

ゆうじん|結人

ストーマをお持ちの方のための
ライフスタイルマガジン

【連載】
筑波大学 田中喜代次 名誉教授考案
健幸華齢プログラム 脳トレ編

【連載】
がんばれTAKA
オストメイト・アスリートの挑戦

【連載】
皮膚・排泄ケア認定看護師による
お悩み相談コーナー

【特集】
コロプラスト社会保障担当部門の
活動をご紹介します!

巻頭インタビュー
有本 珠江さん

転載 禁止



4、5ページ「健幸華齢プログラム 脳トレ編」の解答

問題① (1) 頭寒足熱 (2) 手前勝手 (3) 口頭試問 (4) 中肉中背

問題② くりきんとん

問題③ (1) パリ (2) カイロ (3) ローマ (4) シカゴ (5) ナポリ (6) ケンブリッジ (7) カリフォルニア



YUJIN

 通巻36号

コロプラスト株式会社 〒102-0074 東京都千代田区九段南2-1-30 イタリア文化会館11F
www.coloplast.co.jp

フリー
コール 0120-664-469

©2026 無断複写・転載を禁じます。



「人と人を結ぶ」をコンセプトに、 ご活躍されている皆さまを バトン形式でご紹介していくコーナー

今回は、92歳で岡山にお住まいの有本珠江さんにお話を伺いました。有本さんは長年縫製に携わってこられ、現在はパウチカバーの製作をライフワークとして楽しんでいます。

子どもの頃から腸が弱かったけれど、まさか自分が直腸がんになるとは



ご自宅の作業場には、2台のミシンと豊富な生地や素材が

子どもの頃から腸が弱く、たまに腹痛を感じることはありましたが、大きな異変には気づきませんでした。ストーマ造設のきっかけは意外なところからでした。白内障の手術後、調子に戻らなかったときに甥が大学病院での診察を勧めてくれたのです。診察の結果、内科を紹介され、そこで14年前、78歳で直腸がんと診断されました。医師からは「カメラで腫瘍部分が切除できればストーマは造

らなくていいが、切除できなければストーマになる」と言われました。当時の私は「いい歳まで生きたし、がんの部分は切除せずに過ごそう、人工肛門は造りたくない」と思っていました。しかし親族から「自分一人で決めるものじゃない」と言われ、腹をくくってストーマを造設することにしました。「人工肛門」という言葉は聞いたことがあったけれどその時初めて身近に感じました。

造設前はためらったけれど、術後は自然にストーマケアが日常に

造設前はためらいもありましたが、術後に看護師さんからストーマケアを教わり、次第に抵抗感はなくなりました。92歳になった今も、自宅で自分の手で

ストーマケアを続けています。また、時には転倒や骨折で入院することがありますが、入院中も基本的には自分でケアを行います。でも失敗経験もあるんですよ。入院中に便が緩くなり、装具交換中にサポートしてくれていた男性看護師さんに便がかかってしまって…恥ずかしくて、申し訳ない気持ちになったこともあります。日常のストーマケアでもパウチが破裂したり漏れてしまったりすることがあります。落ち込むこともありますが、私は

もともと楽道家なので切り替えは早い方です。オストメイトになってからの生活の変化としては、泊まりがけの旅行や銭湯に行く機会が減りました。自宅にはもともとお風呂がありませんでしたが、兄が改築の際にお風呂の設置を強く勧めてくれました。その後、お風呂の暖房機を設置しました。装具交換に1時間かかることもあり、暖房があるお風呂は大変ありがたいです。私には子どもはおらず、甥が家から2時間のところに住んでいます、



素敵な笑顔で、たくさんのお話を聞かせてくださる様子

定期的一人暮らしの私の様子を見に来てくれます。時々、甥のトラックに乗せてもらって景色を楽しむこともあります。トラックは

車高が高く、見晴らしがよくて楽しいのです。おしゃべりや歌、時代劇の観劇も好きで、いつか歌舞伎を見に行きたいと思ってい

ます。食べることも好きで、車で2時間ほどの宮島まであなご飯を食べに行ったり、鳥取には毎年カニを食べに行ったりしています。

リハビリから生まれた手仕事、私のライフワークに

私が一番好きな時間は仕事をしているときです。メインの仕事は学生カバンの縫製です。縫製は14歳から始め、小学校高等科(現在の中学校にあたる)卒業後は就職先でミシンを覚えました。子ども服の洋裁や見本縫いなど、昔からずっと縫製に携わってきたのでしっかりノウハウはあります。パウチカバー作りを始めたきっかけは、術後のリハビリ期に指先を動かすためでした。家にあった端切れを使って自分で作り、サイズ感や素材、肌触りにこだわりました。そのパウチカバーを担当のWOC

ナースさんに見せたところ、布地の和柄に関心を持ってもらい、良い柄と評価をいただきました。「和柄、海外で受けるかも」「『TAMAE BRAND タマエ ブランド』良いかも!」との事で盛り上がり、これが『TAMAE BRAND タマエ ブランド』誕生の瞬間でした。その後、担当されている患者様へパウチカバーのサンプルをお配りし、お使いいただけるよう進呈しました。現在は和柄をはじめとして、さまざまな模様の布地を用いてパウチカバーを製作し、オンラインサイトにて販売しています。Instagram



最近は和柄に加えてファッションブルな柄にも挑戦中!

の運用も注力して行っており、国内のオストメイトはもちろん、和柄をメインとしているため、海外の方の目に留まればなど思っています。Instagramの運用やオンラインサイトのサポートは甥の子どもに行ってもらっています。

ストーマケアに“楽しさ”を感じてもらえるきっかけになれば

ストーマ造設前はためらいがありましたが、もともと楽道家な性格も相まって、造設後は前向きにストーマケアに取り組んでいます。健常者も排便しますが、私たちは出る場所が違うだけです。汚いと感じたことはありません。しかし、気持ちが進まない方やパウチカバーを知らない方も多いと思います。術後ケアのまま、ガーゼやタオルケアのままの方もいらっしゃるよ



『TAMAE BRAND タマエ ブランド』ブランドタグ



裏地までこだわりの多彩な柄の作品

うです。少しでも私の経験やパウチカバー作りが、同じ境遇の方の励みや参考になれば嬉しいです。ストーマがあるからこ

そ見える景色や楽しみもたくさんあります。自分のペースで、前向きにストーマライフを楽しんでほしいと思います。

パウチカバー「TAMAE BRAND」のオンラインサイトはこちら →



現在はオンラインサイトのほか、メルカリでも販売しています。

パウチカバー製作の様子は こちらからご覧いただけます →



@TAMAE.BRAND

健幸華齡プログラム 脳トレ編

加齢とともに、記憶力や計画力、複数のことを同時に実行する機能は落ちると科学論文で報告されています。今回は「脳トレ編」として、田中名誉教授が監修された「脳力トレーニングドリル」の問題の一部をご紹介します。認知機能の低下を抑制する効果が期待できますので、是非積極的に実践してみましょう。



認知症や認知機能の低下が原因で起こる交通事故も増えています。認知機能の保持には頭を使うゲームの他に、運動や調理のように複数のことを同時に、安全に行う作業、仲間との食事、そして人とよく接することも重要です。このドリルとともに、運動や料理も是非実践してみてください。

田中喜代次 筑波大学名誉教授・株式会社THF 代表、アメリカスポーツ医学会 フェロー。有患者の元気長寿・介護予防に関わる実践的研究、オーダーメイド減量支援プログラムの開発などに従事し、講演や著書など多数。2025年には第27回秩父宮記念スポーツ医・科学賞功労賞を受賞。

問題③ 外国地名を漢字で表記しています。見当をつけて解答してみましょう。

(1) 巴 里



(4) 市 俄 古



(2) 改 羅

(5) 那 坡 利



(6) 剣 橋

(3) 羅 馬



(7) 加 里 保 爾 尼

問題① 「からだ」に関する漢字を含んだ4字熟語ができるように、
■に漢字を入れてください。

(1) 寒 熱

(2) 前 勝

(3) 試 問

(4) 中 中

転載
禁止

オストメイト
パラカヌー アスリート
TAKAの挑戦を応援しよう!



日々前向きに挑戦を続けるTAKAさんから、シーズンオフを迎えた今、近況とこれからへの思いが込められたコメントをいただきましたのでご紹介します。

「日頃より温かいご声援をいただき、ありがとうございます。主要大会を終え、現在はシーズンオフに入りました。世界選手権は予選敗退、日本選手権では優勝と結果はさまざまでしたが、今後に生きる挑戦が実行できた一年でした。先日参加した強化合宿でも、新たな収穫がありました。この冬は6年ぶりとなるニュージーランド合宿を予定しており、世界最高峰の舞台でメダルを獲得した選手とその指導者から学べる貴重な機会です。多くを吸収し、次の成長につなげていきます。引き続き、応援よろしくお願いします。」

TAKAを応援するクラウドファンディングはこちら!



CiRCuSFan (サーカスファン)
<https://circus.fan/CLUB70261275>

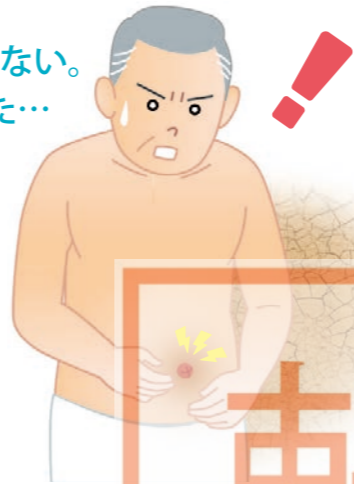


コロプラスト所属 皮膚・排泄ケア認定看護師による お悩み相談コーナー



コロプラスト所属
皮膚・排泄ケア認定看護師

まだまだ寒い日が続きますね…
冬の寒さが厳しい日は、ストーマケアにも特有の悩みが出やすくなります。
例えば、
ストーマ装具の面板がなかなかお腹に貼り付かない。
やっと貼れたと思ったら、密着不良で漏れてきた…
こんな経験はありませんか？



では、なぜこのようなトラブルが起きるのでしょうか？

原因は大きく分けて2つあります。

原因 1 皮膚が冷えて乾燥する

寒さで冷えた皮膚は血流が悪くなり、表面の皮脂や水分も少なくなります。そのため、面板がうまく密着せず、貼りにくくなることがあります。

原因 2 皮膚保護剤自体が冷えて硬くなる

コロプラストのセンシュラ ミオシリーズの面板には、皮膚を守るための成分が配合された皮膚保護剤が使われています。しかし気温が低いと皮膚保護剤も冷えて硬くなり、皮膚になじみにくくなることがあります。

対策のヒント

ヒント 1 乾燥対策としては、シルティ保湿

ローションなどの保湿剤を使い、皮膚が乾燥しないようにしましょう。**塗布した後は1分ほど待って、しっかり乾かすことが大切です。**乾きが不十分だと、面板が剥がれやすくなってしまいます。

シルティ保湿ローションの使い方



薬用 シルティ保湿ローション
製品番号 9601
1,078円(税込)

あずき大のローションをお腹全体にしっかりと塗ります。
1分程度して、乾いた状態になったら装具を貼ります。

医薬部外品販売名：薬用保湿LC1 製造販売元：セーレン株式会社 福井県福井市毛矢1-10-1

これだけで、冬の寒い日でも面板の密着性が向上し、漏れなどのトラブルを減らすことができます。

逆に夏の暑い日には皮膚保護剤は溶けてしまうので高温多湿を避けて、装具を保管しましょう。

冬場…というより、本来は季節を問わず常に乾燥対策を心がけていただくことが望ましいですね。日頃から愛護的なケアを続け、スキンケアを積み重ねていくことが、結果的に冬のトラブルの軽減にもつながっていきます。何事も、日々のケアの積み重ねがとても大切です。

コロプラスト社会保障担当部門の活動をご紹介します！

前号までは、実際に給付基準額が増額となったエリアのご紹介をはじめ、最新の活動状況をお伝えしてまいりました。今号では、その活動成果である「給付券制度の変更」情報を該当地域にお住まいの皆さまへどのようにお届けしているかの取り組みをご紹介します。

給付券制度が向上した地域の皆さまへ、次のようなお知らせ活動をしています！

A

B

お住まいの地域におけるストーマ装具給付基準額が増額されました。

下記の東京エリアのストーマ装具給付基準額が以下の通り増額されましたので、お知らせいたします。

地域	有効期間	消化器系	尿路系
江戸川区	2024年10月～	新 9,460円 旧 8,600円	新 12,430円 旧 11,300円
文京区	2025年4月～	新 10,000円 旧 8,858円	新 13,000円 旧 11,639円
北区	2025年4月～	新 10,000円 旧 8,858円	新 13,000円 旧 11,639円
墨田区	2025年4月～	新 10,858円 旧 8,858円	新 12,130円 旧 11,639円
八王子市	2025年4月～	新 9,460円 旧 8,858円	新 12,430円 旧 11,639円

日常生活用具給付制度ならびに給付基準額についての詳細は、お住まいの自治体、もしくは装具を購入されている販売店までお問い合わせください。

お知らせが届きましたら、ぜひ一読ください！

※上記の2種類の「お知らせ」は、実際にご案内した事例です。

A コロプラストから直接のお知らせ

弊社データベース*にご登録の皆さまへお送りしているメールの実例。
※弊社からの情報提供にご同意いただいている、該当地域にお住まいの方のリストを指します。

B 協働する販売店からののお知らせ

ご協力いただける該当地域の販売店を通じて配布しているチラシの掲載例。

ストーマ保有者の皆さまからは、

「給付基準額は全国統一の額だと思い込んでいました。自治体ごとに違うことを初めて知りました。」というお声をいただきました。また、「地道な活動を実直に続けられ実践・結果に結び付けられている事に、軽い驚きと感動すら覚えています。心より感謝致します。」「私の住んでいる地域でも増額されたようです。ご尽力ありがとうございます。市町村によってはまだ低いところがあるので引き続きよろしくお願ひします。」というコメントも寄せられています。

(ゆうじん|結人 35号 アンケート調査より抜粋)

給付券制度向上の認知にご協力いただいた販売店の皆さまが担当されている施設の医療従事者からは、

「給付券の上限が引き上げられたことを踏まえると、必要なケア用品やアクセサリなどにもう少しコストをかけても良いのでは」というお声も寄せられています。

(販売店からのヒアリング内容より抜粋)

これらの声を受け、弊社社会保障担当部門の活動が、ストーマ保有者の皆さまに少しでもお役に立てていることを実感しております。今後も、皆さまのお役に立てる取り組みを継続してまいります。