



大和だより 2026年7月 第123号

SSKP 公益社団法人

日本オストミー協会 奈良県支部

支部長：奥田英利 E-mail: joanarashibu@gmail.com

編集：小林正幸 E-mail: konzartma52@herb.ocn.ne.jp

入浴研修会のご案内

日帰り入浴研修会を次の通り開催します。

新しく入会された皆さまの中には術後の公衆浴場での入浴に不安をお持ちの方も多くいらっしゃいます。この機会に仲間とともに入浴を体験し、これまでの不安や垣根を少しでも取り払っていただければ幸いです。

当研修会は社会適応訓練事業の一環として実施し、顧問医の稲次先生、菊谷先生、イカリトンボの山田様にもご参加いただきます。

日時：2026年8月30日(日) 11時～14時

場所：亀の井ホテル奈良

〒630-8002 奈良県奈良市二条町3-9-1

TEL: 0742-33-2351

集合：10時30分 ロビー

参加費：3500円 当日の集金（お釣りのないように協力ください）

アクセス：近鉄大和西大寺駅から徒歩で約15分

内容：11時～11時15分 イカリトンボ山田氏による入浴説明
11時15分～11時45分 稲次先生、菊谷先生のご講話
11時45分～13時 入浴
13時～14時 食事

申込み：下記のQRコードまたはURLにて8月10日までに返信をお願いします。

<https://x.gd/TVy1H>

問合せ先：奥田支部長

電話 080-5530-7059

備考：入浴用タオルはご持参ください。



第45回 通常総会・研修会 開催報告

5月31日（日）10時より奈良県社会福祉総合センター5階会議室Aにて開催しました。参加者は会員24名（委任状提出者24名）、装具業者およびメーカー5名の合計29名でした。

冒頭、この1年でお亡くなりになられた会員の方々へ黙祷を捧げました。川崎支部長からの挨拶は、奈良県支部の現況説明として次のような内容でした。本部会報、支部会報とも9月号より電子化すること、研修会などの出欠確認は電子化したフォームにて行うようになる。高齢化などにより会員は減少傾向にあるが、個別相談会などを通じて新規入会者は増えてきており、過渡期であると捉えている。

続いて、ご来賓として奈良県障害福祉課の折野弘茂課長補佐と一般社団法人奈良県身体障がい者団体連合会の川西康陽会長よりご祝辞を賜り、奈良県、奈身連での取り組み内容や考え方の紹介がありました。

【第45回通常総会】

議案書に基づき、以下の議案が審議され、全て承認されました。

◆議案審議内容

第1号議案	2025年度	事業報告及び活動報告	承認
第2号議案	2025年度	収支報告書、監査報告書	承認
第3号議案	2026年度	支部役員	承認
第4号議案	2026年度	事業計画	承認
第5号議案	2026年度	収支予算	承認

なお、第3号議案の支部役員は次の通りです。

支部長、事務局長	奥田英利	幹事	大城きくゑ
幹事・会報編集	小林正幸	会計	明石敏枝
幹事・会計	川崎眞弘	会計	桑原恵子
会計監査	山本隆文		
相談役	生野智子	相談役	前田尚

奈良県支部の方針について

◆ 2026年度の重点方針：デジタル化と業務効率化

- 会報および返信ハガキの電子化
- 地方公共団体へ送付する「個別相談会案内」の電子化、およびポスター掲示等の推進
- 入会申し込みの電子化
- 電子化に伴う、より厳格な個人情報の保護対策の徹底

◆ 役員体制の刷新：輪番制の導入と負担の按分

会の運営を一部の役員に偏らせず、持続可能な組織にするため、以下の新体制へと移行します。

- 輪番制の導入（任期2年・1年毎に半数入れ替え）
- 長・副の複数名体制による仕事の按分（業務の軽減と、交代・代行が容易な環境づくり）

◆ 2036年（10年先）を見据えた長期計画

日常生活用具給付等事業における「100%支給（利用者負担ゼロ）」の実現

- 制度の仕組みを活用：国の法律を変えなくても、自治体の「実施要綱（実施要領）」を書き換えるだけで負担率の変更が可能です。
- 戦略的なアプローチ：現状のデータ収集と必要予算の試算を行い、議会へ働きかけます。その際、全国の自治体が最優先課題としている「子育て支援・定住促進」の文脈と連動させ、まずは「児童（18歳未満）の無償化」を達成します。それを確かな実績（エビデンス）として、最終ゴールである全年齢での完全無償化へと段階的に拡充していきます。

不測の事態を乗り越え、時代に即した組織へと生まれ変わるため、役員一同力を尽くしてまいります。共に手を取り合い、元気な毎日を過ごしていきましょう。皆様の温かいご支援とご協力を心よりお願い申し上げます。

【稲次先生ご講演】

がんに関する諸データとがん検診についてお話ししていただきました。

日本人の三大死因死亡率を見ると、がん、心臓疾患、老衰ですが、これで5割を占めます。



2040年以降になると老衰がトップになる予想で、介護施設で亡くなる方が増えてくるので、医者働き方も変わってくると感じています。日本は世界一の長寿国（男性：2位、女性：1位）ですが、更に、その研究をしっかりとしなければならない状況になってきています。ちなみに奈良県の平均寿命は男性が3位、女性が11位です。

がんの部位別死亡率は全体では肺、大腸、胃の順番ですが、男性は肺、女性は大腸がトップです。男性のタバコの規制が、もっと厳しくなれば、大腸がトップになると思います。がんの罹患率で見ると男性は前立腺、女性は大腸がんがトップです。

検診を受けた人を見ると、就労者に比べると高齢者になるほど減ってきます。全体では検診を受ける人は増えてきていますが、検診を受けない人は、日頃、医者にかかっているから大丈夫という人がいます。しかし、専門医でないと分からないことがあるので定期的な検診は必要です。

最近の検診では胃はレントゲンからカメラが増えてきており、子宮がんではウイルス検査、乳がんはマンモグラフィー、肺がんはレントゲンから低線量CTが主体になってきています。大腸がんは便、肝臓がんは超音波検査が一般的です。

大腸がんは便の検査で大丈夫かと疑問を持つ方もおられますが、定期的に行っていると、変化が分かるので早期発見につながります。乳がんは、状態に変化がないか、自分自身で意識する生活習慣が大切です。肺がんは海外と比べて日本人の喫煙率が高めなので、減少していなく、いかに喫煙率を下げるかがポイントです。喫煙者の肺がんは非喫煙者に比べて進行が早く、検診での早期発見も難しいので、定期的な検査が必要です。

最後に、喫煙、飲酒、食生活、身体活動、体重、感染に対する生活習慣を改善し、がん予防の心得として「ニコチンやめて、カロチンとって、歩け歩けで、がん予防」（予防がん学研究所所長 平山 雄先生）の言葉を引用して締めくくります。

【菊谷先生ご挨拶】

大学では100人ほどの学生がストーマの勉強をしています。教科書には「日常生活に変わりはない」と書いてありますが、実際は「変化があつて教科書とは違う」と教えています。

サロン、相談会を定期的に行っていますが、たったひとりでも相談者がいる限り、この会は続けて欲しいと強く思っています。

【質疑応答】

質問①大腸がん検診は定期的（1回／年）な便潜血検査でOKというお話でしたが、ストーマの人はどのようにすれば良いのでしょうか

回答①ストーマ周囲から出血がなければ、肉眼で見れば潜血が分かるし、便を提出すれば検査をしてもらえます。

質問②5年ぐらいの間に、すい臓がん、大腸がん、膀胱がんを発症しましたが、それまでは病気もなく過ごせていたのに、何故、続けてこうなるのか疑問に思っています。

回答②身体の変化については、よく分からないのですが、例えば、すい臓がんは死亡率が非常に高いがんなのに、運が良かったと思います。検診を受けて早期発見に繋がっていることで、今があるのだと思います。

質問③身体がよく痒くなるのですが、薬の副作用でしょうか。

回答③身体が痒くなる原因は、いろいろ原因はあると思いますが、皮膚科の先生に診てもらうことをお勧めします。お尻の周りの痒みの場合はウォッシュレットの使い過ぎが原因の場合があります。洗浄時間は30秒以内、圧は小さく、温度は体温より低くすることが大事です。

便秘の人で、圧を強くして便を出そうとすると括約筋が鈍ってくるため、更に排便が困難になってくるので要注意です。

質問④ ストーマという用語は友人・知人に説明しても分からなく、人工肛門という用語はイメージが悪くなく、実体とも違うと思います。詳しく説明すれば理解してもらえるのですが、ストーマという用語の社会的な啓蒙が、もっと進めば良いと思っています。

回答④（菊谷先生）手術を受ける時に、どのようなものが不思議だったと思います。近頃はインターネットで調べることができ、理解されている人が増え、土台に変化があります。機会を捉えて、皆さんに認知してもらえ環境が整えば良いと思っています。

※参考 日常生活給付金申請書に蓄便袋、蓄尿袋と記載の自治体があるが、現在はストーマ装具（消化器系、尿路系）と表現するのが一般的になってきています（イカリトンボ山田氏より）

質問⑤（ご家族の方から）頭にがんができて悩んでいます。

回答⑤ 専門ではないので、答えは難しいです。場所、大きさなど治療方法は変わります。他臓器からの転移も考えられるので、全身的なケアも大事です。



令和8年度 一般社団法人奈良県身体障がい者団体連合会 総会参加

5月17日(日)10時より(一社)奈良県身体障がい者団体連合会総会が奈良県社会福祉総合センター中会議室にて開催されました。当協会奈良県支部からは、川崎支部長（当時）と奥田副支部長（当時）が出席しました。

総会は竹本事務局長の司会進行のもと、前会長・岸元慈氏のこれまでの活動を労った川西康陽会長の挨拶で始まりました。続いて、奈良県福祉保健部春木智博部長より祝辞がありました。

議事の内容は次のとおりです。

- (1) 令和7年度事業報告
- (2) 令和7年度決算報告
- (3) 監査報告
- (4) 令和8年度事業計画
- (5) 令和8年度予算書

決算報告では会費以外にも赤い羽根共同募金の補助金、自動販売機収益事業、日身連カタログ回覧事業、個人寄付などの収入がありましたが、会員の減少による会費の減少のほか、県施設への自販機設置が公募になるなどの理由で収入が減少し厳しい状況であることが報告されました。

しかし、障害者の居場所づくりを目的とした障害者サロンが、ふた月に一度の偶数月に奈身連事務所で開催されています。また、体育大会の内容を高齢者や様々な障害を持った人でも参加しやすいボッチャ、フライングディスク、公式ワナゲなどの種目に変更するなど工夫を凝らした活動を行ったことが報告されました。

昼食のあとオストミー協会の奥田副支部長によるワーキングセミナーが行われ「金魚ロボット」の体験イベントが開催され参加者から大いに関心が示されました。

午後は、会員の交流会が開催され公式ワナゲを短投方式による競技方法で全員が一人9投の輪を2メートル離れた的に目掛けて投輪する方法で2ゲーム（2ゲーム目はアイマスク着用）ずつ行い、成績順に1位、2位、3位の方には川西会長から賞品が渡されました。最後に、全員に参加賞が配られ大いに会員同士の交流を図り午後2時30分に解散となりました。



恋し野の里あじさい園
(6月19日)

大和だより 電子化にともなう対応方法

【ホームページで会報を読むための「はじめの一步」ガイド】

9月号より、会報はホームページでの公開へと新しく生まれ変わります。紙媒体での送付に代わり、発行のご案内はメールでのお知らせ通知とさせていただきます。本部会報も同様になる予定です。



「パソコンやスマホは苦手」「自分はメールアドレスを持っていない」という方もご安心ください。ちょっとした工夫や、周囲への「お願い」で、これまで通りに会報を楽しむことができます。

1. 「家族の手」を借りて、案内メールを受け取りましょう

ご自身でメールを使われない場合は、ご家族や親しいご親族のメールアドレスを「連絡先」として登録することが可能です。

- ご家族のアドレスを登録する：離れて暮らすご家族や、同居されている方のスマートフォン・パソコンのアドレスを登録してください。会報が更新された際、ご家族に通知が届きます。
- 更新を知るきっかけに：ご家族に通知が届いたら「新しい会報が出たみたいだから、見せて（または印刷して）」と声をかけるきっかけになります。
- 一度の設定で安心：事務局に登録するメールアドレスをご親族のものにするだけで、毎回の発行案内を確実に受け取ることができます。

2. 「印刷」は身近な場所で手軽にできます

「やっぱり紙で読みたい」「手元に残したい」という方は、以下の方法が便利です。

- ご家族に「印刷」までお願いする：メールを受け取ったご家族やご親族に、「ホームページにあるこの会報を、1部だけ印刷してほしい」と定期的にお問い合わせください。
- コンビニエンスストアのプリントサービス：スマホをお持ちのご親族がいれば、一緒にコンビニへ行き、コピー機で印刷してもらうこともできます。

- 地域のコミュニティセンターを活用する：お近くの公民館などで、職員の方に「会報を読みたいので印刷を手伝ってほしい」と相談してみるのも一つの方法です。

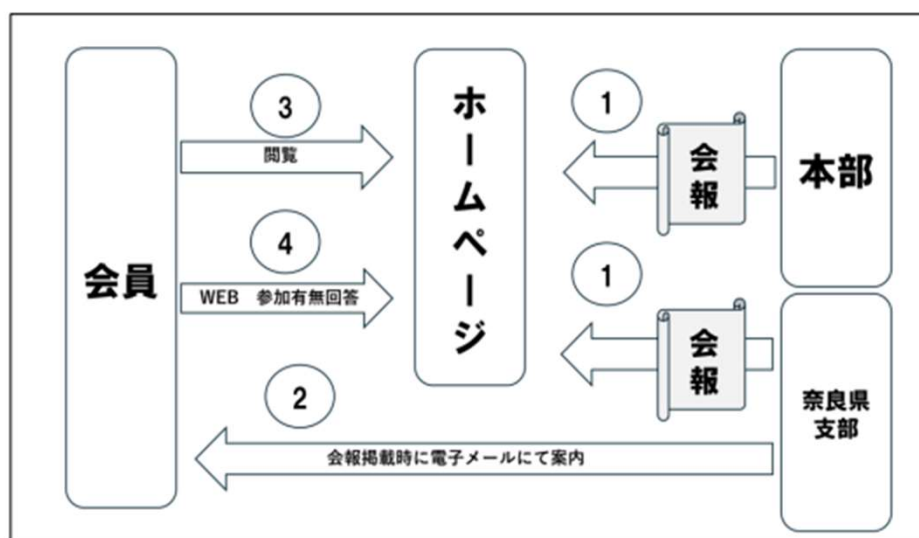
3. 「新しい繋がり」のきっかけに

誰かに頼ることは、決して恥ずかしいことではありません。むしろ、「会報が出たよ」「印刷したよ」というやり取りが、ご家族や仲間との新しい会話や交流を生むきっかけになります。

4. 返信ハガキの代行としてスマホやP Cでの返信に変更

返信はがきがなくなり、QRコードまたはブラウザのURLから返信を行うように変更します。

7月号の案内は紙媒体の会報ですが、9月から完全電子化となります。これに伴い 7月号から返信ハガキは廃止いたします。よって会員の方は、下記のQRコードまたはURLより、メールアドレスのご登録をお願いいたします。



※メールマガジンの受信には登録が必要です。右記のQRコードを読み取り又はアドレスにて、お名前、メールアドレス等を入力し、送信をお願いいたします。

<https://x.gd/g3vhM>



大和だより メールマガジンへの登録方法 手引き **QRコード読み込み編**

【前準備】

ご自分の携帯電話（スマホ）のメールアドレスを メモしておいてください。メールアドレスが無い場合は、gmailで作成すれば無料で使えますのでお勧めです。難しい場合は、契約している携帯のショップに教えていただくことも可能です。

Youtube 動画 「今さら聞けない！QRコードの読み取り方は？画像からスキャンする方法も解説！」を参照してください。

<https://www.youtube.com/watch?v=JuQigsK1Hp0>

よく解らない場合は、周りの詳しい方に相談してみてください。

スマホでQRコードを読み込むのは、慣れてしまえばとっても簡単です！iPhone（アイフォン）とAndroid（アンドロイド）のどちらを使っているかによって少しだけ手順が違うので、お使いのスマホに合わせて試してみてください。

【iPhone（アイフォン）での読み込み方】

一番シンプルで簡単なのは、いつも写真を撮るときに使う「カメラ」アプリを使う方法です。

1.「カメラ」アプリを開く

- ホーム画面にある、カメラのマークのアイコンをタップします。

2.QRコードにカメラを向ける

- 写真を撮るのと同じように、画面の真ん中にQRコードが映るように近づけます（※シャッターボタンは押さなくて大丈夫です！）。

3.黄色い文字（リンク）をタップする

- QRコードが認識されると、画面に黄色い文字や、黄色い枠（例：safari.apple.com など）が表示されます。
- その黄色い文字をポンと指でタップすると、目的のウェブサイトが開きます。

💡 うまくいかないときは？ 画面の上から下に指をスワイプすると出てくる「コントロールセンター」に、QRコード専用のマーク（QRコードの形をしたアイコン）が入っている場合もあります。それをタップして読み込んでもOKです！

【Android（アンドロイド）での読み込み方】

Android（Galaxy、Xperia、AQUOS、Pixelなど）も、基本的には「カメラ」アプリで読み込めます。

1. 「カメラ」アプリを開く

- ホーム画面やアプリ一覧から、カメラのアイコンをタップします。

2. QRコードにカメラを向ける

- QRコードが画面にしっかり映るようにスマホをかざします。

3. 出てきたリンクをタップする

- コードが読み取られると、画面にウェブサイトのURL（アドレス）や、「タップしてブラウザを表示」といった案内が出ます。
- そこをタップすると、ページが開きます。

💡 カメラで反応しないときは？（Googleレンズを使う）機種によっては、カメラを向けただけでは反応しないことがあります。その場合は、Googleの検索バーの右端にある**カメラのマーク（Googleレンズ）**をタップして、同じようにQRコードにかざしてみてください。バッチリ読み込めます！

右図の内容を入力して「送信」することで登録できます。

出欠確認の返信ハガキも同様の方法を採用します（P1の入浴研修会の出欠確認は、この方法を使います）

公益社団法人 日本オストミー協会 奈良県支部 メールマガジン

奇数月発行の大和だより発行時にお知らせをメールマガジンと題してお知らせします

joanarashibu@gmail.com [アカウントを切り替える](#)

共有なし

* 必須の質問です

氏名 *

回答を入力

メールアドレス(配信希望のアドレス) *

回答を入力

大和だよりの電子版閲覧でのお困りごとがありましたらご記載ください。

回答を入力

先生へのご質問、近況などをご記入ください

回答を入力

送信

フォームをクリア

7月～9月の予定

土庫オストメイトサロンの参加申込先
土庫病院 大腸肛門病センター
TEL:0745-53-5471 (代表)

- 6月21日(日) JOA総会 岐阜
6月25日(木) 土庫オストメイトサロン 14時～16時 土庫病院
7月23日(木) 土庫オストメイトサロン 14時～16時 土庫病院
8月18日(火) 北地区個別相談会 9時～12時
奈良市ボランティアインフォメーションセンター
8月22日(土) 南地区個別相談会 9時～12時
奈良県社会福祉総合センター ボランティアルーム
8月27日(木) 土庫オストメイトサロン 14時～16時 土庫病院
8月30日(日) 入浴研修会 11時～14時
亀の井ホテル奈良
9月24日(木) 土庫オストメイトサロン 14時～16時 土庫病院
9月27日(日) JOA近畿ブロック会議 13時～16時
大和郡山市・市民交流館(きんぎよの駅)

会員の動静

- 【入会】 3月：1名、4月：1名、5月：0名
【退会】 3月：5名、4月：0名、5月：2名
【会員数】 5月末現在75名(内、1種特別会員1名)
【種別構成】 コロ：38名、イレ：10名、ウロ：22名、ダブル：4名
【賛助会員】 3社：(株)イカリトンボ、村中医療器(株)、いわしや森川医療器(株)

【お詫びと修正】

第45回総会議案書第2号議案 2025年度 収支報告書の下段の注釈欄に間違いがありました。次のように修正いたします。

※ 年会費 4,000円は、経常収益で計上し、その内 1,200円は、日本オストミー協会本部へ本部協会分担金として経常費用に計上しています

編集後記：

次号9月号より大和だよりは電子化により、ホームページへの掲載だけになります。スマホでは、紙面が小さくなるので、少しでも見やすくなるように、7月号から字体を変えて、行間を増やしています。よって、スマホで試しに、内容をご確認いただければありがたいです。

小林正幸

アオダモ

森林インストラクター 川崎眞弘

アオダモの木はよくしなる、折れにくい、打っても手にひびきにくい、という優れた特徴を持っています。そのため、野球のバットによく使われています。

アオダモには面白い特徴があります。枝をペットボトルの水につけると、水が青くなることです。これはアオダモの中にある「光から身を守る成分」が関係しています。

太陽の強い紫外線から自分を守るために、カフェー酸誘導体という、葉の中で光る成分を持っています。カフェー酸誘導体は紫外線をいったん吸い込むと、青い光に作り替えて返す働きがあります。これは、植物が自分を守るための「光を変える仕組み」です。

もう一つ、アオダモの樹皮にはエスクリンという物質が含まれています。エスクリンは水に溶けやすく、紫外線を当てると青く光る性質があります。そのため、アオダモの枝を水につけると水そのものが青く光って見えるのです。

現在、玄関先によく植えられているシマトネリコもモクセイ科なので、枝を水につけると水が青くなります。しかし、シマトネリコはアオダモほど青くなりません。それは、シマトネリコにも青く光る成分はあるものの、アオダモより量が少なく、水に溶けにくく、光り方も弱いからです。そのため、シマトネリコの水はうっすら青くなるだけです。

Muranaka

弊社は医療社会の最前線で“貢献”と“共感”の心が
あふれることを企業哲学とし、
生命を謳歌するLIFE・HOSPITALITYの
実現を目指しています。

そして医療が元来もっている“優しさ”を、医療機器を通じて社会に
送り届けることこそ企業の重要な使命であると考えております。



取扱メーカー

アルケア／コロプラスト／コンバテック／ダンサック
ホリスター／ピーブラウン／3M／スミス&ネフュー等

日常生活用具給付券取扱い

村中医療器 株式会社

■ストーマ相談室

〒540-0036 大阪市中央区船越町 2-3-6

☎ 06-6941-7051 FAX 06-6941-7232

■お問い合わせ／サンプル・カタログのご用命



0120-774-746

フリーコール

受付：9：00～17：45（土・日・祝日を除く）




本当にニオイに効くの？ という方は、是非お試しください！
サッと効いて、ナガ〜ク効きます！

10分で便臭の92%、ガス臭の99%を消臭！※
 120分後も継続する消臭効果！

初めて使った方のご感想

“袋にへばりつくことがなく、排出しやすかった！”
 “今まではお水を使っていたが、
 消臭効果も高くて出先のトイレでも安心！”

発売から
10
周年

信頼の
日本
製

累計販売
100
万本*

消臭潤滑剤 国内シェアNo.1¹⁾
累計100万本突破

*2020年5月までのデオール 消臭潤滑剤売上をデイトル換算した出荷数
 ※2:生産数量調査




※製造元調査データ



残量が見える
ボトルに
なりました！

**デオール 消臭潤滑剤
ボトル**
 製品番号 9301
 250ml 3,190円 (税込)

NEW

潤滑剤で初めて！

**デオール 消臭潤滑剤
つめかえ用**
 製品番号 9330
 200ml 2,178円 (税込)



外出時に便利な
ミニパック
(10ml入り)
もあります！

**デオール 消臭潤滑剤
ミニパック**
 製品番号 9322
 10袋/箱 1,397円 (税込)

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 イタリア文化会館ビル11F www.coloplast.co.jp ☎0120-664-469 平日9時～17時

オストメイトの皆様へ

- ・店内にて様々な福祉用具を展示しております。
 ※杖やリハビリ用靴など手に取って選んでいただけます。
- ・介護用ベッドや車いす等の販売及びレンタルの対応もしております。
 ※各種福祉制度取り扱い店です
- ・スローメイクケア用品についてもご相談やサンプル依頼等承ります

TEL:(0745)75-2028 FAX:(0745)74-6023

株式会社イカリトンボ

奈良県生駒郡斑鳩町龍田西4丁目1-40

営業時間 月曜日～金曜日 AM 9:00～PM6:00
 土・日・祝日 AM10:00～PM5:00

※土・日・祝日は担当者不在がある為、事前にご連絡をお願いします。