

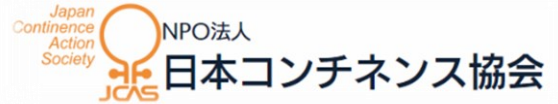


コンチネンスケア



## 第8回

# コンチネンズ月間・コンチネンズ DAY 2023年11月1日～11月30日



協賛：日本老年泌尿器科学会

協力：一般社団法人 日本排尿機能学会

協賛：ユニ・チャーム メンリッケ株式会社、コロプラス株式会社  
キッコーマンニュートリケア・ジャパン株式会社

寄付：株式会社総合サービス

NPO 法人日本コンチネンズ協会は、「すべての人が 気持ちよく排泄できる社会」を目指して、30 年間にわたって活動を重ねて参りました。コンチネンズ(Continence)とは、排泄がコントロールされている ことを示す言葉です。

より多くの方に理解していただきたく、コンチネンズケアマークをシンボルに活動を進めております。

毎年 11 月を「コンチネンズ月間」、11 月 5 日を「コンチネンズDAY」として、全国各地で趣向を凝らしたイベントを開催しております。第 8 回となる今年は、「美味しい食事・気持ちいい運動・快適な排泄！」をテーマに各支部で工夫を凝らしながら様々な企画を致しました。

「排泄ケアについて語り合い、みんなでつながりながらコンチネンズケアを広げていきましょう(∞>∪<∞)。☆♡」

また、**世界トイレの日 特別電話相談**「排泄の困りごと 110 番」と開設し、集中的に電話相談を受け付けます。

全国各地（詳細は次ページ参照）

【北海道支部】 11/11:市民公開講座

★「人生 100 年時代！快適な排尿・排便と共に生きよう」

【首都圏支部】 11/12:市民公開講座(WEB 開催)

★「気持ちよく食べること～気持ちよく出すために～」(仮)

【長野県支部】 10/14:ティッシュ配り

★電話相談案内、相談できる場所を知ってもらう

【北陸支部】 コンチネンズ協会の活動紹介

★コンチネンズ協会の活動紹介など

【関西中四国支部】 期間中:チラシの配布

★協会及びコンチネンズデイ、特別電話相談等の活動周知

【九州支部】 11/14～15:市民向け相談会など

★皆様の地域で「気持ちよく排泄できるお手伝い」

【沖縄県支部】 11/15:市民公開講座、相談支援活動

★地域、在宅で排尿の悩みを抱えている方の支援

集中開催！ 世界トイレの日 特別電話相談

「排泄の困りごと 110 番」

日時：2023 年 11 月 18 日 (土)～19 日 (日) 10 時～16 時

おこまりごとなし まるごと いいしっこ

電話：0570-05-1145



## 各支部イベント詳細

### ■北海道支部

イベント内容: 市民公開講座  
日 時: 2023年11月11日(土) 時間調整中  
会場: 札幌ヤクルト販売株式会社  
テーマ: 「人生100年時代! 快適な排尿・排便と共に生きよう」(仮)  
対象: 市民の皆様  
講師: 宮田照美氏  
参加費: 無料  
セールスポイント: 腸内環境の必要性、骨盤底筋体操において失禁予防を行います。

### ■首都圏支部【WEB講座】

イベント内容: 市民公開講座  
日 時: 2023年11月12日(日)  
会場: WEB  
テーマ: 「気持ちよく食べること～気持ちよく出すために～」(仮)  
対象: 市民の皆様  
講師: 調整中  
参加費: 無料  
セールスポイント: 気になるけど普段なかなか聞けないお話です!

### ■長野県支部

イベント内容: ティッシュ配り  
日 時: 2023年10月14日(土)  
会場: 須坂市メセナホール  
テーマ: 電話相談案内のチラシを入れたティッシュを配り、相談できる場所を知ってもらう  
対象: 市民の皆様

### ■北陸支部

イベント内容: コンチネンス協会の活動紹介など  
日 時: 調整中  
会場: 富山県魚津市  
テーマ: 調整中  
対象: 市民の皆様

### ■関西中四国支部

イベント内容: チラシの配布  
日 時: 2023年11月1日～30日  
会場: 関西中四国支部内で協力可能な支部会員にチラシを配布依頼  
テーマ: 協会及びコンチネンスデイ、特別電話相談等の活動周知  
対象: 市民の皆様  
排泄関連企業展示: チラシ裏面に3～4社の企業PR(企業名未定)

## ■九州支部【市民公開講座】

- イベント内容： 市民向けの相談会やコンチネンスケアについての啓発  
コンチネンス月間に行われている特別電話相談の広報も実施。
- 日 時： 2023年 11月4日(土)11月5日(日)予定  
時間帯については、各県のイベントごとに実施時間を予定。
- 会 場： 九州支部の各県8か所(山口・福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島)の  
地域交流施設や事業所、福祉センターや社協、公民館等で実施予定
- テ ー マ： 皆様の地域で「気持ちよく排泄できるお手伝い」をしているNPO 法人日本コンチネン  
ス協会って、こんなことしてますよ！！(仮)
- 対 象： 市民の皆様
- 講 師： コンチネンスリーダー等
- 参 加 費： 無料
- 排泄関連企業展示： 予定(各県で検討中)
- セールスポイント： 九州支部の各県8か所の全地域で「すべての人が気持ちよく排泄できる社会づくり」  
を目指して、各地域のコンチネンスリーダーを中心に「運動・排泄・食」に関する楽しい  
イベントを企画中です！！

## ■沖縄県支部【市民公開講座】

- イベント内容： 市民公開講座、相談支援活動。「あさひ訪問看護ステーション」、  
「訪問看護ステーションともき」へ相談室を設置し排尿に関するお悩み相談を受ける
- 日 時： 2023年 11月5日
- 会 場： 三原公民館(他の施設なども検討調整中)
- テ ー マ： 地域、在宅で排尿の悩みを抱えている方の支援
- 対 象： 市民の皆様
- 講 師： 調整中
- 参 加 費： 無料
- セールスポイント： 「あさひ訪問看護ステーション」、「訪問看護ステーションともき」へ相談室を設置し排  
尿に関するお悩み相談を受ける



お問い合わせ先



NPO 法人日本コンチネンス協会  
〒101-0054 東京都千代田区神田錦町3丁目2  
千代田印刷会館 ANNEX05 CN-508  
TEL:03-5259-8555 FAX:03-6368-3122  
コンチネンス月間事務局  
担当：近藤 伊波 青山  
E-mail:continence\_month@jcas.or.jp