



コンチネンスケア



第8回 コンチネンส์月間・コンチネンส์ DAY 2023年11月1日～11月30日

Japan
Continence
Action
Society
NPO法人
JACS 日本コンチネンส์協会

協賛：日本老年泌尿器科学会、ユニ・チャーム メンリッケ株式会社、
コロプラスト株式会社、キッコーマンニュートリケア・ジャパン株式会社
アステラス製薬株式会社、アルケア株式会社

協力：一般社団法人 日本排尿機能学会

寄付：株式会社総合サービス、富士システムズ株式会社

NPO 法人日本コンチネンส์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ส์(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ส์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ส์月間」、11 月 5 日を「コンチネンส์DAY」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ส์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、気持ち良い排泄とは」

【首都圏支部】 11/12:市民公開講座(WEB 開催)

★「たのしく・おいしく食べて、腸すっきり」

【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ส์協会の活動紹介

★ミニ講演会と排泄相談会

【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ส์デー、特別電話相談等の活動周知

【九州支部】 期間中 ※支部イベント詳細参照:

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】 11/4: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) 10:00~12:10

会場： 札幌ヤクルト販売株式会社

札幌市中央区大通西6丁目 10-10 大通公園ビル 9階 大会議室

テーマ： 「人生 100年時代、気持ち良い排泄とは」

対象： 市民の皆様

講師： 札幌ヤクルト販売(株) 腸トレマスター 板垣 江理奈 氏

NPO 法人日本コンチネンス協会 コンチネンスリーダー 宮田 照美 氏

札幌ヤクルト販売(株) 管理栄養士 杉村 久瑠実 氏

参加費： 無料

セールスポイント： 市民を対象に管理栄養士による免疫力の高まる食事について紹介していただき、腸内環境の大切さを腸トレマスターより紹介してもらおう。また、失禁について説明を受けた後の骨盤底筋体操の実演を行うことで、身近に予防できることとして、コンチネンス協会のコンセプト「食事・排泄・運動」を叶え、一般市民が予防の大切さを感じとれる機会に繋げていく。

■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) 13:00~

会場： WEB

テーマ： 「たのしく・おいしく食べて、腸すっきり」

対象： 市民の皆様他

講師： 特別養護老人ホーム 小原安立 栄養士: 富井尚美氏

参加費： 無料

セールスポイント： 明日から実践できる排泄と食事のお話をお伝えします

■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おう

対象： 市民の皆様

■北陸支部

イベント内容： ミニ講演会・排泄個別相談会

日時： 11月 11日(土) 13:30~15:30

会場： 滑川ショッピングセンターエール(富山県滑川市常盤町 181-17)

テーマ： こんにちは！コンチネンス協会北陸支部です

対象： 市民の皆様

講師： 古川きよみ氏 関口瑞穂氏

参加費： 無料

内容： ・骨盤底筋体操について ・うんこのはなし ・やってみよう！おむつ吸収実験
・排泄相談会

■関西中四国支部

イベント内容：特別電話相談周知のチラシの配布
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
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関する講演会・相談会
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10月10日(火)～12月9日(土)
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！！
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
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
いイベントを実施します。各県の予定は以下に記載。

【山口県】

日時：10月10日(火)～11月10日(金)
場所：特別養護老人ホームほしのさと(下松市生野屋南1-13-1)
内容：コンチネンスケアについて苑の新聞で啓発。特別電話相談の案内。

【福岡県】

日時：11月4日(土)10時～15時
場所：福祉用具事業所すごかハウスケア(福岡市東区香椎6-29-54)
内容：福祉用具展示や排泄にかかわる食品の紹介・提供。リフトをはじめと
した福祉用具体験、排泄相談会、骨盤底筋訓練指導。特別電話相談の案内。

【佐賀県】

日時：11月18日(土)13時半～16時
場所：いとうクリニック(鳥栖市轟木町1383)
内容：福祉用具展示や排泄にかかわる食品の紹介・提供。排泄相談会、骨盤底筋訓練
指導。特別電話相談の案内。

【長崎県】

日時：11月5日(日)10時～12時
場所：十善会病院 2階講堂(長崎市淵町20-5)
内容：オムツの使い方・スキンケア等の研修会開催。特別電話相談の案内。

【熊本県】

日時：11月8日(水)午後～
場所：健軍熊本泌尿器科(熊本市東区健軍3-50-1)
内容：排泄相談会。
日時：11月11日(土)11時～16時
場所：ヤマノテはじっこマルシェ(山鹿市山鹿1375)
内容：ヤマノテはじっこマルシェにて出店し排泄相談会、骨盤底筋訓練指導。特別電話
相談の案内。

【大分県】

日 時： 11月5日(日)10時～12時
場 所： 大分県介護研修センター(大分市明野東3-4-1)
内 容： 介護研修センター祭りにて、福祉用具展示や福祉用具体験、排泄相談会、骨盤底筋訓練指導。特別電話相談の案内。

【宮崎県・鹿児島県】

日 時： 10月26日(木)
場 所： 宮崎市中央東・憶北地区地域包括支援センター
(宮崎市新別府町久保田638-1)
内 容： サロンでコンチネンスケアについての研修会開催予定。
日 時： 12月9日(土)10時～11時半
場 所： 三股町総合福祉センター大会議室(北諸県郡三股町樺山3384-2)
内 容： コンチネンスケアの研修会開催。排泄相談会、排泄ケア企業展示・サンプル配布等。特別電話相談の案内。

■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
日 時： 2023年11月4日 14時～16時
会 場： 三原区公民館 (〒902-0063 沖縄県那覇市三原2丁目17-18)
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： 城間律子氏、大湾朝成氏、山下明美氏、大湾知子氏
参 加 費： 無料



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