

# 第7回コンチネンス月間・コンチネンス DAY

2022年11月1日～11月30日

共催：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：株式会社総合サービス ユニ・チャームメンリッケ株式会社  
キッコーマンニュートリケア・ジャパン株式会社 コロプラス株式会社  
寄付：テルモ・ビーエヌ株式会社 EAファーマ株式会社 富士システムズ株式会社

NPO 法人日本コンチネンス協会は、「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。コンチネンス(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、コンチネンス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「コンチネンス月間」、11月5日を「コンチネンス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7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、コロナ禍ではありますが各支部で工夫を凝らしながら様々な企画を致しました。

こんな時代だからこそ、明るく楽しく排泄ケアについて語り合いましょう♪

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。

## 全国各地のイベント（詳細は次ページ参照）

※新型コロナ感染状況によりましては、変更の可能性がございます。

- 【北海道支部】 「骨盤底筋体操」の普及
- 【首都圏支部】 「排泄に関すること」 市民公開講座 WEB
- 【長野県支部】 電話相談案内ティッシュ配布
- 【北陸支部】 コンチネンス協会、コンチネンスデイ、電話相談などの案内チラシ配布
- 【関西中四国支部】 協会及びコンチネンスデイ 特別電話相談等の活動周知チラシ配布
- 【九州支部】 「排せつで困らないために、知っておきたいオシッコとウンチの話」  
市民フォーラム
- 【沖縄県支部】 市民公開講座

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：2022年11月19日(土) 20日(日) 10時～16時

おこまりごと 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：「骨盤底筋体操」の普及活動

日時：2022年11月

テーマ：「骨盤底筋体操を知って、やって、予防しよう！」

対象：市民の皆様

新聞（全道版）「生活と暮らし」に「骨盤底筋体操」について記事を掲載し紹介する予定です。  
北海道支部ホームページにアクセスして、ご視聴ください。

視聴 URL：<https://continence.jp/>

### ■首都圏支部 【WEB 講座】

イベント内容：市民公開講座

日時：2022年11月13日（日）13:00～14:30

会場：WEB

テーマ：便秘の話

対象：一般

講師：西村 友希先生（川越同仁会病院）

参加費：無料

今年も首都圏支部コンチネンスデイのイベントが開催されます。コロナ禍で残念ながら画面越しでの集いとなります。以前のように、気楽にお会いして対面で語り合いたいですね…。

気を取り直して…今回のテーマは、「便秘」！ すっきり出すためのヒントが盛りだくさん！！  
企業さんからの製品紹介もあります。奮ってご参加ください！

申込み URL：

<https://docs.google.com/forms/d/1WjQJCNHib6ZYhpGJr3Xn3i2t-Dgc-ipH-kFXGaDJseA/>

### ■長野県支部

イベント内容：ティッシュ配り

日時：2022年10月1日（土）2日（日）

会場：SAKU メッセ

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：チラシの配布

日時：2022年11月中

会場：石川、富山の医療施設など

テーマ：コンチネンス協会、コンチネンスデイ、電話相談など案内

対象：医療従事者、一般市民

### ■関西中四国支部

イベント内容：チラシの配布

日時：2022年11月1日～30日

会場：関西中四国支部内の医療施設及びコミュニティセンター等

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：一般市民、医療従事者

排泄関連企業展示：チラシ後面にご協力いただける企業からのPR およびお問い合わせ先の記載  
(QRコード付き)

## ■九州支部【市民公開講座】

イベント内容： 市民向けフォーラム

日 時： 2022年12月11日(日) 13:00~16:00 予定

会 場： 福岡県大牟田市保健センター「らふる」 3階研修室 予定

テ ー マ： 排せつで困らないために、知っておきたいオシッコとウンチの話

対 象： 市民の皆様

講 師： 松下全巳氏(松下泌尿器科医院 院長)

今丸満美氏(NPO 法人日本コンチネンス協会 九州支部長)

種子田美穂子(大牟田市保健福祉部 福祉課 総合相談担当)

参加費： 無料

問い合わせ先：[tanedamihoko@ever.ocn.ne.jp](mailto:tanedamihoko@ever.ocn.ne.jp)

又は、大牟田市保健福祉部 福祉課 総合相談 TEL 0944-41-2672

(担当： 種子田美穂子 九州副支部長 )

排泄関連企業展示：(コロナ等の感染症の感染状況によって、展示を行えない場合は、昨年同様、ご協力をいただける企業様については、サンプルやパンフレットをご提供いただき、当日、当方でポイントを説明し、来場者に「お土産セット」として配布予定としています。)

大牟田市と共催で開催して7年目。講義だけでなく、ワールドカフェのような形で、市民の方々とグループワークを行い、そこで出た排泄についての疑問・質問・相談事について企業さまも含めて参加者全員参加型でアドバイスや意見をもらうような楽しい会です。

## ■沖縄県支部【市民公開講座】

イベント内容： 市民向けフォーラム

日 時： 2022年11月6日(日)

会 場： 西原町 琉球大学

詳細未定

新型コロナウイルス感染状況に応じて、今後も変更を余儀なくさせる場合がございます。ホームページで随時ご案内してまいりますので、ご確認ください。今年度はWEBでの企画もございますので、全国どこからでも参加していただけます。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



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: 青山 上田  
E-mail: [continence\\_month@jcas.or.jp](mailto:continence_month@jcas.or.jp)