発行日　平成２３年　１０月

会報第１００号《特別号》

NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

MANO a MANO

～「mano a mano」とはスペイン語で「手から手へ」という意味です～

会員の皆様へ… 御礼とお願い

当研究会理事長
公立昭和病院 内分泌・代謝内科 貴田岡 正史

当ＮＰＯ法人西東京臨床糖尿病研究会は糖尿病医療連携をはじめとする幅広い活動で東京都をはじめとする行政側のみならず、全国的にも高く評価されていることは皆さんよくご存じのことと思います。

本研究会が発足して四半世紀が経過いたしましたが、時代に先駆けて糖尿病医療連携を前提とした組織的な活動をはじめた近藤先生、伊藤先生をはじめとする当初の世話人の方々の先見の明があったからこそ当法人の現在があるといえます。しかし、この高い活動評価を実際に担っておりますのはひとりひとりの会員の方々とそれに協力していただける仲間の存在です。

当法人の事務局は皆さんのご協力を得ながら、活動の基盤を支えておりますが、主役は手弁当で種々の活動を担っている皆さんです。我々の活動の広がりとその高い評価は否応なく社会的、道義的責任を大きいものとしています。従って、これまで以上に活動の透明性、公平性とともにその継続性も重要となっています。幸いなことに、次世代育成プロジェクト、活動評価プロジェクトや企画委員会等の活動の成果もあって、比較的若い世代の方々も積極的に活動に参加してくださるようになりましたが、まだまだ不十分な局面も多いように感じます。

また、吉元委員長のもとで精力的に当法人の25周年記念誌の編集がすすめられております。その内容については勿論、個人寄付を受け付けておりますので資金的にも皆様のさらなるご協力をお願いいたします。

これから高齢者の糖尿病管理が非常に大きい課題となってきます。我々の活動内容も現状にあわせて変容していく必要があります。そのためには新鮮な発想と活性化された人的リソースが重要です。皆さんのご意見を生かすための仕組みづくりと新たな参加者の増加が期待されています。

次回の第50回例会の第２部で次世代育成プロジェクト（大野担当理事）、活動評価プロジェクト（辻野担当理事）および企画委員会（住友担当理事）の成果を発表していただく予定です。プロジェクト事業は一定の成果を上げておりますので皆さんのご意見を生かしながら見直しをすすめてまいります。企画委員会はここ一年で実質的な機能を果たし始め、当法人の将来計画を含めて、最重要課題への対応を担っております。是非、節目である第50回例会にご出席いただきご意見を賜りたいと考えております。ご協力をよろしくお願い申し上げます。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

Mano a Mano 100号までの様々な想い出

当研究会顧問
近藤医院 院長　近藤　甲斐夫

気がつけば、当会の最高齢医師になったとかで、重ねて来た馬齢に恥じ入るばかり、20年ほど前から、バトンタッチをお願いした貴田岡医師（公立昭和病院）を中心に、地域の主要医療機関の糖尿病外来医師、コメディカルの努力の積み重ねにより、今や全国的に知れ渡ったNPO法人の研究会となり、診療連携のあり方のお手本のように評価されています。

今回は失礼ながら、研究会発足までにたどった私の個人的記録を紹介させていただき、そろそろ世代交代の必要性が迫った会の運営の先生方に何かの参考になればと筆をとります。

東大医学部病院は10年ほど前まで、小石川に分院があって100年ほど続いたそうで、昭和35年、横浜市立大卒後そこでインターンを終了、即、内科（後の第四内科）へ入局。一般内科のベッドを担当し、学会での症例報告の指導などを受ける一方、午後は専門外来（心，高血圧，DM，甲状腺，リウマチ，心療内科など）の診療をローテーションで見学、担当する教育方針でした。当時は無給医局員と称して、他医の当直や検診などで生活するのが当然で、やがて大学紛争が起こって、同内科先輩の故広瀬寧先生のお誘いで、昭和45年頃から中野共立病院に勤務するようになり、そこでDMの外来診療、糖尿病協会活動への参加などを見学、昭和52年ごろ、小平市の公立昭和病院に、内分泌代謝専門外来新設のため、当時の故瀬戸律治副院長（東大分院外科の先輩）に迎えられ、それとなく小平の地に永住することになりました。

DMの外来診療は、何よりも患者教育が第一であり、高血圧や脂質異常症と並んで、初期自覚症がなく、進行して動脈硬化症や三大合併症が発症すると、もとに戻らないため、古い医療の「知らしむなかれ、寄らしむべし」というやり方では、到底まにあいません。日本の無料検診制度がもしも無かったら、平均寿命はずっと低くなっていると思います。

公立昭和病院着任、数年以内に院内DM診療チーム（内科，眼科医，ナース，管理栄養士，検査技師，ケースワーカーなど）を結成、DM初診者教室を立ち上げ、患者会の設立、協会への登録、インスリン自己注射の健保適応運動参加などをスタートさせました。昭和57年9月思うところあって、西武新宿線・花小金井駅付近に開業、定期通院や毎回の血糖検査を継続させるため早朝7時ごろから診療するのを何年も続けています。午後はすべて患者教育や往診などの時間とし、CDE（ナース，管理栄養士）の活躍の場となります。

NPO法人の理事の先生方は、会員がすべて勉強会に出席しやすいように公報を出したり、CDEの必要性を日本DM協会が模索しているころLCDEの教育システムを確立したり、管理栄養士の派遣チームを作ったり、その功績は枚挙にいとまがありません。

「患者さんのために･･･」というモットーが、これからも消えないよう、常に原点に立って頑張りましょう。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

病院連携を「阻害する因子」を知ろう

当研究会監事
伊藤内科小児科クリニック 院長　伊藤 眞一

病診連携の現状

「西東京臨床糖尿病研究会」を昭和61年に設立した目的の1つに「病診連携」をスムーズに行うためのシステム作りがあった。筆者のクリニックでは糖尿病診療が全て完結することができないので、さまざまの連携がなされている。2011年7月1ヵ月で、糖尿病患者747名来院したがそのうち53名（全体の7%）が他院と連携していた。網膜症、末期腎症、単一神経障害などの三大合併症の進行例、壊疽、虚血性心疾患、脳卒中、認知庄、糖尿病妊婦の管理、全て医療連携で対処したことが判明した。最近増加著しいのは、癌の発見のためのものと、不眠症を含めた心療内科への紹介であった。

同一診療を行っても医療規模で窓口負担金が違う

先生方は御存知であろうが、200床以上の「病」では「診」と同一診療を行っても窓口負担金が半分であることを！！その理由が医学管理料（特定疾患療養管理料や生活習慣病管理料）が「病」では算定できないからと、患者の質問に答えられるであろうか？「病」から「診」に患者が移りたがらない理由の大きな部分がこれであることを！！

保険者は医療連携を嫌う

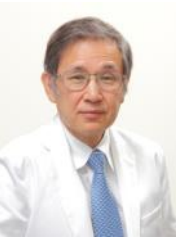
保険者（都・市町村、及び公務員の共済組合、各企業）はなるべく「一疾患、一医療機関の通院」を推進している。糖尿病患者が糖尿病で「診」と「病」の双方で管理する併診を良しとせず、ひどい場合は保険者から患者に注意文書が郵送されることがある。また同一月に2つの医療機関で在宅自己注射指導管理料をそれぞれ算定することができないのでインスリンの手持ちがなくなり、「診」で処方してもらう場合、保険制度上問題がおこる。

その他 ①糖尿病教室、患者会、他科へのコンサルタント業務などで「病」専門医が余りにも忙しいこと ②インスリン導入後患者を「診」に今後の管理をお願いする時「診」では保険請求方法がわからない、SMBG（貸与）測定器の機種が「病」と異なる場合 ③「病」でも「診」でも文書交付や要カルテ事項が多く、診療の他の事務量が増加しているし、診療情報提供料を算定基準通りに行うと多大の労力を必要とする。・・・なども阻害因子となっている。

西東京の先生方の活躍こそ、病診連携が成功することにか欠かせないことなので、上述の阻害因子を理解し患者さんに対応していただければと思い投稿した次第である。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

会報100号発行によせて



当研究会理事長
公立昭和病院 内分泌・代謝内科 貴田岡 正史

当研究会は任意団体として昭和61年に設立され、本年設立25周年を迎えたわけですが、NPO法人として東京都に認証され、あらたな出発をしたのは今から9年前の平成14年10月でした。このとき法人化手続きを中心的にすすめていた関係もあり、皆さんの推挙で私が理事長として法人の直接運営に責任を持つことになりました。当時は現在に比較すると直接事業が3つ、間接事業が14と格段に事業規模は小さかったのですが、年2回の例会に加えて西東京糖尿病療養指導士制度が軌道にのりつつあり、事務局の充分な機能を担保することが、最重要課題でありました。

当時、後日初代事務局長となる松井さんが雑務を一手に引き受けてくださっておりました。例を挙げると法人事務局開設にあたっては、事務局の場所さがしから始めてくれていました。このような状況でしたが、法人組織として機能していくには会員間の情報の共有をどのように実現していくかが喫緊の問題でした。同時進行で会報とhomepageの充実を図ること理想でしたが、まず最初に、会報の発行を優先することにいたしました。

第１号の発行は平成15年の6月でした。恒常的な事務局開設予定が同年8月でしたので、事務局の賃貸契約や事務局員募集と採用の時期と重なり松井さんは多忙を極めていました。その中で彼女のご努力により、当初よりきちんとしたものを作成していただけた事が会報の基礎固めとして大変役に立ちました。同年8月には予定通り、事務局が非常勤職員2名（北条さん、渡辺さん）の体制でスタートしました。その結果、新しい事務局メンバーにより平成15年8月号として会報第2号が発行され、以来毎月休むことなく会員の元へ郵送されるようになりました。白黒印刷に比較すると格段に費用がかかることになりますが、会報の重要性を考慮してカラー印刷とし、皆さんにできるだけ読んでいただけることに配慮いたしました。

皆さんのご協力と事務局担当者の努力により、会報は発行回数を重ねるごとにその内容が充実していきました。そうした状況のもとでさらに会報の浸透を図るため愛称をつけることが提案されました。検討の結果会報の愛称の必要性が認められ、平成16年3月号（第9号）に名称募集の公告を掲載いたしました。多数の応募がありましたが、選考の結果、スペイン語で「手から手へ」を意味する「MANO a MANO」が会報の愛称に決まり、早速、平成16年4月号（第10号）より使用され、現在に至っています。

現在、当法人は設立当初と比較するとその事業規模は飛躍的に拡大し、5つの直接事業と20の間接事業および3つの支援事業にわたっていいます。研究会、セミナーなどのイベントの開催数は年に65回、参加者数は直接事業2200人、間接事業2300人で延べ4500人が参加しております。このような現状を踏まえて、会報第100号の発行を機会に広報委員会（植木委員長）で検討していただき、内容をリニューアルすることになりました。

この会報がさらに情報発信力を高めることにより、益々会員の皆さんの情報共有の場として活用されることを期待いたします。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

Mano a Mano　100号記念

当研究会副理事長
東京医科大学第三内科　教授
八王子医療センター医療情報室長　植木 彬夫

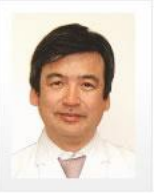
当研究会の活動目的の大きな柱が、地域における糖尿病治療のスキルアップです。糖尿病にかかわる医師やコメディカルに対し等しくその知識や技術を啓蒙し、経験や習得したことを共有化することにより西東京の地域において糖尿病治療のレベルをあげ、この地においていくらかでも糖尿病に起因する網膜症や腎症、脳梗塞、壊疽など減少に役に立てるようにさまざまな活動を展開してきました。

会報の「Mano a Mano」は本研究会のホームページとともにイベントや講習会などのお知らせや、報告を99回に渡り続けてきたことになります。この間事務局の職員の皆様に感謝します。

今回100号を迎えるに当たり、広報委員会を立ち上げ誌面を新たに更新することにしました。毎号、会員の皆様からの言葉や、Q&Aの欄を設け情報の一方方向を双方向にあらため、今まで以上に会員間の交流が深まるようにより新鮮な誌面になればと思っています。

西東京臨床糖尿病研究会の大きな魅力は、様々な職種や施設の壁を乗り越えて人と人が糖尿病療養のためにまさに手を繋いでいることです。イタリア語のManoは手という意味でMana a Manoは手と手で、手を繋ごうという意味をもたせています。当研究会の基本はこの地域の糖尿病療養にたずさわる人々の連携を目指すことです。これからも「Mano a Mano」が皆様を繋いでいく手になるようになることを祈ります。

短かったこの25年



当研究会副理事長
医療法人ユスタヴィア理事長
クリニックみらい国立 院長　宮川 高一

今年は西東京臨床糖尿病研究会が発足して25周年、会報誌「Mano a mano」が創刊されて100号と記念すべき年になりました。私事ですが、私どもも新しいクリニックを開設したエポックメーキングな年になりました。

この研究会は、小平市医師会の近藤甲斐夫先生、府中市医師会の伊藤眞一先生が病診連携をテーマに、昭和61年に発足しました。それから25年経ち、いまでこそ「病診連携」が旬なテーマとして、全国津々浦々で取り組まれていますが、その先駆けとなった素晴らしい取り組みであったからこそ、ここまで発展してきたと思います。若い頃、国分寺の「格さん助さん」というもう廃業された店で毎回世話人会があり、激論を交わしたこともよい思い出です。

NPO法人化には貴田岡先生の執念ともいえる努力があり、ここまで発展してきました。そして会報誌がカラーで定期的に出される組織に発展しています。会報誌というのは、最初は皆の熱意で発行できるものなのですが、だんだんと不定期化し、さらに廃刊に追い込まれるということも稀ではありません。「継続は力なり」といいますが、確実に毎月発行している広報委員会委員長植木彬夫先生と事務局の方々には本当に頭の下がる思いです。今後の課題は「巻頭言」「研究会報告」「研究会情報」のみでなく、生の会員の声をもっと掲載できればいいなと思います。今回の新企画である「Q&A」コーナーに期待しています。

現在本研究会は次世代への継承が具体的課題となっています。次世代育成プロジェクトも活発に活動していますが、本会誌が定期発行されていくことが、次世代へのもっとも確実な「橋渡し」の一つであると考えています。本当に25年なんてあっという間だなあと感じています。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

100号発行への祝辞と今後の期待

当研究会理事
杏林大学医学部第三内科 主任教授　石田 均

この度は「Mano a Mano」の発行が100号を迎えることとなり、誠におめでとうございます。NPO法人の会報誌として、いつも有用な情報を発信して頂いております。

この8年余りのなかで、糖尿病診療に関わるチーム医療の重要性が今まで以上に明確になって来ています。私も現在、日本糖尿病学会の「食品交換表」編集委員長としてその改訂作業を進めるなかで、日本人の病態に合った食事療法のあり方を模索しています。なかでも、ひとりひとりにおいて多様化するニーズに応じ得る柔軟性を、食事療法の指導に新たに盛り込むことも大切なポイントと考えています。そして一つの方策として、私達は食事のなかの糖質量を正確に知ることで、食後の血糖値の安定化や、インスリン療法での投与量の設定が容易になるカーボカウントの考え方を、よりわかり易い方法で「食品交換表」による指導のなかに組み込むことを提案しています。この様な新たな情報を交換する場としても、今後とも「Mano a Mano」が果たす役割が益々広がることを期待しています。今後は日常診療において糖尿病療養指導の活動を進めるなかで、日本全国のそれぞれの地域で活躍中のLCDEの人々との間での相互の情報交換の拡大や知識の共有化、さらには日本糖尿病協会などの関連組織との連携の推進などの多くの課題の解決にも、この会報誌の活用が図られるべきかと考えます。
次のステップとしての200号への長き道を、大いなる期待とともに私自身も歩みたいと思います。

患者さんと医療者の絆

当研究会理事
かんの内科 院長　　菅野 一男

平成23年9月17日土曜日に、第27回東糖協多摩ブロック糖尿病教室が開催され、野火止会ともろこし会の患者さんが糖尿病体験談を話されました。お二人とも、前の担当医とはしっくりいかず、近藤先生と高村先生に出会ってやっと糖尿病と折り合いをつけながら生きていけるようになったと話されました。近藤先生と堀口婦長さんが相談にのりながら、患者さんが自分の頭で必要なインスリン注射量を考えられるようになっていく様をありありと描写され、また、糖尿病があり、高村先生がいたから85歳まで元気に楽しく生きていられると言っておられ、二人の先生、スタッフが、糖尿病を通じて患者さんの人生に深くかかわり、患者さんたちの主治医に対する信頼があって、糖尿病診療が続けられるようすに会場の患者さん、医療者はシーンとなっていました。

近藤甲斐夫先生、伊藤眞一先生が西東京臨床糖尿病研究会を作られてから、現在のような大きな組織に発展してきていますが、患者さんと医療者の絆がこの研究会の原点です。この絆をいろんな機会に感じることができるという点で、西東京に所属する私たちは非常に恵まれていると日々感じています。

「Mano a Mano」も100号を迎え、200号に向かって、さらに患者さんと医療者、医療者同士の結びつきをさらに強くする一助となることを祈念しています。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

雑感

当研究会理事
高村内科クリニック 院長　高村 宏

最近当院の初診糖尿病患者さんに、すでにDPP4阻害薬が処方されていることが増えてきています。インクレチン関連薬とビグアナイドの用量見直しが最近のトピックですが、インクレチン関連薬の普及は相当な拡がりを見せています。一方、相変わらず糖尿病手帳を渡されている患者は少なく、定期の眼科受診や栄養指導を受けている患者も少数で、運動療法に至っては殆どが指導や処方を受けていません。

NPO法人西東京臨床糖尿病研究会に所属する会員の施設や部署では、当然のように行われていることが、一歩外では全く異なるということが現実なのです。メーカー主催の講演会は、毎日のように開催され、GPに対する情報の出方にも偏りがあります。西東京臨床糖尿病研究会が発足した当初、近藤甲斐夫先生は底上げの必要性を盛んに訴えていたと記憶しています。

NPO会員は内部で研鑽を積む機会も多く、他施設との交流も盛んです。我々はNPOで得たことを、今まで以上に外に向かって発信しなければいけない時期にきていると感じています。最近医師会とNPOのコラボ企画がいくつか始まっています。企業対象の一次予防の企画も計画段階にあります。施設や地域で実情が異なりますから、相当きめ細かな取り組みが必要となりますが、大切に育てていきたいところです。

「Mano a mano」は会員の情報共有に大変有用です。「Mano a mano」を通して、底上げ成功事例が報告されることを期待しています。

100号発行おめでとうございます

当研究会監事
武居小児科医院 院長　武居 正郎

昭和45年に大学を卒業し、そのまま小児科医局に入りました。野戦病院的な病院で1年に1～2人初発のⅠ型糖尿病小児が糖尿病のケトアシドーシスで担ぎ込まれ、その度に、徹夜で治療しました。昭和51年に武蔵野日赤に数年の予定で赴任し、木曜日の午後は大学で糖尿病の外来をする事となりました。日赤での診療が私の肌に合い、大学に戻りなさいと３回言われたのですが断ってしまいました。そんな折に内科の伊藤眞一先生に立川で慶応大学の片岡先生の講演会があるとの誘いを受け参加したのが西東京臨床糖尿病研究会との係わり合いのきっかけです。

Ⅰ型糖尿病に対しての診療、治療はこの40年間にすごく変わっています。GAD抗体測定による診断、インスリンも豚、牛からの製剤から、遺伝子組み換えへ、R，Nから超速効型、持効型へ、バイアルからペン型注射器へ、一日1～2回の注射が頻回注射へと変化しています。食事も制限食から年齢相当の食事へ、糖質の量に応じたインスリン量でカーボカウントの導入。シャツの上からインスリン注射をしても良いなどです。患者さんの心がこのように進歩しているとは思えません。

そこで、各病院の枠を超え、医者、看護師、栄養士、薬剤師、保健士、検査技師、心理士などの皆さんが、技術面だけでなく、糖尿病劇場など患者さんの心、家族の事も含めそれぞれがものすごく熱心に治療に取り組んでいるこの研究会はますます活動が盛んになり発展すると確信しています。

◇◇創刊100号に寄せて◇◇

「MANO a MANO」100号発行に寄せて

当研究会理事
三菱京都病院 院長補佐　中野 忠澄

平成15年6月の創刊以来8年と4か月の歳月を懸けて本会報誌は、100号発行を数えるに至ったのですね。身内ではありますが、おめでとうございます。

本会報誌のネーミングについては、たくさんの候補があったのでしょうが、最終的に決まった今の「MANO a MANO」（手から手へ）っていうのは、とってもいいですね。素晴らしいネーミングだと当時感心したことを覚えています。そして、中身も読みやすく、情報が盛り込まれており、手軽な会報誌として重宝されてきたのではないかと思います。

巻頭言を書かせていただいたことも何回かありました。おそらく、本誌を創刊号から100号までを通して読むと、この研究会の実際の活動状況やその時々のトピックスも、まだ短期間であるとはいえ、本研究会の営みを映し出す「歴史」として読み取ることができるでしょう。

そうしたなかで、会誌の中にこれまでも存在し、これからも欠くことのできないものは、今や古典ともなりつつある、あまりにも有名なサミュエル・ウルマンの「青春譜」の精神ではないでしょうか。これまでの「青春」に加えて、101号以降はさらに「成熟」も併せ持つという芸当もこなしながら、本誌がますます充実したものになっていってほしいと思います。情報のみならず、医療者一人一人が話し書き記す言葉の持つ普遍的な意味と力が読者の心に沁みこみ、本誌「MANO a MANO」がますます広く読まれ、糖尿病医療に携わる人たちの拠り所になっていくことを願っています。

会報100号発行によせて

当研究会理事
東京都立多摩総合医療センター 内科 西田 賢司

今回会報誌「Mano a Mano」が100号を迎えることになったことは、誠に喜ばしいことです。これも皆さんのご支援があってのことと感謝申し上げます。

西東京臨床糖尿病研究会は2002年にNPO法人化され、それまでにまして大勢の様々な職種の方々に参加の場を設けることになりましたが、一方で医師を主な対象としたスキルアップセミナーをあらためてスタートさせることとなりました。

手探りで始めたセミナーの当初のプログラムは、日曜日1日がかりで糖尿病についての一通りの基礎から最新までの知識を講義し、最後に参加者による症例検討というものでした。一通りの知識も得られ、症例検討もなかなか好評でしたが、なにぶん1日がかりで、参加者数は伸び悩み、事務方や手伝って下さる方々の負担も少なくなく、見直しが必要となりました。

その中、昨年西多摩地区の医師会の方から高村先生を通して、スキルアップセミナーを西多摩地区でやって欲しいとのお話があり、昨年10月に医師会とのタイアップという形での初めてのセミナーを開催し、大勢の参加者を得てまずまずの成果を得られたのではないかと思います。

その後、今年3月13日、大震災直後ではありましたが、南多摩地区で第2回を、今年はこれから3回のセミナーを地元の医師会などとの協力で開催予定としています。

本会が、地域の糖尿病医療にますます貢献できるように努力して参りたいと思いますので、これからもよろしくお願い申し上げます。

研究会等の実施報告

第10回 西東京ＣＤＥ研究会総会

平成23年7月23日（土）ルミエール府中にて開催されました。

当研究会会員　立川相互病院　　森 瞳

7月23日に「第10回西東京CDE研究会総会」をルミエール府中にて開催しました。今回のテーマは「糖尿病のチーム医療の在り方」と題し、各職域からの講演やパネルディスカッションを行いました。

第1部では、第10回という節目に相応しく、貴田岡正史理事長より「糖尿病療養指導士の果たす役割」について基調講演をいただき、西東京臨床糖尿病研究会の発足から西東京CDEの養成、地域における多くの活動を改めて知ることができました。一般講演では、薬剤師・管理栄養士・看護師・臨床検査技師・健康運動指導士の5職種の先生方よりチーム医療における役割、参画のしかたや他職種との連携、患者さんを中心とした療養指導についてお話していただきました。

第2部は、医療ジャーナリスト福原麻希先生をお招きし、「ジャーナリストの立場から見る糖尿病のチーム医療の在り方」と題した特別講演でした。「チーム医療」に関する数多くの取材や「チーム医療推進協議会」での活動を通して、私たちメディカルスタッフに向けたジャーナリストという視点からの考えや提案をお話していただきました。チームでの役割、円滑な連携を実現するためのコミュニケーションスキル「感情を出さない」「憶測で言わない」「相手をノックアウトしない」など、先生の言葉の一つ一つに惹き込まれていく参加者の真剣な眼差しが印象的でした。

今後のCDEの活動に生かしていきたいエッセンスをたくさん学べたことと思います。

第3回 東京臨床糖尿病運動療法研究会

平成23年7月29日（金）武蔵野公会堂ホールにて開催されました。

平成23年7月29日に武蔵野公会堂ホール「第3回東京臨床糖尿病運動療法研究会」が開催され、前回に続き180名を越える多数の参加者がありました。

当番世話人の緑風荘病院院長 酒井雅司先生の総合司会にて、代表世話人の東京医科大学第三内科教授 植木彬夫先生より開会挨拶、「高齢者糖尿病患者の監視型・非監視型の運動療法」をテーマに、「非監視型」を緑風荘病院 理学療法士 青木慶司先生より、「監視型」を北里研究所病院 健康運動指導士 渡辺雄一先生より、症例交えて指導と実践法をわかりやすくご講演頂きました。

後半では、筋肉研究の権威である東京大学大学院総合文化研究科・新領域創成科学研究科教授 石井直方先生より「生活習慣病の予防・改善のための筋肉トレーニング」の演題で糖尿病における筋肉維持の重要性について判りやすく、直ぐにでも実践したくなる役に立つご講演を頂きました。

最後に次回当番世話人のHECサイエンスクリニック 調進一郎先生より閉会挨拶にて、大盛況のなか研究会は終了いたしました。

研究会等の実施報告

第25回　糖尿病食を作って食べて学ぶ会

平成23年7月29日（金）立川市女性総合センターアイム、
8月30日（火）ルミエール府中にて開催されました。

当研究会評議員
管理栄養士　飯塚 理恵

第25回糖尿病食を作って食べて学ぶ会（調理実習）を7月29日（金）立川、8月30日（火）府中で開催し、夏の日差しの暑い中、計36名の参加がありました。

今回はパンを主食にし、夏野菜を使った作り置きも出来る料理、チキンソテーラタテュイユソースとコーンサラダ、ビスコッティを実習しました。また、レクチャーでは小麦と小麦粉の種類について説明しました。今回リクエストが多かった焼き菓子に初めて挑戦しました。今回実習したビスコッティはふすまを使用し食物繊維を多くしました。参加者からは少量でも満足出来るお菓子と好評で、自宅でも作ってみたいとの声が聞かれました。

【今回のメニュー】
◎パン2種
◎チキンソテー
　ラタチュイユソース
◎コーンサラダ
◎ビスコッティ
　（固めの焼き菓子）
◎コーヒーか紅茶

次回第26回糖尿病食を作って食べて学ぶ会は10月25日（火）、11月25日(金)に開催します。実習終了後にサンスター共催の歯磨き教室も予定しています。対象となる患者様がいらっしゃいましたら是非お声掛け下さい。詳細は事務局へお問い合わせ願います。

◇◇新コーナー「教えて！糖尿病Q＆A」◇◇

教えて！糖尿病Q&A

質問者：匿名[看護師]

Q. GLP-1受容体作動薬のリラグルチド（商品名:ビクトーザ）とエキセナチド（商品名:バイエッタ）の違いについて教えて下さい。

A. **回答者：多摩総合医療センター　佐藤文紀**

同じGLP-1受容体作動薬である、リラグルチドとエキセナチドですが、これらは性質の異なる薬剤であるといえます。

まず、リラグルチドについてですが、リラグルチドはヒトGLP-1とのアミノ酸配列の相同性が97%と高い薬剤です。半減期が13時間と長く、1日1回の投与となっています。保険診療上併用薬として認められているのはSU薬のみですが、リラグルチドの単剤投与も可能です。

次に、エキセナチドについてですが、エキセナチドはアメリカオオトカゲの唾液腺から発見されたペプチドで、ヒトGLP-1とのアミノ酸配列の相同性は53%となっています。半減期は3～4時間であるため、1日2回の投与が必要です。保険診療上は、SU薬との併用が必要で単剤投与はできませんが、ビグアナイドやチアゾリジンとの併用が認められています。

さて、これらの臨床的な効果ですが、一般的にエキセナチドの方が食後血糖を抑える効果が強いとされています。しかし、リラグルチドも食後血糖を抑える効果が弱いとはいえず、またLEAD(Liraglutide Effect and Action in Diabetes)-6試験では、リラグルチドの方がエキセナチドよりもHbA1cや空腹時血糖を有意に改善させており、実際の血糖改善効果は今後の検討課題といえるでしょう。両者とも、最もよく出現する副作用は消化器症状（嘔気、嘔吐、下痢、便秘など）です。アミノ酸配列の相同性の違いからか、エキセナチドの方が消化器症状が強い傾向にあるようですが、逆にいえば、エキセナチドでより食欲を抑える効果が期待できます。

事務局からのお知らせ

「教えて！糖尿病Ｑ＆Ａ」では、会員の皆様方より、糖尿病療養指導における悩みや質問を随時、メールにて募集致しております。採用された方のご質問に当研究会の先生方が紙面にてお答えします。
下記メールアドレスへ、お名前（匿名可）、職種をお書き添えになり、ご質問・お悩みをお寄せください。（※ただし、直接メールにてご質問にお答えすることはありません。）皆様からの「現場の声」をお待ちしております。

◎ご質問はこちらのメールアドレスへお願いします。（受付専用）⇒ qanda@lagoon.ocn.ne.jp

研究会他のお知らせ

◆直接事業 ◆間接事業 □その他

◆ 第２２回 武蔵野糖尿病医療連携の会　（※お申し込みは不要です。）

開催日：平成２３年１０月１５日（木）１７：００～１９：００
場　所：ザ・クレストホテル立川４階「桜の間」（ＪＲ中央線「立川駅」下車 南口徒歩７分）
テーマ：『高齢化社会のインスリン治療～入口と出口を考える～』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：２単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：0.5単位申請中
☆日医生涯教育制度：２単位申請中（カリキュラムコード 5.10.15.76）
参加費：医師　１,０００円　　医師以外　５００円
※会終了後、意見交換の場をご用意しております。

◆ 第１２回 西東京ＥＢＭをめざす糖尿病薬物治療研究会　（※お申し込みが必要です。）

開催日：平成２３年１０月２２日（土）１５：００～１７：５５
場　所：国分寺駅ビル　８階　Ｌサロン（飛鳥）（ＪＲ中央線・西武線「国分寺駅」下車）
テーマ：『ＳＵ薬とＢＧ薬について見直す』
☆日本医師会生涯教育制度：２単位４カリキュラム（対象カリキュラムコード：2,5,10,13）
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：２単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：0.5単位
参加費：医師　１,０００円　　医師以外　無料
申込み：同封のお申込用紙にて、ＦＡＸ（03-5574-9970）でお申込み下さい。

◆ 第８回　南多摩糖尿病教育研究会　（※お申込が必要です。）

期　日：平成２３年１０月２７日（木）１９：１０～２１：１０
場　所：日本医科大学多摩永山病院　Ｃ棟２階　第１集会室
（東京都多摩市永山１－７－１）（※駐車場は有料です。）
テーマ：『カーボカウント・糖質制限について』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：２単位
参加費：５００円（軽食をご用意します。）
申込締切：１０月２１日（金）
申込み：同封のお申込み用紙にて、ＦＡＸ（042-362-1602）でお申込みください。

□ 第１２回 糖尿病予防講演会　（※お申し込みは不要です。）

期　日：平成２３年１０月２９日（土）１４：００～１７：３５
場　所：前進座劇場（ＪＲ線・京王線「吉祥寺駅」下車　公園口徒歩１２分）
テーマ：『糖尿病と上手に付き合うコツ教えます』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：２単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：１単位
参加費：無料（どなたでも参加出来ます。）

研究会他のお知らせ

◆直接事業 ◆間接事業 □その他

◆ 第１６回 糖尿病療養担当者のためのセミナー（※お申し込みが必要です。）

開催日：平成２３年１１月３日（祝）９：５０～１８：００
場　所：東京経済大学　国分寺キャンパス（ＪＲ線・西武線「国分寺駅」下車 南口徒歩１２分）
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：５単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：２単位
参加費：５，０００円（弁当代含む）
申込み：当会ＨＰより申込書をダウンロードのうえＦＡＸ（03-5574-9970）にてお申込み下さい。

◆ 第１０回 西東京糖尿病心理と医療研究会 ワークショップ開催（※お申し込みが必要です。）

開催日：平成２３年１１月５日（土）１７：００～２１：００
　　平成２３年１１月６日（日）　９：００～１３：０５
場　所：多摩永山情報教育センター（京王線・小田急線「永山駅」下車 徒歩５分）
テーマ：『寸劇を通して学ぶ心理的アプローチ』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：１０単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：２単位
参加費：医師 ７，０００円　　コメディカル ４，０００円（宿泊費別途８，０００円）
※宿泊、通いのどちらでもご参加頂けますが、原則、２日間でのご参加となります。
定　員：４５名（定員になり次第、締め切りとなります。）
申込み：同封の申込用紙にて、ＦＡＸ（042-362-1602）でお申込み下さい。

□ 糖尿病診療－最新の動向［医師・医療スタッフ向け研修会］

第１７回　福岡会場　　（※お申込みが必要です。）

期　日：平成２３年１１月６日（日）９：４５～１６：００
場　所：エルガーラホール　７階　多目的ホール（福岡県福岡市中央区天神1-4-2）
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：７単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：１単位申請中
参加費：１，０００円
申込締切：１１月２日（水）
申込み：糖尿病ネットワークのホームページよりオンラインでお申込みください。
http://www.dm-net.co.jp/event/index.php

◆ 第２５回 多摩糖尿病チーム医療研究会（※お申込みが必要です。）

期　日：平成２３年１１月１７日（木）１９：００～２１：００
場　所：ルネ小平　中ホール（西武線「小平駅」下車　南口徒歩３分）
テーマ：『在宅ＮＳＴ～シームレスな医療と介護を～』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：２単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位＜第２群＞：0.5単位申請中
参加費：５００円（軽食のご用意があります。）
申込締切：１１月１０日（木）
申込み：同封の申込用紙にて、ＦＡＸ（042-527-2360）でお申込み下さい。

◆ 西東京臨床糖尿病研究会 第５０回例会　（※お申込みは不要です。）

開催日：平成２３年１１月２６日（土）　１５：００～１８：３０
場　所：パレスホテル立川・ローズルーム（ＪＲ中央線「立川駅」下車・北口徒歩３分）
テーマ：『合併症治療はどこまで進んでいるのか？』
☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：７単位
☆日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：<2群>１単位申請中
参加費：当会会員無料（一般：１，０００円）　※詳細は同封のパンフレットをご覧下さい。

ＮＰＯ法人　西東京臨床糖尿病研究会　事務局
〒185-0012　国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山№3-802号
TEL：042(322)7468　FAX：042(322)7478
http://www.nishitokyo-dm.net　Email:w_tokyo_dm_net@crest.ocn.ne.jp