



# 臨床糖尿病支援ネットワーク 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

糖尿病患者とACP  
～第8回看護を語る会の開催を通して～

【当法人評議員】  
公立昭和病院

松本 麻里 [看護師]

2023年2月4日に第8回看護を語る会がWeb開催された。コロナ禍のなか、約3年ぶりの開催であった。看護を語る会の立ち上げを思い出してみると、そのきっかけは「先人の知」を知るであり、いろんな年代の糖尿病患者に関わる看護師が、膝をつき合わせながら自己の看護観や、患者に対する思いを存分に語り合おう、というものだったと記憶している。患者さんにも参加していただき思いを語っていただいたり、親子で共演し、思いを伝えあったり、振り返ればいろんな試みを形にしてきた。そしてコロナが舞い降り、日本中に外出制限という見えない帳が降り、あつという間に医療者も患者も疲弊してしまったが、大きな8つの波を乗り越えてやっと明るい兆しが見えてきた、そんな矢先の「第8回看護を語る会」であった。定員60名という枠の中、事前参加申し込み者60名、北は北海道から南は九州まで、どこからこの会の存在を知ったの？と聞きたくなるような地域からも参加申し込みがあった。

題材は「地域で暮らす糖尿病患者を支えるACP(エンドオブライフケア)」で、基調講演に糖尿病患者のACPシステム構築を実践されている、京都府立医科大学付属病院の肥後 直子先生をお迎えした。患者さんとのエピソードを交えた「ACPの考え方、実践、評価の仕方」は大変興味深く、胸を打たれる内容で、この考え方、システムが世に出たら、それぞれの臨床の場での多様な展開が今から期待されるだろうな、と期待が膨らむ内容であった。また、シンポジウムでは訪問看護でのACP、クリニックでのACP、大学病院でのACP、をテーマとし、3人の先生にそれぞれの経験、そして実践されたACPのお話を伺うことができた。「きっとこの3題は、涙無くしては聴けないだろう」と会の前から懸念していたが、やはり、涙腺を大いに刺激されることとなった。中でも「私は何もしていない。だから(亡くなった患者さんの家族に)ありがとうございましたと言われると、なぜお礼をと言われるのかがわからず困惑した」というお話は、患者さんや、患者さんのご家族からしたら「弱っていく患者を抱え、どうすることもできずにいたつらい時間、つらい思いから、一生懸命に仕事の時間も構わず自分たちのために助けてくれた看護師」という存在なのだから「ありがとう」という言葉がでて当然でしょう、と聴講者の誰もが思ったことだろう。また、あるお話は自分の命が終えるその時まで、自分のできることを探し、少しでもそのことをやり遂げることで、生きていることを実感し、感謝され、静かに生涯を閉じられた患者さんの「これぞACP」というお話など、心に残るお話をたくさん聴講することができた。会そのものはとても盛会だった。

糖尿病患者とACPを考えると、糖尿病で亡くなる患者さんはほとんどいないが、患者さんとの長年の関りの中で、人生の岐路に立った時に患者さんが自分の考えを持ってその道を選び、自分でいくつかの選択肢がある中から、後悔のないように死を迎えられるよう主体性を持って日々生きられるよう、患者さんの思いを聴いて聴いて、聴く時間が私たち医療者にはあるんだな、これは幸せなことだな、と深く思ったのでここに記す。

読んで  
単位を  
獲得しよう

西東京糖尿病療養指導士(LCDE)は、更新のために5年間に50単位を取得する必要があります。本法人会員は、会報「MANO a MANO」の本問題及び解答を読解された事を自己研修と見做し、**1年につき2単位**(5年間で10単位)を獲得できます。毎月、自分の知識を見直し、日々の療養指導にお役立てください。  
(「問題」は、過去のLCDE認定試験に出題されたものより選出、一部改変しております。)

**問題** ● 次の文章を読んで以下の質問に答えてください。

70歳、男性。妻と2人暮らし。15年前に2型糖尿病、10年前に高血圧症と診断された。週3回程度、建築現場で働いている。薬物療法(BG薬、DPP-4阻害薬)を継続し、ここ数年はHbA1c 7.5%から8.5%で経過していた。降圧薬は服用していない。  
【身体所見】身長170cm、体重75kg、筋肉質。血圧158/70mmHg、脈拍 60/分、整。両側前脛骨部浮腫あり、128Hz音叉振動覚(内踝)6秒/5秒、両側アキレス腱反射消失  
【検査所見】空腹時血糖値160mg/dL、HbA1c 8.7%、血清カリウム 3.8 mEq/L、血清クレアチニン 1.7 mg/dL、eGFR 40mL/min/1.73m<sup>2</sup>、尿糖(-)、尿蛋白(3+)、尿ケトン体(-)、尿蛋白定量6g/日  
【合併症】網膜症あり、大血管障害の既往なし  
この患者について誤っているのはどれか、1つ選べ。

1. BG薬の1日最高投与量は750mg/日である
2. 蛋白制限は75g/日とする
3. 塩分制限は6g未満/日とする
4. 少量のアンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬を開始する
5. eGFRは低めに評価されている可能性がある



## 報告

## 第13回ブルーライトアップ スカイトワー西東京

日時:令和4年11月12日(土)  
スカイトワー西東京

[当法人業務執行理事] 国家公務員共済組合連合会 立川病院 矢島 賢 [医師]

新型コロナウイルス感染症第8波が迫る中、第13回ブルーライトアップスカイトワー西東京が令和4年11月12日土曜日にスカイトワー西東京で開催された。令和元年11月に前回12回が行われてから実に3年ぶりであった。感染対策を十分に行ったうえでの集会や海外渡航が認められた昨今の社会情勢を鑑み、本会はハイブリッド形式にて開催することとなった。また演者をお二人からお一人に変更し開催時間を短縮した。

北里大学北里研究所病院の山田 悟先生をお招きし「美味しく楽しく食べて健康に！～科学的根拠に基づく食事法・ロカボのすべて～」という演題でご講演いただいた。ロカボとは糖質制限であるが、制限(→マイナス要素)というよりむしろタンパク質や脂質(質の良い脂質(過酸化脂質やトランス脂肪酸など)を除く)を十分に摂取する「食事トレーニング」(→プラスの要素)であるとお話しされたことが印象深かった。またそれがいかに容易ではないことを山田先生ご自身が経験されており共感した(ナッツやオリーブオイルの推奨量)。ロカボは肥満や血糖上昇の対策というイメージが主だったがサルコペニアを来たしうる高齢者の食事療法として積極的に取り上げていくことも注目すべきである。質疑応答において糖質制限は毎日行うことが重要でありつつも毎日がチートデイ(ダイエット中に設ける「好きなものを自由に食べる日」)であり「不摂生こそ人生の醍醐味」とも表現され制限を継続する中での緩和の部分も共存していることを述べられた。その後次回の実行委員長である中島 泰先生から閉会の辞をいただき会は終了した。



山田 悟 先生



1. 糖尿病・メタボの実態  
世界の喫緊の課題
2. 変化している糖尿病食事療法  
糖質制限・ロカボにエビデンス
3. 変化するべき健康増進食の概念  
根拠なき制限食は百害そのもの
4. 変化している糖尿病薬物療法  
SGLT2阻害薬・GLP-1作動薬が主役
5. ...ご参集の方へのお願い



ライトアップ式典は交通安全や感染拡大など諸事情を考慮し中止し講演中の17時にライトアップが行われた。

ハイブリッド開催は当法人では初でしたが無事に進行できたようです。本会の開催にご尽力いただいた関係各位に深謝いたします。

## 報告

## 第23回西東京EBMをめざす糖尿病薬物治療研究会

日時:令和4年12月3日(土)  
立川相互病院

令和4年12月3日土曜日に、第23回西東京EBMをめざす糖尿病薬物治療研究会を「糖尿病の新治療」をテーマに、本会では初めてのハイブリッド形式にて開催いたしました。

症例検討会では、症例1を立川相互病院の寺師 聖吾先生のご司会で、医療法人社団ユスタヴィア 宮川 高一先生より『注射剤の使い分け～FRCをどう使うか～』と題し、血糖コントロールが不良となった患者さんに、次の一手としてどのように注射剤を使い分けるのかをご講演いただきました。

症例2では、多摩北部医療センターの藤田 寛子先生のご司会で、かんの内科 菅野 一男先生より『経口血糖降下薬の使い分け』と題し、さまざまな経口血糖降下薬の選択肢があるなか、それらをどのように使い分けるのかをご講演いただきました。

症例検討のご講演の中では、投票システムを用い、ご参加された方々にもクイズ形式で投票いただき、会場の先生方からはご意見を頂戴しながら活発な意見交換が行われました。

特別講演では、イムス三芳総合病院の貴田岡 正史先生のご司会で、朝日生命成人病研究所附属医院 大西 由希子先生より『最新の2型糖尿病薬物治療』と題し、治験部長のお立場から、多くの糖尿病治療薬の治験に携わってこられた豊富なご経験があり、新旧薬剤をエビデンスをもとに詳細に分かりやすく解説いただきました。ご講演後はご参加された方々からのご質問も多くいただき、大変な盛況のうちに講演会を終了いたしました。



## 第60回日本糖尿病学会関東甲信越地方会

令和5年1月28日(土)～29日(日)

メトロポリタン長野

[当法人評議員]

クリニックみらい

菅原 加奈美 [看護師]

令和5年1月28日(土)～29日(日)に第60回日本糖尿病学会関東甲信越地方会が長野(ホテルメトロポリタン長野)で開催されました。長野は-6℃と早朝は冷え込み、雪が積もっていました。一般演題は205演題、現地のみの開催、シンポジウムや特別企画については、Webでも参加可能な形式となっていました。各会場で活発な質疑応答がなされ、西東京の先生方の大変興味深いご発表、ご活躍をあちこちで拝見することができました。シンポジウム2「災害医療関連」では、座長を東京都立多摩総合医療センター辻野 元祥先生が務められ、大変有意義なセッションでした。

栃木県保健福祉政策課の早川先生から、令和元年台風19号時の行政と保険医療福祉支援活動チームとの連携に関する報告があり、板倉内科糖尿病クリニック板倉先生からは、台風災害時の経験からご自身のクリニックでどのような動きがなされたか、地域の医師会や市と連携しての患者相談会などの活動報告がありました。そして、富士山化学研究所の石嶺先生からは、普段あまり聞くことができない富士山の噴火に備えた医療対策についてのご講演がありました。火山噴火はインフラへの影響が甚大であり、停電や断水により、広域で長期間病院等の機能が麻痺する恐れがあるとシミュレーションされていました。そして長期化する避難生活で、現在のコロナ禍における感染症対策について、順天堂大学・感染制御科学 堀先生による、エアロゾル感染経路に関連する話が大変印象深かったです。COVID-19対策として手指衛生が励行されているが、実際は接触感染経路はほとんど発生していないことが明らかになっており、換気の重要性について示唆されていること。換気で重要な事はなるべく、入口側は小さく、換気の出口側は広く空気が流れるように窓を大きく開けること等、具体的なお話があり大変参考になりました。西東京でも災害対策については、様々なテーマで毎年、2回開催しています。災害対策を風化させないこと、時代に合った変化を恐れぬ考え方や対策、取り組みを常に職場や地域で連携、共有していくことの重要性を再認識することができました。



本学会で、先生方の貴重な症例、研究結果、メディカルスタッフの活動報告や取り組みをワクワクしながら傾聴することができ「学会はWebの方が学びが多いな～」とコロナ禍の3年で感じていましたが、「現地参加の方がモチベーション向上に繋がるな～」と帰路の新幹線で心が完全に変化していました。学会前早朝に参拝した美しい雪景色の善光寺と共に記憶に残る彩りある長野学会となりました。



読んで  
単位を  
獲得しよう

答え **2** 下記の解説をよく読みましょう。

(問題は1ページにあります。)

解説

1. ○ BG薬の一日最高投与量目安、 $30 \leq eGFR < 45$ では750mgである。P.74
2. × 顕性腎症: 第3期の場合、タンパク制限食(0.8～1.0g/kg目標体重/日)を考慮してもよい。P.200
3. ○ ナトリウム排泄障害も進行することから、第3期や4期の場合高血圧がなくても食塩摂取量6g未満/日とする。P.199
4. ○ 治療の基本は、血糖と血圧のコントロール、アンギオテンシンII作用の阻害、減塩、タンパク質制限食。P.199
5. ○ 本症例は建築現場で働いており、筋肉質である。筋肉量が多いと見かけ上のCre上昇やこれに伴う見かけ上のeGFR低下が認められる場合がある。

## 研究会等のセミナー・イベント情報

 主催事業
  共催・後援事業
  その他

 第51回東糖協多摩ブロック糖尿病教室 第27回西東京糖尿病患者会連合特別講演会

 申込必要

開催日：2023年3月11日（土）14：00～16：00

参加方法：Zoomにて開催いたします

申込：セミナープログラムに掲載のURLよりお申し込みください（3/11締切）

問合せ：㈱三和化学研究所 TEL：03-3232-0571

☆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&lt;第2群&gt;：0.5単位申請中

参加費  
無料オン  
ライン
 一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 第74回例会

 申込必要

テーマ：『腎症再考：その腎臓を守るためにできること～新ガイドラインと最新の知見から考える～』

開催日：2023年3月13日（月）19：20～21：00

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：当法人会員 無料 / 一般 2,000円

申込：当法人ホームページの「セミナー・イベント情報」よりお申し込みください（3/13締切）

☆西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位

☆日糖協療養指導医取得のための講習会

参加費  
無料オン  
ライン
 DiaMond Seminar in 東京～運動療法と薬物療法を考える～

 申込必要

開催日：2023年3月24日（金）19：10～20：50

参加方法：Zoomにて開催いたします

申込：セミナープログラムに掲載のURLよりお申し込みください（3/24締切）

問合せ：住友ファーマ㈱（担当：額賀）メール：shizuka.nukaga@sumitomo-pharma.co.jp

☆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&lt;第2群&gt;：0.5単位申請中 他

参加費  
無料オン  
ライン
 メディカルスタッフWebセミナー in Tokyo 2023

 申込必要

開催日：2023年4月6日（木）19：00～20：40

参加方法：Zoomにて開催いたします

申込：セミナープログラムに掲載のURLよりお申し込みください（4/5締切）

問合せ：サノフィ㈱（担当：菅谷）TEL:0120-852-297

☆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&lt;看護1群&gt;：0.5単位申請中 他

参加費  
無料オン  
ライン
 2023年度 西東京糖尿病療養指導プログラム(CDEJ1群)

 申込必要

第19回 西東京教育看護研修会

第7回 西東京臨床検査研修会

第19回 西東京病態栄養研修会

第7回 西東京運動療法研修会

第19回 西東京薬剤研修会

開催日：2023年7月9日（日）9：25～16：30

参加方法：Zoomにて開催いたします

参加費：早割[申込開始～5/14] 6,000円 / 通常[5/15～6/30] 7,000円

申込：当法人ホームページの「重要なお知らせ」または「新着情報」の

「2023年度 西東京糖尿病療養指導プログラムのお申し込みはこちらから」よりお申し込みください。（6/30締切）

☆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&lt;第1群&gt;：申請中 他

オン  
ライン

## 発行元

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク事務局  
〒185-0012  
国分寺市本町2-23-5 ラフィネ込山No.3-802  
TEL:042(322)7468 FAX:042(322)7478  
https://www.cad-net.jp/  
Email:w\_tokyo\_dm\_net@crest.ocn.ne.jp

## 編集後記



広報委員となり初めての担当です。3月のイベントといえば「難祭り」と「東京マラソン」？新型コロナの流行で激減したマラソン大会ですが、今年は例年通りに開催されます。8年目に初めて抽選に当たり喜びもつかの間、階段で転び、踵を強打して現在治療中です。新型コロナはまだ終息しないし、花粉症でマスクは必需品。それでも意地でも走るぞ！と意気込んでいます。やはり屋外での運動は楽しい！ですよ。 （広報委員 櫻井 勉）