



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～

会員数 577人
 コメディカル 437人
 医師 140人
 管理栄養士派遣登録数 39人

《目次》

～糖尿病患者さんの生活指導法の変遷～
 理事 堀口ハル子先生 ……Page1
 研究会等の実施報告……………Page2
 研究会等の開催情報(認定式・調理実習) ……Page3
 年間スケジュール……………Page4



～糖尿病患者さんの生活指導法の変遷～

当研究会理事 近藤医院 看護師長 堀口ハル子

25年余り前、私をはじめ患者さんを指導するにあたって糖尿病の食品交換表はバイブルのようなもので、患者教育といえば、この小冊子の説明からはじめたものでした。

その後「栄養指導」の内容は、高血圧、高脂血症、肥満などの諸疾患に広がり、運動療法など生活全般にわたる教育の必要性が求められ、更に糖尿病腎症に至った患者さんへの指導などなど、またそれともなって幅広く奥深い知識が必要になって、「生活指導」という方が適しているようになりました。

ところで、昨年2月、日本糖尿病学会食事療法検討委員会主催の「食事療法に関する公開シンポジウム」に参加したとき、はじめて耳にした「カーボカウント carbohydrate countingを用いた栄養指導」のお話があり、患者さんのQOLの向上にプラスになりそうなので、それとなく興味を持ってきました。といっても皆様にご紹介できるような資料を持ちあわせているわけではありません。そのような理由で本年2月、日本糖尿病学会関東甲信越地方会の翌日、NPO法人日本IDDMネットワーク主催の全国フォーラムのワークショップ分科会「かんたん！カーボカウント（炭水化物で決めよう！インスリン）」という発表を聞きました。特に小児I型糖尿病患者さんたちに基本的な生活原則を守った上で、これまでより自由に、ほしいとき、ほしいものを食べられるインスリン注射法の説明をきいて更に感激を新たにしました。インスリン療法を行っているI型糖尿病患者さんが1日の総インスリン量から時間のずれを考えに入れながら食品の炭水化物の量に見合った速効型・超速効型インスリンの量を計算して追加する、それによって、時ならぬ高血糖状態を予防できれば、更によりコントロールにつながるそうです。この考え方は海外旅行の時差にそなえたインスリン量の計算法などと並んで療養生活の束縛をゆるめるものと思われます。食品交換表にしばりつけられていた患者さんの食生活のひもをひとつひとつほいていけるのは大変有意義です。

なお、先日、医薬ジャーナルから大阪の川村智行先生の「かんたんカーボカウント」という著書が発刊されました。



研究会等の実施報告

・ 第18回 糖尿病連絡会

平成18年1月26日(木)に公立昭和病院講堂に於いて開催されました。

去る1月26日に公立昭和病院の講堂において第18回糖尿病連絡会が開催されました。当日は63名の方にご参加をいただきました。今回は「糖尿病とASO」をテーマに症例検討ではマル靴店フットケアサービス花小金井分室フスプレーガーの齋藤貴子先生に『糖尿病患者さまのフットケア』、小平北ロクリニック 院長 小沢尚先生には『当クリニックにおける維持透析患者でのASOの現状』をご講演いただきました。また、特別講演として帝京大学 心臓血管外科 教授 上田恵介先生より「糖尿病の血管病変(冠動脈、頸動脈、下肢動脈)」と題してご講演を賜りました。講演後は活発な質疑応答が行われ大変盛況の中、会を終了することができました。



・ 第12回 東糖協多摩ブロック糖尿病教室

平成18年2月11日(土)に青梅市立総合病院講堂に於いて開催されました。

シンポジウムの様子



去る2月11日に青梅市立総合病院南病棟3階講堂において、第12回東糖協多摩ブロック糖尿病教室が開催されました。当日は、患者様を中心に144名のご参加があり、当研究会のコメディカル会員が聴講する姿も見られました。今回は特別講演として、「糖尿病とメタボリックシンドローム」をテーマに、青梅市立総合病院内分泌代謝科副部長 名和知久礼先生にご講演いただきました。シンポジウムでは、柳田医院院長 柳田和弘先生の司会で、「生活習慣をどう変えますか?」をテーマに、患者様へのインタビューをまじえ、患者さんご自身の糖尿病への関心を高め、予防と治療に役立てていただきたいとの熱意の伝わるシンポジウムとなりました。

・ 平成17年度 西東京糖尿病療養指導士 認定試験

平成18年2月12日(日)に東京農工大小金井キャンパスに於いて行われました。

去る2月12日に東京農工大小金井キャンパスにて、第6回にあたる平成17年度 西東京糖尿病療養指導士認定試験が行われ、157名の方が受験されました。短文問題、長文問題、小論文の3部構成で、今回は従来より小論文の比重が高かったのが特徴です。これまでの養成講座での勉強の成果を十分に発揮されたことと思います。合格発表は2月末日郵送で行います。合格された方には4月13日(木)の認定式(プログラムは3P参照)のご案内状をお送りいたします。



研究会等の開催情報

● 平成17年度 西東京糖尿病療養指導士認定式

※認定試験に合格した方のみご案内をお送りいたします。ご案内状の提示のない方は入場できませんのでご注意ください。

開催日時 : 平成18年 4月13日(木) 19:00~21:00

場 所 : 立川市女性総合センターアイム (JR立川駅北口より徒歩5分)

19:00

開会の辞

公立昭和病院

貴田岡 正史

試験総評

多摩みなみクリニック

宮川 高一

認定証授与

武蔵野赤十字病院

菅野 一男

19:45 特別講演(第一部)

「適正なインスリン自己注射指導へのアプローチ法

～インスリン製剤とデバイスの特長から見た説明ポイント～」

演者 太田西の内病院

朝倉 俊成

20:30~21:00 特別講演(第二部)

座長 東京医大八王子医療センター

植木 彬夫

看護師 日野市立病院看護部

遠藤 洋子

管理栄養士 東京医科大学八王子医療センター栄養科

深谷 祥子

運動トレーナー 多摩みなみクリニック

小池 日登美

閉会の辞

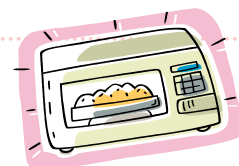
多摩北部医療センター

中野 忠澄

(以上敬称略)

● 第5回糖尿病食を作って食べて学ぶ会

調理実習は当研究会会員の管理栄養士が指導にあたります。



※原則として、会員施設の患者様とご家族が対象です。

通院中の患者様には是非お勧め下さい。定員25名。事前申込みが必要です!

申込締切日: 3月20日(月) (ただし締切日前でも先着順で定員に達し次第受付終了)

日 時: 平成18年3月28日(火) 10:30~

会 場: 立川市女性総合センター アイム 5階 調理室 (JR立川駅北口より徒歩5分)

参加費: 1,500円(当日会場にてお支払いいただきます。)

申込方法: 事務局(TEL:042-322-7468、10:00~16:00)までお電話下さい。

当日は、エプロンと三角巾をご持参いただきます。

『電子レンジで簡単クッキング』

電子レンジを料理を温めるだけに使っていませんか?

少人数の野菜料理や、油を使わない野菜料理もレンジだったら簡単です。

是非、レンジ料理を体験してみましょう!

[メニュー]

☆ 魚介類のブイヤベース

☆ レンジを使った簡単な野菜料理 数品

☆ デザート…杏仁豆腐



年間スケジュール

・ 第69回 実践栄養指導勉強会

※事前申込みは不要です。直接会場までお越しください。

開催日時 : 平成18年 3月24日(金) 18:45~20:15
 場 所 : 緑風荘病院併設グリーンボイス 1階デイルーム (東村山市萩山町3-31-2)
 参加費 : 実践栄養指導勉強会会員:無料、非会員:500円
 ※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位 : 1単位申請予定

◇ 第13回 東京都糖尿病協会 多摩ブロック糖尿病教室

第12回 西東京糖尿病患者連合特別講演会

※事前申込みは不要です。直接会場までお越しください。

開催日時 : 平成18年 3月25日(土) 13:30~16:00
 場 所 : パレスホテル立川「こぶしの間」(立川市曙町2-40-15)
 参加費 : 無料(どなたでも参加できます)

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位: 1単位申請予定

・ 平成17年度 西東京糖尿病療養指導士 認定式 (詳細は3P参照)

※認定試験に合格した方のみご案内状をお送りいたします。

開催日 : 平成18年 4月13日(木)

◇ フィンランド糖尿病見学ツアー

日 程 : 平成18年6月3日(土)~13日(火)
 募集人員 : 10名前後(全体で21名になります)
 費 用 : 1人40万円程度(まだ確定していません)
 参加資格 : NPO法人西東京臨床糖尿病研究会会員であること、現在現役で糖尿病医療に従事していること、医師の参加を優先しますが、コメディカルでも可
 です。家族同伴はできません。
 ※旅行業者に仲介していただきますが、あくまで個人旅行です。
 5月ごろ、有効に見学するために、参加者事前研修会を行う予定です。

問い合わせ先: 多摩みなみクリニックHP (<http://www.tama-minami.com>) よりメールをお送りください。メールを送れない方は事務局(042-322-7468)までお問い合わせください。

・ 第39回 西東京臨床糖尿病研究会 例会 [詳細が決定次第お知らせします。]

※事前申込みは不要です。直接会場までお越しください。

開催日 : 平成18年 6月24日(土)
 場 所 : 東京都多摩教育センター (JR南武線西国立徒歩10分)
 参加費 : 会員:無料、非会員:1,000円

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位 : 6単位申請予定

※日本糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位<2群> : 申請予定

・ 西東京CDE研究会 第5回総会 [詳細が決定次第お知らせします。]

開催日 : 平成18年 7月1日(土)
 場 所 : 府中グリーンプラザ けやきホール

(東京都府中市府中町1-1-1 京王線「府中駅」下車徒歩1分)

NPO法人 西東京臨床糖尿病研究会

〒185-0012 国分寺市本町3-10-22 利エントプラザ402 TEL: 042(322)7468 FAX: 042(322)7478
<http://www.nishitokyo-dm.net> E-mail: w_tokyo_dm_net@ybb.ne.jp