



# 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 702 人

医師 155 人

コメディカル 547 人

管理栄養士派遣登録数 36 人

## 《目次》

糖尿病療養指導士認定取得後の活動について

～筆者からのメッセージ～ 井上 岳先生…Page 1・2

研究会等の実施報告…Page 2・3

研究会他のお知らせ…Page 3・4

## 糖尿病療養指導士認定取得後の活動について～筆者からのメッセージ～

当研究会理事 北里大学薬学部臨床薬学研究センター／北里研究所病院薬剤部 井上 岳

(E-mail : inoueg@pharm.kitasato-u.ac.jp)

昨今、糖尿病療養指導士の認定を取得された方々は、どのような活動をされているのでしょうか。昨年、第1回及び第2回の西東京糖尿病療養指導士認定者245名に調査した結果では、アンケート回収率は22.9%と低い状況ではありますが、以下のことが分かりました。

表1：療養指導士の認定後、あなたの考える療養指導士の活動はできましたか？  
(n=56：回収率22.9%)

	できた	できない
糖尿病患者への指導	45 (80%)	11
糖尿病患者へのシステム作り	36 (65%)	19
チーム医療	31 (54%)	25
個人のまたは地域での活動	26 (49%)	27
スタッフ教育・勉強会	27 (48%)	29



上記の「療養指導士の認定後、あなたの考える療養指導士の活動はできましたか？」という質問に対し、患者指導という点では、大部分の方が“できた”と回答しており、チーム医療、スタッフ教育、地域での活動という点では、半数の方々が“できた”と回答している。これはあくまでも個人的な見解ではありますが、“できた”と回答される方が、各項目で約50%以上という結果は、療養指導士のモチベーションがとても高いと考えます。この原動力は何から来ているのでしょうか？。おそらく療養指導士としての活動の場があるからと推察できます。

では、“できない”と回答した方々は、なぜそのように回答したのでしょうか。その理由について調査した結果、

表2：「できなかった」と答えた方へ。その理由は何ですか？

<重複回答可> (n=56：回収率22.9%)

	マンパワー不足、 時間がない	職場の異動	職場、上司の 理解がない	その他
糖尿病患者への指導	9	6	3	3
チーム医療	13	9	8	4
個人または地域での活動	17	5	3	6

Page 1より続き

以上のような結果でした。“マンパワー不足、時間がない”とする回答が目立ちましたが、“職場の異動”とする回答も少なくありません。井上自身も“時間がない”、“職場の異動”という環境にあります。時間に関しては、患者さんへ指導をする機会がゼロではないので、「数少ない機会を逃さない」という気持ちを持つようにしています。さらに職場スタッフやチームスタッフと話す時間もゼロではないので、その時間を大切にすることで、糖尿病に関することで知り得たチーム医療というものを、是非糖尿病を離れても実践してほしいと考えています。

職場の事情で異動したとしても、糖尿病療養指導から自己の職種としてスキルアップした部分をうまく活用したり、病院においては、異なる診療科間の潤滑剤としての役割も果たせると感じています。日々諦めず、目の前にした患者さんに対して、今まで培ってきたスキルを活用しながら、少しでも患者さんへ貢献できるよう、常に探求していただきたいと思います。体を壊さない程度に、自身の健康管理に注意しながら医療者として一緒に歩んでいきましょう。

最後にアンケートにご協力いただきました糖尿病療養指導士の先生方へ厚く御礼申し上げます。

## 研修会等の実施報告

### 第1回 西東京糖尿病運動指導体験セミナー

平成19年9月29日(土)～9月30日(日)「高尾の森わくわくビレッジ」において実施されました

東京医科大学八王子医療センター 糖尿病・内分泌代謝内科 天川 淑宏

第1回西東京糖尿病運動指導体験セミナーが平成19年9月29日(土)～30日(日)に高尾の森わくわくビレッジにて開催されました。今回のセミナーは4症例(整形外科的ケース・生活が忙しい人のケース・糖尿病合併症のケース・高齢者のケース)の運動療法プログラムを作成することを最終目標とし、参加者を8つのグループに分けて行う実践型のセミナーを実施しました。参加者の41名は、医師2名、看護師16名、栄養士14名、薬剤師2名、健康運動指導士4名、検査技師2名、鍼灸師1名と多様な職種の方々となり、参加者には自らの骨格筋に意識を傾けながら講義と運動の実践に臨んで頂きました。

1日目の午前は「糖の流れとエネルギー」「運動生理」「運動療法と運動プログラム」について各30分間の講義で理論の整理を、午後は「ウォーキング」「ストレッチ体操」「リラクゼーション」を午前の理論に照らし合わせて「からだと心(感覚)の変化」を感じながら運動の体験を行い、夕食のパーティーではグループ対抗で“植木先生のクイズ”にチャレンジしグループ内での交流を深め、夜のセミナーでは「運動制限のある運動療法」をテーマに椅子に座ったまま行える運動の体験と遊び感覚で行える“足趾でビーズの掴み移動”をグループ対抗で行いました。1日目の最後は「ノルディックウォーキング」(ポールを使用したウォーキング)のイントロデュースとして基本テクニックをマスターして頂きました。

2日目は早朝4kmの実践ノルディックウォーキングを予定していましたが、雨天のため止むを得ず体育館での体験となりました。朝食後からは「運動と食事」「運動における薬物療法の注意」の講義が行われ、続けて2日間のセミナー体験を活用しながら各グループで4症例の生活や意識の背景を考慮、検討しながら具体的な運動プログラムを作成し、最終セミナーではグループ毎に発表を行い参加者全員でディスカッションを行いました。

セミナー終了後は、バーベキューを行い参加者の親睦を図ると共に2日間のセミナーを振り返って頂きました。参加者から運動療法をテーマとした理論と実践のセミナーを「ぜひ今後も継続的に実施して欲しい」という声が大変多くあったことが印象的でした。

## 第10回 糖尿病食を作って食べて学ぶ会を終えて

登録管理栄養士 飯塚 理恵

平成19年9月28日(金)「立川アイム」・平成19年10月15日(月)「調布たづくり」において実施されました

去る9月28日、10月15日の両日に第10回糖尿病食を作って食べて学ぶ会を開催しました。今回の献立は、発芽玄米入りご飯、ヘルシーハンバーグ、ほうれん草入り白和え、もずくの味噌汁、あずき白玉でした。

この会では毎回参加者にアンケートを実施しております。そのアンケートを参考に次回献立を決定していますが、今回は「家族が挽肉料理を希望するがエネルギーが気になる。」、あるいは「主人が糖尿病だが、挽肉料理が怖くて出せない。」といった要望にお答えしてヘルシーハンバーグを作りました。

ヘルシーハンバーグというと、中に豆腐を混ぜ込んだり、おからでカサを増やしたりするのではと想像しがちですが、今回は肉と同量の玉葱、れんこんを入れて作り、参加者の皆様にはつけ合わせの野菜レシピをお配りして、つけ合わせでどの位の野菜が取れるかのレクチャーを行いました。

参加者の方からは、工夫次第で美味しく安心して挽肉料理が作れるのがわかった、白和えの作り方に感動した、早速エネルギーの少ないあんを自宅に帰って作りたいと言った声を頂きました。

10月15日の調布の調理実習には、アサヒタウンズの取材が入り、10月25日付のアサヒタウンズに記事が掲載されました。配布地域にお住まいの方の中には御覧になった方もいらっしゃるかと思います。

今回は11月28日(立川)12月21日(調布)にてお正月料理にも使える献立の実習を行う予定です。

皆様の施設にお知らせが届きましたら是非、患者様にご紹介下さい。

今年度は次回開催が最後になります。来年度の実習からは登録栄養士の方々に積極的にご参加頂きたく、年末に調査用紙を送付する予定にしておりますので、是非ご協力をお願い致します。



## 研究会のお知らせ1

◆ 直接事業 ◆ 間接事業

- ◆ 第12回 糖尿病療養担当者のためのセミナー (※お申込が必要です)
  - 開催日：平成19年11月18日(日) 9:50~18:00
  - 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)  
(多摩市諏訪2-5-1)
  - 会 費：4,500円
  - ※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
  - ※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
- ◆ 第86回 実践栄養指導勉強会(お申込は不要です)
  - 開催日：平成19年11月20日(火) 18:45~20:15
  - 場 所：緑風荘病院併設グリーンボイス1Fダイルム
  - 住 所：東村山市萩山町3-31-1(西武多摩湖線八坂駅下車徒歩1分)
  - 参加費：会員無料、会員以外500円
  - 事例紹介：糖尿病患者教育の取り組みー私たちの工夫を紹介しますー
  - ※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



## 研究会のお知らせ2

◆ 直接事業 ◆ 間接事業

### ◆ 第2回 西東京糖尿病心理と医療研究会 (※お申込が必要です。)

ー症例検討会およびワークショップ開催ー (詳細は当研究会ホームページをご覧ください。)

開催日：平成19年11月22日(木) 19時25分～

平成19年11月23日(金) 8時30分～12時00分

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)  
(多摩市諏訪2-5-1)

参加費：医師13,000円・コメディカル11,000円 (宿泊シングル・夕食・朝食込み)

定 員：先着60名 ※参加費は事前振り込み制となっております。

※懇親会費として別途500～1,000円徴収させていただきます。

※お申込用紙は当研究会ホームページよりダウンロードください。

※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

### ◆ 第42回例会 (お申込は不要です。直接会場までお越しください。)

(※詳細は同封のチラシをご覧ください。)

開催日：平成19年11月23日(金祝) 14:00～17:30

場 所：東京農工大学小金井キャンパス講義室L0026 (JR中央線東小金井駅下車徒歩10分)  
(小金井市中町2-24-16)

参加費：会員 無料/一般 1,000円

“糖尿病治療のエッセンス”のツボ 一目から鱗の使いこなし術ー

(参加者にはエッセンスのエッセンス差上げます。)

※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

※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

### ◆ 第6回 症例検討会 (※お申込が必要です。詳細は同封のチラシをご覧ください。)

日 時：平成19年11月29日(木) 19:00～21:05 (開場18:45～)

場 所：立川市女性総合センター アイム5F第3学習室 (JR中央線立川駅下車徒歩5分)  
(立川市曙町2-36-2)

参加費：500円

症 例：働き盛りの2型糖尿病患者 45歳男性

先着順32名様で締め切ります。

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：4単位

### ◆ 第18回 武蔵野糖尿病研究会 (※お申込が必要です。)

開催日：平成19年12月8日(土) 15:00～17:30

場 所：武蔵野赤十字病院 山崎記念講堂 (JR中央線武蔵境駅下車徒歩10分)  
(武蔵野市境南町1-26-1)

会 費：500円

講演1：「持続血糖モニタリング(CGMS)からみた血糖コントロール」

東京慈恵会医科大学 糖尿病・代謝・内分泌内科 講師 西村理明先生

講演2：「実践！メタボ検診ー 実地医科は、どう対応するか」

菅原医院 院長 菅原正弘先生

※お申込用紙は当研究会ホームページよりダウンロードください。

※西東京糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位：2単位申請中

### ◆ 第5回スキルアップセミナー (医師向け) 2007 (※お申込が必要です。)

開催日：2008年1月20日(日)

場 所：三鷹産業プラザ701・702会議室 (JR中央線・総武線三鷹駅南口より徒歩7分)  
(三鷹市下連雀3-38-4)

テーマ：「経口薬」

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3-10-22 エリートプラザ402

TEL: 042(322)7468 FAX: 042(322)7478

http://www.nishitokyo-dm.net Email:w\_tokyo\_dm\_net@ybb.ne.jp

