



# 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 746人

医師 161人

コメディカル 585人

管理栄養士派遣登録数 37人

## 《目次》

弱り目に幸せ体験～ 小柳 貴子先生……Page 1

第2回西東京糖尿病心理と医療研究会報告……Page 2

第11回糖尿病食を作って食べて学ぶ会報告……Page 3

研究会他のお知らせ……Page 4



## 弱り目に幸せ体験

当研究会評議員 武蔵村山病院 看護師 小柳 貴子

先日、思いがけずうれしい体験をしました。

病院の外来ロビーを歩いている時、誰かに見られているような視線を感じ周囲へ目を向けると、**K**さんがソファーに座っていました。**K**さんは、6年前に糖尿病療養相談室で出会った40代の男性患者さんです。私と目が合うとニコリと満面の笑顔で「久しぶり～変わらないね。」と近づいてきてくれました。（**K**さんの絶妙なアイコンタクトのとり方は本当にすばらしいのです。）元々、社交的な対応が苦手な私ですが、**K**さんにかかれば、内気な私も自然と口元が緩み社交的なナースに変身できました。（と自分では思っています）話した時間は、10分足らず。**K**さんは、仕事のことや体の調子そして家族のことなど冗談を交えながら話してくれました。**K**さんと別れた後も、自然と笑顔になっていることがうれしく楽しい気持ちになりました。当たり前のようですが予想外の人との出会い、笑顔で声を掛けられるって本当にうれしい体験なんです。

ここ最近、私のコンディションは最悪で（恥ずかしながらセルフケア不足です）知らず知らずに気持ちが弱くなっていたようです。以前、ある糖尿病患者さんが「病院に来ると気持ちが陰にこもる」「看護師さんの笑顔で気持ちがほっとする」って言っていました。なるほど・実感。まさにそんな状況だった私に、**K**さんの笑顔は「医療者一患者」という役割関係を超え「人」としての思いやりが感じられて、私の気持ちを元気にしてくれました。時には、医療従事者としての自分の立場を変えてみると、参考書には書いていない「患者さんの心に響く対応」を学べるかもしれません。

**K**さん、本当にありがとうございました。笑顔が身にしみました。



## 研修会等の実施報告

### 第2回西東京糖尿病心理と医療研究会

当研究会会員  
(財)ライフプランランニングセンター  
ライフプランニングクリニック所長  
南平眼科内科 副院長 朝比奈 崇介

第2回西東京糖尿病心理と医療研究会を11月22日夜7時30分からから23日お昼まで1泊2日で多摩市の多摩永山情報教育センターで開きました。参加者はノボノルディスクファーマ社のDITNに募集要項を載せたこともあって東京だけでなく大阪や名古屋から計50名の参加者がありました。

最初は私のオープン外来で私の診療所に来ておられる患者さんに声をかけて衆人環視の中でその患者さんと血糖を下げられない理由やそれに対するアプローチを皆さんと共同作業でいたしました。私は実はとっても緊張していたのですが、患者さん自体がその場の雰囲気を読み取ってくださって発言をされて非常に充実した外来になりました。

ファシリテーターの大橋先生が良いタイミングで合いの手を入れてくださいました。1時間の予定が1時間半くらいに延びてしまいましたが、参加者はいろいろな感想をもたれ変わった症例提示になったと思います。

2例目は私たちが以前に行なった「ザ・症例検討会」と名づけるエンドレスの症例検討会を行いました。今回は管理栄養士の原さんが対応に苦慮した例を報告しました。

このセッションはお酒持ち込みでつまみを目の前にして彼の目を通した患者さんとのやりとりを皆に報告し、意見をいいあい、中締めをしたのが23時近くだったので2時間弱話し込んでいました。一部はそのまま個室になだれ込み2時頃まで論争をしていたらしいです。

翌日は岡崎先生の指導のもと、「普段の臨床の現場で気になったことを研究にしよう」を合言葉にワークを行いました。

大橋先生や岡崎先生の助けをお借りして結構充実した症例検討会+研究のワークが出来たことをお知らせいたします。遠方からの参加者もご納得いただけたようでした。

この研究会は春の石井先生をお招きした講演会を中心とした研修会と、秋にはこのような症例検討会を中心とした研修会と2本立てで今後も続けていきたいと思っています。

またこの紙面に情報を流させていただきます。



## 第11回 糖尿病食を作って食べて学ぶ会を終えて

当研究会登録管理栄養士 谷岡 恭子



昨年11月29日(木)立川、12月21日(金)調布の両会場にて今年度最後の調理実習「第11回 糖尿病食を作って食べて学ぶ会」を開催しました。今回は開催日が年末ということで簡単なお正月料理を実習しました。

献立は、お雑煮・おせち盛り合わせ(五色なます・田作り・黒豆・数の子の真砂和え)・豚肉の香味焼き・甘納豆の寒天寄せと盛りだくさんの内容になりました。

一般におせち料理は、市販のものではエネルギーや塩分が気になる、でも手作りとなると手間がかかり面倒だと思

われがちです。そこで今回の献立は、簡単でおいしくエネルギー控えめ(低カロリー甘味料を使用)なおせちを紹介しました。また、お正月料理にはどうしても不足しがちになる野菜をできるだけ多く採り入れたおもてなし料理を組み合わせました。

参加者の方々からは、簡単で手軽にできたと大変喜ばれました。また、エネルギーが控えめのわりに品数が多く、満足感があったというお声もいただきました。

今回も皆様のおかげで立川・調布会場とも多くの方に参加していただき無事終了することができました。ご協力ありがとうございました。調布会場は今年度から新たに始まり、皆様には大変好評ではありましたが、都合により来年度からは府中市市民会館(ルミエール府中)において開催することになり、募集定員も15名から25名に増員が出来ました。

次回開催日は立川4月末(検討中)、府中5月21日水曜日を予定しています。詳細が決まり次第、皆様の施設にお知らせいたします。是非、患者様にご紹介下さい。

この度登録管理栄養士の方々から、昨年末に来年度調理実習の参加協力を募ったところ多数の方からご協力を得ることができましたのでご報告させていただきます。





## 研究会からのお知らせ

◆ 直接事業 ◇ 間接事業

### お詫びと訂正

20年1月号(通巻55号)第5回西東京インスリン治療研究会2月2日(開催)のお知らせを掲載をした際、特別講演座長：杏林大学医学部 第三内科 教授 石田 均 先生とすところ石井 均先生と誤って掲載をしました。石田 均先生にお詫びをすると共に訂正をさせて戴きます。

#### ◇ 第88回実践栄養指導勉強会

開催日時：平成20年2月19日(火) 18:45から20:15

場 所：緑風荘病院併設老人介護保健施設グリーンボイス1階デイルーム

西武多摩湖線 八坂駅下車1分(東村山市萩山町3-31-1)

テーマ：『CKD(慢性腎臓病)の食事基準-LPDをめぐる最新情報-』

講演：昭和大学藤が丘病院栄養科係長 菅野 丈夫先生

参加費：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2単位

#### ◇ 第14回薬剤師インスリン指導研究会開催

開催日時：平成20年2月23日(土) 18:50から21:00

場 所：アミューたちかわ3階小ホール

立川市錦町3-3-20 JR立川駅南口下車徒歩13分

参加費：500円

テーマ：『高齢者糖尿病におけるインスリン療法』

(財)東京都保健医療公社 多摩北部医療センター

内分泌科部長 中野 忠澄先生

申込方法：ノボノルディスクファーマ(株) 担当 加藤

電話042-362-1601

★西東京糖尿病療養指導士認定更新単位2単位申請中

## 事務局よりお知らせ



⊕ 世界糖尿病デーロゴ入りジャンパーの抽選結果についてお知らせいたします。

1月21日消印有効応募数41通ものご応募を頂きましてありがとうございました。

事務局で厳正なる抽選の結果10名様の方を選び、発送を持って発表に替えさせて頂きました。

発行 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  
 オリент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