

# 東北信L-CDEの

# わ

東北信地域糖尿病療養指導士ニュース

2013.7.1発行



この5月に行なわれた第56回日本糖尿病学会年次学術集会において、日本糖尿病学会は「熊本宣言2013」を発表しました。その内容を以下に掲載いたします。

日本糖尿病学会は、糖尿病の予防と治療の向上に取り組んでいます。糖尿病は、放置すると、眼・腎臓・神経などに合併症を引き起こします。また、脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化症も進行させます。糖尿病となった方が健康で幸福な寿命を全うするためには、早期から良好な血糖値を維持することが重要です。

血糖の平均値を反映するHbA1c(ヘモグロビン・エイワンシー)を7%未満に保ちましょう(注)。

**あなたとあなたの大切な人のために Keep your A1c below 7%**

2013年5月16日 熊本にて 第56回日本糖尿病学会年次学術集会 会長 荒木 栄一  
(注) 成人に対しての目標であり、また妊婦例は除くものとする。

## contents

- ・演劇に夢中
- ・学会へ行こう！  
～日本糖尿病学会関東甲信越地方会編～  
日本糖尿病学会関東甲信越地方会に参加して
- ・東北信L-CDEスキルアップ研修会
- ・平成25年度 スキルアップ研修会
- ・第4回 L-CDE講演会
- ・第12回 長野県糖尿病療養指導研究会
- ・事務局より

[広報委員会] 水野 稔子 西森 栄太 紅谷知影子  
依田 善教 長岡 光

## 演劇に夢中

育成会会長・佐久市立国保浅間総合病院

仲 元 司



このところ長野県がどうも騒がしい。演劇ブームと言えばいいのだろうか、北から南まで糖尿病関連施設で演劇がさかに行なわれるようになった。火付け役は朝比奈崇介先生や大橋健先生、それに西東京を中心に活躍している劇団「たまちゃんず」のメンバー。

そもそもの始まりは日本糖尿病学会年次学術集会上「糖尿病劇場」の時間が設けられたことである。2009年頃、関西や沖縄、西東京のスタッフが演劇を通して自分たちの療養指導のあり方を問い直すという試みで、観客も参加して劇から何かを汲み取って帰るのだ。私がそれを初めて見たのは2011年5月の札幌だった。長野県から参加したスタッフの何人かがこれを見てぜひうちでもやってほしいと言い出した。

そこで2012年の東信地区糖尿病スタッフ研究会のテーマは「糖尿病劇場」ということになった。ただ劇団に公演してもらっただけではつまらないということで6月に「たまちゃんず」がファシリテーターになって東信のメンバーでシナリオ作りの研修を行なうこととした。参加者の大部分はシナリオなど書いたことがない。中には糖尿病劇場を見るのも初めてという人もいた。しかし約6時間の研修が終わる頃、不安は歓喜に変わった。誰もが隠れていた能力を発揮してひとつの目的のために協力し合い素晴らしいシナリオが生まれた。

これを8月の本会場で参加者に披露し、いわゆる「糖尿病劇場」の研修を行なった。だがそれだけでは午後の時間が2時間ほど余ってしまう。かと言って6月のようなシナリオ作りを行なうには時間が足りない。そこで「患者向けの演劇」のタイトルと登場人物、あらすじを考える研修を加えることにした。10のグループがチーフ・プロデューサーである私の前で新作

映画の売り込みをするという趣向だ。どれもそれぞれ工夫を凝らしてあったが世話人の人気投票では「もろこしはご飯の後で」が選ばれた。もちろん「謎解きはディナーの後で」のもじりであり「もろこしをご飯の後に食べるようなカーボの重ね食いはいけませんよ」というメッセージが込められていた。

この世話人の打ち上げの会場で東信地域の糖尿病スタッフからなる劇団「トーシズ」が誕生した。ブルーサークルの色に黄色で「Toooshins」と入った揃いのTシャツも作った。その劇団の初演の題目として「もろこしは…」を取り上げることとしたのだ。

実は10月に松本で行なわれる第31回関東甲信越糖尿病セミナーで東信地域のスタッフが劇を行なうという話は、私自身が出席した実行委員会で決めてきた。抄録の締め切りがこの研修会の翌日だったものだから「もろこしはご飯の後で」の題に相応しいあらすじを考えて投稿してしまった。だからこの劇ではシナリオは後からつけたのである。主として水野さんが書いたシナリオを世話人で膨らませて完成させた。

10月の松本公演、今年になって4月の糖尿病フォーラムin佐久での公演が、ともに大盛況のうちに終わり好評を博したことは、すでに信濃毎日新聞等で報じられたから繰り返さない。ただトーシズの余波として、例えば浅間総合病院にも劇団が誕生して世



界糖尿病デーで「野沢菜一家——アルブミン物語」が演じられたこと、市立大町病院からトーシズに公演依頼が来て7月に向こうのスタッフとシナリオ作りから公演までの研修を行なう予定であることを付け加えておこう。思えば佐久総合病院の若月俊一先生がまだ若い時に「早目に病院にかかろう」「健診を受けよう」等のメッセージを寸劇で伝える試みをされていたと聞く。東信地域には演劇の伝統があるのだ。この演劇熱、一過性に終わるのか？ それともこの地域独特の展開を見せるのか？ すべては皆さん次第である。

学会へ  
行こう!

## ～日本糖尿病学会関東甲信越地方会編～

小諸厚生総合病院 L-CDE 紅谷 知影子

去る1月26日に第50回日本糖尿病学会関東甲信越地方会に参加しました。今年はパシフィコ横浜での開催でした。一般演題はG L P-1 関連や糖尿病透析予防指導に関する発表が活発でしたが、その他に「主治医により療養特性に違いが生じる」という大変興味深いものもありました。東北信L-CDEメンバーの発表もたくさんありました。

地方会は下記のような利点があります。

- ①東京や神奈川で開催するため、長野県内からでも日帰り可能。
- ②参加費が安い。
  - 総会は医師コメディカル共に¥12,000（事前登録だと¥10,000）。
  - 地方会は医師¥5,000、コメディカル¥3,000。
- ③ランチョンセミナーを受講しやすい。（総会のランチョンセミナーはネット上で事前登録しないと、まず参加できませんが、地方会は当日会場に着いた時に受講したいものを選んで整理券をもらえばOKです。）

取得できる単位は、日本糖尿病療養指導士は2群4単位（学会発表者は2単位追加されます）、L-CDEは2単位です。

「地方会」といっても、糖尿病学会の総会同様、コメディカルの発表も盛んです。メーカーの展示ブースもあり、試飲試食コーナーやノベルティグッズのプレゼントもあります。また関東甲信越支部は7つの支部の中では最大なので、糖尿病学会地方会の中では最大規模です。

ちなみに私は横浜に行ったついでに皆で中華街に行ったり、水上バスに乗ったりし、プチ旅行気分を楽しみました。

来年は2014年1月18日(土) ※指定講演は19日(日)

場所は、来年もパシフィコ横浜です。皆さんもいかがですか？



## 日本糖尿病学会関東甲信越地方会に参加して

佐久市立国保浅間総合病院 管理栄養士 L-CDE 友野 めぐみ

1月26日に横浜で開催された第50回日本糖尿病学会関東甲信越地方会へ参加してきました。地方会へ参加すること自体初めてでしたが、今回は生まれて初めての学会発表も経験させていただきました。

会場に到着してポスターを貼り、発表までドキドキしながら待機。少しでも緊張を紛らわそうと、ポスターの前で記念撮影してみたり、他施設のポスターをのぞいてみたり……。そんな中、当院のポスターをじっくり眺めている方がいらっしゃったので、どなたかなあと思っていたら、座長の先生のおひとりでした。なんと佐久出身で、



高校の先輩ということが判明して、びっくり！ そしていよいよ発表。かなりどぎまぎしてしまいましたが、同僚の助けを借りながら、なんとか無事に終わることができました。良い経験になったと思います。また、他施設の発表を見たり、聞いたりして、様々な取り組みを行っていることを知り、とてもいい刺激になりました。今回の学会で得たことを、日々の療養指導に活かしていきたいと思います。

# 東北信L-CDEスキルアップ研修会

東北信L-CDE育成会研修委員長 春田 さゆり

平成24年度のスキルアップ研修会の第1回～第3回は「食事療法」をテーマに行ないました。第4回は「運動療法」、第5回は「SMBGを理解する」をテーマに行ないました。たくさんの方が参加してくださいました。

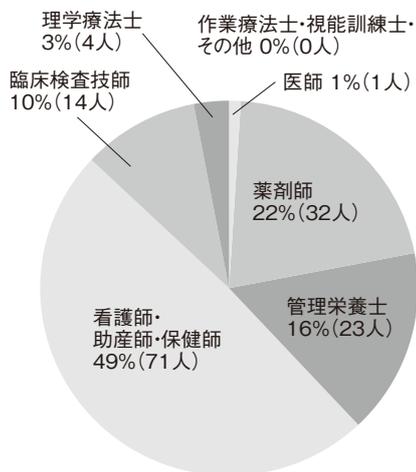
◇ 平成24年度スキルアップ研修会 参加人数

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
51人	52人	44人	41人	34人

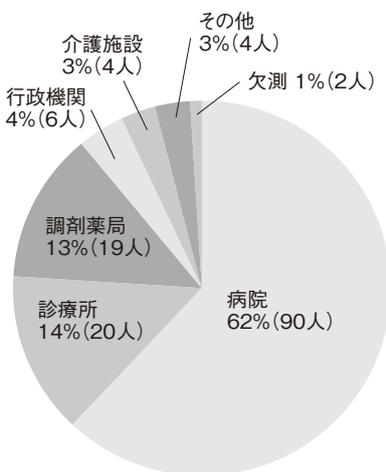
平成24年度は「食事療法」の研修を新たに実施しました。

以下は「食事療法」の研修会に参加してくださった方のアンケート結果です。〔回答145名〕

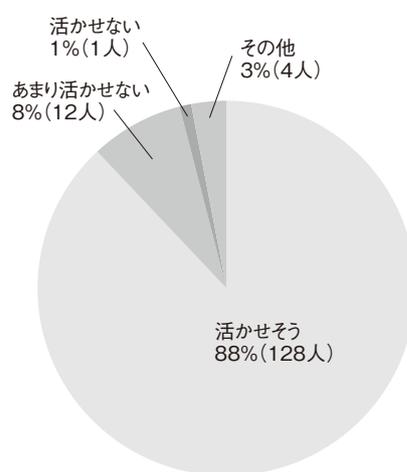
### 参加者の職種



### 参加者の所属

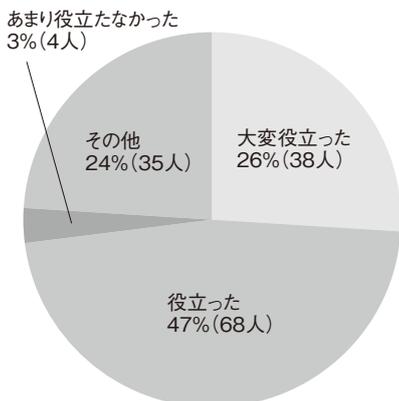


### 実践での活用



以上のことから、病院以外からも多くの方が参加していただき、研修が実践の場で活かそうという声をたくさんいただいたことがわかります。

### 2012年以前の研修会参加



今回のアンケートでは、平成24年度以前の研修会が役立っているかも尋ねました。その結果、多くの方が「大変役立った」「役立った」と答えてくださっています。このことから、定期的なスキルアップ研修会は、L-CDEにとって療養指導への自信に繋がるのではないかと評価できました。

今後も、皆さんの役に立てる研修会を企画していきたいと考えます。

スキルアップ研修出席者  
 「インスリン」…74人  
 「血糖自己測定」…89人  
 「運動療法」…78人



## 平成25年度 スキルアップ研修会

<内 容> ①「薬物療法」：講義とインスリン注射の実際 ②「食事療法」：講義とグループワーク  
 <時 間> 14:00～17:30 <参加費> 500円

	開催日	開催場所	研修内容	講師
第1回	7月13日(土)	佐久市立国保浅間総合病院	薬物療法	浅間総合病院 仲元司 医師
第2回	8月10日(土)	篠ノ井総合病院	薬物療法	長野赤十字病院 大房裕和 医師
第3回	10月12日(土)	上田薬剤師会館	薬物療法	佐久総合病院 大橋正明 医師
第4回	11月9日(土)	佐久市立国保浅間総合病院	食事療法	浅間総合病院 仲元司 医師

### <申し込み方法>

ホームページ (<http://www.th-icde.jp/>) から事前に申し込みをしてください。  
 ①「薬物療法」は全3回のうち1回まで、①「薬物療法」と②「食事療法」は重複して申し込むことができます。  
 ホームページから申し込みのできない方、直前に予定が空いて参加されたい方は、今年度に限り当日参加が可能です。  
 ※基本的には事前申し込みをしてください。当日参加者が多数になると会場設営に問題が生じますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。



研修会の様子(平成24年度)

### <取得できる単位>

- ※ 東北信地域糖尿病療養指導士 2単位 を取得できます。
- ※ 日本糖尿病療養指導士認定機構(第2群) 1単位 を申請中です。

お知らせ

## 第4回 L-CDE講演会

平成25年**9月1日(日)** 会場：北信 篠ノ井総合病院(予定)

テーマ：糖尿病 最新のトピックス

「チーム医療」「合併症」「薬剤」について、西森先生、紅谷先生、堀込先生に各45～60分の講義をしていただきます。  
 ※詳細はホームページにてご確認ください。

お知らせ

## 第12回 長野県糖尿病療養指導研究会

平成25年**10月27日(日)** 9:30～16:20(予定)

会場／信州大学病院 外来棟4F 大会議室  
 内容／一般演題(6題) 特別講演『糖尿病療養指導に導入できる七つの習慣(予定)』  
 長岡中央病院 八幡和明先生(予定)  
 参加費／会 員：無 料(当日年会費2,000円徴収) 非会員：2,000円

- ★ 本研究会は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。看護研修<第1群>2単位を申請中です。
- ★ 東北信地域糖尿病療養指導士認定更新のための研修単位2単位を取得できます。
- ★ 長野県薬剤師会認定単位(研修シール)取得できます。

今年度の  
特別公演は、  
絶対面白い!  
役に立つ!



## 今年度資格更新手続きの皆さまへ

(L-CDE認定番号08001～08208の方)

- 1) 8月中に認定講習会の申し込みをしてください。  
※昨年度、認定講習会全5回のうち4回以上出席された方は不要です。
- 2) ホームページの「更新の手引き」をよく読んで認定更新関係書類を準備してください。
- 3) 申込期間中(2014年3月1日～2014年3月31日必着)に書類を事務局に送付してください。

更新手続きの審査は認定試験と同様に落とすために行なうものではありません。この地域で糖尿病に関わるスタッフの仲間を増やすために、またその質を担保するためにある制度です。更新の要件等で疑問に思うこと、不安なことがあれば早めにご相談ください。特に更新のための単位が不足している方は、学会参加等を含めれば今からでも15単位を取得することは可能です。

また、認定更新の要件②にある「育成会主催のスキルアップ研修会に5年間で2回以上、育成会主催の講演会に5年間で1回以上の出席を必須とする」については、この認定期間中に新たに追加された要件であり、認定された当初からあるものではありません。今回の更新に限っては猶予期間とし、この要件を満たさないことのみで更新を認めないということはありません。

できるだけ多くの仲間が無事に更新手続きを終えることを願って止みません。が、事務局へのお問い合わせは平日の14時～17時くらいでお願いいたします。また、途中で手が離せない時もあります。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

### 「仲間を増やす」から「仲間をつなげる・結果を出す」時代へ

今年6年目になる東北信L-CDEは全国でもトップクラスの規模に成長しました。仲間を増やすということにおいてはある程度の達成が得られたということです。今後は東北信L-CDEの日頃の活動とその結果を問われる時代が変わってきます。日頃の活動といっても個人でできることは限られていますので、各職種ごとのグループや身近な小地域のグループを形成して個々のL-CDEが主体的かつ前向きに、何ができるのか、何から始めるのか考えていかなければならないのだと思います。全国にはL-CDEの小集団活動が自然発生的に活発に行なわれている地域があります。ただ、そのことが地域の健康に寄与したというアウトカムを明確に出しているところはありません。全国的にも健康長寿の県と認められている長野県においては、これからの活動のアウトカムを示すことは非常にインパクトのあることと思っています。東北信L-CDEの小集団活動の充実と個々のL-CDEの主体性を育てることが当面の育成会に求められるもので、そのためにL-CDEの横のつながりをつくることをサポートしていくことを課題としていこうと思っています。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

E-mail [info@th-lcde.jp](mailto:info@th-lcde.jp)  
URL <http://www.th-lcde.jp/>



東北信地域糖尿病療養指導士育成会