

# 東北信L-CDEの

# わ

東北信地域糖尿病療養指導士ニュース

創刊号 2011.10.01 発行



3月の東日本大震災にて被災された方々には、心よりお見舞い申し上げます。被災地へ診療支援に行かれた会員の皆さん、本当にご苦労さまでした。東北信L-CDE育成会では、長岡中央総合病院の八幡和明先生をお招きして「災害時の糖尿病医療はどうやって守る?」と題した講演会を7月に行ないました。昨年から計画したことでしたが、図らずもタイムリーな内容となっていました。災害時に限らず、糖尿病の患者さんにとって、糖尿病の専門知識を持つ療養指導士の皆さんは頼りになるパートナーです。自分自身の知識と技術に磨きをかけ、他の職種とチームを組み、糖尿病の患者さんや予備軍の方々の、より良いパートナーとなってほしいと思います。

東北信L-CDE育成会では発足4年目にしてようやく会報を創刊することができました。ご意見ご要望がありましたら、どうぞお気楽にお寄せください。スキルアップのための研修会や講習会、更新単位が取得できる研修会などのお知らせも添付いたしました。参考になれば幸いです。

[水野 稔子]

## contents

- ひろげよう糖尿病支援の輪
- 2011世界糖尿病デーのイベント
- 第54回日本糖尿病学会参加報告
- 退院後の支援体制づくり
- 第10回長野県糖尿病療養指導研究会
- スキルアップ研修会
- 事務局からのお礼とお願い

[広報委員会] 水野 稔子 松井 浩子 長岡 光  
依田 義教 岩崎 亮

# ひろげよう糖尿病支援の輪



育成会会長・佐久市立国保浅間総合病院

仲 元 司

東北信地域糖尿病療養指導士育成会ニュース発行に当たってL-CDEの皆さんにあらためてこの会の目的や意義について考えていただきたいと思い「ひろげよう糖尿病支援の輪」と題しました。これは昨年7月長岡で開かれた第20回糖尿病チーム医療を考える会に招かれて講演した時の演題名と同じです。

糖尿病の患者さんは増え続けており、その裾野は広がってきています。病院において糖尿病の診断がついた患者さんだけを相手にしていればいい時代は終わりました。糖尿病になる前のいわゆる予備軍の頃から動脈硬化は進展すると言われており、この領域にいる方たちが糖尿病にならないための予防、動脈硬化にならないための予防を考えて対策を立てていく必要があります。また、糖尿病の患者さんが認知症になったり、施設や在宅で介護を受ける状態になった後のことを考えなくてはなりません。そういう意味で糖尿病に対する支援の輪を広げることが大切なのです。

では、この支援を行なうマンパワーはどこにあるのでしょうか。全国に4,000人しかいない糖尿病専門医だけでは手に余ることは言うまでもないでしょう。病院に所属するCDEをはじめとする医療スタッフだけでも不充分です。やはり地域にいる

医療スタッフ、市町村の保健師さんや栄養士さん、調剤薬局の薬剤師さん、介護施設で働いているスタッフ、こういった方々すべてが糖尿病のことを考えて活動してくださないと地域全体の糖尿病予防・治療・福祉のレベルは高くなりません。そこで地域糖尿病療養指導士の出番です。

そもそも東北信地域糖尿病療養指導士育成会を立ち上げた目的のひとつは糖尿病の1次予防、つまり、まだ糖尿病になっていない人が糖尿病になるのを予防することでした。今それができているかと問われると道のりはまだ遠いと言わざるを得ません。しかし育成会が発足してから第1期生208名、第2期生122名、第3期生58名、合計388名の東北信L-CDEが誕生しました。毎年スキルアップのための研修会や講演会も企画しています。少しずつではありますが前進しつつあると思っています。

今年は東北信がひとつになって世界糖尿病デーのイベントを開催する企画を練っています。このようなキャンペーン活動を通して一般の人たちに糖尿病の恐ろしさ、予防の大切さを訴えていくことも大切なL-CDEの活動のひとつでしょう。他にも日々の医療活動以外にそれぞれの地域で皆さんができることがあるはずです。そのためのL-CDE

の資格だと考えてください。

今年度から育成会に広報委員会が発足しました。育成会の存在をより広く世間に知っていただくとともに皆さんにチームとしての意識を深めていただこうと考えてのことです。そのためニュースの形で育成会の活動について報告し、できるだけ多

くの方の活動や意見を掲載していきたいと思ってます。本会は皆さん自身が盛り上げていく会です。ご協力をお願いいたします。

最後にHPにも掲げました東北信L-CDE宣言文をここに再録します。L-CDEをめざした時の心意気を思い出して日々の活動に励んでください。

## 東北信地域糖尿病療養指導士宣言

われわれは糖尿病の患者さんに寄り添い、耳を傾け、その不安や苦しみを理解しようと努め、患者さんが最善の療養の道を見出す手助けをします。

われわれは糖尿病に関する最新かつ正確な知識と技能の習得に全力を尽くします。

われわれはいつも糖尿病療養に関するエキスパートであるとの自信と誇りを胸に行動します。

われわれは医師や他の職種と協力し、つねにチーム医療の一員として糖尿病の治療や予防に当たります。

われわれは同じ信念を持って活躍する全国・全世界の糖尿病療養指導士と交流し、情報交換・切磋琢磨に努めます。

われわれはこの地域から糖尿病で苦しむ患者さんが出ない日が来るまで歩み続けます。

われわれは自分たちの周囲の小さなことから始め、それが日本やひいては世界の糖尿病予防につながることを信じて活動します。

### ◆ 2011世界糖尿病デー記念イベント



### ストップ糖尿病 平成23年11月14日(月)

毎年11月14日は世界糖尿病デーです。善光寺や松本城を始め東京タワーなど世界の名所がシンボルカラーのブルーに染まります。今年は佐久平駅でブルーライトアップを行ないます。ライトアップカウントダウンセレモニーに参加しましょう。

17:30～ ライトアップカウントダウンセレモニー J R 佐久平駅蓼科口駅前広場

18:00～ 市民公開講座・記念講演 佐久勤労者福祉センター

演題：「知って得する糖尿病」

講師：佐久市立国保浅間総合病院 仲 元司

J A 長野厚生連佐久総合病院 大橋 正明

15:00～20:00 血糖測定・糖尿病なんでも相談

水野 稔子

国立病院機構 小諸高原病院



# 第54回 日本糖尿病学会 参加報告

2011年5月19日～21日の3日間、第54回日本糖尿病学会年次学術集会が開催されました。3月に起きた東日本大震災と計画停電のため多くの学会が中止される中、開催地が札幌市であったことも幸いし、計画通り執り行なわれました。

東北信L-CDE育成会関係者も大勢が参加し、下記のように多くの発表を行ないました。私も研修委員会の仲間とともに、スキルアップ研修会の成果を発表させていただきました。このような大きな学術集会で発表するのは初めてで、とても緊張しました。

発表終了後は東北信L-CDE育成会の仲間がサッポロビール園に集合し、仲先生の音頭で乾杯しました。信州を遠く離れた札幌の地に、いつものメンバーが30名近く集まり、大橋先生も「ここ、本当に札幌だよね」と、言われたほどでした。

今回は東日本大震災の直後ということもあり、被災地での糖尿病医療の特別講演が追加され、大変勉強になりました。地域に根付いたCDEの活動発表も多く、参考になりました。また、今年の「糖尿病劇場」は、ドクターやコ・メディカルが糖尿病患者と医療スタッフを熱演し、石井均先生が独特の味のある語り口で考案し、参加者が携帯電話を使ってアンケートに答えたり、ツイッターで意見を書き込んだりと、楽しいプログラムでした。

少しだけですが観光もでき、北海道の名産も味わい、とても有意義な3日間でした。来年の開催地は横浜です。大勢で参加し、中華街で乾杯しましょう。



甲信越L-CDEリーダー研修会：県を超えたL-CDE間の交流の試み(口演)

佐久市立国保浅間総合病院 仲 元司

研修会を通してのCDE-JからL-CDEへのスキル伝達(口演)

東御市民病院 中山 孝子

L-CDEへのインスリン自己注射指導実践セミナーを行って(口演)

長野赤十字病院 松井 浩子

L-CDEへのSMBG指導実践セミナー：各機種による血糖測定結果から(口演)

国立病院機構信州上田医療センター 松井 孝男

L-CDEへのSMBG指導実践セミナー：各機種の使用感アンケートから(口演)

国立病院機構小諸高原病院 水野 稔子

他科からのニーズに基づいた糖尿病サポートチームのラウンドを開始して(口演)

佐久市立国保浅間総合病院 坂下 恵美

行政とタイアップした一次予防戦略 糖尿病シンポジウム開催の試み(ポスター)

JA長野厚生連北信総合病院 長崎 寿夫

院内CDEチーム設立2年目における活動の現状と今後の課題(ポスター)

長野市民病院 丸山 聰

CPRインデックスとSUITインデックスの関係とその臨床的有用性について(ポスター)

長野市民病院 西井 裕

# 退院後の支援体制づくり 今日のご注文はどっち？

## はじめに

当院は、10年以上の長期間入院している患者さんも多く、栄養士も退院準備プログラムなどを通じ、支援を行なっています。

退院時は、「服薬管理」や「社会福祉制度の利用」など、様々な準備が必要となります。なかでも糖尿病の患者さんは「食事の準備」が悩みの種となっています。

入院中、経過が良好であった患者さんも、退院後は体重増加や血糖の上昇など、コントロールが難しい傾向にあります。



小諸高原病院 管理栄養士  
**岩崎亮**

## ある日の栄養指導にて

患者さん：栄養士さん、退院してからのお昼はざるそばにしたよ。

大盛りでも600キロカロリーと少なかったし、安かった。

これなら大丈夫だよね。家でも昼は麺類にしようと思うよ。

栄養士：うーん、…。カロリーは確かに少ないけれどね…。



血糖コントロールの状態により、答えは様々かと思いますが、皆さんはどのように感じますか。

ざるそばは、確かに低カロリーです。しかしその中身は大半が糖質であるため、バランスが良いとは言えません。

こちらの指導技術が未熟なこともあるかもしれません、「カロリーの低い食事」＝「体によい食事」と思っている患者さんもいらっしゃいます。

標準体重程度の患者さんであれば、「てんぷらそば」のほうが、ベターチョイスのこともあるでしょう。選択肢によっては、「カロリーが高い食事」＝「体に悪い食事」とは一概には言えないため、患者さんの食習慣をトータルで考える必要があります。

## 多職種連携の必要性

現在当院では、訪問栄養指導を行なっていません。実際に患者さんがどのような生活をしているかを知るために、訪問に行かれた看護師やPSW(精神保健福祉士)、そして施設の方からの情報が大変貴重となります。こうして得られた情報は、その後行なう指導内容に大きく影響するため、退院後の患者さんの栄養状態を継続してフォローする体制の設立につなげていきたいと考えています。

お知らせ

## 第10回長野県糖尿病療養指導研究会開催

平成23年10月23日(日) 参加費2,000円

松本市浅間温泉文化センター  
(松本市浅間温泉2-6-1)

9:35～11:30 一般講演 7題

11:40～12:30 ランチョンセミナー 「インスリン導入のワンポイントアドバイス」

講師：佐久市立国保浅間総合病院 仲 元司

12:40～13:40 特別講演 「糖尿病療養指導士の『質問力』～セルフマネジメントを促すアプローチ」

講師：独立行政法人国立がん研究センター 大橋 健

13:50～16:15 糖尿病劇場 「寸劇を通じて考える療養支援」

進行：独立行政法人国立がん研究センター 大橋 健

国立病院機構京都医療センター 岡田 浩

朝比奈クリニック院長 朝比奈 崇介

●お弁当  
1,000円  
(要予約)

L-CDEの方の  
当日参加も  
大歓迎!!

会長 高柳 富美江

●研修単位  
CDEJ:2群2単位  
L-CDE:2単位

## ◆ 研修会の紹介

# スキルアップ研修会

長野赤十字病院 松井 浩子



東北信 L-CDE の方のスキルアップを目的に行なっている研修会は、毎年テーマを変えて行なっています。初年度は「インスリン自己注射」を、昨年が「SMBG」、そして今年度は「運動療法」です。

第1回のスキルアップ研修会が7月24日、佐久勤労者福祉センターで、第2回が9月11日、篠ノ井総合病院で行なわれました。参加者は約100名。講義と演習で3時間の研修ですが、あっという間に終わってしまいました。運動療法の基礎知識の習得、そして、座って立って楽しく身体を動かすことができました。皆さん、それぞれの施設で患者さんへの支援に役立てていただけることと思います。

今年度のスキルアップ研修会は、10月30日「運動療法」、11月20日「SMBG」、1月29日「自己注射」を残しています。まだ参加していない方は早めに申し込みましょう。



## ◆ 事務局からのお礼とお願い

東北信地域糖尿病療養指導士育成会 事務局長 森本 光俊



東北信地域糖尿病療養指導士の皆さん、平素は当育成会の活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。当育成会は本地域において専門的知識を有する糖尿病指導スタッフを養成することを目的に、CDE 自身が新たな CDE を育していく会として発足し、今年度で4年目になります。育成会理事会および育成会事務局は個々の日常診療の片手間運営を行なっているため、至らぬ点が多々あるかと思いますがご海容ください。

昨年も周知いたしましたが、ホームページを立ち上げましたので、できるだけ皆さんに活用していただきたいと思います。育成会からの情報発信も基本的にホームページで行ないます。インターネットは使えないなどの個々の事情を事務局として考慮していないわけではなく、現状として400通近くのDMを袋詰め郵送する作業やその費用に限界があることをご理解いただければ幸いです。送付先住所変更など登録情報の変更もホームページ上で行なっていただくようお願いいたします。

また、今後の育成会の活動に関しましては、是非とも認定されたL-CDE一人ひとりの皆さんのご意見をいただきたいと思います。特に本地域のL-CDEに特徴的な、調剤薬局の薬剤師さんや行政の保健師さんがこの資格を取得し、今後どのように地域活動に活かしていくのか、それを形にしていくことが重要と考えています。気軽にホームページ上の「L-CDE の広場」に書き込みをいただければ幸いです。

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