

---

---

## 二通のハガキから

多摩みなみクリニック 看護師 坂山光湖

---

---

11月のある日、二通のハガキが手元に届きました。季節の挨拶からはじまる見慣れた筆跡の絵葉書と研究会の案内葉書。

一通の送り主は以前勤務していた施設で出会った患者さん。一生懸命であるがゆえに自分を追い込んでしまい、血糖コントロールに難渋されている方でした。心を少しでも和らげられるようにと、その後来院されるたびに療養指導を兼ねて、いろいろなお話をしたことを昨日のように覚えています。この患者さんへの支援を通し、療養指導は信頼関係を築くことから始まり、どのような状況であっても個々の患者さんの可能性を信じ、あきらめることなく「見守ること」「焦らないこと」が大切であると学ばせていただきました。多くの患者さんとの関わりの中で、療養指導の難しさそして楽しさを感じ、今日に至っておりますが、主人の転勤に伴い、私の所属する施設が変わった今でも、季節のご挨拶がてら書簡でのやりとりが続いており、温かな言葉に私のほうが励まされています。

そして、もう一通の送り主は「西東京CDE研究会」からでした。CDEJになったばかりの頃「資格をとれば何かが変わるのでは」と周りに期待し、「患者さんに何ができるのか」を見出せずにいました。しかし自分たちで考え、動かなければ期待する「変化」「患者さんへの貢献」はないことに気付き、地域の専門医の先生方のご協力とご理解を得、地域で活動しているCDEJや西東京糖尿病療養指導士とともに「療養指導士による療養指導士のための研究会『西東京CDE研究会』」を立ち上げました。講演会やパネルディスカッション、症例検討会を重ね、すでに4年という歳月が流れました。

地域医療機関で療養指導に取り組んでいるコメディカルスタッフが一堂に会し共有する時間は、知識を得るだけでなく、他職種の新たな視点を知ることで、糖尿病ケアの幅に広がり深みを与えてくれます。また、療養指導に取り組んでいる仲間が大勢いるということは嬉しい限りです。CDEJ個人として、時には患者さんへの看護や支援がうまくいかない時もあります。そのような時、相談できるCDEが施設内だけでなく施設外にもいるというのは幸せなことであり、今後もこの地域のネットワークをいかし、療養指導の活動、自己研鑽を積み重ねていきたいと思っております。

今日、CDEJとしての自分に誇りを持つことができているのも、糖尿病患者さんや同じ志を抱くCDE、コメディカルスタッフとの出会いがあったからこそ。晩秋の折、手元に届いた二通の葉書を見ながら、ここまで導いてくれたいろいろな人の顔が浮かび、ふと思いました。「CDEJになってよかった。」と。

この原稿が皆様のお手元に届くのは寒さ厳しいころかと思えます。お体には十分ご留意くださいますように。

---