

釧路で広がる CDE 研究会の活動の輪

釧路赤十字病院 薬剤部長 千田 泰健

釧路は世界三大夕日のまちとして有名ですが、CDEJ 活動でも広く全国に紹介されるようになってきました。2006 年 7 月に高橋忠良先生（代表世話人、芦野クリニック院長）を中心に釧路 CDE 研究会を立ち上げ活動を開始しました。四角四面に言えば、糖尿病療養指導に関わる最新の知識・技術・情報の提供や交換を行い、医療職相互の資質の向上を図り、地域の糖尿病医療に貢献することを目的に、とうたっていますが、実際は皆楽しく和気藹々と活動しています。現在は事務局のほか、総務・企画・研修・広報・会計などの役割も設け組織体制も充実してきました。

10 人で始めた世話人会もすべての医療職の参加で現在では 50 人を超えています。直接民主制を掲げ年 3 回の世話人会では全員で会の運営について話し合い、特別講演も設けています。年 2 回の研究会では、毎回テーマに沿った一般講演、参加型ワークショップ（以下、WS）、特別講演を行い、熱心な勉強の場となっています。特に当院古川内科部長による毎回趣向を凝らした WS がこの研究会の人気の一つです。“糖尿病教室の見える化”をテーマにした前回の WS では、ゲーム形式のアイスブレイクに始まり、与えられた課題を各グループが、歌やミニ劇で楽しく発表しています。事前の準備では、施設や職種が分かれるようグループ分けし、テーマや評価法を明確にし、進行要領を示すといった工夫をしています。このような活動を日本糖尿病学会年次学術集会、地方会などで発表し、また会報を発行するなどして広くその活動を伝える努力をしており、これらが地域のモチベーションを一層高めています。

2011 年 11 月 19 日、市民に糖尿病の予防と治療の必要性を啓発するため釧路 CDE 研究会を中心とした実行委員会が 3 回目となる『くしろ糖尿病デー市民公開講座－世界糖尿病デーにやせて－』と題し市民講座を開催しました。糖尿病に関心のある市民多数のご参加をいただき、医師による講演やコメディカルによる展示指導を通じ糖尿病の理解を一層深めていただけたものと思います。市民講座に先立つ世界糖尿病デーの 11 月 14 日、釧路市生涯学習センターをブルーライトアップしました。札幌時計台、札幌テレビ塔とともに道内 3 会場の一つとなっています。

また、釧路市近郊の浜中町に当会のメンバーが出向き 2011 年 3 月 5 日、浜中糖尿病デー「糖尿病を知ろう！一見て・聞いて・体験して」を開催しました。市民講座ミニ版の地方キャラバンの始まりです。今後も他町村での開催を計画していく予定です。これらの成功は、さらに勢いを増し、次のイベントの企画へと繋がっていきます。

2010 年には医師向けの専門誌「糖尿病診療マスター」（8 巻 1 号～6 号）に CDEJ 認定試験に必須の自験例の具体的書き方を示す「Brush Up! CDE—自験例の書き方から学ぶ糖尿病療養指導」と題し釧路 CDE 研究会のメンバーで 1 年間連載を担当しました。CDEJ に一人でも多く合格させたい、そう思う私たちの取り組みが評価されたものです。実際に受験した人は全員合格しています。また、釧路 CDE 研究会と北海道釧路保健所の共同事業として「健康づくりのための運動のすすめ」、「バランスの良い食事のすすめ」とリーフレットを作成し、釧路管内の全市町村、内科系全医療機関に配布されるなど、その取り組みに行政の厚いご支援も頂けるようになってきました。

組織作りでは、釧路 CDE 研究会を母体として発足した地域一体型の糖尿病患者会である「釧路糖尿病友の会」の活動も活

発になってきました。現在では毎月 1 回「さかえ」をもとに多数の患者さんが参加する勉強会を開催しています。また CDEJ 認定更新に必要な 1 群単位の取得できる釧路糖尿病看護研究会を立ち上げ、こちらも軌道にのってきました。認定更新には地方都市のハンデがあります。それを克服するため当会メンバー 19 名の看護師が立ち上がり熱心な研究会となっています。

参加者が地域のために主体的に関わろうとする熱い思いがこの会の発展の原動力だと思います。様々な成功を通じ、参加者自身が目標設定・動機づけ・コミュニケーション・評価測定・互いに能力を開発し合うといったことができるようになってきました。今後は患者さんと医療者が互いにモチベーションを高め合う地域づくりを多くの人と一緒に実現していきます。地域の活動で培ったスキルや横の繋がりで病診連携など地域連携に活かしていきます。これまでご支援いただいた多くの皆様に厚く感謝申し上げます。

