

第17回AWA DM.com活動報告

1 学生発表



運動をはじめてみませんかというテーマで、弓道について紹介されていました。また1型糖尿病の患者から聞いたお話で運動をすることで、冷え性が治ったなど運動するメリットやインスリンポンプ装着して運動する際には運動の種類によって注意が必要なこと、骨粗しょう症ではウエイトトレーニングは有効だがストレッチが必要なことなどより実践的なお話をいただきました。

2 ドクター講演



大阪市立大学の川村智行先生から1型糖尿病のサマーキャンプについてご講演いただきました。グループワークから患者さんと家族の気持ちに触れ、その中から患者さんを治療の束縛から解放するカーボカウントやストレスマネジメント、また現実と自分の感情を客観的にみるマインドフルネスなどを積極的に取り入れ、さらに常にキャンパーが楽しく、スタッフも楽しくなるよう、遊び心とギャグ満載に大阪のキャンプは常に進化しているそうです。

3 サマーキャンプ



サマーキャンプ参加者から3泊4日間の振り返りを発表いただいた。クイズを交えながらの糖質の計算、健康ウォーク、肝試し、川遊びなど毎日様々な企画が紹介されていました。特に印象に残ったのは二日目の運動会でキャンパーのみならず参加された先生方も含め非常に楽しく過ごせたのが印象的だったようです。

4 おしゃべりタイム

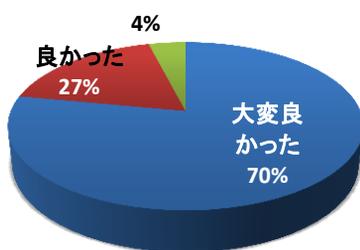


今回6つのグループに分かれ食事・インスリンポンプ・サマーキャンプ・初参加・フリーテーマなど、様々なテーマでお話を頂きました。今回も初参加の方が多く、この会に参加し他の1型糖尿病患者さんとお話できたことがすごく有意義となった、次回もぜひ参加したいなど参加して良かったと前向きなコメントを数多く頂けたのが印象的でした。

第17回 アンケート結果

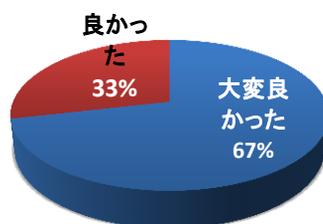
Q.ドクター講演を聞いて

- 大変良かった
- 良かった
- どちらでもない
- 悪かった



Q.おしゃべりタイム参加して

- 大変良かった
- 良かった
- どちらでもない
- 悪かった



Q. AWADM.comへのご感想・ご要望など

- ・これからもこのような場を作ってくれと嬉しいです。
 - ・いつも勉強になるのでまた参加したい
 - ・グループでお話する時間が十分あってよかった。
 - ・聞きたいことが聞ける、何を考えていなくてもしゃべれる良い会だと思います。
- などを頂きました。今後の参考とさせていただきます。