

とくしま糖尿病協会会報

発行
徳島県糖尿病協会



〒770-8503

徳島県糖尿病協会ロゴマーク 2021.1

徳島市蔵本町 3-18-15

徳島大学先端酵素学研究所

糖尿病臨床・研究開発センター内

会長 黒田 暁生

新会長ごあいさつ

徳島大学糖尿病臨床・研究開発センター 黒田 暁生

徳島県糖尿病協会の皆様こんにちは、2023年6月から松久宗英先生の後任として会長を拝命いたしました徳島大学先端酵素学研究所 糖尿病臨床・研究開発センターの黒田暁生と申します。私自身は糖尿病専門医であるとともに罹病期間40年以上の1型糖尿病患者でもあり、持続血糖モニターと連動するインスリンポンプを用いて治療しています。このため外来では1型糖尿病の先進的な治療について専門的に診療しております。

徳島県糖尿病協会では構成委員会の企画する様々な活動を通して、一般の方々への糖尿病についての正しい知識の普及啓発、患者さんとそのご家族への療養支援に取り組んでいます。協会所属の各友の会への活動支援はもとより、県単位でのイベントでは多くの患者さん、医療従事者の参加、交流が得られています。

コロナウイルス感染症対策として多くの患者さん同士の交流の機会がそこなわれておりました。幸いその流行も収まってきており、1型糖尿病患者会であるAWA DM.comをはじめとする多くの患者さん同士の交流会については、感染状況等を確認しながら開催してまいりたいと考えております。

糖尿病のある人が糖尿病のない人と変わらない生活ができるように何ができるのか、糖尿病治療におけるさまざまな心理的、社会的な問題の解決にどう取り組むのか、糖尿病に対する社会的偏見を払拭するためのアドボカシー活動をどう発展させるのか等々、様々な問題に対して協会での活動を通して解決していきたいと考えております。



日本糖尿病協会小児糖尿病功労賞受賞

日本糖尿病協会「小児糖尿病功労賞」を受賞して

徳島県糖尿病協会栄養部会「さかえ会」会員 管理栄養士 高橋 保子

この度、憧れの賞「小児糖尿病功労賞」を賜り、身に余る栄誉と感激しております。ご指導くださいました松久宗英先生、徳島県糖尿病協会、徳島県糖尿病協会栄養部会「さかえ会」の仲間、皆様に感謝とお礼を申し上げます。

徳島県小児糖尿病サマーキャンプに携わったのは1980年～2009年です。故・原田満智子先生のご指導の下で始まり、空調の効かない高温多湿の狭い厨房で、3食とおやつ作り、食器や器具の消毒作業等にあたりました。献立を立て、料理し、個々の栄養量にあわせ残食と運動量で評価する。食事は提供時間との闘いでした。子供達と寝食を共にし、野菜を切りBBQの準備をし、小麦粉をこねてうどんを作った思い出もあります。いつか子供たちは頼もしい青年OB・OGに成長し、新たなキャンパーを迎えます。食事スタッフは、県下の病院で働く仲間が集い、料理をしながら情報交換し、日常の連携へと話が盛り上がります。「サマーキャンプが終わらないと夏は終わらない」と、懐かしく思い出します。そんな楽しい思い出に素晴らしい賞をいただきました。皆様がますます健康に過ごせますよう、会の発展を祈念しております。ありがとうございました。



最新医療器機の紹介

便利なCGMを使ってみませんか？

徳島大学地域呼吸器・血液・代謝内科学/徳島大学病院内分泌代謝内科
倉橋 清衛

治療法の進歩によって糖尿病合併症の発症率、寿命が改善しています。薬の進歩はもちろんですが、医療機器の進歩も目覚ましく、CGMはその代表例です。

CGMとは Continuous Glucose Monitoring の略です。皮下にセンサーを装着して、持続的に皮下のグルコース濃度を測定する機器のことを指します。治療に注射薬を使用している方は保険診療の中でCGMを使用することができます(図1)。

装着は比較的簡単で、腕やおなかにセンサーをつけます。センサーは防水で、入浴しても大丈夫です。血糖測定器のように血液を出す手間がないので、より短い時間で周囲を気にすることなく血糖を測定することができ、これまで忙しくてなかなか血糖値を測ることができなかつた方でも測定がしやすくなるのが期待できます。また、ご自身で機器の操作が難しい方でも、ご家族など周囲の方が代わりに装着や測定を行うことができます。

CGMは血糖値の改善にもメリットがあります。1日に数回だけ血糖値を測定する従来の血糖自己測定に比べ、CGMは連続的に測定を行うため詳細な血糖変動のレポートによる「見える化」が可能で、食事、運動や薬剤と高血糖・低血糖の関係を理解しやすくなります(図2)。機器によっては低血糖や高血糖をリアルタイムに知らせることもできます。これまで気づくことができなかった血糖変動の問題点が明らかになることで、ご自分で、あるいは医療者と相談して低血糖や高血糖に事前に対策できるようになり、よりよい治療につながります。糖尿病の注射薬を使っている方でCGMを始めたい方は、かかりつけの医療機関で相談してみることをお勧めします。



図1. CGM 機器
左からフリースタイルリブレ、デクスコム G6、ガーディアンコネクト

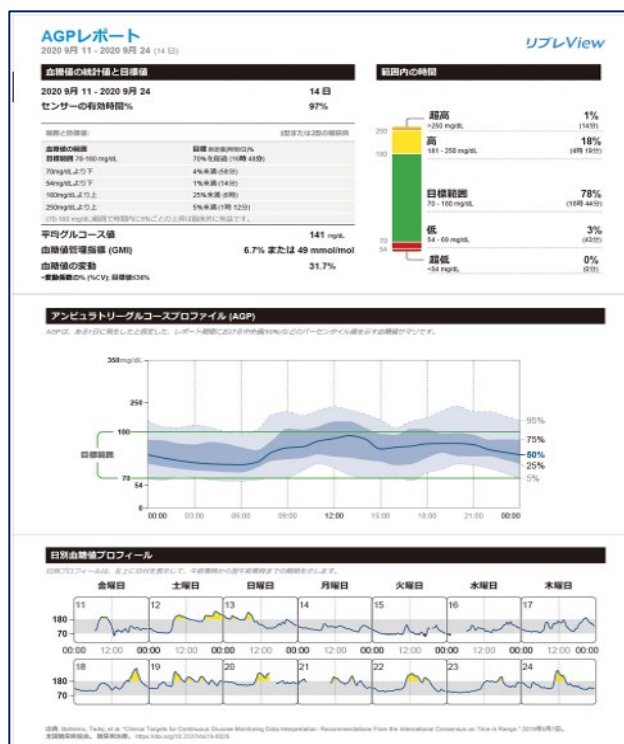


図2. AGP レポート

いきいき健口フェアin徳島2023

「歯と口の健康週間」 県民公開講座

「歯と口の健康とメタボ・糖尿病から誤嚥性肺炎まで」

日時: 令和5年11月5日(日)午前10時～午後1時

場所: ホテルクレメント徳島4F クレメントホール

講演1: 演題: 「歯周病と糖尿病 —どうする未病者! あなたは大丈夫?—」

講師: 徳島大学大学院医歯薬学研究部 口腔保健福祉学分野 片岡宏介教授

講演2: 演題: 「これだけは知っておきたい肺炎の話」

講師: 徳島大学大学院医歯薬学研究部 口腔微生物学分野 住友倫子教授

事前申込制



日本歯科医師会
PR キャラクター
よ坊さん(徳島県)

《 糖尿病患者友の会「県中藍リボンの会」について 》

県中藍リボンの会 代表 住友 健

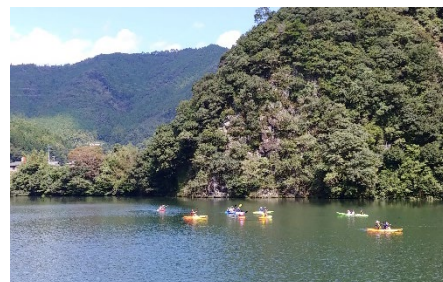
本会は、糖尿病で治療・療養中の患者、家族、医師、看護師、管理栄養士、理学療法士等の徳島県立中央病院関係者を会員として、平成21年4月に発足しました。会員数は、コロナの流行が始まるまでは50名程度で推移してましたが、コロナの感染予防対策によりイベント等の中止を余儀なくされ、この3年間活動停止状態にあり、現在の会員数は40名です。イベント等の実施を通じて、再び会員数の増加を目指していくことが本年度以降の重点目標です。会の年間の主な活動として、ウォーキングを兼ねた県外日帰り検証旅行や県内四国88カ所巡りウォーキング、低カロリー食品の食事会、毎年秋季開催の県立中央病院主催県民公開講座の運営補助、同病院内駐車場にある山桃の木のブルーライトアップ、糖尿病に関するパネル展示の補助などを病院と連携しながら行っています。感染症対策の制限が緩やかになっても、コロナウイルスが消滅したわけでもなく、糖尿病患者にはハイリスクであるのは疑いもないことなので、気を引き締めながら、今年度のイベントの再開ができるよう情勢を見守っていききたいと思います。



《 徳島小児糖尿病秋季キャンプ 》

徳島大学大学院医歯薬学研究部予防医学分野 石津 将

3年ぶりに宿泊有りでの徳島つぼみの会小児糖尿病キャンプが戻ってきました。今年は那賀町にある鷺敷野外活動センターで、9月16-18日の2泊3日で開催しました。初日の運動会から始まり、川口ダムでのカヌー体験、BBQ、パームクーヘン作り、肝試し、徳島大学と徳島文理大学の学生が企画したレクリエーションイベントなど目白押しの内容でした。久々のキャンプであったため準備段階ではどうなるか不安はありましたが、子供たちが楽しそうにしている姿を見て、改めてキャンプが戻ってきたんだと実感するとともにほっとしました。また今年のキャンプは、(今までは主に子供たちだけの参加でしたが)家族参加型になり、ご両親がOB・OGさんやボランティアの学生と交流している姿が見られ、より人と人とのつながりが広がったキャンプになったと思います。キャンプの最後には、次はクリスマス会をしたいという意見が出ており、今後益々徳島つぼみの会の活動を充実できるように努めていきたいと思っています。



《 自転車で日本一周する本間太希さんが徳島に来られました。 》

徳島大学糖尿病臨床・研究開発センター 黒田 暁生

1型糖尿病を発症して1年経った新潟県の本間太希さん(26)が約半年をかけて、日本一周を目指して2023年6月1日に自転車で出発されました。新潟を出発し、札幌、仙台、東京、名古屋、大阪の順に回り、和歌山からフェリーで徳島県に来られました。徳島県の1型糖尿病患者会であるAWA DM.com(通称アワコム)のメンバー10名ほどで2023年8月23日に徳島駅前で歓迎会を開催しました。彼は同じ病に苦しむ仲間を勇気づけ、人々に認知度の低い1型糖尿病を理解してもらおうという気持ちで旅をしています。様々な土地でインスリンを処方してもらうように主治医からの紹介状を持っているそうです。日本一周から帰ってきたらAWA DM.comでのメインゲストとしてお招きして話を伺いたいと考えています。

生活習慣に関係なく血糖値が異常に上昇する「1型糖尿病」と闘いながら、自転車で日本一周に挑戦している新潟県の本間太希さん(26)が徳島入りし、23日、徳島市内で県内の患者らとの交流会に参加した。

本間さんは病気の理解を深めようと旅を続けており、22日午後には和歌山からフェリーで徳島入り、23日は県内の患者や支援者の団体「AWA DM.com(通称アワコム)」の11人が徳島駅前の飲食店に集まり、交流会に参加した。

本間さんは6月1日に新潟を出発して札幌、東京、大阪を巡回、24日に徳島を離れて九州、山陰、北陸の順に回り、11月1日のゴールを目指す。(阿部研一)

日本一周中「1型糖尿病」の本間さん 県内の患者らと交流

1型糖尿病への思いを語る本間さん(右奥から3人目)とアワコムのメンバー＝徳島市内

病気を前向きに捉えたとて旅をしようと考えた本間さんは、各地で出会った患者のおかげで旅を続けられていると語った。アワコムのメンバーは「思いを共有できる仲間がいることはとても大切なこと」と語り、本間さんとの出合いを喜んでいました。

1型糖尿病と約30年向き合う徳島市応神町の自営業川崎美帆さん(39)は「命懸けのチャレンジをしている本間さんに刺激を受けた」と話した。

2023年8月25日徳島新聞より

11月14日は「世界糖尿病デー」

世界糖尿病デーは、世界に広がる糖尿病の脅威に対応するために、2006年12月20日に国連総会において公式に認定されました。11月14日は、インスリンを発見したカナダのバンティング博士の誕生日です。青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」がシンボルマークです。国連やどこまでも続く空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」をデザインし、「Unite for Diabetes」（糖尿病との闘いのため団結せよ）というキャッチフレーズとともに、世界中で糖尿病抑制に向けたキャンペーンを推進しています。徳島県でのブルーライトアップや、イベントを紹介いたします。

◀ 2023年度 徳島県糖尿病協会のイベント案内 ▶

活動名	実施日/期間	開催場所
糖尿病ウォークラリー	10月8日	徳島中央公園
糖尿病フォーラム徳島2023	11月11日	ふれあい健康館
市民公開講座	11月11日	ふれあい健康館
ブルーライトウォーキング	11月11日	徳島中央公園
ブルーライトアップ	11月11日～11月30日	阿波おどり会館(11日は点灯式)
遍路ウォーク	11月26日	

糖尿病フォーラム徳島2023

“災害に対して知る、想う、そして備える”

日時:11月11日(土)11時～13時30分 会場:ふれあい健康館

糖尿病チェック:ヘモグロビンA1c、血糖測定 体組成・握力測定

健康・医療相談:糖尿病専門医師、看護師、管理栄養士、歯科医師

災害に備える展示 等

エキスパートトークショー “あなたの災害対策、万全ですか？”

医師 管理栄養士 薬剤師 理学療法士 の立場から

第23回徳島市医師会糖尿病市民公開講座

日時:11月11日(土)14時～16時30分

会場:ふれあい健康館

★特別講演:熊本保健科学大学

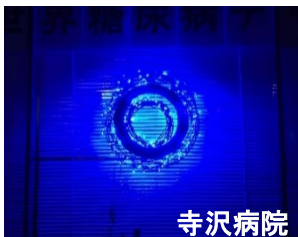
荒木 栄一先生

『いつか来る災害に向けた糖尿病への備えー
熊本地震の経験を含めてー』

★市民のための糖尿病劇場

『震災時の糖尿病のセルフマネジメント』

◀ 2022年徳島県内のブルーライトアップ ▶



◀ 編集後記 ▶

徳島県糖尿病協会会報の第10号を発行いたしました。発行にあたり、ご寄稿頂いた先生方に御礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症も5類となり、イベントが徐々に再開されてきております。これから各施設の患者会の支援や徳島県糖尿病協会のイベント再開に向けて努めてまいります。今後とも皆さまのご支援・ご協力を賜りますようお願いいたします。

徳島県糖尿病協会事務局 鈴木麗子

◀ 連絡先 ▶

徳島県糖尿病協会

徳島大学糖尿病臨床・研究開発センター内

URL: <http://tokutokyo.org/>

TEL 088-633-7587