

編集兼発行者：神奈川県糖尿病協会 公益社団法人 日本糖尿病協会神奈川県支部

# しんとう



発行所：神奈川県糖尿病協会 公益社団法人 日本糖尿病協会神奈川県支部  
TEL/FAX：044-244-9913

〒210-0013 神奈川県川崎市川崎区新川通12-1 川崎市立川崎病院内  
印刷所：(公財)矯正協会

## 神奈川県糖尿病協会 40 周年 によせて当協会の目下の最大の課題は、 会員数を増やすこと、それぞれの 友の会で入会勧誘の地道な努力を、 協会行事の活用を

神奈川県糖尿病協会会長  
半田 みち子

神奈川県糖尿病協会が発足してから、今年で40年を迎えます。この間多くの方がこの会を支えて下さったことを思いますと、感謝の念にたえません。40年も前のことですので、発足当初のことを知る方はごく少なくなりました。今回のしんとうでは、その方々の、貴重なお話を掲載させていただきます。あと10年後、50周年の時にはもうこのようなお話は伺えないかも知れません。

私自身、当協会に携わるようになってまだ5年で、昔のことは全く分かりませんが、かつては会員数も多く、行事も活発に行われていたようです。しかしこの5年間では、ご時世なのか、会員数は減る一方です。目下の当協会の最大の課題は、会員数を少しでも増やすことでしょうか。理事会や指導医会、会長会などでも毎回、どうしたら会員数を増やせるか、が話題になります。そしてこれまでの議論をまとめますと、結局、それぞれの病院なりクリニックなりの友の会（＝患者会）で、医師や看護師などのスタッフが通院している患者さんに入会を奨める、という（今までもなされてきた）地道な努力が一番重要のように思われます。

ところで入会を奨めるにあたっては、何かそのメリットがアピールできないと、会員数の増加は期待できません。幸い神奈川県糖尿病協会には、その40年の歴史を裏打ちするように連綿と引き継がれている、いくつかの独自の行事があります。まず、6月ごろに医師、看護師、栄養士が同行して研修旅行が行われます。これは参加者が糖尿病であることに配慮して、特別に食事のメニューを用意し、運動のための散策の予定も入れ、更に看護師による食前食後の血糖測定、入浴の後のフットケア、夕食の前の医師による講義など内容が盛りだくさんで、患者さんにとっては非常にお得な旅行です。10月にはウォークラリーを行っています。例年、動物園を会場として行うので、患者様だけでなく、お子様を含めたご家族の方にも大変な人気です。11月14日の世界糖尿病デーに合わせて、市民のための講演会とマリンタワーなどでの夜間のブルーライトアップを行っています。これは昔からの大きな行事で、糖尿病学会、神奈川県医師会などとの共催で、半年がかりで準備されます。年が明けて3月には食事勉強会、県内各施設の栄養士さんたちが毎年交替で大活躍して、糖尿病の方のために、カロリーや栄養が正しく計算され、かつグルメで美味しくちょっぴり贅沢なお食事をご用意します。

それぞれの病院・医院での患者会にも色々な催しがあると思いますが、中心となる会員の方も御高齢となったりして、充実した行事の企画は必ずしも容易ではないようです。せっかく協会でこのような行事を行っていますので、友の会の皆様でお誘い合わせの上、ご参加いただきたいと思います。

開催予定等は下記ホームページをご覧ください

【公益社団法人 日本糖尿病協会】 〒102-0083 東京都千代田区麹町2-2-4 麹町セントラルビル8F  
TEL:03(3514)1721 FAX:03(3514)1725



<http://www.nittokyo.or.jp/>

【神奈川県糖尿病協会】 〒210-0013 神奈川県川崎市川崎区新川通12-1 川崎市立川崎病院内  
TEL・FAX:044-244-9913(電話の場合は毎週水曜日10:00～16:00)



<http://www.dm-net.co.jp/kanagawa-dm>



2013 年

## 神奈川県糖尿病協会

## ウォークラリーのご報告

今回は台風27号、28号が来たため、直前まで開催が危ぶまれました。しかし前日になり、ようやく台風の去る見込みがつき、ウォークラリー当日は晴れそう、という天気予報も出てほっとしました。当日はまぶしいくらいの快晴で、ちょうど前の日まで雨だったため、却ってほこりも立たず美しい日和になりました。

朝10時半、すでに多くの参加者が集まり、開会式が始まりました。例年の如く、半田会長の挨拶、坂本副会長の開会宣言、それに引き続き、参加者は大塚先生のご指導のもと、全員で体操をしてからスタートしました。オカピ、キリン、サイ、テナガザル、丹頂鶴、ヒツジ、象その他いろいろな動物を見ることが出来ました。公園の木々には紅葉が始まっているものもあり、本当に久しぶりに自然の美しさ、季節の変化に気がついた感じでした。チェックポイントでスタンプを押してもらいながら歩いているうちにいつの間にか時間は経ち、12時前後からは皆次々とゴールしました。完歩証をもらった方、捨てな

公園の木々には紅葉が始まっているものもあり、本当に久しぶりに自然の美しさ、季節の変化に気がついた感じでした

H25 年 10 月 27 日 (日)

横浜市立金沢動物園

神奈川県糖尿病協会

会長 半田みち子

いでとっておいてください。毎年参加している方は今年で4枚たまったはずです。5枚たまれば協会からささやかなプレゼントがもらえます。来年をどうぞお楽しみに！

その後は皆さん、思い思いの場所でおいしく昼食を摂り、1時半からはこれも恒例の青空教室に参加しました。今回は長谷川司先生による「タバコと動脈硬化について学びましょう」というテーマのお話を聴

きました。勉強になりましたが、タバコを吸う人は身につまされたことでしょう。

続いて閉会式となりましたが、賞品選びはこれも例により大変な騒ぎとなりました。こうして今年のウォークラリーも楽しく賑やかに無事終了

しました。今回は最終的には217名の参加人数でした。

最後に、毎年このウォークラリーを支援して下さるノボノルディスク社の皆さまには心から感謝いたします。



テルモ歩行強度計

# メディウォーク®

MT-KT02DZ データ通信タイプ

歩きが中強度になると赤LEDが光ってお知らせ。

中強度ゾーン赤いゾーンに入ったら中強度の歩き。

内臓脂肪 二重 三重

が気になるあなた…メディウォークと歩こう！

メディウォーク

## 運動効果の高い“中強度の歩き”(速歩き)がわかる

テルモ株式会社 〒151-0972 東京都渋谷区神宮寺2丁目44番1号 ©テルモ株式会社 2014年4月

①、TERUMO、テルモ、メディウォークはテルモ株式会社の登録商標です。メディウォークは「中強度で歩く」からきています。



## 平成26年度 秋の行事案内

### 歩いて学ぶ糖尿病ウォークラリー

### 第19回神奈川大会のご案内!

心地よい秋風の中で、ご家族・ご友人と一緒に動物園の中の楽しいウォーキングはいかがですか。みなさんお誘い合わせの上、奮ってご参加ください。今年もウォーキングのあとには、“青空教室”をご用意してお待ちしています（事前申込制）。

開催日時：平成26年10月26日（日）午前10:30～午後2:30（受付：午前10:00）

※昼食の後に医師による青空教室（松澤陽子先生）

開催場所：よこはま動物園ズーラシア（下図 ご参照）

参加資格：糖尿病患者さんとご家族・ご友人の皆さん

募集人数：制限なし

参加費：1名につき200円（保険料として）

注意：必ず主治医の許可を得て、参加申し込みをしてください。昼食は各自でご持参ください。

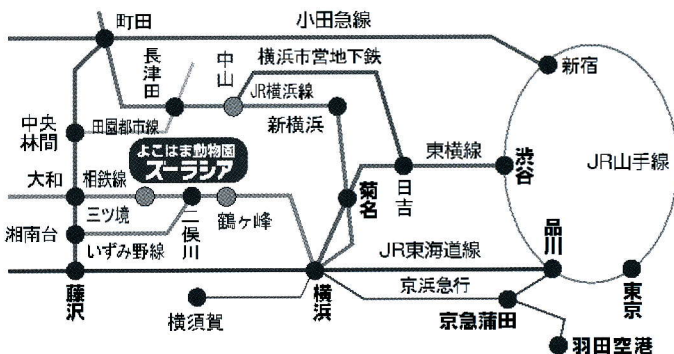
お申込み締め切り：開催日前日まで

お申込み：申込用紙（ご案内）は各患者会・医療機関に配布いたします。

#### 2013年度セミナー・講演会のご報告

昨年の秋は、午前に「第32回関東甲信越糖尿病セミナー」（医療スタッフ向け）を、午後に「神奈川糖尿病デー2013市民講演会」（市民・患者さん向け）を開催しました。

新しい食品交換表についての解説や初めて糖尿病と診断された時の心構えなどについて、県内外の先生方から分かりやすいお話を伺うことが出来ました。この場を借りて、ご関係の皆さま方に厚く御礼申し上げます。さて、今年は「糖尿病シンポジウム in 神奈川」として、全国規模の講演会をご用意しています。皆さまお誘い合わせの上、奮ってご参加ください。（背表紙をご覧ください）



目の前の  
あなたのために。  
世界の  
みんなのために。

THE KAITTEKI COMPANY  
三菱ケミカルホールディングスグループ

一人を愛する気持ちで、世界も愛したい。  
そして田辺三菱製薬は、国際創薬企業へ。



田辺三菱製薬

<http://www.mt-pharma.co.jp>



## 第6回食事勉強会の報告 平成26年2月23日(日) in 川崎市立川崎病院 地元若手寿司職人によるお弁当と食養科長の手作りケーキ

川崎市立川崎病院 管理栄養士 太田博子

第6回食事勉強会の担当は川崎地区と事務局から伝えられ、正直困惑しました。地元の寿司店がお引き受け下さったのですが、お店が決まるまで大層時間を要しました。それからの献立の打ち合わせも大変で、本来は生ものを扱うお店ですが、蛋白源(魚や肉)は少しずつ組み込み加熱してもらい、野菜や海藻は多めに依頼しました。又寿司も取り入れ目を楽しませ、塩分の制限もお願いしたので、店主の若手の寿司職人さんには料理にご苦労をおかけしました。

主食は散らし寿司と、黒米のご飯、2段の弁当箱で豪華さを演出。また糖尿病患者さんが安心して食べられるデザートがあれば喜んでもらえると思い、お菓子作りの専門家でもある当院食養科長の手作り・低カロリーのデザートを提供することとしました。

行事の当日早朝からJRの事故で参加不能の人や、遅延の方もりましたが、多くの参加者で賑わいました。食事前の血糖測定を協会副会長・当院指導医の津村先生、外来主任看護師の栗田さんに担当して頂き、その間に食事の準備を済ませ、やがて全員着席して、献立、ケーキ

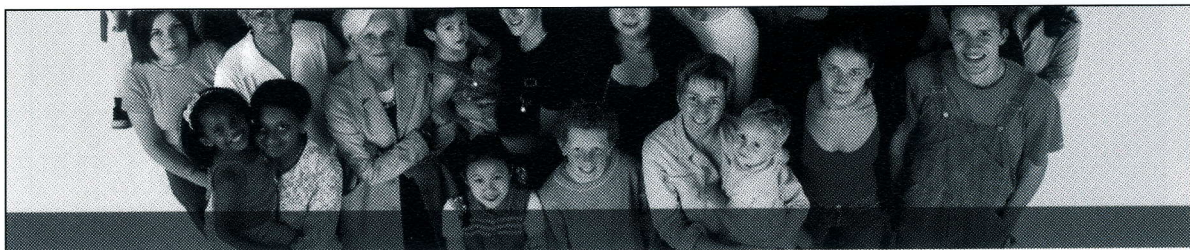
のレシピ説明にて会食となりました。お弁当箱に少しずつ、美しく盛りつけられた多くの品数の料理は、春の到来を告げるものでした。舌味は薄めだが美味しく料理され、お腹も微笑んでいる、と皆満足のご様子でした。

二部では「糖尿病を取り巻く最近の話題」というテーマの津村先生の講演を受講、昔の話から昨今の新薬にいたる新知識の導入をして戴きました。皆さん真剣に聞いていました。

食後の血糖測定の後、本日の行事の感想を皆さんから戴きました。「534kcalとは思えず、美味であった」、「デザートに感激した」、又「参加して良かった」等のご意見を戴きました。無事盛況に終了致しました事、皆様の御協力に感謝致します。

当日の献立(総カロリー 534 kcal)

黒米入り御飯・散らし寿司 鯖西京焼き 卵焼き  
鶏ハンバーグ菊花あんかけ 椎茸山笠焼き  
煮あわせ 柚香和え 和ポテトサラダ 青海苔ゼリー寄せ 香の物 いちご めかぶ汁  
80kcal プラムケーキ



サノフィは、グローバルに多角的事業を展開するヘルスケアリーダーとして、患者さんのニーズにフォーカスしています。

サノフィ株式会社

〒163-1488 東京都新宿区西新宿三丁目20番2号 東京オペラシティタワー [www.sanofi.co.jp](http://www.sanofi.co.jp)





## 「加茂の花菖蒲園～舘山寺温泉（静岡県）」研修旅行に参加して

平成 26 年 6 月 15 日(日)～16 日(月) 綺麗に咲いた花菖蒲の中で記念の集合写真を撮りました。皆さん、散策を楽しまれ、癒されていたようです

日本鋼管病院こうかんクリニック「ツツジ会」(川崎市川崎区) 会長 坂本 次男

雨期に入り天候を心配していましたが、出発当日の 6 月 15 日(日)は素晴らしい天気恵まれ喜んでいました。ところが思わぬニュースが飛び込んできました。東名高速道路の厚木～大井松田間が事故火災で通行止め、復旧の目途が立たない、と言うのです。ドライバーと打ち合わせの結果、一般道で箱根を越え沼津から東名高速に入ることにして、最終目的地の浜名湖畔 舘山寺温泉「鞠水亭」に向け横浜を出発しました。

昼食時間が大幅に遅れ「低血糖」が心配されましたが、そこは同じ病気を持った仲間です、

: 糖尿病足病変の定義とは・・・

: 糖尿病診療・看護の現場では・・・

: 糖尿病足病変の危険因子

: 自分でできる足壊疽・潰瘍の危険度チェック

: 世界的規模で増加する「糖尿病」の最新情報

: 治療と予防について

限られた短い時間でしたが、大変素晴らしい中身の濃い講義、指導で、皆さん真剣に耳を傾けておられました。患者の皆さんは、少しでも日常の糖尿病療養に取り入れ活かして下さい。継続して行おう、ヨシ！

先生と患者さんのベストカップル↓



集合写真(加茂の花菖蒲園) ↑

お互いに助け合いながらやっと食事処「袋井観光センター」に到着し一安心。昼食休憩を少し短縮し、皆さんが楽しみにしておられた「加茂の花菖蒲園」の最終受付は 16:30 分でしたが、間に合って園内を散策することができました。研修旅行でのお友達として一年ぶりに再会できたことをお互いに喜び、綺麗に咲いた花菖蒲の中で記念の集合写真を撮りました。皆さん、散策を楽しまれ、癒されていたようです。

宿泊・研修先の舘山寺温泉「鞠水亭」にチェックイン後、予定していた時間より 2 時間遅れていましたが、津村先生からの講義と竹松看護師によるフットケアについての指導を受けました。

内容は

: 糖尿病患者さんのフットケアについて

: フットケアについての正しい知識を身につけよう



2 日目は、うなぎパイ工場見学の後、龍ヶ岩洞の食事処で昼食(400kcal)を済ませました。そして足元・頭上に注意しながらの洞窟探検も終わり、帰路につきました。皆さんの協力により予定より早く横浜に到着することができ、解散となりました。皆さん、何事もなく元気で家路につかれました。

引率の先生・看護師さん、お手伝いして頂いた製菓会社の皆さん、参加された患者の皆さんご協力有難うございました。

行程:(時刻は当初予定)

1 日目: 横浜(9:40)～新東名高速～富士川 SA トイレ休憩～袋井 IC～袋井観光センター(昼食)～加茂花菖蒲園～舘山寺温泉 鞠水亭 16:00 頃チェックイン

2 日目: 鞠水亭出発(10:00)～うなぎパイ工場見学～龍ヶ岩洞(昼食)～新東名高速～横浜 到着(17:00)



## 友の会紹介

H.E.Cサイエンスクリニック

洋光会  
インスリンレディの会  
はまっこ

横浜市磯子区

患者会事務局

高山 春恵 (1型歴56年)

H.E.Cサイエンスクリニックの糖尿病患者会は3本の柱で支えあっている。

※「洋光会」は糖尿病であれば入会可能な会です。

※「インスリンレディの会」はインスリンを打っていて、女性であることが条件の会です(全国どこの地域にいらしても入会可)。

※「はまっこ」は若い人(自己申告ですが!)はどなたでも入会できます。

患者会の原点は、1967年(昭和42年)衣笠診療所の栄養士さんが糖尿病友の会として始め、その栄養士さんより現理事長平尾絃一先生に一任されたのが始まりだと聞いております。その後平尾先生が葉山に移られ葉山クリニックにて翠会となり、1994年平尾先生がH.E.Cサイ

エンスクリニックを開業すると同時に「洋光会」を発足し現在に至ります。インスリンレディの会は平尾先生が以前勤めていた衣笠診療所の時に平尾節子副理事長の発案で発足し、H.E.Cサイエンスクリニック開業と共に移行しました。はまっこはすでにあつた会が全国ジャンボリーを機に1999年10月に再開し、現在に至っております。現在の会員数は患者会トータルで250名程になります。

指導医は「洋光会」平尾絃一理事長、「はまっこ」前田一院長、「インスリンレディの会」は糖尿病肥満治療研究所 調進一郎所長ですが、全ての会に三人の医師が関わっています。

会の活動は、年間「洋光会」は8~9回、「インスリンレディ」と「はまっこ」は4~5回と定着しております。

## 「洋光会」年間行事:

新年会、春の特別講演会、合同散策、料理教室、先生を交えての勉強会、患者体験発表、やけ糖尿一泊バス旅行、糖尿病フェスタ&健康まつり、忘年会式勉強会

## 「インスリンレディの会」年間行事:

春の特別講演会、合同散策、合宿旅行、糖尿病フェスタ&健康祭り、クリスマス会

## 「はまっこ」年間行事:

春の特別講演、夏の勉強会&親睦会、バーベキュー会、糖尿病フェスタ&健康祭り

上記に記載されているように、各会いろいろと行事があります。

「ミラクルをちょうだい」

Lilly

創業もないイーライ・リリー大佐の薬局を訪れた少女は、  
そう言いながら小さな手に握りしめていた  
わずかなお小遣いを差し出しました。  
母親が重い病気で、医者も周囲の大人たちも  
「ミラクル(奇跡)だけが頼りだ」と話していたというのです。

創業から135年余。  
まだ満たされない医療ニーズにこたえるため、  
絶え間なくイノベーションを追求し、  
数々の「世界初」、「ミラクル」を生み出してきました。  
医療や科学技術が進歩した今も、さらなる革新的新薬を求めて  
真に価値ある医薬品づくりに日々邁進しています。  
患者さん一人ひとりにとっての「ミラクル」を提供するために。

<http://www.lilly.co.jp/>

日本イーライリリー株式会社





(洋光会静岡旅行 集合写真)

各会代表的な行事を紹介したいと思います。洋光会の行事としては「やけ糖尿一泊バス旅行」が有ります。



昨年は静岡へ、今年は西丹沢へ行きます。皆様はどうして糖尿一泊の前におかしな文字が入っているのか?と思うかもしれませんが、これは平尾先生が

「いつも頑張っているから、一年に一度位旅行に行くときは自由に食べて、飲んで楽しく過ごせたらどうか!!でも、一つだけ食後の血糖は計りましょう」と提案してくださり始まったものです。その旅行は大好評で前の会から43年間も続いています。私も旅行は何十回とご一緒しておりますが、今まで旅行中、その後も体調を崩された方は一度も見たことが有りません。そればかりか皆さんの、的を得た食べ方や、食事量など、他の患者さんから学ぶことが多く患者会ならではの有意義な時間です。

これはインスリンレディの会の合同合宿も同様です。インスリンレディの会で一番参加人数の多い行事が12月のクリスマス会です。



(インスリンレディ、洋光会、合同散策)

場所は研修センターで行い、先生の話のあとは楽しく語り合います。参加人数は毎回職員を加えて50名近くになります。遠くからは名古屋方面から来られる方、または

他の院所からお見えになる方で当日は同窓会のような賑わいです。はまっこの行事で人気なのは勉強会です。若い人たちは勉強熱心です。今年の勉強会は「血糖値を上げない食べ物探し」について若い患者さんが話をしてくれました。このような機会を共有し、お互いの意見交換の中で日頃疑問に思っていることなどを解決し、各自が前進していってほしいと思っています。その他、クリニックと合同で年1回行う「糖尿病フェスタ&健康祭り」は、講演会、楽しい遊び、体力測定、展示など盛り沢山のイベントを行う会として定着し、今年12回目を迎えます。また、「春の特別講演会」もクリニックと共催でインスリン患者さん向けに開催しています。患者会主催のサークル活動も活発で、詩吟、切り絵、童謡、初心者社



(糖尿病フェスタ&amp;健康祭り)

交ダンス、折り紙など毎月定期的に開催されています。

最近どちらの患者会でも会員の減少、新規加入者の不足等悩みが多く聞かれますが、私たちの患者会でも同様です。先日ある患者様が「実はインターネットであること調べたのですが、どれを信じてよいのか分からなくなりました」と聞きにいらっしゃいました。今の時代、情報が溢れていて、多くの情報の中から自分にあった情報を探し出すのは難しく、どれを信じていいのかかわからないという不安はみなさんお持ちだと思います。お互い話し合いながら解決していくためにも患者会が必要なんだと言う大切なことを思い出した一日でした。

患者会新規入会について大切なことは、まず第一に院所の先生の声掛け、第二がコメディカルの方のサポート、最後に患者会の方々の後押しだと思っています。院所全体のスタッフが自分のことを大切に考えてくれていると患者さんに感じてもらえるよう、私自身も機械的な対応ではなく心での対応が出来たらと思っています。



## 創立40周年記念記事①

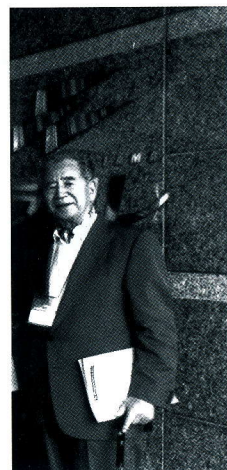
## 神糖協設立40年と聞いて

元 平塚市民病院医師  
前 湘南大磯クリニック院長  
齋藤正淳

神奈川県糖尿病協会が出来てもう40年になるとは・・・。若い時にその設立に奔走した私にとって甘酸っぱい思い出です。糖尿病を専門に診る医師も未だ少なかったその時代、県内の各病院では患者教育の必要性は認めるものの、そのやり方、テキストは個々の病院で独自に工夫し、自分達スタッフだけで手探りの教育をしていた時代でした。ですから昭和47、8年頃に当時藤沢市民病院副院長をしておられた高邑先生から、各市立病院を中心として集まって共通の話題を討議しようとの呼びかけがあった時は、パツと明るい光が差し込んできた様な気がしたものです。当時私は平塚市民病院で糖尿病外来・入院を担当していました。最初の会合を藤沢市民病院で持った時に集まった病院は、西から平塚市民、平塚共済、藤沢市民、横須賀共済、衣笠、社会保険横浜中央、横浜市立港湾、県立成人病センター、済生会神奈川県、川崎

市立川崎、それに北里大学など10ヶ所余りの病院だと記憶しています。熱気のこもった会合で直ちに各病院の熱心な医師達の支援により神糖協（＝神奈川県糖尿病協会※）が発足し（昭和49年5月※）、事務局は藤沢市民の栄養課の橋本さんが担当し、各病院の患者さん達に入会を

すすめ、スタートは確か700名ぐらいからだったと思います。催しとしては、年に1、2回の講演会、研修会を行う。各病院で患者教育用に使うパネルを準備する。共同で歩こう会を実施する等々、出来る事から始めて行っただけですが、それ等の出来事を会員に伝える為にはどうしても会報が必要であるとして高邑先生を編集委員長として、私も含めて5～6人の編集委員（医師代表、栄養士代表、患者代表）で会報を始める事にしましたが、ハタと困ったのはスタートの財政難でお金が無く印刷費にもこと欠いた事です。執筆して下さる各先生には原稿料ナシとして頼み込み（その為に編集委員のタダ原稿も多くなりました）、ヒモ付きにならない様に各メーカーや検査会社にも協力を頼み、財政を担当する私は最初の数年間は無我夢中でした。



## 糖尿病ケアの世界的なリーディングカンパニー

ノボ ノルディスク ファーマ株式会社は、180カ国で製品を販売する世界的なヘルスケア企業の日本法人です。

糖尿病ケアにおいては、「Changing Diabetes® ―糖尿病を変える」を掲げ、糖尿病克服に向けての研究開発はもちろんのこと、さまざまな分野で社会活動を行っています。

## ノボ ノルディスク ファーマ株式会社

〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1 明治安田生命ビル  
電話(03)6266-1000(代表) FAX(03)6266-1800  
www.novonordisk.co.jp





発足した翌年に平尾先生が研究から帰られて衣笠診療所に着任され、又、私も大磯駅前で県で最初の糖尿病専門クリニックを開業して、この二つが競って会員増強に努力したせいもあって結成数年で会員3000人を突破し日本全体の3~4番目の人数になりスタートしたのは大成功だったと思います。その後、高邑先生は横浜市大に新設の第3内科の教授になられ、御多忙になられたので、顧問は川崎市立川崎病院の藤森院長にお願いし、事務局も川崎市立に移り永く御世話になりました。私も高邑先生の後の編集委員長を引き受けました。

会員に直接還元できる情報は会報が第一でしたので引き受けていた10数年は会報の内容を堅くならない様に、読者の気を引く様に、各病院の紹介も洩れなくして、困っている糖尿病患者さんが自分の住居の近くで糖尿病を熱心に診て貰える一助になる様に、そして財政的には広告を充分にとって事務局の負担にならない様に努力しました。仕事は大変でしたが、当時40代の働き盛りの故もあり、又、各病院の親しいDr.達、塩田（成人病センター）、山口（社会保険）、平尾（衣笠診療所他）、それと女医さんの塩谷（港湾病院）、共通の目標の先生方と桜木町の喫茶店に集まってケンケンガクガクでちっとも辛いなんて考えは無く、出来る時に全力投球できた事は80歳を越えた今となっては、良き思い出です。神糖協の講演会でも数回講演し、司会も何度かやらせて頂きました。会場の決定にあちこち走り回ったのも今となって

はなつかしい思い出です。

あの時糖尿病の患者教育に悩み、

苦勞し、何とか突破しようと思って集まった若いDr.達が造り上げた神糖協がもう40年を迎えるとは・・・。私としては自分の取り上げた子が40歳に成長して「お父上、おなつかしい」と目の前に現れた様な気がして、自分の越し方を考えて苦笑したい想いです。勿論、苦勞して生んでおいて良かったという想いです。

あれから40年、医学は進み、治療法も進みました。でも根本の食事、運動療法の大事さは今でも必要です。知識は大きな武器です。今日、これを読んで下さっている会員の方にも、現在の先生の仰る意義を良く理解して、健康な長寿に向かって下さい。今に糖尿病で100歳の時代がもうすぐ来ますよ。私も大磯の地で40年余り働きましたが、現在は世田谷の馬事公苑の隣で悠々自適して創立50周年の日が来る日迄生きようと思っています。神糖協設立40年本当におめでとうございました。又、往事御世話になり物故された先生方に合掌して御礼申し上げます。

(※)は編集者による註。前頁写真：筆者 齋藤先生 2014年6月(81歳)ある医学会会場にて 本頁写真：同 齋藤先生 40代の頃 奥様と一緒に旅先で



新薬で、未来をひらく。



MSD株式会社 [www.msd.co.jp](http://www.msd.co.jp)



創立40周年記念記事②

## 神糖協創立前後の 糖尿病診療

元 衣笠総合病院内科医師

泊谷礼子 先生

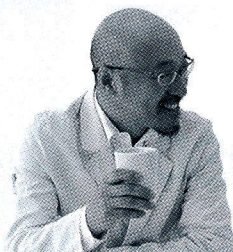
(編集委員聴き取りによる)

昭和42年に衣笠病院の内科に着任しました。当時眼科に糖尿病の患者さんがたくさんいらっしゃり、眼科の先生から誘われ、糖尿病患者さんの診療を託されました。社会が豊かになってきた時代で、糖尿病患者さんは増えていましたが、糖尿病を専門分野として理解している医師は多くはない時代でした。また糖尿病を専門に診療するといっても、参考とすべき適当な専門の医学書も少なく、身近に情報を交換する医師もいらっしゃいませんでした。そんな時、病院の婦長が衣笠診療所に行き、平尾先生とお話をし、婦長を介して平尾先生が糖尿病を熱心にやっておられることを知り、機会を見つけては平尾先生と糖尿病の勉強を一緒にするようになりました。平尾先生から厚い教科書を貸して頂いたことを覚

えています。外来の糖尿病患者は直ぐに増えて200人位になり、患者会を作りました。毎月1回患者さんを対象に勉強会を開きました。ハイキングや食事会も行いました。食事会では病院のまかないの人が食材を調理してくれて、栄養士さんが、患者さん一人一人について、料理の選び方と量をチェックしてくれました。看護師さん、栄養士さんが糖尿病の診療、患者会の運営にとっても良く協力してくれました。やがてほかの内科の先生は糖尿病といったら、私か平尾先生のところに患者さんを送って下さるようになり、この地区での糖尿病を診る体制が次第に整っていきました。

患者さんと食事会をしたり、旅行に行ったりして、患者さんと共有する時間が多かったのも、当時、ほかの分野の医師からは、半ば冗談ですが、遊んでいてうらやましい、旨を言われたこともありました。しかし糖尿病の医療では40年も前の昔から、医師が患者さんにできるだけ近いところに立って、診療にあたるのが普通になされていたのです。平尾先生の患者さんへの接し方が正に患者さんの立場に立ったものでしたから、このような雰囲気衣笠病院の糖尿病外来にできたのも、平尾先生が身近にいらしたからこそ、とも思っていま

血糖測定、続けてるよ。  
経過を見ながらの  
治療がいいのかな、  
安定してきてるみたい。



体系的な血糖測定が、  
大切なことを教えてくれる。

**ACCU-CHEK®**



ロシュ・ダイアグノスティクス株式会社

製品に関するお問い合わせは、「ロシュにハローフリーダイヤル」へ  
24時間 365日(平日18:00~翌日8:30/土日祝日は、サービス内容が限られます) **0120-642-860**  
アキュチェックWebサイト <http://www.accu-check.jp/>



す。また当時は、病院のスタッフと患者さんとが協力し合って何かを一緒にやるということが今より自然にできたようにも思われます。今日は色々と便利な道具もでき、医学の内容も高度に進歩しましたが、医療スタッフと患者さんとの交流、信頼関係の醸成という医療の原点とも言うべきことは、むしろやりづらくなったようにも思われます。

当時すでに簡易血糖測定器があったので、インスリンを打っている人は勿論、うつっていない人でも、それを患者さんに持ってもらい、自分で血糖値を1日通して測定し、記録してもらいました。外来で看護師さんはそれを患者さんごとにノートに転記して、体重なども併記して、患者さんごとに病態の推移がそのノートを見れば把握できるようにしました。特に低血糖の発生には注意しました。当時は今のように便利な自己血糖測定の道具もなく、自宅での血糖測定は簡単なものではありませんでした。どうしてもそれが自分でできない人には、外来で看護師さんにやってもらったりもしました。尿検査も勿論、大切な情報源でしたので外来では必ず行いました。神経障害、網膜症、腎症の合併症は勿論よく知られていましたが、当時すでに糖尿病と心筋梗塞、脳梗塞などの動脈硬化性疾患との関係もはっきり認識されていました。ヘモグロビンA1cを使うようになって、血糖コントロールは把握しやすくなりましたが、それ以前は血糖測定を1日に何回か行ってもらい、頭を使って推測して、1日を通しての血糖値推移の全体像を把握するように努めました。空腹時血糖値は低くても、食後の血糖値が高く跳ね上がるこ

とはよくあることなので、食後2時間血糖値を大切に考えました。

そのうちに製薬会社さんなどの営業の方が、実際の手足になって動いて下さり、神奈川県内の各公立または公的病院（衣笠病院もその一つでした）の糖尿病診療科の医師、看護師、栄養士などのスタッフ、そしてその患者会を横に連絡しようとする動きが出てきました。藤沢市民病院の副院長の高邑先生がその中心になって下さいました。これがやがて県糖尿病協会へと発展していきました。私が平尾先生にも、一緒にやりましょう、とこの流れにお誘いしました。

毎年秋に県糖尿病協会主催の患者さん対象の催しがあり、それは横浜の三越デパートなどで行われました。私がそこでの講演会の司会をさせて頂いたこともあり

（以上は編集委員 齋藤達也 聴き取りによる）

創立40周年記念記事③

**神糖協発足40周年  
を迎えて**

神奈川県糖尿病協会事務局  
常盤千鶴子

昭和49年5月に神奈川県糖尿病協会が陽の目を見、創立当初は11施設の参加でした。当時病院の医師と栄養士が行事の企画や展示パネルの作成にあたりました。病気に関してのパネル作りには、成人病センターの塩田先生、川崎市立病院藤森院長先



生、藤沢市民病院高邑副院長先生、港湾病院塩谷先生が主体になり作成、栄養に関してのパネルは成人病センター栄養課長の原さん、藤沢市民の橋本さん、済生会神奈川県病院の常盤が主体となり、横浜市健康福祉総合センターの会議室にしばしば集まり作成しました。年間事業計画も多くの意見の中から選択され、練り上げられました。

協会創立後第1回目の糖尿病週間（＝第10回全国糖尿病週間、1974年、昭和49年）の行事に当たっては、横浜三越の一階から二階への通路を借用し、パネル展示をしました。一行事は4日間で、そのうちの1日では午後から講演会が開催されました。講演会は横浜市教育文化センターで行われました。講演会は、2回目以降では、高邑先生の御学友の先生が経営される会社の社屋が新築されたのを機にそこに会場を借用し、開催されたこともありました。関内の駅前であり、多くの人たちが、参加し盛会となりました。当時は糖尿病の知識の普及があまり無かったので、講演の後に聴講者から多くの質問が殺到し、司会の先生は閉会するのに苦労をされている様子でした。

第2回目もパネル展示は三越で会催、

第3回目から横浜高島屋の催場を借用することが出来ました。パネルの搬入は店の閉店を待たなくてはならず、川崎市立病院から病院の職員の手で運搬されるパネルが横浜に到着するのは午後6時頃でした。パネルの搬出入では川崎市立病院の職員の方達に長年、多大なご協力を頂き、大変お世話になりました。会場では今までの展示の片付けが終わり清掃を待って、それから我々の展示、その他のレイアウトが検討される状況でした。高島屋では毎回パネルの痛みや汚れの修復をして戴き、ありがたいことでした。5年間位お世話に成りました。その後は岡田屋で実施し、更にその後は横浜市の施設を毎年借用するようになりました。

パネル展示と同会場で行われていた糖尿病療養相談には医師3名、栄養士3名があたりました。当日は尿糖検査、血圧測定、体重測定も行い、尿糖検査には看護婦（当時）に協力をお願いしました。会催中は、今日では規制されて出来なくなりましたが、患者、スタッフ共々、道路に出て通りかかる人達に声をかけ、会場への呼び込みを行ったものでした。

機関紙は昭和50年10月に神奈川県糖尿病協会々報の名称で第1号が発行され



MR Medical Representative

提供と提案。

それがアストラゼネカのMR。

医療の「A」から「Z」まで。

**AstraZeneca**

ア ス ト ラ ゼ ネ カ



ました。当時の編集委員は社保横浜中央病院

患者の大西氏、大磯齋藤病院の齋藤医師、成人病センターの塩田医師、港湾病院の塩谷医師、藤沢市民病院の高邑医師、成人病センターの原栄養士の5名（五十音順）で4年後に原栄養士と常盤栄養士が交代しました。会報は縦書きの5段抜きの構成が74号まで続き、75号から横書きとなりました。名称は69号から「しんと」と改称され、本年で107号を迎える事となりました。各委員が交替で編集責任者として、毎号の機関誌の編集に当たりました。紙面の多くは疾病の情報、対応の在り方、食事に関しては一日に必要な養分を取り入れた献立を第72号まで掲載しました。

#### 事務局の変遷

昭和49年～昭和52年まで  
藤沢市民病院（栄養科 橋本管理栄養士に委嘱）

昭和53年～昭和63年まで  
（川崎市立川崎病院 食養課事務局長に委嘱）

昭和63年～平成7年まで  
（北里大学病院 桶川管理栄養士に委嘱）

平成8年～平成15年まで  
（横浜市立大学浦舟病院の別棟にて協会職員により運営）

平成15年～平成21年まで  
（西区平沼 協会会長 田村氏 事務所）

平成21年～平成22年まで

松葉医院

平成22年～現在まで 川崎市立川崎病院内  
**施設数の変遷**

|       |      |
|-------|------|
| 昭和49年 | 25施設 |
| 昭和53年 | 30施設 |
| 平成3年  | 37施設 |
| 平成7年  | 53施設 |
| 平成20年 | 65施設 |
| 平成25年 | 63施設 |

#### 創立40周年記念記事④

### 「こゆるぎ会」の

### 40年の歩み

小田原市立病院 管理栄養士

日本糖尿病療養指導士

遠藤奏子

昭和48年に故武井義夫先生とご一緒に糖尿病患者友の会「こゆるぎ会」を発足させ、栄養科が事務局を担当してきました。

当時の糖尿病教室では、友の会会長の司会で、医師がスライドを用いて糖尿病の病態、合併症の予防の要点と糖尿病治療のトピックスなどに関する講話をしたあと、管理栄養士が食事療法の説明を行いました。その後に患者さんが糖尿病療養上体験したことや不安に感じることなどに



## 糖尿病とともに、はつらつと生きる あなたのために。

少しでも使いやすく、人にやさしい血糖測定器をお届けしたい。  
めざすは、よりよい糖尿病治療のためのベストパートナーです。



**株式会社 三和化学研究所**  
SKK 名古屋市東区東外堀町35番地 〒461-8631

●ホームページ <http://www.skk-net.com/>  
●グルテスト情報サイト <http://www.glutest.com/>

●製品の取扱いに関するお問い合わせは、三和化学研究所へ  
フリーダイヤル **0120-07-8130** ハイワン  
お問い合わせは365日24時間お受けいたします。



について自由に発言したり、また「さかえ」の内容でわからない点について医師や管理栄養士に質問したりする時間がありました。

食事療法の説明では、初めの頃は調理された食品を実際に展示し、献立、調理法のポイントを説明しました。糖尿病食品交換表を用い、更に手書きの献立表と資料を患者さんに配布しました。その後はフードモデルを展示したり、図や写真を取り入れてパソコンで編集し作成した親しみやすいスライドを用いたりするなど、患者様への説明の方法は時代の変遷とともに新しいものに変化してゆきました。その時期、その時期の方法や蓄積したノウハウは若い管理栄養士へと引き継がれていきました。

年3回行われる「さかえを読む会」も継続され現在も行われています。専門医が『さかえ』の記事の中からテーマを選び、スライドでわかりやすく解説するものです。これは一緒に行われる「試食会」の後に開かれます。試食会では、当日の入院患者さんのための糖尿病治療食朝昼夕3食分を実物で展示し、その中の1食についてスタッフが要点を説明し、患者さんにそれを昼食として食べて頂きます。このように積極的に「さかえ」を活用しているためもあってか、現在「さかえ」は宅急便で患者さんに発送していますが、発送日が遅れると患者さんから問い合わせの電話が来るほど、「さかえ」への患者さんの関心は高いようです。

発足当初は、患者の方が診療の待ち時間に「糖尿病は生活習慣病だから自己管

理が大切。正しい知識を勉強するにはさかえが役立つ。」と熱心に声掛けする一方、専門医も積極的に入会、行事への参加を働きかけ、友の会も活発でした。会員数は当初の40数名から最多で250名余まで増え、糖尿病教室のスタッフには医師、管理栄養士の他に薬剤師と看護師が加わり、チーム医療がいつそう充実してゆきました。しかしその後、会員数は減り、現在は20数名になってしまいました。専門医が数年で開業や他の病院に転勤されてしまいます。しかし横浜市大の寺内教授のご指導、ご支援を賜り、糖尿病教室や友の会が存続できています。

本棚の糖尿病治療のための食品交換表第1版(B6緑色 昭和40年9月10日発行)から第7版(B5平成25年11月1日に発行)を眺め、改めて糖尿病栄養指導歴43年の経験を活かし、今後も患者様と共に合併症悪化予防のために病態栄養と向き合っていきたいと思えます。

創立40周年記念記事⑤

神奈川県糖尿病協会

40周年に思う

H.E.Cサイエンスクリニック理事長

神奈川県糖尿病協会顧問

平尾紘一

私が大学を卒業して初めて就職したのが横須賀市の衣笠診療所でした。そこに私より1年前(昭和42年)に努めた栄養士さん(確か倉茂さん?)がすでに



「糖尿病友の会」を作っていました。その後、糖尿病昏睡の患者さんを通して糖尿病に関心を持ち一緒に取り組むことになりました。その時には糖尿病患者数は50名程度でしたが、患者会活動をする中で2年足らずに200名を超え、当時は神奈川県に患者会組織がなかったので東京の会に入りました。患者さんにも痛性神経障害、網膜症で失明寸前の方、不安定型糖尿病など手におえない患者が増え、昭和58年弘前大学後藤内科に研修に行きました。その後衣笠診療所に戻ってみると患者さんはさらに増え患者会も活発に活動していました。そんな時衣笠病院の泊谷先生から故高邑先生（横浜市大教授）を中心に神奈川糖尿病協会があることを知らされ、すぐに入会しました。その頃は、故塩谷先生（横浜）、塩田先生（横浜）、山口先生（小田原）、斉藤先生（大磯）など中心に活躍していました。私は最も若かったメンバーだったと記憶しています。塩田先生が司会をされていて「患者会員の多いところから役員を出す」「会議に出席した人には全員に発言させる」「参加者全員に何らかの役を分担させる」などを原則にしていたので、皆さんからアイデアが次から次へと出され、人間関係に上下関係がなく

楽しい運営でした。皆さん生き生きとしていたように思います。その後、会長が変わってから私も出席できないことが多くなり（突然日程が通知されるため予定が入っている）、初期のころの先生もほとんど運営から外れ、顧問の依頼があって運営会に出席して驚いています。協会の会合に久しぶりに出席した人に一言も発言していただけてないこと、次にまた出席していただけるように何かを頼むとかなどの配慮が欠けている感じがします。運営が上意下達之感があり、下からの発言も封じ込められてしまう傾向は否めません。この運営の仕方を塩田先生のあるころの原則に戻すことが急務だと考えています。そしてもう一度活気ある患者会を取り戻そうではありませんか。皆さんはどう考えますか。



**Commitment to Life**

グローバル・スペシャリティファーマ。  
抗体医薬をリードする、協和発酵キリンです。

**KYOWA KIRIN**

協和発酵キリン株式会社  
<http://www.kyowa-kirin.co.jp>



## 糖尿病シンポジウム in 神奈川のご案内！

今年の秋は、日本糖尿病協会・神奈川県糖尿病協会・神奈川県糖尿病対策推進会議共催による「糖尿病シンポジウム in 神奈川」として、特別の学びの機会をご用意いたします！ 糖尿病治療のトピックスを分かりやすく解説する教育講演や1型糖尿病患者であり医師でもある方からのメッセージ、神奈川県糖尿病協会40周年事業、食品カロリークイズなど、充実したシンポジウムです。

開催日時： 平成26年11月16日（日）午前11:00～午後5:00（講演はお昼0:30開始）

開催場所： はまぎんホールヴィアマーレ（JR桜木町駅下車。動く歩道利用徒歩2分。左下地図）

プログラム概要：

### ● 日本糖尿病協会の活動紹介

1. 新しい情報提供のかたち ～糖尿病協会のfacebookページ～
2. 新しい糖尿病学習のかたち ～カンバセーションマップの紹介～
3. みんなでできる手軽な運動 ～ブルーエクササイズ～

### ● 神奈川県糖尿病協会 創立40周年記念事業

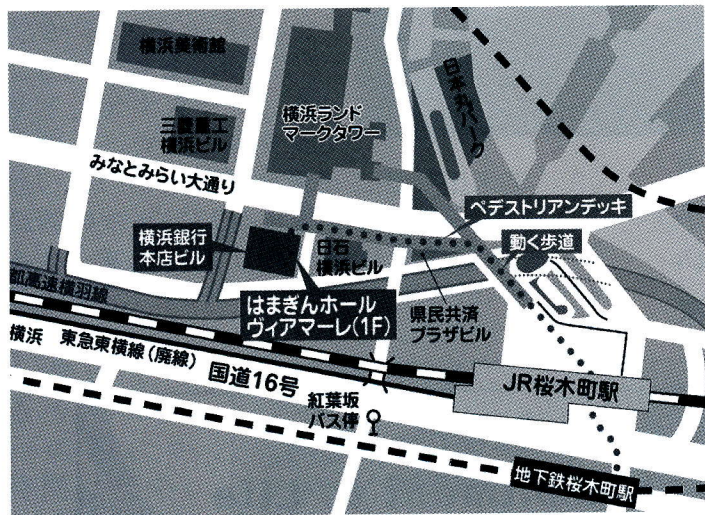
1. 対談「神奈川県糖尿病協会の今昔」（齊藤正淳×平尾紘一）
2. 神奈川県糖尿病協会 功労表彰

### ● 教育講演「糖尿病の病態・治療に関する最近のトピックス」（寺内康夫）

～今までと変わること・変わらないこと～

### ● 患者さんからのメッセージ「患者さんの心と医師の心」（伊藤新）

参加費： 無料 お申込み： 事前申込制（申込用紙は各患者会・医療機関に配布いたします）



**編集後記** 本号の編集を行うに当たり、過去の神奈川県糖尿病協会会報（第69号から現名称である「しんとう」に変わりました）を参考資料として読ませて頂きました。第1号（1975年10月発行）の編集後記で神奈川県立成人病センター（当時）の塩田善朗先生が「記録破りの残暑が続き、体調を整えるのに苦労された方も多かろうと思われます。しかし、この会報の創刊号がお手許に届く頃には、爽やかな秋風が、・・・」と書かれています。私事ですが、塩田先生がこれを書かれていたと想像される、1975年の8月頃と言えば、私は高校3年生の夏休みの最中で、学生らしく一念発起、早朝のランニングをしていました。そして当時、自宅から近かったので、成人病センターの正門前の道路をコースの一部として毎朝走っていたのです。しかしまだ医学に特別な関心はなかったその頃は、この大きな建物の中で、患者さんと、そして塩田先生をはじめとする医療者が糖尿病を相手に、毎日どのような闘いをしているのか？など勿論、想像してみることすら

ありませんでした。本号の編集を担当させて頂いたお蔭で、自分の短い、僅かながらの医療者としての経験が、先輩の患者さん、医療者たちが歩み、切り開いてこられた大きな道と、どこかでより強く結びついたような気がして、感謝の念を感じています。また人々が力を合わせ、糖尿病と取り組みながら、40年間共に歩んできて、今それを振り返る時、当たり前すぎて忘れてはいけないのは、その間日本が平和であった事のありがたさだと思います。昨今の緊迫した日本周辺での国際事情を見聞するにつけ、ふとそう感じました。今回、お忙しい中、自らのお仕事が遅れるのも顧みず、原稿の御執筆の労をおとり下さった全ての方々に深く感謝申し上げます。また自分が40年前の高校生の頃の生活を正確に想起しようとする時に感じる難しさと照らし合わせ、今号の40周年の記念記事のご執筆を戴いた方々の御尽力、御骨折りに対して、重ねて感謝申し上げます。 湘南大磯クリニック 齋藤達也