

# ほつとめろ




日糖協  
事務局  
だより

公益社団法人  
日本糖尿病協会 事務局  
〒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  
ホームページアドレス  
<http://www.nittokyo.or.jp/>

## インスリンメンター、サマーキャンプに参加しました

### 得

- ・「とく」とよみます。
- ・糖尿病になって、ほくは「得」したことは、多分なにもありません。
- ・けど、「得」たものはいっぱいあります。
- ・今日のみんなどの出会いも糖尿病がなかったら、多分なかった出会いです。

### 1日の血糖のリズム

- ・僕の場合ですが、仕事のある日には、大体同じパターン(ご飯の時間や食べるもの)になっています。
- ・なので、血糖が低く(高く)なる時間が、あまりかわりません。
- ・うまくリズムをつかむと、少しはコントロールも楽になるのでは・・・

田中雄一さんがベガサスの会サマーキャンプで使用了資料(一部)。

### 「さかえ」

8月号でご紹介した日本糖尿病協会のインスリンメンターが、7月から8月にかけて各地で行われた小児糖尿病サマーキャンプに参加し、メンターとしての一歩を踏み出しました。

今年、インスリンメンター制度のトライアルとして各キャンプに派遣希望を募ったところ、宮城、新潟、徳島、高知・愛媛、佐賀から申し込みがありました。それぞれのキャンプに参加したのは、元山正広さん、田中雄一さん、坂本辰蔵さん、山本真吾さんの4人のメンターです。メンターたちは、キャンプの責任者と打ち合わせを重ね、どのようなニーズがあるのかを探り、それに合わせた資料を自分たちで作

成し、キャンプに向かいました。「1型糖尿病の先輩として経験を語ってほしい」「グループディスカッションに参加してほしい」「保護者の相談に乗ってほしい」など、さまざまな希望が寄せられました。ベテランの患者さんであるメンターたちは、難なくキャンプの要望に応えたようです。

メンターを受け入れたキャンプからも、「成人のメンターと接することにより、自分の将来への不安が減り、希望が持てるようになった」「社会人として病氣と付き合いながら生活している様子を保護者が見て、安心して」「全く面識のない人から人生のモデルとして冷静で前向きな意見を聞くことで、患児の刺激になった」など、良い評価を得ることができました。インスリンメンター制度を立ち上げたインスリンケアサポート委

員会は、今回の派遣の総括を行い、さらにメンターの活動の場を広げられるよう、仕組みを磨いていく予定です。将来的には、若い世代だけではなく、シニア世代のメンターも育てていきたいと考えていますので、どうぞご期待ください。



キャンプで、お話しする坂本辰蔵さん(高知・愛媛合同キャンプにて)。