

## 大阪杉の子会 2008スキーキャンプ ～報告と紹介を兼ねて

2008年3月26日から28日まで北海道ルスツリゾートヘスキーキャンプに行ってきました。参加者数は63名で、その内わけは、患者さんが32名、その姉妹が2名、スタッフ29名でした。一昨年に行ったスキーキャンプの参加者は45名であり、サマーキャンプも同じく、年々増加傾向にあります。交通手段は往復ジャンボジェットを使用し、機内サービスの際にも血糖測定、インスリン注射を行いました。

今回のスキーではグループ構成を3パターン作りました。1つ目は、キャンパー2人にスタッフが1人入った3人トリオ（男子7グループ、女子10グループ）、2つ目はそのトリオを集めた男女混合班（4グループ）、3つ目はレベル別のスキーグループ（6グループ）です。食事や入浴などホテルでの行動はトリオごとに行動し、2日目の勉強会では男女混合班に分かれて出し物を皆で考えました。トリオでは小さい子どもさんを目上のお兄さん、お姉さんが見てあげていて、お互いに協力し合い、刺激を与え合う様子が見られました。皆、たくさん仲間ができたのではないかと思います。

大阪杉の子会のキャンプでの食事では毎回、投与インスリン量を決定する方法としてカーボカウントを行っています。また、今回のスキーキャンプでは新たな試みとして13歳以上の方は自分自身でインスリンカーボ比、インスリン効果値を決める、ということに挑戦しました。カーボカウントが初めての方もトリオの皆で知恵を出し合い、医療スタッフの指導のもと食事のカーボ量の読み取り、インスリン量の計算を頑張っていました。

スキーはレベルごとに分かれて滑りました。スキーが全く初めての方もいましたが、周りの人に教えてもらいながらめきめきと上達し、最終日には誰が初心者か分からないくらい上手に滑っていました。2日目はスキースクールに入りました。インストラクターの方とすぐに仲良くなってしまふところが、さすが大阪の子だなあと思いました。スキーをしていると時間があっという間に過ぎていき、もっと滑りたい子どもさんも多かったのではないかと思います。

大阪杉の子会のキャンプでは、勉強会にも力を入れています。1日目の勉強会では、ボランティアのドクターおよび看護師さんから、“糖尿病と妊娠”、“いのちについて”のお話を聞きました。これは貴重な経験でした。命についての楽しいクイズをしたり、赤ちゃんのモデルを用いた出産の映像を見たり、糖尿病でも血糖コントロールをきちんとしていれば妊娠は全く問題なくできるということなどを勉強しました。女の子も男の子も皆熱心に聞き入っていました。先生たちからは、「妊娠を考えるようになったら、今回のことを思い出してほしい」というメッセージをいただきました。2日目の勉強会では、ボランティアスタッフである大阪杉の子会OB、OGを中心に男女混合班の4班に分かれて出し物をしました。表現の場を与えられた際にいかに自分自身が人前に立って表現できるのかを出し物を発表する、という形で経験しました。どの班も出し物をどんなものにするか意見を出し合っている間は笑いが絶えず、和気あいあいとしていました。出し物はそれぞれに特徴があり、

工夫されていて素晴らしいものでした。

1型糖尿病の皆様、ぜひ一度このキャンプに参加して、病気に対する知識を得るだけでなく、1型糖尿病患者として自分らしく生きていくためのパワーを得ていただければ、と思います。

大阪市立大学大学院医学研究科発達小児医学  
糖尿病グループ 大学院  
大阪杉の子会事務局  
橋本友美