

## 2023年度小児糖尿病キャンプまとめ (1)

	目標としたこと	実現のためのプログラム
北海道	4年ぶりの開催兼医療従事者のいないキャンプとなり、第一に安全面への配慮、第二に初参加のキャンパー、家族が多いため、チームビルディングに力を入れました。	初めて行った野外炊飯（カレー作り）。準備、調理、火起こしから片付けまで、一致団結して実施できました。
岩手	1. 患者さんの生活体験の拡大 2. 非日常場面での病状管理の習得 3. 患者さんおよび家族のストレス軽減・発散	1. グループ活動（小さい子と一緒に全員で登山） 2. バーベキューや外食時の血糖管理 3. 手品・大道芸の鑑賞、体験
山形	テーマパークでのカーボカウント、血糖測定、インスリンの注射と必要時の補食	フードコートでカーボカウントを行い、血糖測定とインスリン注射を行う。アトラクションに応じて事前に血糖測定が必要か各自で判断し、必要に応じてアトラクションに乗る前に補食を行う。
栃木	2019年以降、小児糖尿病サマーキャンプの開催がなかったため、患児および家族の交流が十分にできず、患児・家族が学区内で孤立してしまう状況がありました。今回キャンプの開催はできなかったものの、同じ疾患を抱える子ども達の交流と学びを重点に目標を掲げました。	患児・家族の古流と、実地で行えるハンズオンの測定機器やデバイス説明会などを行いました。
東京（つばみ）	糖尿病についてもっと理解を深めよう。仲間と糖尿病について語ろう。	栄養士・看護師による講義。年代ごとにグループ分けをして、グループワークを実施し発表した。医療系では年代ごとにテーマを与え、グループ発表を実施。栄養系では実際の食品やお菓子を用いて、実践的に内容を理解させた。
東京（なかよし）	・コロナ流行後初のキャンプであり、キャンプ中の安全確保、感染対策を徹底すること。 ・初参加者及び年少者が多かったため、生活面での配慮を心掛けること。 ・インスリンポンプ利用者が多いため、ポンプ使用の手技確認等を徹底すること。	・初参加のスタッフも多かったため、事前準備およびシミュレーションを多く実施した。 ・事前にスタッフマニュアルを熟読し、危険回避や予防のための資料を共有した。 ・入浴当番や部屋当番などの学生スタッフの配置を多くした。 ・インスリンポンプの着脱指導に個別対応して手技確認及び指導を行った。
東京（わかまつ）	食事量・運動量に基づいたインスリン投与量の自己決定	OBOGやヤングの主催で医師の協力のもと、1型糖尿病の病態やインスリンの作用、低血糖自に対応などに関する知識共有を行い、主体的な治療への参加を促すことを目標とした。
埼玉	3年ぶりの開催で、キャンパー、スタッフともに初参加が多いことから、様子見要素が多かったのが正直なところです。その中でもまずは新しい友だちを沢山作ってもらうことに重点を置いてキャンプに臨みました。	3日間を通じて、血糖測定及び生活あとのペア、オリエンテーリングのチーム、キャンプ全体のグループ、宿泊室の仲間など、1人にせず、キャンパー同士だけでなくスタッフも含めて仲良くなれるようにした。最終日のキャンプの振り返りにて、みんなの悩みや困っていることなどを共有し、共感できるようにしてコミュニティを強めることを期待して実施。
神奈川（相模原）	4年ぶりのキャンプということもあり、会員もスタッフも経験者が少なくなり、初参加者が多かったので、まずは参加者同士の交流を図ってもらうことを第一の目標とした。また、発症間もない方、小さいお子さんが多く、ご家族での参加がほとんどだったため、保護者同士で悩みなどを語り合い、有意義な情報交換の場となることを目指した。	・交流の場として、班に分かれて野外でカレー作りをした ・保護者は子どもの年齢でグループを分けて、その年齢ならではの悩みを共有し、情報交換した。
山梨	糖尿病治療が進歩して、カーボカウントやインスリンポンプ療法、持続グルコースモニタリングといった治療により、血糖コントロールを劇的に改善することができています。しかし、治療が高度になるほど、親や病院の介入が多くなり、子ども達が自立していない現状にもよく遭遇します。子ども達が親のそばを離れてキャンプに参加してインスリン療法について考えることは、自立支援につながると考えます。 キャンプの中で親元から自立した生活を送り、自分で血糖コントロールやインスリン療法について考えられるようになることを目標にキャンプを行いました。	キャンプの中で血糖値を予測させ、インスリンの単位数について自分で考えさせることを積極的に行いました。また、栄養スタッフ企画の中で、カーボカウントを教えていただき、食事による血糖値への影響を勉強しました。また、登山企画を通じて、積極的な運動を行い、運動時の血糖コントロールについて考えてもらいました。

静岡	<ul style="list-style-type: none"> <li>・久しぶりの宿泊を伴うキャンプなので、改めて参加者同士の親ぼくを図ること。</li> <li>・医師や看護師に、普段の診察では聞けないことを聞いて、病気の理解を深めること</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ大会や肝試しなどのレクリエーションの充実</li> <li>・勉強会、座談会の実施</li> </ul>
浜松	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インスリン治療に対するモチベーションの向上</li> <li>・カーボカウントの指導、再確認</li> </ul>	「カーボカウントの練習」→食事の際にカーボカウントの練習を行った。また、サマーキャンプ中の血糖コントロール良好者に対して表彰を行った。
東海地区	海外旅行をひとつのテーマとして、普段とは異なるような食事環境を提供し、なじみのない料理に対して、どのように糖質を考えるかなどの学びを目標とした。	ミニリトルワールドという企画を実施し、7か国ほどの食事、スイーツを提供。同時に、言葉や遊びといった文化面にも触れられる工夫をした。
富山	キャンプのテーマを「はじめましても、おひさしぶりも元気をもらって再出発」とし、コロナ禍での中断の後の久しぶりのキャンプの内容を充実すべく、「交流」をメインとした。	運動会、立山浄土山登山、キャンプファイヤー、野外炊飯等
京都・滋賀	<ul style="list-style-type: none"> <li>・糖尿病の理解を深め、インスリン自己注射、自己血糖測定法をマスターし、自己管理の重要性を認識させる</li> <li>・カーボカウントを理解させ、炭水化物量を計算できるようにする</li> <li>・スポーツを通じて運動効果の重要性を理解させる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養士によるカーボカウントの勉強会</li> <li>・アイスブレイキング並びにピアカウンセリングにより、患児相互の理解と親ぼくを図った</li> </ul>
大阪（くるみ）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1型糖尿病に関する技術や知見の向上</li> <li>・インスリン自己注射、血糖値測定方法の習得</li> <li>・メンタルケア、患者間（保護者間）のコミュニケーションの活性化</li> <li>・自己管理の確立、自立心の養成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・キャンプ開始時にキャンプ中での目標を掲げさせた。最終日に成果発表</li> <li>・栄養士を講師としたカーボカウントの勉強会を実施</li> <li>・小学生以下と中学生以下に分かれて、医師による勉強会を実施</li> <li>・医師をアドバイザーとした保護者座談会を実施</li> <li>・グループ分け（小学生患児、中学生患児、兄弟姉妹、保護者）をしてワークショップを実施した。（保護者と患児のテーマは、初めて友達とお祭りに行くシチュエーションで、各々何に気を付け、どう楽しむかを考えて発表）</li> <li>・食事ごとのカーボカウント実施</li> </ul>
大阪（杉の子）	コロナ禍で交流が途絶えてしまった子ども達、家族たちの絆をもう一度築きなおすこと	・手作りピザ：施設のかまど、ダッチオーブンを使用し、生地をこねるところから材料をつくり、自分が食べたい分を食べるときにしっかりカーボカウント、インスリン注射をする練習
大阪（近畿つばみ）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1型糖尿病の友だちをつくる</li> <li>・1型糖尿病の先輩たちの体験談をきいて、患者本人や親が今後の悩みや不安を話したり考えたりすることができる。</li> <li>・OBOGの患者同士交流を深めることができる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・OBOGが発症後kらの療養生活の中での体験談をみんなの前で発表した。（例）年齢・発症年齢・学校での様子・校外学習や修学旅行での対応・1型糖尿病になって嫌だったこと、よかったこと・就職・結婚・妊娠</li> <li>・幼児や低学年の参加者が多く、親子参加となり、保護者にとってOBOGの体験談は役にたったと思う。</li> </ul>
和歌山	1型糖尿病患児の疾病ならびにインスリン治療への理解を深め、手技や対応力の向上を目標とした。また、患児家族への疾病への理解を深め、悩みを共有し、解決策のあるものは提言するようにしている（例年同様）	希望者にはキャンプ開始直前に保護者向け面談を実施している。この時に具体的な悩みについての話し合いをし、キャンプの中で解決策を見出せるものについては提言している。また、インスリンメンターを迎え、講演会開催・ディスカッションでの意見交換をしている。経験の多い1型としての先輩の話聞くことは、患児だけでなく保護者の悩みの解決に向けてのよい助けとなっている。
広島	<ul style="list-style-type: none"> <li>・同じ病気の仲間、先輩などふれあい・話し合いを通して糖尿病といかにうまく付き合っていくかを学ぶ</li> <li>・糖尿病の正しい知識と血糖コントロールに必要な知識・技術を獲得する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・話そう会、OBOGからの糖尿病教室、キャンプファイヤー</li> <li>・野外炊飯、栄養教室など</li> </ul>
島根	対面でのキャンプが再開となるため、まずは無事に開催することを目標とした。キャンパー達の交流ができるように意識した。	皆が一緒になって楽しめるイベントとして、カヌー、飯盒炊飯、運動会、話そう会を行い、様々な体験をしながら交流ができるように配慮した。

## 2023年度小児糖尿病キャンプまとめ (1)

高知	新型コロナウイルス感染拡大に伴い、2020年以降は対面でのイベントが開催できなかつたため、1型糖尿病のある子ども達が同じ病気をもつ友だちやOBOGに出会い交流することを目的とした。	対面イベントへの初参加者または久しぶりの対面イベントであることから、「親子キャンプ」の形式とし、保護者と一緒に参加できるようにした。
愛媛	新型コロナウイルス感染症流行後、初めての宿泊キャンプ、かつ4年ぶりのキャンプとなったため、初参加のキャンパーも多く、また例年より年少のキャンパーが多かつたため、原点に戻り「より安全なキャンプ」を目標に掲げた。	初参加、年少のキャンパーが早いタイミングでキャンプ生活に慣れるよう、チーム対向のイベント（反対港クイズ大会、トライ! ニュースポーツ、ウォークラリー、大演芸大会など）を例年より多く設定し、キャンパー同士の交流や、キャンプ経験者（主に上級生）が小学生の面倒をみる機会を増やしました。また、「安全なキャンプ」を実施する上で欠かせない、低血糖時の対応、インスリン注射の取扱いや手技確認、カーボカウントの実践などについて、例年以上に薬剤師、栄養士、理学療法士、臨床検査技師に多く参加いただき、レクチャーなどを通して、キャンパーが学ぶ機会を多く設けた。
山口	①コロナ禍明けで、感染拡大しないように管理徹底しながらも、コロナ前に近い活動へ段階的に戻すこと ②対面での交流でしかできないことをする	昨年までで行った感染対策を一部解除しながら、なるべくコロナ前に近い方向で、子ども達が楽しみにしているイベントを行うようにした。
久留米	2020年以降、新型コロナウイルス感染症の流行に伴って宿泊研修が中止されていたため、まずは安全に最大限配慮し、無事に日程を終了することを最大に目標とした。その上で、この期間に新たに発症した児童が同じ病気をもつ仲間を作れるよう配慮した。	運動会や肝試し、野外調理などのプログラムを年齢・性別・罹患期間がさまざまな児童で構成されたグループで行い、今回については途中でのグループ変更も行わず、交流することに重点を置いた。
佐賀	・リアルに会って、みんなで楽しもう ・災害時対応について学ぼう	・アウトドアストレッチ施設でのアドベンチャー体験を子ども達みんなで行った ・「インスリン治療が必要な糖尿病患者さんのための災害時サポートマニュアル」を用いて、地震などの自然災害に対する事前準備、災害が発生した後で行動することなどの確認を、保護者を含めて行った。
大分	コロナ禍の3年間の中断を経ての再開後初の開催であり、安全を第一の目標とした。また、学生ボランティア、キャンパーも初参加者が多かつたため、キャンプの異議も再確認しながら実施した。	・1泊2日の短期間だったが、お互いのことを知る機会が増えるように、TGの時間をしっかりと確保するようなスケジュールにした。 ・野外活動は減らし、レクリエーションとクッキングをメインの活動にした。
熊本	「南阿蘇キャンプで「逃走中」と「らくだ山」を楽しもう!」をテーマに掲げ、サマーキャンプ本来の姿である「キャンプ」を前面に出して、キャンパー自らのテント設営、キャンパー発案のゲーム、らくだ山までのウォーキングなど子ども達が自発的に考え、行動するキャンプを目標とした。	・キャンパー発案による企画「逃走中」でキャンパーとスタッフの親和性を図る ・キャンプ場から白川水源を經由して「らくだ山」までの総距離約7キロを歩くことにより、自信と相互協力を培う。 ・キャンパー2～3人でグループを作り、協力してテントを設営するとともに、年長者が年少者の面倒を見るなど、自立を図る。
長崎	患児自身で血糖測定を行い、カーボカウントを使ってインスリン注射を行う。激しい運動前には、インスリン量を調整することや低血糖の対応を自身でできるよう目標をたてた	「カーボの達人」・・・毎食事前に、看護師（血糖測定）、栄養士（炭水化物量）、医師（インスリン量）との面談を行い、注射や食事をする。 「毎日の活動」・・・金曜は水遊び、土曜は山歩き、日曜は運動会
鹿児島	4年ぶりの開催だったので、①友達をつくる ②運動時にはインスリンを約10%減量するを目標とした	サマーウォークを行うことで、①親ぶくをはかり、②運動時のインスリン減量を実際に行った
香川	5年ぶりの宿泊を伴うキャンプのため、まずはキャンプを楽しむこと。自分のほかにも同じ病気の子がいることを知る機会とした。	班編成を持ち、子ども同士で協力すること。また、キャンパーに1人以上ずつボランティア学生をつけ、キャンパーのサポートをした。