

## 5

特集 小児・思春期糖尿病治療の現状と展望

## 糖尿病キャンプ

小川洋平

新潟大学医学総合病院 小児科

本邦の糖尿病キャンプ（以下、キャンプ）は50年以上の歴史を有し、現在では全国50カ所でキャンプが開催され、1200人ものキャンパーが参加している。

1型糖尿病の治療はインスリン療法を基本とし、さまざまな知識、経験、工夫が必要となる。キャンプは、医療者と1型糖尿病の子どもが生活を共にすることにより、日常のなかで活かせる療育法を実践的に学ぶ場である。またさまざまな体験を通じて、自立するためのスキルを手に入れる場でもある。さらには仲間をつくり語り合うことによりピアカウンセリングの効果も期待できる。他にも、スタッフのスキルアップの場となること、キャンプの期間中は家族の日々の負担の解放の時間となること、円滑なトランジションに役立つ、などが期待できる。

一方、各キャンプがそれぞれ独自に発展したがゆえの問題や、スタッフ確保などの課題が挙げられる。

本稿では、現在のキャンプを概説し、意義や課題、よりよいキャンプについて考えてみたい。ここでは、「小児糖尿病キャンプ」、「糖尿病サマーキャンプ」を「キャンプ」と統一する。

## キャンプの歴史と現状

1921年、BantingとBestによりインスリンが発見されたが、その4年後の1925年、米国デトロイトでL. Wendtが4人の小児糖尿病患者を引き連れ、世界で最初のキャンプを開いた<sup>1)</sup>。以降、インスリン療法を行う小児糖尿病患者を対象としたこのプログラムは全米に広がった。現在では世界各国で開催され、2011年には世界中で4万6000人以上のキャンパーが参加していると報告されている<sup>2)</sup>。

本邦では、1963年(昭和38年)に丸山 博 医師らが小児1型糖尿病患者8名とともに千葉県勝山海岸で行ったものが最初とされる<sup>3)</sup>。1型糖尿病の子どもたち同士の交

流を深めること、インスリン注射法を習得すること、病気を自己管理できる強い意志をもち将来に希望をもつようになることを目的として開催された。また血糖自己測定の方法がなくインスリン自己注射も保険適用で認められていなかった時代であり、日常生活が制限されていた糖尿病の子どもたちに血糖尿糖検査を病院でなく自然のなかで行い、登山や海水浴も体験させることもキャンプの大きな目的であった。1969年には福岡と熊本、1970年には鹿児島で開催され、以降年を追うごとにキャンプ開催地は増えていった(図1)。1990年以降は例年キャンパーが1000人以上参加しており、2000年代以降は開催箇所が40カ所を超えた。現在では日本糖尿病協会の主催のもと、日本全国で50のキャンプが開催され、1200人ほどのキャンパーが参加している。

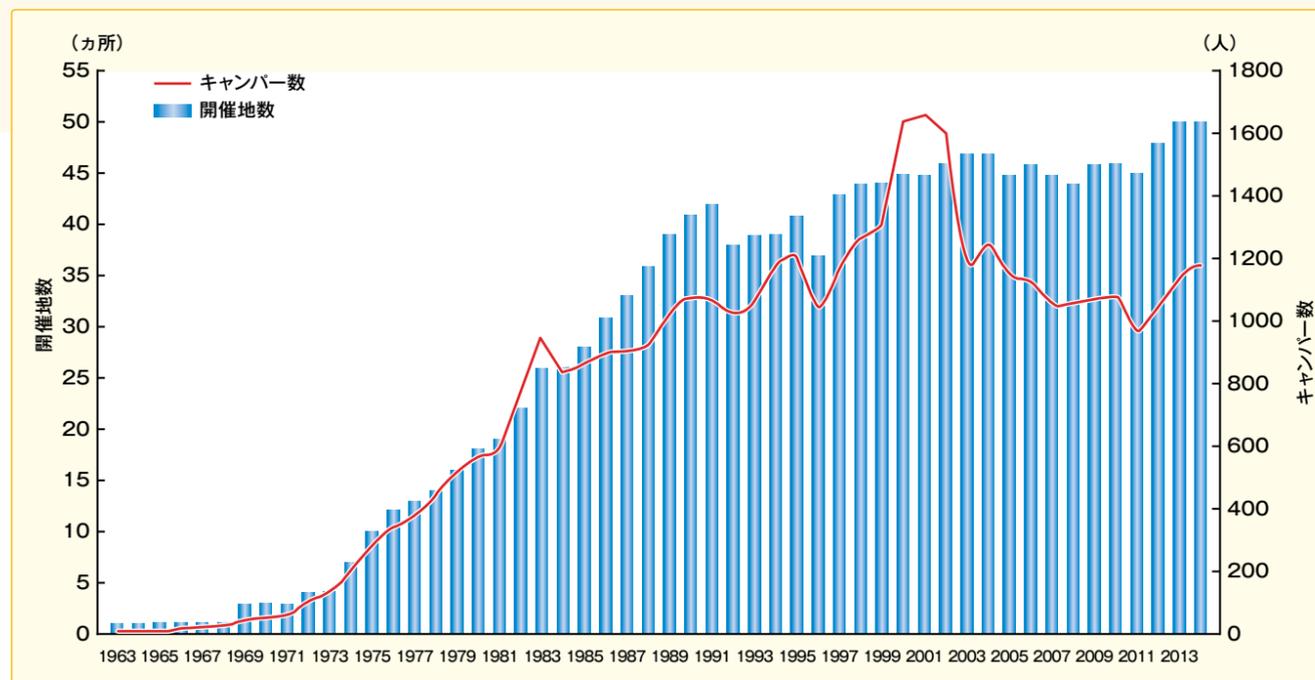


図1 本邦のキャンプ実施状況(1963～2014年) (公益社団法人 日本糖尿病協会 提供)

## キャンプの目的・意義

キャンプの主な目的、意義としては以下のものが挙げられる。

## 療育指導の場

キャンプは、糖尿病療育を実践的に学ぶ場として最適である。具体的には、インスリン注射や血糖測定の正しい手技の習得、低血糖の予防と対応、測定した血糖値の評価法、食事や運動による血糖変動の把握、などがある。キャンパーは、医療スタッフと共に寝泊まりし、食事を摂り、さまざまなプログラムをこなす。医療機関での療育指導と比較し、医療者とキャンパーとはお互い時間的・空間的・精神的に非常にコミュニケーションが取りやすい。医療スタッフは複数でキャンパーの療育行動をその都度確認でき、それぞれの立場からきめ細かくより実際的なアドバイスを行うことができる。

また、比較的まれな疾患である1型糖尿病の小児が一室に会するため、集団指導(インスリンの基礎知識や、食事、

妊娠・出産、糖尿病合併症のことなど)を行う場としても適している。

## 仲間との出会いと語らいの場

キャンプはピアカウンセリング(同じ障がいのある者同士が対等な立場で話を聞き合い、共感し合い仲間同士で支え合うこと)の場として有用である。学校を含めた日常生活では周りに同じ疾患をもつ者がいないことも多く、相談したり共感し合える機会が少ない。キャンプでは子ども同士やポストキャンパー(キャンプOB・OG)と広く接触し交流し合える。日ごろの悩み、疑問、不安などを話し合い、お互いの生き方を理解する。これにより、孤独感や不安感、抑うつ感の軽減につながる。また、すでに社会人として、仕事をこなす子育てする1型糖尿病の先輩と接することにより、自身の将来に対して安心でき希望もてる。

## 社会生活に必要な能力獲得の機会

慢性かつ比較的まれな疾患である1型糖尿病を有する子どもたちは、他人との体の違いを気にし自身に対して劣等感を抱くこともあり、ともすれば消極的な性格や引