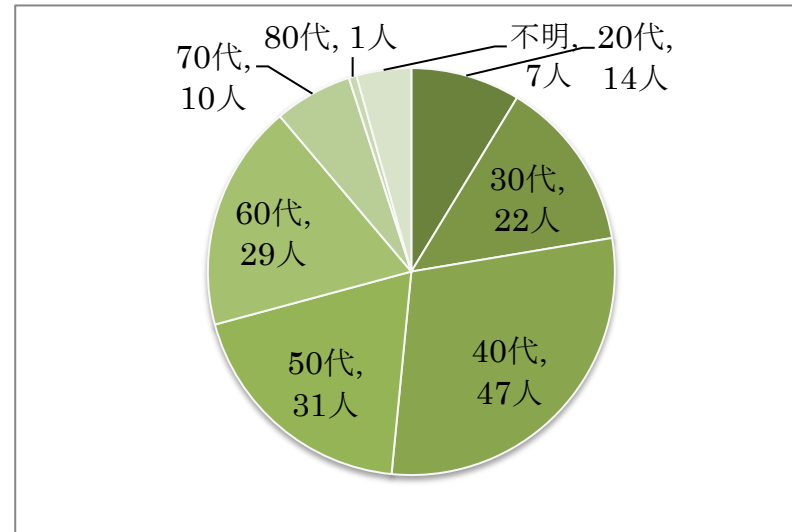
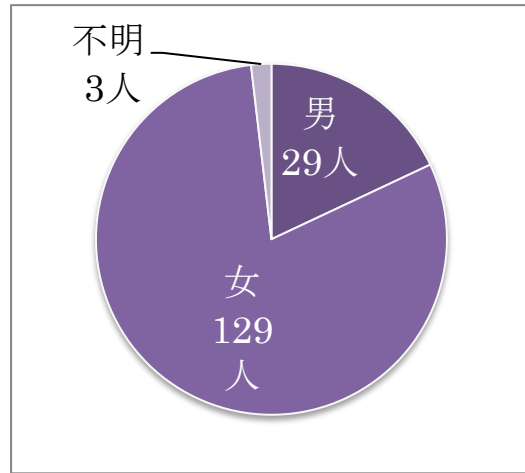


## ワークショップ参加者の内訳

ワークショップに参加された方の男女比は、男性が約 18%、女性が約 80%でした。年代については、40代が47人と一番多く、以下、50代、30代、60代、20代と続き、20代から80代まで、多くの年代の方にご参加いただきました。



参加者の疾患については線維筋痛症が一番多く、以下 1 型糖尿病、全身性エリテマトーデス、がん、うつ病、クローン病、高血圧、ベーチェット病、慢性炎症性脱髄性多発神経炎、アトピー性皮膚炎、関節リウマチと続き、難治性疾患や生活習慣病、がんなど全 101 疾患の方にご参加いただきました。

## 2014 年度収支

収入		支出		正会員 38 (個人 31、団体 7) 賛助会員 32 (個人 2、団体 30)
会費収入	約 672.6 万円	事業費	約 1,247.7 万円	
寄付金	約 40.3 万円	管理費	約 121.4 万円	
助成金	約 568.7 万円			
事業収入	約 43.3 万円			
合計収入	13,253,336 円	支出	13,691,485 円	

※助成金はメドトロニック財団、田辺三菱製薬手のひらパートナープログラムからいただきました。

## 役員一覧

理事長	伊藤 雅治	(一般社団法人 全国訪問看護事業協会 会長)
副理事長	田中 滋	(慶應義塾大学大学院 経営管理研究科 准教授)
専務理事	岡谷 恵子	(東京医科大学 副学長/医学部看護学科 教授)
理事	大熊 由紀子	(国際医療福祉大学大学院 教授)
理事	大平 勝美	(社会福祉法人 はばたき福祉事業団 理事長)
理事	京野 文代	(特定非営利活動法人 日本 IDDM ネットワーク)
理事	伍藤 忠春	(日本製薬工業協会 理事長)
理事	近藤 房恵	(サミュエル・メリット大学 看護学部 教授)
理事	柴田 雅人	(国民健康保険中央会 理事長)
理事	高木 邦格	(国際医療福祉大学 理事長)
理事	松本 義幸	(健康保険組合連合会 参与)
監事	杉山 真一	(弁護士 原後総合法律事務所)

NPO法人日本慢性疾患セルフマネジメント協会

# 2014 年度活動報告

## ごあいさつ 理事長 伊藤雅治



法人設立 9 年度目となる 2014 年度は、新しく改訂された慢性疾患セルフマネジメントプログラムを用い、全国 9 都府県で 16 回のワークショップを開催しました。参加者のアンケートでは、回答を寄せてくださった 69 名の内、9 割以上の方が「役に立った」と回答されるなど、多くの方からご好評をいただきました。

難病やがん、生活習慣病など、完治が難しかったり、完治までに比較的長い時間がかかる病気になってしまうと、症状だけでなく、仕事や家事を続けることが難しかったり、感情の浮き沈みに悩まされたり、生活に様々な問題がでてきます。私たちは、そんな皆さんとつながりながら、少しでもやりたいことをできるように、自己管理支援のワークショップを開催しています。

「やりたいことをするための自己管理」を合言葉に、今後も活動の充実に努めてまいります。変わらぬご支援、ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

### 私たちのミッション

完治が難しい病気をもつ人たちが  
充足感のある、自立した生活を営むことができるよう支援すること  
そのために、以下の3つの事業を中心に活動しています。

#### 教育指導事業

- ワークショップを進行するリーダーの育成
- ワークショップの改訂 等

#### 普及啓発事業

- ワークショップ開催
- 同窓会の開催
- シンポジウム・講演会・説明会の開催 等

#### 情報提供事業

- ウェブサイトの更新
- メールマガジンの配信
- 参考書の作成 等

NPO法人日本慢性疾患セルフマネジメント協会

〒107-0052 東京都港区赤坂 8-10-22 ニュー新坂ビル 2F

TEL : 03-6804-6712 FAX : 03-6804-6786 URL : <http://www.j-cdsm.org>



## ワークショップの開催

CDSMPは8~16人の少人数のワークショップで、毎週1回、2時間半を全6回で学びます。ワークショップはカリキュラムが決まっています、完治が難しい病気をもつ人たちに共通の課題である①治療に関する課題（適切な服薬、病気の理解、医師との関係など）、②日常生活に関する課題（仕事や家事、友人関係など）、③感情に関する課題（不安、イライラなど）に自己管理で対処する方法を学びます。2014年度は9都府県で16回のワークショップを開催し、161名の方が参加しました。

東京都：東京大学医学部附属病院、  
東京山手メディカルセンター  
埼玉県：埼玉県障害者交流センター  
静岡県：静岡県立総合病院  
愛知県：中京病院  
富山県：富山県難病相談・支援センター  
京都府：京都府立医科大学附属病院  
岡山県：きらめきプラザ  
山口県：宇部市男女共同参画センター  
熊本県：熊本県難病相談・支援センター、  
熊本県障がい者福祉センター希望荘  
人吉医療センター、熊本県総合福祉センター

## ワークショップ同窓会

ワークショップ参加者のフォローアップのために「同窓会」を開催しました。久しぶりの再会や新たな出会いの場となっています。特別企画では鍼灸師さんや、看護師さんをゲストに招き、ワークショップでは扱わない内容を気軽に試せたと参加者からは好評でした。それぞれがワークショップ後も頑張っている姿が励みになり、今後も楽しい同窓会を引き続き開催していきます。

### <開催実績>

4/13 東京（首都大学東京 秋葉原サテライトキャンパス）

特別企画『自分でできる☆アロマのケア』

講師：鈴木弘子氏（看護師・アロマコーディネーター）

11/1 兵庫（こうべ市民福祉交流センター）

特別企画『体の不調、ツボでケア！』 講師：伊藤和憲氏（鍼灸師）

11/3 東京（首都大学東京 秋葉原サテライトキャンパス）

特別企画：『健康管理の基本！手を洗おう』

講師：石井祥子氏（感染症看護専門看護師）

12/11 熊本（熊本県難病相談・支援センター）

クリスマス同窓会

3/21 愛知（ウィルあいち 愛知県女性総合センター）

特別企画：『自分でできる☆アロマのケア』 講師：鈴木弘子氏（看護師・アロマコーディネーター）



## 参加者の感想

- 普段の生活の中では、他の病気の方と知り合う機会がないので、他の病気を理解するよい機会でした。病気が違うことが「自分も頑張らないと！」という思いにさせてくれました。（30代男性 クロウン病）
- 頭の中ではこうしたい、ああしたいと思っても、今まではなかなか実行に移すことが出来なかった自分でしたが、一歩前に進むきっかけをいただきました。前向きになれました。（60代女性 全身性エリテマトーデス）

## リーダー研修の開催

ワークショップはリーダーと呼ばれる2人が進めます。リーダーは、協会が主催する規定の5日間の研修を修了した人がつとめます。

2014年度は熊本県、東京都の2か所でリーダー研修を行い、15名が研修を修了しました。

第14回リーダー研修

研修期間：9/3（水）～7（日）

開催地：熊本大学 医学部 保健学科棟

第15回リーダー研修

研修期間：11/15（土）、16（日）、

22（土）～24（月・祝）

開催地：東京医科大学 第2看護学科棟



## リーダーフォローアップ研修の開催

リーダー同士の経験を共有しつつ、ワークショップ進行の技術を学ぶ研修。全国約90名のリーダーのうち、50名が参加しました。

12/7（日） タワーホール船堀

12/11（木） 熊本県難病相談・支援センター

12/20（土） ハートピア京都



## マスタートレーナー研修への派遣

米国スタンフォード大学医学部 患者教育研究センターで開催されるマスタートレーナー研修に、2名のリーダーを派遣しました。マスタートレーナーはリーダーを育成することができる資格で、リーダー研修やリーダーフォローアップ研修を担当します。



## 講演会・説明会などの開催と参加

CDSMPのさらなる普及のため、全国各地で講演・説明を行い、広報活動に力を入れています。

7/4 つむぐびと

『完治が難しい病気をもって生きる人の自己管理支援自己効力感を高める「慢性疾患セルフマネジメントプログラム」』

8/3 日本地域看護学会

8/31 熊本県難病相談・支援センター

「みんなを元気にするセルフマネジメント2014」



11/9 全国難病センター研究会

11/30 日本看護科学学会

11/8 難病・慢性疾患全国フォーラム

1/23 メドトロニック株式会社 社員向け講演会

「疾患治療にセルフマネジメントをどう活かすか」

2/24 米国医療機器・IVD 工業会

(AMDD) マンスリーセッション

「患者が医療を選ぶ時代 患者の自己決定・自己管理を支援する慢性疾患セルフマネジメントプログラム」