

## 平成25年度 生活習慣病セルフマネジメントサポーター養成プログラム

生活習慣病セルフケアマネジメントサポーター養成プログラムは、以下のような学生に育つことを目的に作られています。

**目的** 生活者としての生活習慣病患者（糖尿病患者）を深く理解し、自己管理の支援ができる能力を有した学生。  
運動指導に必要な知識、技術を習得し、運動時のリスク管理ができる能力を有した学生。  
直接患者を支援していく事業に参加し、地域貢献ができる学生。

達成目標	該当プログラムNo
患者とのコミュニケーション方法を理解し、実践できる	2, 5, 8, 10 その他教室
生活者としての糖尿病患者を理解できる	2, 5, 8, 10 その他教室
療養中の患者の不安や課題などを理解できる	2, 5, 8, 10 その他教室
体力測定、体組成、動脈硬化測定、骨密度などの様々な身体計測方法を理解できる	7, 9
セルフマネジメント支援について理解できる	2 その他教室
運動指導に必要な体力や柔軟性の評価について理解できる	6, 7, 10
基本的な運動支援の方法について理解し、実践できる。	3, 6, 10 その他教室
糖尿病患者の運動時のリスク管理について理解できる	3, 5, 6
一次救命処置について理解し、実践できる	3, 9
セルフヘルプグループについて理解できる	2, 8, 10
ファシリテーターの役割を理解できる。	8, 10
療養指導に必要な知識や技術について、わかりやすく集団に説明できる。	5, 10

### プログラム内容

	テーマ	講義・演習内容	開催日予定日	担当者
1	サポータープログラムに関するガイダンス	サポータープログラムの仕組み、学習内容、連絡先など	5月13日(月)	井瀧
2	看護師の役割(患者さんとの接し方)	糖尿病患者のセルフマネジメント支援、コミュニケーション	5月13日(月)	富澤
3	看護師の役割(リスク管理)	リスクマネジメント (AED、低血糖について)	5月28日(月)17:45～ (黒森山) 10月4日(金)17:45～ (板柳)	北島
4-1	黒森山ウォーク	糖尿病患者の運動療法の一環としてのウォーキングイベント	6月2日(日)	北島
4-2	板柳ウォーク	糖尿病患者の運動療法の一環としてのウォーキングイベント	10月13日(日)	井瀧
5	健康相談	健康相談・運動教室前の健康管理・療養指導など	毎回の健康教室(血圧担当)	全員
6	運動の基本と指導方法	運動の生理、効果、指導方法(集中)	6月23日(日)13:30～15:30ごろ 12月22日(日)13:30～15:30ごろ	奈良岡
7	身体計測	様々な機器を使った身体計測・体力測定の方法を学ぶ (体組成計や血圧計の使用、歩数計データ出力など)	6月10日(月)17:45～	北島
8	コミュニケーションとカウンセリング	グループアプローチとは(集中)	9月8日(日)13:30-15:30頃 11月24日(日)13:30-15:30頃	田上
9	BLS受講	4年間のうちに修了しておく	5月26, 27日, 6月23日他	井瀧
10-1	運動の基本と指導方法	運動コースの作成	夏休み(8月2日17:45～説明)	漆坂・北島
10-2	運動の基本と指導方法	ストレッチの指導、体力測定の補助	7月、12月、1月、2月の教室時	富澤・井瀧
10-3	コミュニケーションとカウンセリング	ファシリテーターの体験	8月26日、9月8日、11月24日	富澤・田上
10-4	集団への指導	提示されたテーマを調べ、糖尿病患者を対象にミニ講義	8月26日、11月24日	全員

**参加学生** 大学生であれば誰でも可。

### 修了条件

- 1 プログラム1～9を受講していること
- 2 プログラム10-1, 2と10-3, 4から1つ選択し2つ以上を実施すること
- 3 通常の教室8回以上に参加していること