



야마다 게이코

감수: 오사카 시립대학 대학원 의학연구과
발달소아의학

Dr. 가와무라 도모유키

협력: 일본 메드트로닉 주식회사

건강의 쇼일기

가와베 고원 복지촌 숙소
건강의 숲

河辺高原 福祉村 宿舎
けんまの木
千々千

민다 선생님

딸을 잘 부탁드립니다

아뇨
괜찮습니다

외동이라
버릇없이
키워서 :



1형 당뇨병
캠프에 모인
아이들이

병에 대해
배우거나 여러
경험을 한 뒤에
건강히 집으로
돌아가니까요

일주일 동안
힘내렴
가코

같은 1형
친구들도
생길 테니까

울지
마마

엄
아
빠





나만 부끄러워

모르는 사람들
뿐인 산속에

이런

가는거야?



두 달 전에
1형과 노교보
진단을 받았던
최아의
영문교수

흑

내 이름이
가라스마루 가코

초등학교 5학년



정말 쓰러져서
병원에서 입원했는데
1형과 노교보
진단을 받았다

목이 말라서
물만 마셨다

몸부터 계속
몸이 나른하고



원인은 불확실하지만
살아가는데 필요한
인술린이라는
호르몬이

분비되지 않게
되는 병입니다

매일 인술린을
보충해 줘야
해요

《매일》?

매일이라니
언제까지?

중학생이
되어도?

고등학교의
되어도?

어른이 되어서
결혼을 해도?

계속
.....?
.....?



불안해서 학교도
못가게 된 나에게
아빠는...

1형 아이들의
여름 캠프가
있대

가코도
가볼래?

둘다
내가 없는 게
좋은가 봐...

분명히 지쳐
버렸을 거야

이런
병에 걸려서
...

1년에
5만명 중 1명
콜로렐리나 병
이라며!?

아와
이렇게
많은 거야!?

わい
わい

か
か
か

き
き
き

그런데 좀

이 아이들의
모두 1형이라구!?

진짜!?

? 이상하지 않아







포

우

까악

질색

아~!!!~



이제 싫어
집에 가고 싶어

시작부터
저런 나쁜 녀석이...



지요리도 캠프에 온 거야?

당기는 게 아니라 밀었어야지

이름이... 지요리니?

아...



지요리 계속 안에서 열려고 했어

하지만 당겨도 안 열려서

무서웠어...

무서웠어...



지요리는 1살 때 1형에 걸렸어

1살?!
있다~

지금도 1학년인데 울보거든...

간혹사 언니 여기요

엄마가 지요리한테도 곧 동생이 생길 거라고

《강의 숲》에 온 거야



저렇게 어린 아이까지...

다양한 아이들이 있구나



지요리?

애들아—

다행이다 찾았잖니 지요리

저녁밥이
다 같이 큰 식당에
모여서 먹습니다

1형당포병환자 모임
《화이트윈스》 여러분!

건강의 숲
여름캠프에 온 것을
환영합니다

저는
캠프의 리더인
당포병 전문의
민다입니다!

올해가 38회의

4세에서 14세
어린이들이 참가해
주었습니다

열심히 놀고
배우면서 즐겁게
지내도록!

간호 학교의
학생들

간호사

연수의 선생님

여러분 곁에는
나 같이 내과
소아과 전문의와

방양사

1형 캠프의
대학생
선배들

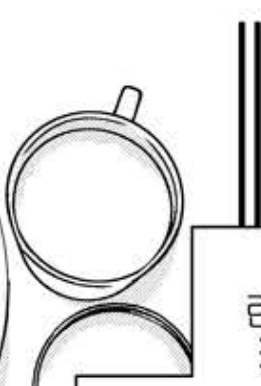
아? 그래 그래
배가 고프겠군



わっほい



0.5카보



카보 카운트란...

혈당을
조정하기 위해



1카보

매일 섭취하는 탄수화물(카보)을 계산(카운트)해 적정량의 인슐린을 주입하기 위한 계산 방법입니다



원하는 대로
먹이렵!

그 다음에
다같이 '카보 카운트
(당질 계산)'를
해보자!!

앗



다 됐어요

혈당이
됐니?

가코의 목표
혈당치는 120이고
지금 95

인슐린이
1단위에
80 내려가니까
얼마가
될까?

전혀
모르겠어

직접
해야지!

항상 엄마가
해 줬으니까

옛날처럼
엄격하게 식사를
제한하지 않아도

정도가까지는
오차가
있어도
괜찮아!

그래
가코는 5단위지

계산이
아주 정확하지
않아도 돼

네...

카보 카운트를
할 수 있으면
원하는 것을
마음대로 먹을 수
있습니다
하지만 좀 귀찮죠!!



다 됐다!

지요리
인슐린
4단위
투여하면 돼요

그럼 모두
주사 놓고—

기대중
많은데 말이예요!



맛있다~

카
야

카
야
카
야



의사 선생님이
놔주는게
아니었어...?



아...

저기



주사...

주사라니

아파,

이제 싫어!!

아파다고,

이봐
가라스마루가코!!





주사 놓는 법
몰라?

처음에 병원에서
카보카운터랑
세트로
배우지 않아?

비가 그친 뒤의 하늘처럼
상쾌한 목소리였다



누구...

우물
우물

내 이름이
데라마에 조타로

너랑 이름이
5화단

민민선생님한테
이야기는 들었어
1 형에 걸린지 아직
두 달밖에 안 됐다며

낮에 봤던
이상한 녀석!!

앗



피도
나서...

하지만
너무
아프고...



애 뭐야

주...

처음에
나도 스스로...
주사 놓는 법
정도는 알아



사람들의 시선이
부끄러워



그래서 지금은
엄마가...

아...
아...



《화이트윙스》의
반장
이니까!!

이
조타로...

안아프게 놓는 법
가르쳐 줄게



어쩔 수 없지

히...
음



바...

여기는 내 구역이거든?

너같은 신입을 돌봐주는것도 내 역할이니까

이 녀석들도 모두 내 부하!

3살에 발병한 뒤로 한번도 쉬지 않고 캠프에 다녔고

고향에서 농구 클럽과 사이클링의 스타지

올라가자 마



누가 네 부하야

매년 여름방학 숙제 보여달라고 징징거리는 주제에

아얏

가코라고 했지?

나는 유마 같은 방이야

조타로는 저래 봐도 꽤 등직해 다른 사람들도 있으니까 주사 배워 볼래?

배우면 할 수 있을지도...

끄덕

...



공기를 뺀 뒤에

아까 계산한 5단위에 1000ml 맞추고



주사

푹



그럼 시작할까

우선 세정용 솜으로 팔을 닦고



선생님 안가 봐도 될까요?

일단 지켜보면서

아이들의 주체성에 맡겨 봅시다



나도 쯤쯤 그래?

통증을 쥘러 버렸나 보네 아프겠다



괜찮아 피도 기쁘고 멋있어

하다 보면 기억하게 돼

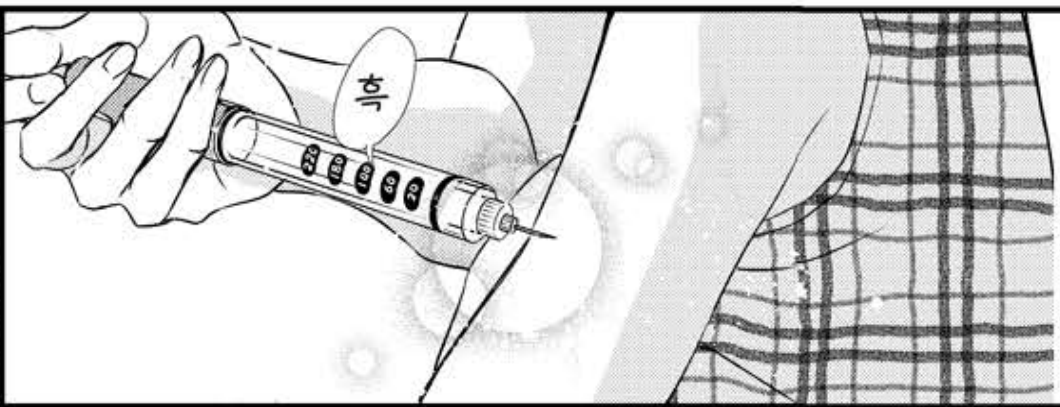
아픈 부분이 있어 사람마다 각각 다르지만...



으!

힘 주지 마

참지 말고 일단 살짝 뽑아



성공이다!!

! 잘하네

다행이야
가코



축하해~

언니
잘했어

앗
고맙...

매년 저런 아이는
있으니깐요

몇 시간이든
기다려 주죠

저녁 식사 뒤에는
같은학년
아이들끼리 나누어

자기 자신이나 병에
대해서로 이야기하는
시간을 가졌다





저혈당...?

보건실에
가는 거구나



말을 거는 게
조용일까
하지만 혼자
있고 싶을지도
모르니까



말을 못 걸겠어
어떡하지...
나

잠시 후

조용히 방에
나왔다



《건강의 숲》이

1회의 숲



서로 몸을 기대고
한그루의 나무에
머물러 있다



아무...



1형의 숲



《건담의 숲》이







잘 됐다

한밤중의 저혈당이
마음이 약해지니까:



좋아!
혈당이 안정
됐네
이제 관찰아

저혈당이
됐을 때니

빨리 당파에
섭취해야
하잖아?

맞아
맞아

사실은 천천히
딸기 파르페 같이 걸
먹고 싶었는데

포도당이
시시해~



하지만

모레 어때...



매일 아침
당뇨병 공부를
하고

이동회에
물놀이:

정말 뭐든
할 수 있다는 걸
알게 됐어



오늘
디스코 파티
즐거웠지

응!
화장도
재미있었어

선생님들이
분위기도
잘 띄웠고

등산만큼의
걱정이야...

산에 오르는 것도
처음이고

우리 같이
초등학생한테는

꽤 힘든
산이라고
들었으니 까...

.....
나도
조금 불안해

하지만 매일
몸을 움직이면서

어떤 때
혈당이 높아지고
낮아지는지

어떤 처치를
하면 되는지

선생님들이 가르쳐
주셨잖아

그
캠프의 성과를

산에서

확인하게
되지 않을까

등산날
모두 새벽이
되기 전에
일어났다

운동을 하면
인슐린이 평소보다
잘 듣기 때문에
주사도 조금 적은
정도로 한다

많이 움직이는
손발에 놀이면
저혈당이 되니까
배에 놔야지

나도
기초 비율
낮춰 놔야겠어

아토프

다들 조금
긴장한 표정

춡다

가자!

잠시 물 마시고
쉬었다 가자

오늘은 계속
걸을 테니까
휴식 시간엔 반드시
혈당을 잴 것!

이상하다 싶으면
바로 쉬면서
당분을
섭취해야 해





몇 번이나
다부했지만

저혈당이 되니까
아이들이 조금씩
나오기 시작했다

가메 선생님
마리의 열병이
파래요

발걸음도
무거워졌고

아이들도
서로의 상태를
살피고 있다

괜찮아?

네!

아이들한테서
절대로 누르
폐면 안 돼

나 땅을 엄청나게
흔리고 있어...



어라...

몸이 떨린다

가코?



괜찮아
.....

아까
젓을 때
포폰이오르지
않

괜찮아



데쓰!
민민 선생님한테
보고해!

OK!

가코
젤리
빨리
먹어



거짓말!!

이렇게
떨어진 건데
없었거든!!



처음에 쓰러졌을
때도 굉장히
괴로웠어

산속에서 또
그런 일이
일어나면...

어쩌지



또
걸어야
한
다고?

이제
못
걸어?

무서워!!

아
다
파
리

뭐?

슬슬
갈 수 있지
않아?

좋아! 먹고
9415분
쉬었더니
돌아왔다



힘들어

무리라니까
포기했거든



가코?

미안...

이제
무리야

무서워서
발이 떨어지지 않아



모두를 기다리게 하고
걱정 끼치고

나만...

다들 열심히 하고 있는데



정말 싫어

창피해
더는 싫어

내려가고
싶어...



이런 병에
걸려서

엄아빠

미안해

힘들게 해서
미안해

귀찮게 해서
미안해

미안해

미안해...

!! 웃기지마

못한다고
생각하는 건
너뿐이야

누가
사과하래?

넌
뭐든지
할수있다고!!





그럼 괜찮아...
좀 더
힘에 내 보면

94까지
돌아왔지?

앗
선생님

선생님들도
같이 있으니까



무거워...

나



가코
발을 좀 더
올려

꼭
잡아



그래~!!

지이인짜
무겁네



!?

조타로!?

ぐぐ
い
い
い

그러니까 잽싸게
올라가라고

조타모...

이이이이이

이...

이...

하
하

하
하



안 울 거야
안 울 거야

はあはあ

괜찮아요

저도 갈래요...

걸을 수 있어?



안 울 거야

안 울 거야

안 울 거야



애들한테
질 수는 없죠!

괜찮습니다

짐이 많다고
쓰러지거나
하면 안 돼!

이봐
연수의 군



아



다리가 가벼워

점점 움직여진다

몸이 익숙해진
건지도 모르겠지만

아까만큼
힘들지 않아!



조타로

이제...

괜찮은 것 같아



경치가 훨씬
잘 보인다

새 소리가
참 귀엽네

나뭇잎 사이로 보이는
햇살도

아름다워



날개

새하얀

날개

환자 모임의...

《화이트
윙스의 노래》야

건강의 숲에서
날아오른다

강을 넘어
산을 넘어

보여우들이
보고있어

별레들도
보고있어

혼자가 아냐

날아올라라
사랑하는 친구들과

폭풍을 넘어가라
수많은 날개들

건강의 숲에서





정상이다!!

다들
고생했다!

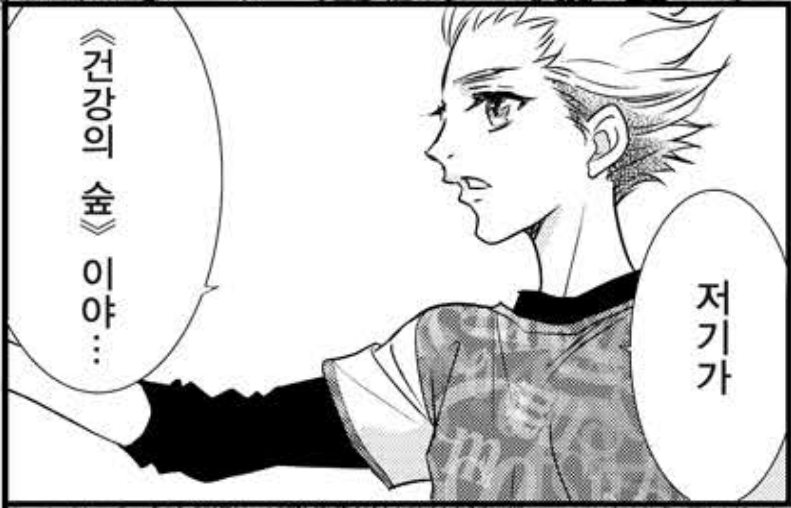
이 경치를
잘 봐
두렴

그럼 슬슬
도시락 먹자!

배
고프다?

여기
아이스크림이랑
과일도 있어

우와~



《건강의 숲》이야...

저기가



와~

와~







한밤중에 저혈당이
왔을 때 친구가
곁에 있어 줬어요



수영장에서
경쟁한 게 너무
재미있었어요!



카보 카운터를
할 줄 알게
됐으니까
학교 친구들이랑
팬케이크 먹으러
가고 싶어요



그럼 한 편씩
캠프에 대한 감상을
말해 봅시다



하지만 곧
동생이 생기니까...

지요리는 누구와도
헤어지고 싶지
않아요...



아이들이
너무 좋아져서:
소아과 전문의가
되기로 했습니다



안 올 거예요!



네~

마지막에

조타로



결코
잊지 않을 거예요



등산 때...

여러 사람에게
도움을
받았어요



사실은!!

모두의 아이돌
데라마에 조타로는
이 1형
여름 캠프를

에블루 멤버 케인이 매
캠핑이긴 그렇지만!!



말이
안 했지만

나
에블루 2세대

케인
캠핑이긴



뭐...

캠핑이긴





고향 친구들이랑

잘 아는 산이라
아이들끼리만

등산하러
갔었어



주머니 뺐했다니

너.....



그런데
도중에 심각한
저혈당을
일으켜서...

움직일 수 없게 됐어

구급차로
병원까지
실려갔는데
.....



중환자실
침대 옆에서

중증 저혈당으로
인한 혼수상태
에서 눈을 뜨는 건

3일이나
지난 뒤였어

엄마가
올고 있었단...



우리 아빠는
일찍
돌아가셔서

엄마가
일하면서
나를
키웠어

1형 환자라도
뭐든
할 수 있다

용기를 내서
도전하라고
했지



올해
캠프도

또

등산이 있다고
했더니...



퇴원한 뒤
내가 평소처럼
놀거나

아픈걸
하려고 하면

엄마의 표정이
굳어지게
됐어



그랬던 엄마가
울고 있었어

“내가 병을 너무
쉽게 생각했다”

“더 주의를
기울였어야
했다”면서



얼굴이 파랗게 질리고

더 이상 나를

굳어 버렸어

웃고 있던
얼굴이

전처럼
진심으로...

이원할 수
없게 된 것
같았어...



넌
뭐든지 할 수
있다고

못한다고
생각하는 건
너뿐이야



그래서...

걱려해
줬구나...

그렇게
열심히



그래서
캠프는 올해가
마지막이라고

내가 먼저
민민 선생님한테
말했어



나...

아빠 뭣까지
엄마를
지키고...

안심
시켜 줘야
해

뭐어차피
중학생이 되면
다들 부활동 때문에
바빠서 못 오니까

만남이 있으면
헤어짐도
있는 법이잖아

내가 없어도
다들 건강히
지내야 해!!

이 바보

조타로

왜 아무 말도
안 했어!

아앗!?





나는 건강의 숲에 사는

강한 몸과 마음을 키우는 자

아이들의 건강을 지키고

날개의 신

어제가 르쳐준 전통춤을 시작하자!!

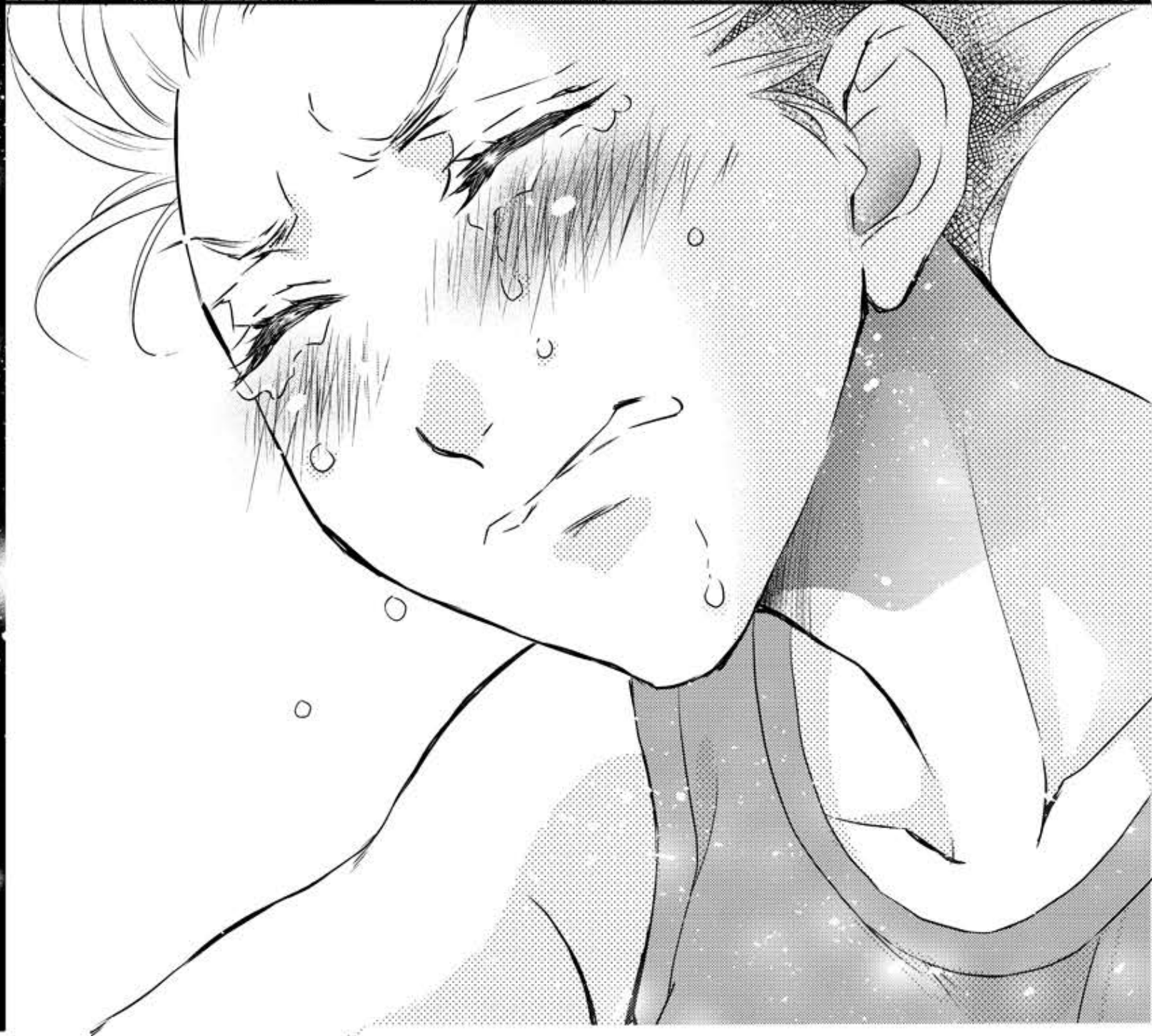
이제 마지막 추억이야?

몇 번을 봐도 웃겨 죽겠어

창피해!!

이와

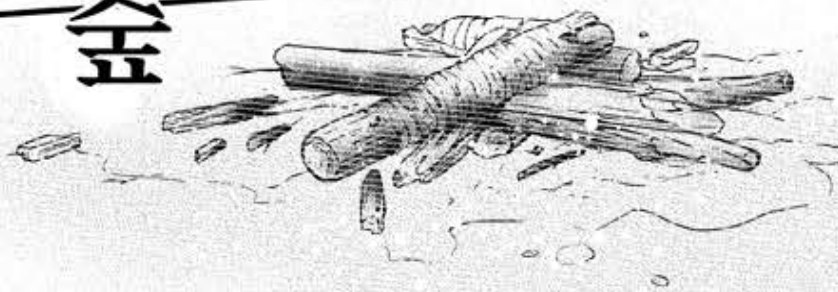
파라파





건강의
숲

안녕





조타로
병원에서
또 보자

저야말로
조타로에게 도움을
많이 받았습니다

민다 선생님
조타로가
오랫동안
신세를 졌습니다

조타로네
엄마다

앗

우리 집 차다

연휴 때
꼭 만나자!

유마
잘 지내

편지
쓸게?





왜 그러냐?



아...

크다



가코?

이렇게 강해 보이는
여자들이

조타로가
걱정돼서...



아...



하지만 모두와 알게 되고

주사도 혼자 놓을 수 있게 됐어요...

여러 가지들 배우면서



에엤다그...

아... 저기

올해 처음 여기 온

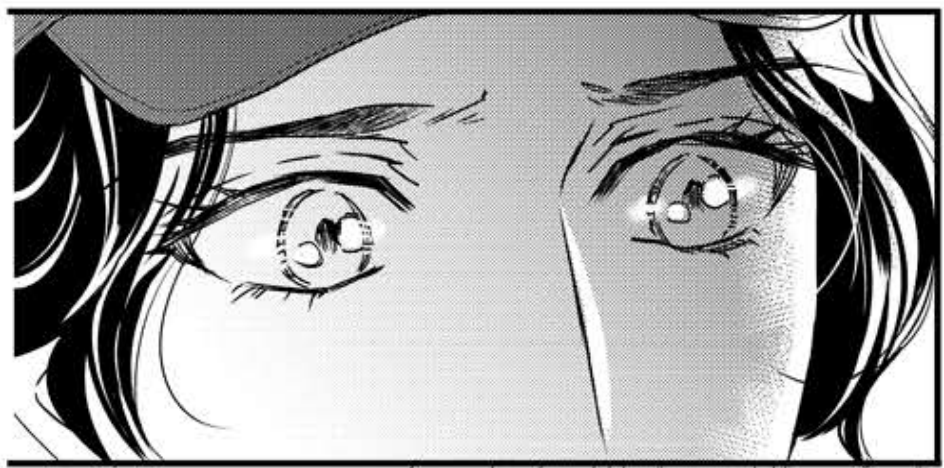
가라스마루 가코... 라고 합니다



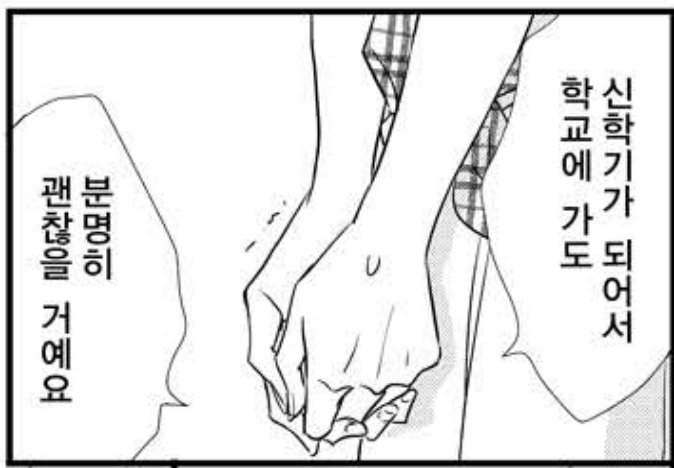
갑자기 1형에 걸려서...

너무 무서웠고

캠프로도... 오기 싫었었는데



분명히 관찰을 거예요



신학기가 되어서 학교에 가도




1형이

너무 무섭다면



조타로네 어머님도...

무섭다면



조타로랑
캠프에
오면 돼요

모두와 친구가
되면 관찰을
거예요!!



처음부터 다시
1회에 대해
공부하면서

노력해 봐요

플장에서
수영도
해요

우리가
도울 테니까!



맞아요

아주머니도 내년엔
조타로랑
같이 오세요

우리랑
바비큐도 해 먹고



카!



역시 :
여기 내년에도
오고 싶어

엄마도
같이!



엄마



내년에는
둘이서
오겠습니다!!

네!

조타로

잘됐다

아

아

70





!

가코!

고마워



앞으로도 계속 함께야!

다행이다
조타로!

아
아

또 뭐든지
해 보는 거야

반장!!

!!또내년에
봐—



안녕
건강의 숲

깊고
다정한

녹색의 숲

내년에 또
모두가 오길

기다려 줘

끝

