

监修 阿倍野医疗诊所  
川村智行 医师

合作 日本美敦力株式会社

漫画 山田圭子

# 元气之森日记

2nd book ~





叽叽喳喳

车门打开喽

元气之森  
河边高原福祉村舍

叽叽喳喳

好凉快啊

我叫  
乌丸<sup>くわまる</sup>  
读小学六年级

1年前  
我患上了  
1型糖尿病



1型糖尿病  
会导致身体  
不再分泌  
调节血糖所需的

一种名为  
胰岛素的激素

为了维持生命  
患者必须每天  
通过注射或  
用泵来补充胰岛素



在这个  
1型夏令营中

要开始  
接待啦！

请各位老师  
加快速度！

孩子们会  
通过亲身经验  
学习疾病的知识和  
治疗方法并且  
结识伙伴

大家都是  
从哪儿来的呢  
……

平时很难见到  
这么多患有  
1型糖尿病的孩子  
聚在一起

啊  
Kako...

我们在这里呢

着实是  
非常壮观!!

由真!

Saorin...  
玲奈也来啦!

一年不见  
想死你们了

Kako  
过得怎么样  
还好吧?

呜哇啊啊

哈哈  
哈哈  
哈哈

挪动

挪动

哇  
啊啊

热热闹闹

热热闹闹



哟  
Kako...

怎么感觉  
你变小只啦？

噫

丈太郎!?

丈...

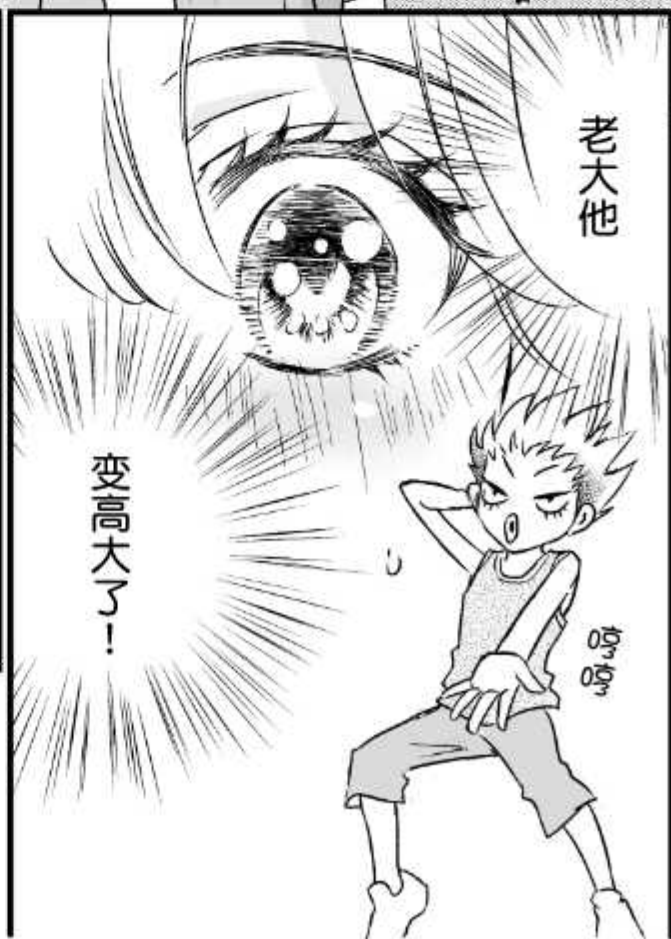


怎么着  
不服气啊？

拽里拽气

因为他有在打  
少年篮球吧

你不过是  
长高了而已吧



老大他

变高大了！

噫

我之前偶然在  
傍晚的新闻里  
看到过他

简直像  
换了个人一样

Kako  
好久不见

啊  
丈太郎的  
妈妈！

您也来参加  
夏令营啦？

嗯！

真的诶  
阿姨来啦

好耶

太棒啦

哇啊

这样就能和  
之前约好的一  
样和大家  
一起玩啦！

哇

……



小的们  
看过来!!

要向大家  
宣布一件大事!!

接下来病友会  
White Wings的老大  
本大爷

之前  
民田老师也  
说过了

1型糖尿病  
夏令营  
原本只允许  
儿童参加

但从今年开始  
父母也可以  
参加了!



可是如果  
父母和孩子  
总是呆在一起

我们的首要目标  
『培养孩子的  
自立性』  
就无法完成了

那  
可不行!

说的很对!



看来不用我  
另行说明了

哇  
民民  
民民  
夏令营领队  
民田老师

我妈总是担惊受怕  
所以我很期待和她  
一起参加夏令营的

我也觉得  
很没意思啊……

真没意思

哇  
啪

别哭鼻子啦！

所以  
各位家长会住在  
另一栋宿舍

负责  
搬运行李和  
清洁工作  
在幕后  
支持大家！



没关系  
我以前可是练过  
女子芭蕾的

对了  
叫我穗乃香  
就可以了

谢谢你  
穗乃香……



好了  
我们出发吧

我来帮你  
拿一半行李吧！

寺前女士  
行李很重的  
别勉强哦



Kako妹妹

热闹  
热闹

我是李子小组的  
家庭护理员

名叫春美  
是一名护士  
请多关照哦

你看过今年的  
入营须知了吗？

啊：  
我想起来了

嗯：

看了

因为今年是你  
第二年参加

所以要和  
6岁的小朋友  
组成搭档哦♡



心情

今年  
必须要：

和6岁的  
小朋友

重

做搭档了：



她就是  
关口梨音  
小朋友

这是她和妈妈  
第一次参  
加夏令营哦

无论起居  
还是泡澡  
每天都要  
在一起

各种事情  
都要多教教  
她们哦

当然  
我也会  
帮忙的！

我连自己  
都顾不过来：





当然不可以哦！

从今天起  
妈妈就  
不在你身边了

喂  
你有  
在听吗？



梨音你怎么  
这么不听话！

又买  
这么甜的  
东西！

因……

因为你说  
我可以选  
自己喜欢的嘛



就不听就不听

我讨厌  
妈妈！

喂  
喂



因为弟弟的出生 全家一起去爷爷家探亲了。



已经4年了哦

我呀



糖粒

看来被  
看扁了呢...





晚饭是在熟悉的大食堂吃自助餐

热热闹闹

想吃什么就选什么哦

啊哈哈

真的吗？真的想吃什么都可以？

嗯

振作起来了

超级好吃哦

营养专员会按规定好的量盛进盘子里！

热热闹闹



期待

期待

选好之后拿到餐桌上

我帮你量碳水和注射……



梨音!?

我要百香果慕斯

草莓果冻起司蒸蛋糕！

还有巧克力巴菲！蜜瓜奶油三明治！

我要黄豆面粘糕和杏仁豆腐

还有还有



怎：  
怎么办

梨音  
你等一下呀



喔

往年  
常看到的画面  
今年也  
一如既往呢



这种情况  
其实  
还挺常见的



她就是  
你的  
搭档吗？





去年  
完全没注意到

他们的生活  
和我小时候比

完全  
不一样……

原来有这么多  
不得不忍受着  
各种限制的  
孩子们

晚上是  
年龄相仿的小朋友  
分组畅谈的时间



但ako肯定  
没问题的！

没错  
她去年  
也很努力呢



Kako  
辛苦啦

第一次组搭档  
虽然会很辛苦



这就是  
传说中的  
新型泵！

让我看看  
让我看看！

简直就是  
人工胰腺一样  
好棒啊







于是我  
急忙去厕所  
补充糖分

『你去年就有一次  
因为重度低血糖  
被紧急送医』

『要是出  
什么差池  
我可  
担待不起』

他是  
这么说的！

被迫退出了  
这种破球队！

正巧  
被教练撞见了



备受  
大家信任

喂  
丈太郎！

像丈太郎  
这样

又这么可靠的人  
也不行吗...？

别自暴自弃  
呀...

你都  
付出这么多  
努力了...

怎么会...

试着找别人  
商量下如何？

果然

像我这种人……

Kako  
……

发生……  
什么事了？

你怎么

从刚刚开始就  
一直不说话呀？

由真

我们也

不会  
和别人说的

其实  
这里有个规矩

在这里说的话  
可以不告诉老师

Kako？









其实我很怕  
和大家见面

以后  
肯定会越来越  
得心应手的

怎么会呢

这么……  
没用呢

我……

为……什么……



1年过后  
却又变得像以前  
那么没用

去年的夏令营  
我明明收到了  
那么多人的鼓励

我想  
再见到大家

可是

我怕大家都会  
对我感到失望……



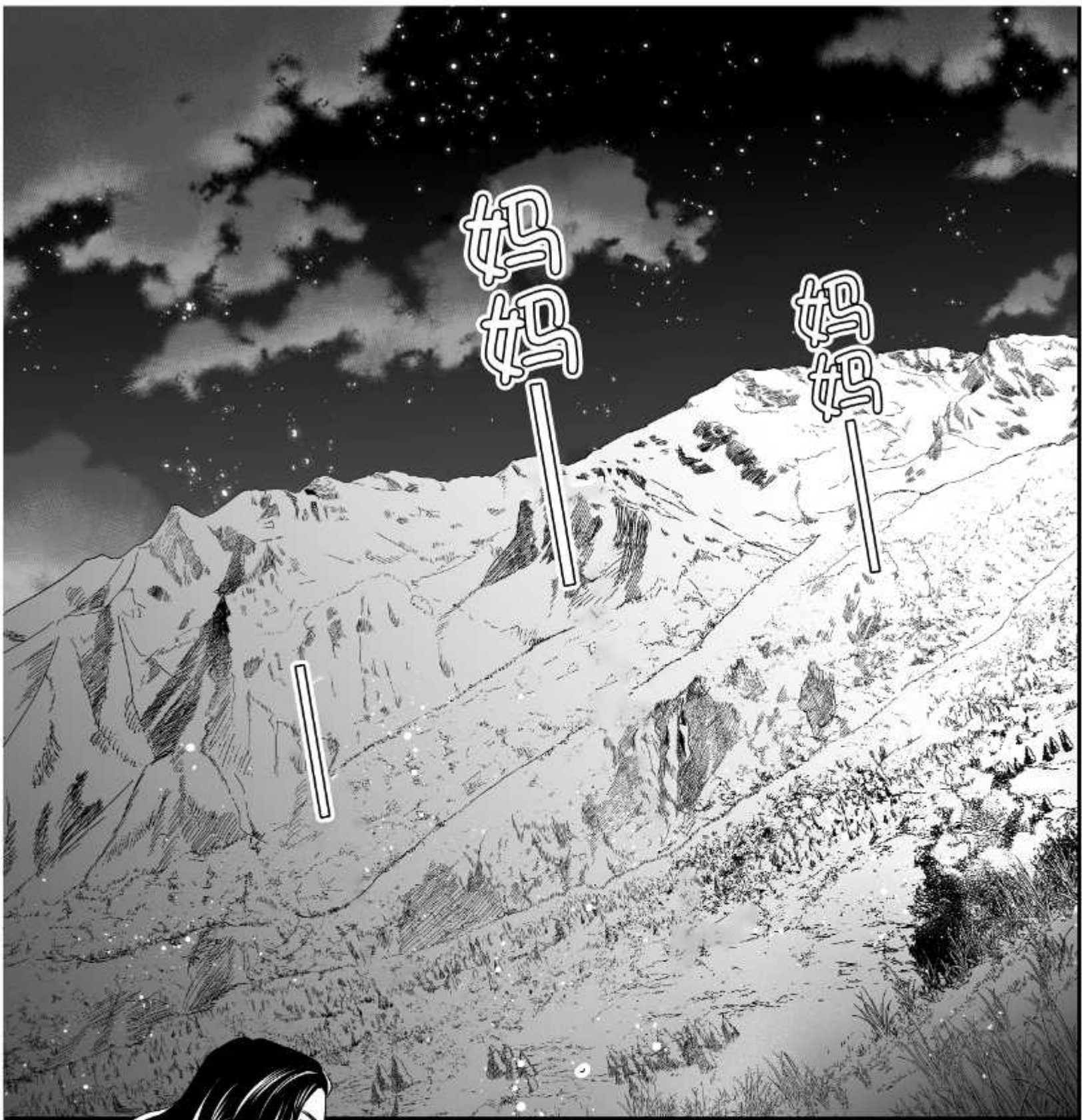
所以  
我还是来  
元气之森了…

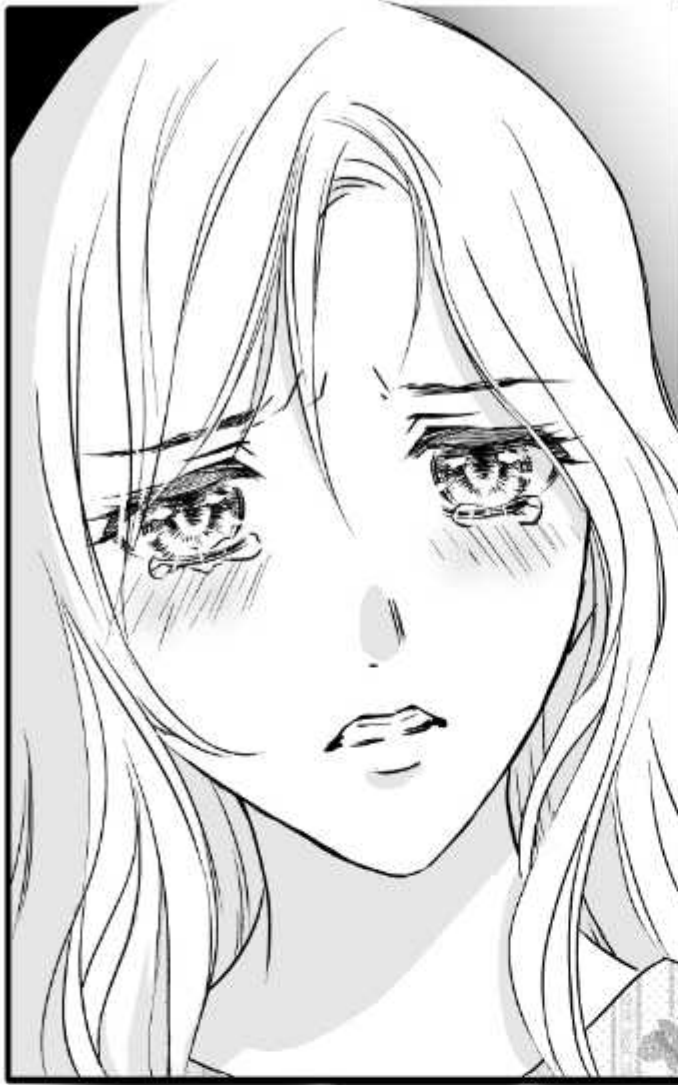












昨天可真是  
一场大合唱啊





梨音  
你听好！

所以不是只有  
你一个人  
会哭啦！

虽然我现在是  
受人敬仰的老大  
不过

我初次  
参加夏令营时  
第一天也大哭了一场  
还尿床了呢

抚摸

抚摸

我可没有说你啊

梨音！

我才没尿床呢！



因为你  
吃饭前的  
血糖值很高

所以需要补充  
1·6单位的  
胰岛素

你得再  
开动脑筋  
想想哦

热闹

热闹

呼

啊...

热闹



嗯...

原来  
在他们之中

还有好多

会在夜晚  
哭泣的孩子啊



大家还是在  
认真地测血糖值  
做碳水化合物计数

即使如此

因为  
今天也要注射胰岛素



这就是

大家都  
好厉害呀……

这里的日常



和去年的我一样呢

好好做的话就能一整天都精神满满哦



我不记得怎么做了

平常都是妈妈做的



微笑

你今天早上选了味增汤和米饭是吧！

我们互相测血糖

然后一起做碳水化合物计数吧



土豆沙拉  
1 碳水

还要算上  
酸奶和果酱

供餐桌上  
有写啊

咦？  
这是多少  
碳水啊？

首先把盘子里的  
碳水全部加上：



用泵的小朋友  
要按糖分来算

梨音的碳水比例  
是 0.5  
所以

要折算成一半  
也就是  
2.5 单位

哇

好厉害！  
明明好久都  
没算过

总共  
5 碳水

所以要用水  
乘以10才可以哦！



真可爱……

梨音  
加油哦！

自从那天以后  
梨音  
就不哭了



好棒  
好漂亮！

哇

耶

哇

哇

哇

哇





听起来  
孩子们都  
很开心呢！

啊  
刚才看到  
我家小孩啦！

真好  
哈哈

就算只瞥到一眼  
也能令人  
放下心来啊

不过这里的  
工作人员居然是  
小朋友的3倍  
着实吃惊啊

请注意脚边

这前面  
不准去哦

光是医疗从业者  
就多到足够撑起  
一家医院了

听说那栋设施  
已经老化了

破旧到连泳池都  
用不了的程度

连晚上都能看见  
他们挑灯开会

上厕所时  
看到的



我每天都  
睡好觉了

自从来到  
这里

连孩子们的  
状况和数值都  
写得一清二楚

真没想到他们  
能做得  
这么周到……

每天通报的  
工作日志里



平时我都担心  
女儿的血糖值

经常晚上  
爬起来……



是啊  
可以和各位太太  
一起泡澡

大晚上  
吃冰淇淋  
聊天说地

有事也可以  
互相商量

感觉  
好多年  
都没有这样了！

我们互加LINE吧！！

好好好呀

高兴

采烈

烧烤时用的物品  
只有这么多吗？



总觉得  
不止这些  
我回去看看

穗乃香

她虽然很可靠

可就是不愿意  
跟我们提关于  
自己的事情





不行啊

我……



在元气之森度过的每一天都如梦似幻

这一天我们迎来了今年夏令营的主要活动大运动会！

哇啊啊啊啊



开心地度过  
这个夏令营吧

不要啊……  
至少让我



因为光给大家加油  
就要消耗很多能量了……



明明不像  
登山那样  
不停地在运动



却不断有孩子  
出现低血糖症状



哇

布!

啊啊

石头剪刀布!

输了的人  
加跑一圈!

噫...

啊...

嗯!

Kako  
要轮到  
你们组了!

Kako  
再加一圈

加油哦

嘿  
嘿

呼  
呼

Kako  
猜拳好弱

超过一个了

第3局!  
好耶!

好棒  
小鬼头加油

你们是倒一哦  
梨音  
快跑起来

冲刺

梨音  
冲啊！

哇

拿下第2名啦  
——！！

啊啊

啊啊

啊啊

哇：  
今天可真是  
盛况空前啊

梨音！

Kako

成群  
结队

看起来要  
下雨了

热热  
闹闹



不要



血糖好低…

梨音

吃点果冻吧

推开

妈妈…

就算强迫也要喂到她嘴里去

喂 Kako

好大的力气

妈妈在哪…

老师在那边我马上来叫

竟然如此全力拒绝

Kako...

我连自我管理  
都做不好  
我这种人  
就算在这里

我做不到……

……  
又有什么用呢

什么都……







梨音……

梨音



都是  
妈妈在  
帮助你吧

啾啾

一直以来……



可是  
在夏令营里

你自己也  
非常努力呀



我都知道哦！

我都  
看在眼里哦







梨音……

已经没事了

嗯  
血糖值  
恢复得差不多了



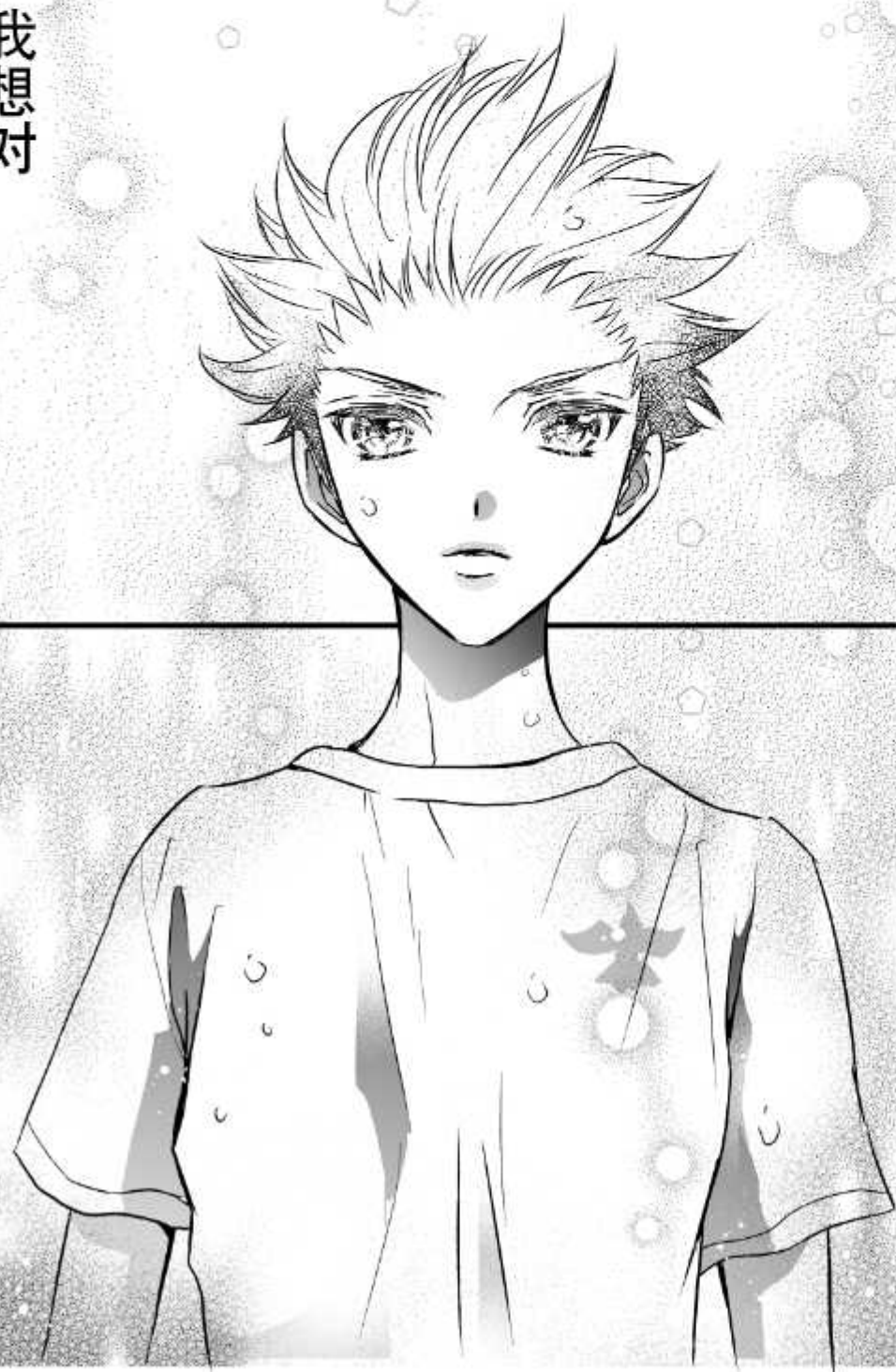
我都看在眼里哦

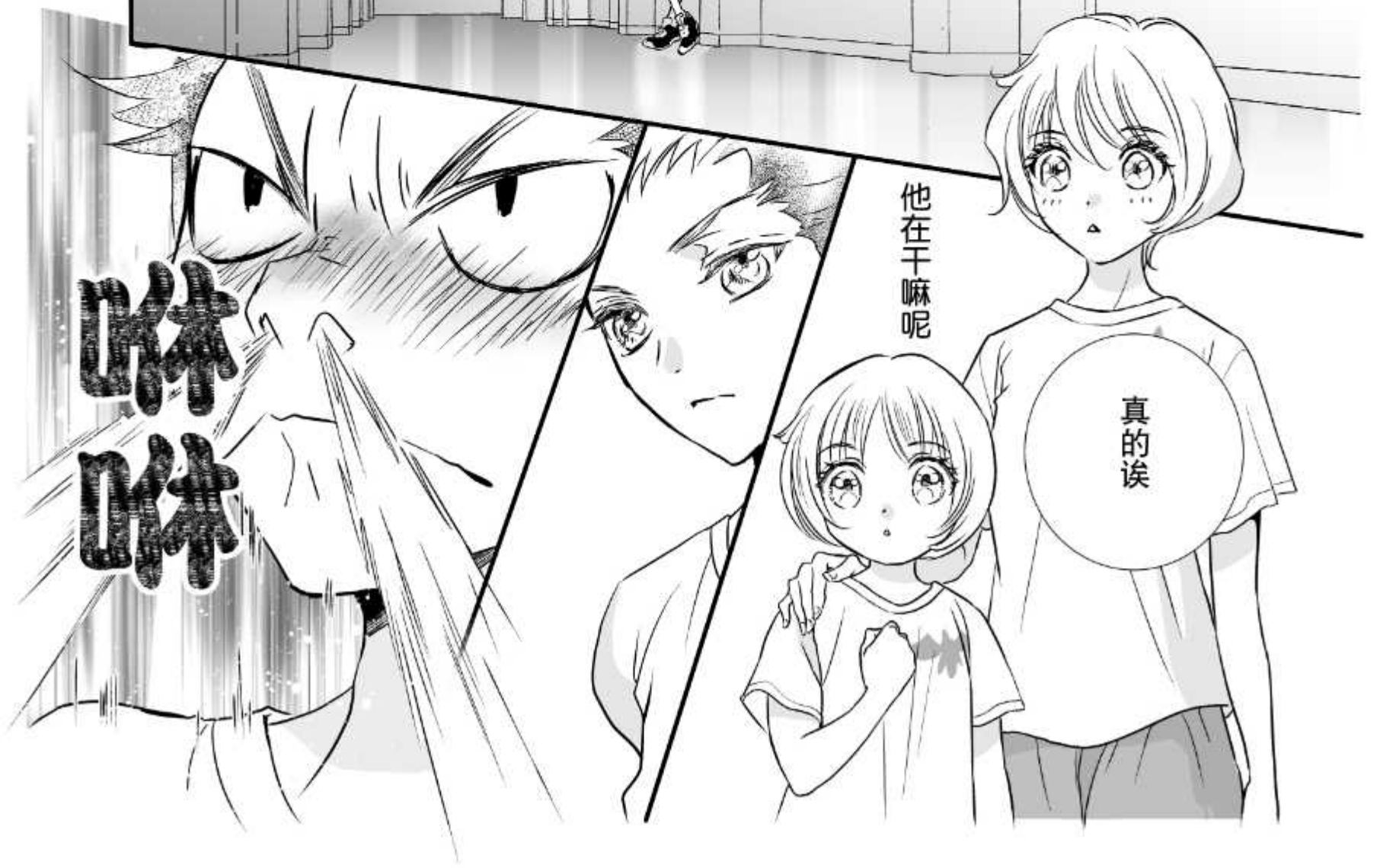
我都知道哦

这一定是

我想对  
一直消沉的自己……

说的话啊





乌丸kako

我宣布

我不会退出  
目前的  
篮球队!!

诶

第二天晚上  
他还说……

你不是说  
退出了吗……

我刚才

已经和民民  
谈过了

说我最近血糖  
管理不顺利



打篮球需要在炎热高湿的球场上全年过度集中精神

血糖自然会变得比较难以管理

你身处这种环境中

他是这么说的……



丈太郎

你现在还在长身体

在发育完全成熟之前你体内的激素会比较紊乱的



Kako

我要像你一样！



因为1型糖尿病患者一辈子都要进行血糖管理嘛

就算出了新型的泵或者药剂

也不能解决所有问题

即使如此患上1型糖尿病的运动员们

也还是不屈不挠地战斗着啊！



像我……？

年底  
会举办毕业赛

你来看吧！！

能完美  
控制血糖的  
自己！！

我也要  
让教练  
见识一下

到时可以看到我  
穿着球衣的  
超帅身姿哦

可别  
太崇拜我哦！！





真不愧是  
丈太郎呀

嗯!



Kako...

由真  
大家也来啦!



喂...  
你不佩服我吗!?

作为大家的老大  
就该这样才对!

诶?

丈太郎!



哈哈

把我也算上啊!

哇啊啊

太好了!

看来kano和梨音

都恢复精神了呢……!

你们刚才在说什么呢

哈哈



那个计划

我们就今晚就实施吧!

对了各位



因为雨一直  
下个不停

所以最后一夜  
我们在大礼堂  
举行烛光晚会



各位家长

真不好意思  
最后一天还  
让你们旁观

没关系！  
我们很开心

梨音出现  
低血糖的事  
我已经听说了

非常感谢您  
费心保护她

其实这次多亏  
和她搭档的  
孩子努力帮助

微笑





等一下

各位

欢乐的时光  
总是短暂的  
本次：

怎么了？

啊？

丈……

我们做了  
签名纸  
奖牌

还有给各位  
老师的信

我们有几份  
惊喜礼物

要送给  
各位老师！

各位老师

非常感谢您们  
这半年以来的  
精心准备







Kako



其实我们在给各位配对的时候

是有考虑到你们的个性和实际情况的

夏令营开始之前我们能收到你家人提供的近况报告



所以老师们也知道你心中的烦恼



和更小的孩子组成搭档

一定能让你们互相之间有所感悟

这是各位老师秉烛夜谈后做出的决定



就像我关怀着梨音一样



Kako .....?



没关系的

老师们也同样  
关怀着我

并且  
信任着我啊……！



谢谢你  
民民

哇哈哈  
哈哈

我爱死你了  
女太郎

恶心死了  
快放开我啊

我儿子……

蹭来  
蹭去

啊哈哈

不知  
从何时开始  
竟变得  
这么可靠了……



不管老师向我  
说明多少次

丈夫的  
重度低血糖后遗症

都会让我  
感到恐惧……

明明动不动就  
忍不住在手机上  
搜索相关信息



穗乃香  
……？





每天心里  
却想着

我们家是  
单亲家庭

所以做母亲的  
必须要坚强

每天忙于  
工作

连病友会的  
集会都  
没空参加

今天终于  
说出来了!!

一直以来  
我都把这些话  
藏在心底...

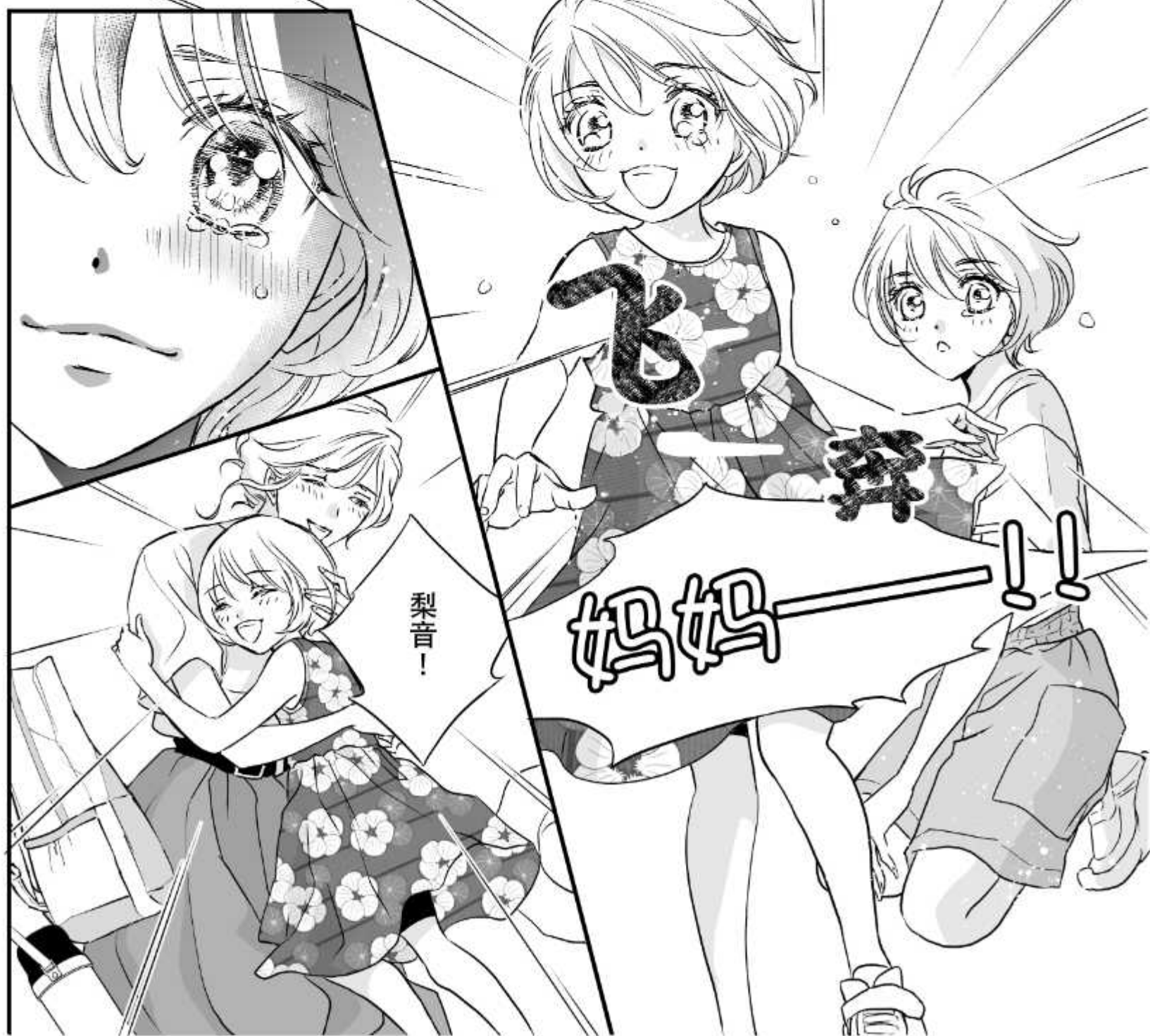


我不要  
和天○分开

呜呜哇哇

哇啊

热热闹闹





和你一样……

妈妈妈妈  
你都变黑啦！  
你这几天

干嘛  
去了呀？

我也……  
在夏令营中  
很努力哦……



还学到了好多  
关于1型糖尿病的  
知识！

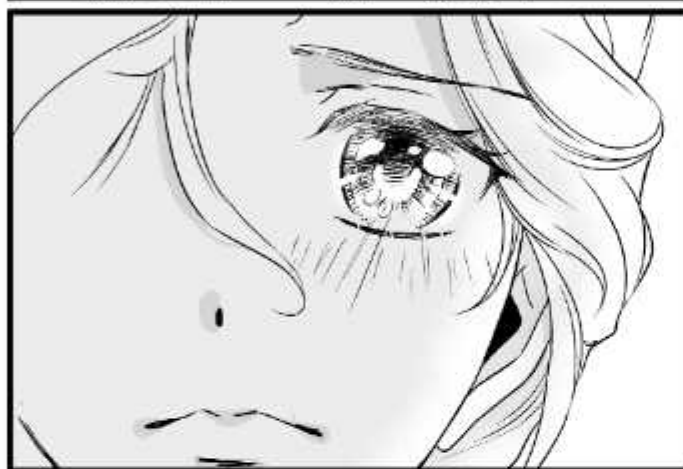
跟你说哦  
我可以  
自己测量  
碳水啦

啊  
Kako……



我还可以  
教你哦！

嗯……  
嗯



因为有  
不陪在我  
身边!

我一点都  
不寂寞哦

和第一天相比  
简直判若两人...

颌首

梨音的妈妈...

妈妈...

真的  
非常感谢  
.....!

梨音  
受你照顾了

妈妈...?

能来这里  
真的太好了……！

我以前  
总是觉得自己在  
独自战斗着

但现在  
已经交到很多  
朋友了！





我觉得

你也是  
我的朋友！



你也要  
保重呀！

明年我会  
和丈夫一起来

这里是结识伙伴的地方



好

是不论大人 还是小孩  
都能成为朋友的地方

我也

不会  
认输的！

终有一天 你会走出这片森林

Kako—

老大  
还有大家

你们可不要  
忘了我呀—

明年  
再见吧—

在崭新的世界中  
也许会遭遇狂风暴雨



哈哈哈

我也再组一次搭档了

我也是！

好了

在看啥呢  
看得这么开心

妈！  
我们也回去吧

在你感到艰辛的时候 请想起我

「不群聊？」  
真少见

不准看！  
这可是保密的

我是 元气之森





嗯  
买点送给  
爸爸妈妈

到站后  
去买点  
特产吧？

啊  
叮咚  
有消息

喜欢你并愿意帮助你的一群人相聚在这个夏日

今晚  
有咖喱吃啦！  
嘿嘿

我永远在这里

我是 元气之森

终