浜名湖畔をハイキングするキャンプの子どもたち。ＯＢの稲垣喜紀さん（中央奥）が手を挙げて先導する＝浜松市北区で

血糖値を下げるインスリンが分泌されなくなる「１型糖尿病」。思春期までに発症することが多く、患者が不安を抱えないための支援が欠かせない。正しい知識と仲間作りを目的に、毎年各地で開かれている小児糖尿病サマーキャンプが、コロナ禍前の規模で再開した。４年ぶりに子どもたちの笑い声が響いた、浜松市での１泊２日のキャンプを取材した。（河野紀子）

「浜名湖だ！　きれい！」。７月下旬、浜松市北区の湖畔。小学生から高校生までの１４人が、３グループに分かれてハイキングを楽しんだ。毎年来ていた常連の子もいて、久しぶりの再会を喜んでいた。

ハイキングやキャンプファイア　仲間作りの場に

近くの青少年研修施設で宿泊し、夜はたき火を囲み、キャンプファイアも。食事前は血糖値を測り、注射やポンプで必要な量のインスリンをそれぞれ自分で投与した。小児科医による１型糖尿病の勉強会やカヌーの体験もあった。

同市の小学５年の男児（１０）は、発症した年長のころから参加しており３回目。「毎年楽しみにしている。４年ぶりに来られてうれしい」と話した。

１型糖尿病は、インスリンを作る膵臓すいぞう機能が低下する原因不明の病気。１年間で１０万人に１～２人が発症するとされ、国内の患者数は１１万人程度と推計される。生活習慣に起因して大人に多い２型糖尿病とは異なり、根本的な治療法はない。食事と就寝前の１日最低４回、インスリン投与を続ける必要がある。

浜松のキャンプの事務局を務める浜松医科大小児科特任助教の増永陽平さん（４６）は「『なぜ自分だけ』と治療が嫌になってしまう子は多い。キャンプは同じ境遇の仲間と絆を深め、病気に向き合う機会になっている」と意義を話す。

コロナ禍を経て４年ぶり、全国３６カ所で実現

キャンプは、公益社団法人日本糖尿病協会（東京）の主催。１９６７年から毎年続けてきたが、コロナ禍で中止に。オンラインや日帰りの形で少しずつ再開し、ことしは東京や埼玉、三重、富山、滋賀など全国３６カ所で、宿泊型を含めたキャンプが開催される予定。

◇

夢を諦めるな　伝えたい　ＯＢの稲垣さん

浜松のキャンプでは、かつて参加したＯＢがボランティアとして支えた。その１人、静岡県袋井市の大学４年稲垣喜紀さん（２１）は、７年前の中学３年の時に体の異変に気付いた。

身長１７０センチで７０キロだった体重が、２カ月ほどで５５キロまで激減。病院で１型糖尿病と告げられ、そのまま１カ月入院した。「全く知らない病気で、周りにもいなくて不安だった」

同級生や担任、部活の顧問など周囲には伝え、肯定的に受け止めてもらった。ただ、インスリンの効きが時間帯や体調によって違い、血糖値のコントロールは簡単ではなかった。「普段は平気なふりをしていたけど、しんどい部分があったと思う」。高校１年の夏、キャンプで初めて同じ病気の仲間と出会った。みんなが血糖値に注意して、食事前にインスリンを打つ状況にほっとした。

血糖値を管理すれば、食事や運動に制限はない。ただ、病気の診断直後は、小学１年から続けていた野球をやめることも考えたという。そんな時、野球部の監督が、１型糖尿病を公表してプロ野球の阪神で活躍していた岩田稔投手の自伝を手渡してくれた。「野球をやってもいいと分かってうれしかった」と振り返る。

激しい練習で低血糖になることもあるが、すぐにブドウ糖を補給するなどして対応してきた。いまはプロを目指し、練習に励む。「子どもたちに自分の経験を話して、好きなことを諦めなくていいと伝えたい」