

困ったら電話で相談！ #8000

東京都「母と子の健康相談室」(小児救急相談) (東京都福祉保健局)

子どもの健康上の相談、育児相談、妊娠中の健康や生活の相談など、母と子の健康に関する「困った」に保健師や助産師が答えてくれます。また、必要に応じて小児科医師による小児救急相談対応も。

月～金(休日・年末年始を除く): 18～23時

土・日・休日・年末年始: 9～23時

#8000 プッシュ回線固定電話・携帯電話

03-5285-8898 ダイヤル回線・IP電話など全ての電話

ひとつでも当てはまったら119番！



- | | |
|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 呼吸が極めて困難になっている | <input type="checkbox"/> 反応がない |
| <input type="checkbox"/> けいれんが止まらない(5分以上続く、繰り返す) | <input type="checkbox"/> 出血が激しく止まらない |
| <input type="checkbox"/> 意識がない・ぐったりしている | <input type="checkbox"/> 吐血・下血がみられる |
| <input type="checkbox"/> ひどい腹痛や頭痛がある | |
| <input type="checkbox"/> たばこが入った灰皿の水を飲んだ | |

救急車の呼び方

- ① 局番なしの「119」をダイヤル
- ② 「救急車をお願いします」と伝える
- ③ 子どもの名前、年齢、住所、電話番号、場所の目印となる建物を伝える
- ④ 持病がある場合は、その病名とかかりつけの医療機関を伝える
- ⑤ 子どもの症状を伝える

<救急車を待つ間>

- * 健康保険証・乳児医療証・母子健康手帳・お金を用意する
- * 玄関の鍵を開ける
- * 家族や近所の人がいれば、救急車が到着した時の誘導をお願いする

<救急車で病院へ行くとき>

- * 救急救命士の指示に従う
- * 家を出る前に火元を確認する
- * 入院せずに帰宅することもあるので、子どもの靴を持っていく
- * 戸締りを忘れずに！！



パニック状態になると自分の住所も言えなくなるもの。あらかじめ紙に書いて、目に付くところに貼っておくといいですよ。

救急車を呼ぶべきか迷ったら… #7119

東京消防庁 救急相談センター(24時間対応)…相談医療チームが対応、必要な場合は救急車の手配も。

#7119(プッシュ回線固定電話・携帯電話・PHS)

※つながらない場合は 042-521-2323

東村山市・近隣の市 平日夜間や深夜・休日診療

夜間・深夜や休日に、急に体の具合が悪くなった場合は、下記の医療機関へお問い合わせの上、受診してください。

📍 小児科救急診療

平日夜間小児初期救急

1)多摩北部医療センター

住所	青葉町 1-7-1
電話	042-396-3811(代)
診療	月～金 19:30～22:30

2)佐々総合病院

住所	西東京市田無町 4-24-15
電話	042-461-1535(代)
診療	月・水・金 19:30～22:30

休日準夜応急診療

いきいきプラザ1階

住所	本町 1-2-3
電話	042-394-6900
診療	日・祝・年末年始 17:00～22:00 (受付は 21:45 まで) ※内科・小児科診療の初期救急(応急措置) ※症状によっては、二次救急等のほかの医療機関をご案内する場合があります。 ※処方薬は1日分となります。 ※あらかじめ電話で症状をお伝えください。

休日応急診療

緑風荘病院

住所	萩山町 3-31-1
電話	042-392-1101(代)
診療	日・祝・年末年始 9:00～17:00 ※日曜日のみ小児科医在院 ※あらかじめ電話で症状をお伝えください。

📍 歯科休日応急診療

毎月1日号の市報・市役所HPに担当歯科を掲載

診療：日・祝・年末年始 9:00～17:00 (12:00～13:00 は休診) ※受付は 16:30 まで

近くの医療機関を探したい

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」 医療機関の住所・診療科目などを検索できます

<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/> 電話：03-5272-0303 (24 時間)

外国語による相談：03-5285-8181 (9～20 時)

視覚障がい者向け専用ファクシミリ：03-5285-8080 (24 時間)



すぐに病院に行くべきか迷っている

「東京都子ども医療ガイド」 <http://www.guide.metro.tokyo.jp/> (東京都福祉保健局)

おかあさんのための救急&予防サイト「こどもの救急」 <http://kodomo-qa.jp/>

(公益社団法人 日本小児科学会)



先輩ママが使っている！

アプリ紹介



教えて！ドクター (佐久医師会)

子どもの症状や病名から病院受診のタイミングなどを教えてくれる便利なアプリです。予防接種スケジュールも搭載しています。長野県佐久医師会が中心となって作成しました。

～ かかりつけ医を持ちましょう！ ～

子どもは、よく熱が出たり下痢をしたり吐いたりするものです。それが成長過程での体の訓練なのか、重大な病気の初期症状なのか、心配になりますよね。個人差もありますので、日ごろから子どもの特徴をよくみていくことがとても大切です。平熱（計測時間帯によって異なることも）を知っておくことも必要です。顔色、食欲、おしっこ回数などは、いつも気にかけるようにしましょう。

身近なかかりつけのお医者さんを持ち、病院に行くときは、子どもの様子がいつもとどのように違うか、お医者さんに伝えられるようにしておきましょう。

発熱

子どもの平熱は大人より1度程度高めで、大人より熱に強いといわれています。発熱の数値にとらわれず、顔や唇の色、機嫌（いつもと様子が違う）、せきや嘔吐を伴うかなど、その他の症状と合わせて経過を観察してください。機嫌や顔色がよく食欲もあれば、救急医療機関の受診は必要ありません。

※解熱剤は慎重に…

発熱は体の防衛反応なので、基本的には解熱剤を使って熱を下げる必要はありません（解熱剤は一時的に熱を下げるだけで、病気を治す薬ではありません）。

大人の解熱剤は子どもには強すぎるので、絶対に使用しないでください。



観察ポイント 熱の変化、食欲、顔色、機嫌、発熱以外の症状

大至急受診または救急車

- 意識がもうろうとしている
- 顔や唇の色がひどく悪い
- 初めてのひきつけ
- 熱が41度以上ある
- 生後3か月未満の発熱

診療時間を待って受診

- 熱が37.5度以上ある
- 下がった熱が再び上がった
- 微熱が続く

ホームケア

- 熱の出始め（悪寒がする時期）は体を温める。手足まで温まり高温がしばらく続いている時は、薄着にして濡れタオルでこまめに汗をふいてあげるなどして、熱を逃がす。
- こまめな水分補給をし、食事は消化のよいものにする。
- 部屋の乾燥に気をつける。（冬は洗濯物を室内に干したり、加湿器を使ったりして、湿度を上げる）
- 布団はかけすぎないように注意し（かえって熱をこもらせてしまう）、汗をかいたらとんとん着替えさせる。

せき

せきは異物を取り除き、空気の通りを良くしようとして出るものなので、止めればよいというものではありません。しかし長く続くときは、他の病気も考えられるので、症状の変化に十分気をつけて、せきがひどくなる、熱が出る、などした時は早めに受診しましょう。

観察ポイント せきの音、呼吸の音、息苦しそうか、その他の症状

大至急受診または救急車

- 意識がもうろうとしている
- 水分をうけつけず、ぐったりとしている
- 呼吸困難をひきおこしている
- 顔色や唇の色が悪い

診療時間を待って受診

- せきが4～5日続いている
- せきだけでなくゼーゼーという音も聞こえる
- 熱もある
- せきでよく眠れない、食欲がない

ホームケア

- 水分をしっかりと補給し、部屋の湿度を上げる。
- 枕を高くして寝かしたり、赤ちゃん抱っこで後頭部を後ろに垂らして気道を確保したり、縦抱っこしたりして、呼吸が楽になる工夫をする

長引くせきは、気管支炎、ぜんそく、百日咳、咽頭炎（クループ：あしかの鳴き声のようなせき）、などにかかっている場合もあるので注意しましょう。



発疹

子どもの病気には発疹が出るものがたくさんあります。発熱を伴う発疹は、ウイルスや細菌などによる感染症の発疹で、免疫ができると症状が治まります。かぶれ（皮膚が何かに接触することで起こる）、とびひ（皮膚に何らかの細菌が侵入して起こる）、じんましん（食物アレルギーなどで起こる）のように、発熱を伴わない発疹もあります。じんましんは比較的短時間（24時間以内）で症状が治まるのが特徴です。

※ アレルギーによる急性じんましんは、皮膚に限らずのどの奥にも生じ、まれに呼吸困難を起こすことがあるので、注意が必要です。

観察ポイント 発疹の場所（全身：口の中や足の裏や見えないところも）をチェックする
発疹の広がった順番、食べ物、触れたもの、発熱などその他の症状

すぐに受診

- 息苦しそう
- 高熱でぐったりしている
- 顔色が悪い
- 重症なじんましん
- 激しい嘔吐がある

診療時間を待って受診

- 熱がある
- かゆみが強い
- 発疹が数日間消えない
- 発疹が全身にひろがった

ホームケア

- かゆみがひどいときは冷やすと症状がやわらぐことがある。
- 赤ちゃんには、患部が隠れる衣類を着せたり、手にガーゼの手袋をしたりする工夫が必要。
- 無添加の泡せっけん（せっけん成分100%がベター）でやさしく洗う。タオルなどでこすらない。
- とびひの時はシャワーにする。それ以外でも湯船につかる時は、ぬるめにして短い時間でさっとあがる。
- 手足口病などで口内炎ができていて食べづらそうな時は、十分な水分補給をしつつ、口当たりのよいものを与えるようにする。

嘔吐

赤ちゃん・子どもは胃腸の働きが未熟です。特に乳児は食べたものを吐き出しやすい胃の形をしているので、大泣きや食べすぎ、緊張やストレス、激しい咳込みなどのちょっとした刺激で、元気な時でもすぐに吐いてしまうことがあります。

観察ポイント 嘔吐回数、内容物、色、熱、意識状態、おしっこや汗の量、吐き方の特徴

すぐに受診

- 意識がもうろうとしている
- おしっこがでない
- 口の中や肌が乾燥する
- 水分を受けつけず、ぐったりしている
- 吐いたものに、血液や、緑の胆汁が混じる

診療時間を待って受診

- 下痢や発熱を伴うが機嫌がよく元気
- 一日に数回吐いたが機嫌がよく元気

嘔吐は髄膜炎や腸重積、腸閉塞、頭を強く打った後に起こる脳損傷、脱水症など、重大な病気の前兆であることも。その他の症状とともに日々経過を観察することが大切です。



ホームケア

- 脱水予防のための水分補給がとても大切（吐いた1～2時間後が目安）。
- 嘔吐がありぐったりしている場合は、吐いたものが気管に入らないように、顔を横向きにして寝かせる
- 新聞紙やタオル、洗面器を枕元に置き、いつ吐いてもいいようにできるだけそばにつき添う。
- 吐いた物においては吐き気を誘うので、汚れた衣類などは取り替え、口を拭くなどする。
- 水が飲めて脱水症状が改善したら、消化のよいものを選んで食事を開始。母乳や粉ミルクはいつもどおりでOK！

下痢

下痢は、子どもにはよくみられる症状で、腸がウィルスや細菌などに感染した時に病原体を出そうとして起こります。いわば病原体を排出しようとする体の防衛反応です。冷たいものの食べ過ぎや消化の悪いものを食べた時、体の疲れ、不安や緊張などの精神的ストレス、食中毒が原因になっている場合もあります。

観察ポイント 顔色・食欲・機嫌・便の状態（色、におい、血液の有無など）・下痢以外の症状・尿の量と回数・飲んだ水分・家族に同じ症状が発生していないか

すぐに受診

- 高熱や激しい嘔吐がある
- おしっこが出ない
- 血便があり不機嫌
- おなかをずっと痛がる
- 口の中や肌が乾燥する
- 水分を受けつけず、ぐったりとしている

診療時間を待って受診

- 回数が多いが元気
- 発熱や嘔吐もあるが元気
- 便に血が混じるが機嫌はよく元気

★嘔吐物や下痢の時の便には、ウィルスや細菌が含まれていて二次感染の危険があるので、処理には注意が必要です。便や嘔吐物の処理中は窓を開け、換気をしましょう。

★汚れた床などはできれば薄めた塩素系消毒薬で拭き、処理後はせっけんで十分に手洗いをしてください。下痢の紙おむつは密封して捨てます。



ホームケア

- 脱水症状の予防は嘔吐の際と同じ。
- 自己判断での下痢止めの使用は厳禁。
- おしりはぬるめのお湯で洗いよく乾かし、おむつをこまめに取り替え、かぶれに気をつける。

けが

【骨折・捻挫・脱臼】

子どもの骨は細くて柔らかいため、転倒などでも骨折、捻挫、脱臼をすることがあります。

ひとつでも当てはまったら医療機関へ

- 痛みが強く、激しく泣く時
- 内出血を思わせる皮膚色の変化（紫色）がある時
- 受傷部を動かさない時（手足をダラリとしている時）
- 受傷部の腫れや変形がある時
- 顔色が悪い時

ホームケア

- 痛みがひどい時には不必要に受傷部位を動かさないように固定する。
- 受傷部を冷湿布や氷のうなどで冷やす。



【切り傷・すり傷・刺し傷】

ひとつでも当てはまったら医療機関へ

- 血がひどい時、傷口が大きい時
- 釘やガラスなど鋭利なものがささった時（むやみに抜かない）
- 破傷風を含むワクチンを接種しておらず、不潔な場

ホームケア

- 傷口が汚い時は流水で受傷部を洗う。
- 出血していたら清潔なガーゼなどで圧迫して止血する。



【頭部打撲】

ひとつでも当てはまったら医療機関へ

- 反応がない時、意識がはっきりしない時
- 顔色が悪い時
- コブが大きくなる時
- 呼吸がおかしい時
- 吐き気、嘔吐、頭痛がみられる時
- 手足がダランとしている時

ホームケア

- 安静に保ち、むやみに頭部をゆすらないようする。
- 受傷部位を冷やす。
- 出血があれば止血する。



やけど

乳幼児のやけどは、おとなの手のひら2つ以上の範囲だと命に関わる場合もあります。

また、熱湯をかぶったときには無理におむつや衣服をはがさず、冷たいシャワーで、まず患部を冷やしましょう。

すぐに受診

- 顔、頭、関節や手のひら部分のやけど
- 広い範囲やけど
- やけどの部分が白または黒くなっている

～ 安全対策は子どもの目線で。成長とともに見直しを ～

幼児期から小学生にかけて、「不慮の事故」が子どもの死亡原因の上位となっています。死にいたらないまでも、幼児の事故は実はたくさん起こっています。内容は年齢によっても特徴がありますが、そのほとんどは環境を整備することや子どもに安全のしつけを十分にすることで防げるものです。

子どもの成長とともにどんな事故が起こりやすいのかをよく知って、以下のイラストを見ながら身の周りの危険なところをチェックしてみましょう。

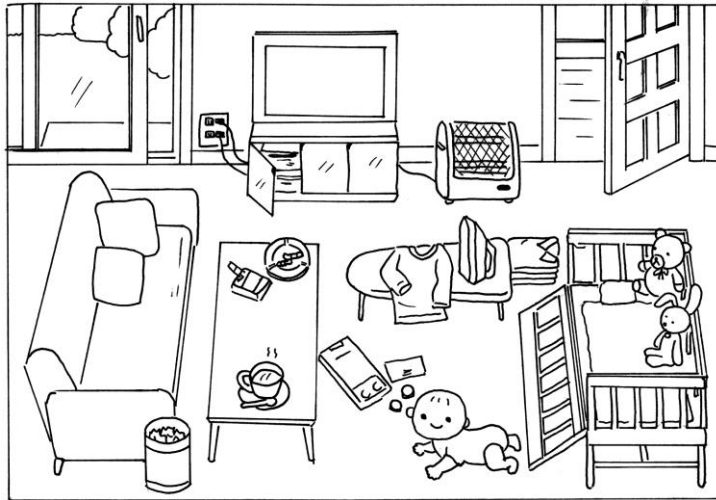
【事故防止のチェックポイント】…危ないところはどこ？どうしたら事故を防止できる？

<リビング>

□ コンセントキャップなどをして感電を防ぐ

□ ストープ、こたつ、アイロン、蚊取り線香、扇風機、熱くなる物(充電中の携帯電話、携帯カイロなど)に、触れないようになっている

□ 口の中に入るような小物や危険なもの(たばこ、ビニール袋、ひも、コード類、薬、コイン、とがったもの、ピーナッツ、あめ、はさみ、スーパーボール、ペットボトルのふた、マグネット、ボタン電池、防虫剤)などは子どもの手の届かない所に片付ける
☆乳幼児は、トイレトーパーの芯(39ミリ)を通る大きさのものなら、飲み込む危険性があります



□ ドアや窓で指を挟まないようなストッパーを付けておく

□ ソファ、柵のない高い場所、やわらかすぎる布団には寝かせない

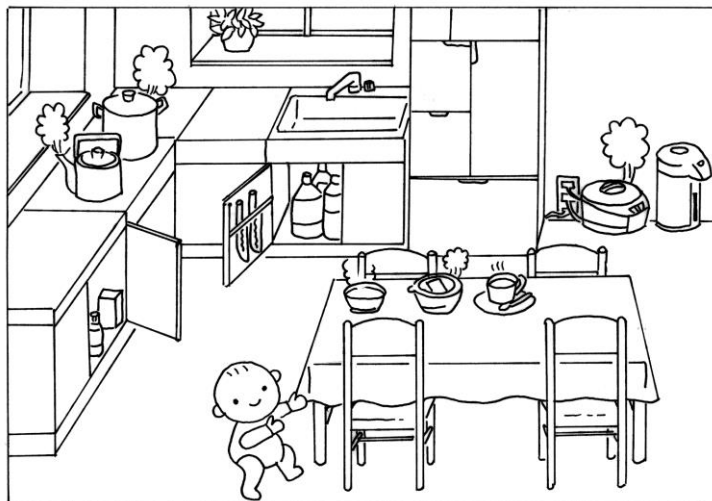
□ 家具の角にスポンジやクッション材をつけ、床にクッション性の高い物を敷く

<キッチン>

□ 包丁などの危険な物は片付ける

□ シンク下の収納庫はロックする

□ テーブルクロスははずしておく



□ ポット、炊飯器、熱い料理の入った鍋や皿、コップなどは手の届かない所に置く

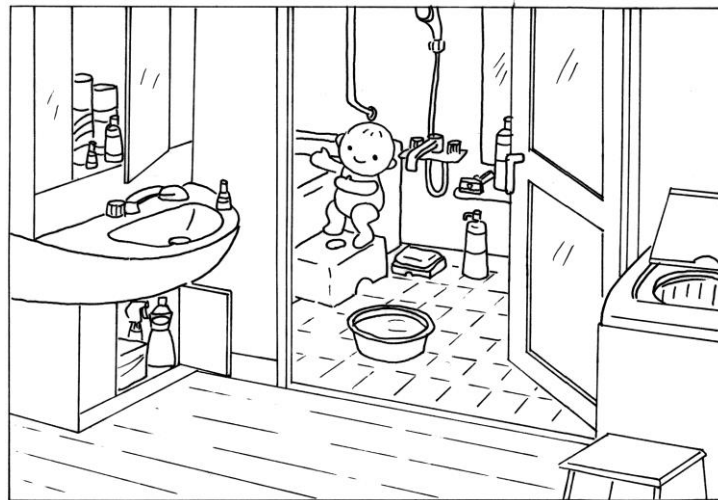
□ 子ども用イスに立たせない、ぐらつかないか確認する

<お風呂・洗面所>

□ 浴槽や洗濯機の水は抜いておく

□ 浴室のドアや収納庫はロックする

□ 洗剤、化粧品、カミソリなどの危険な物は手の届かない所に片付ける



□ 入浴のとき、シャワーが急に熱くなることはないか確認する

□ 踏み台にならないよう、洗濯機のそばに物を置かない

<その他>

- 階段には柵をする、玄関など段差のある所に落ちない工夫をする
- ベランダや窓際に箱や家具など踏み台になるような物は置かない
- ドア、窓、車のパワーウィンドーなどは子どもの安全を確認してから開閉する
- 子どもを抱っこしている時はスリッパを履かない、外では歩きやすい靴を履く
- 家電、ベビー用品、おもちゃの購入時に商品説明をよく読み安全の確認をする
- 自動ドアやエスカレーターでの、はさまれ事故に注意する
- 自転車の補助イスに乗せる時は専用のヘルメットをかぶせ、そばをはなれない
- 自動車に乗るときは必ずチャイルドシートを使用する、短時間でも車内に子どもを残さない
- 外出時は必ず子どもと手をつなぐ、交通ルールを繰り返し教える、道路や駐車場では遊ばせない
- 子どもだけを置いて家を留守にしない



【誤飲】

誤飲した場合、飲んだものに応じた対処をすることが大切です。
吐かせるかどうか、何か飲ませるかどうか、など判断に迷った際は…

中毒 110 番

大 阪：072-727-2499（365日 24 時間対応）

つくば：029-852-9999（365日 9～21 時対応）

HP 公益財団法人日本中毒情報センター



HP はこちら



夜間でもすぐに受診

- ・たばこ 2/3 本以上
 - ・灰皿の水
 - ・医薬品
 - ・ナフタリン
 - ・ほう酸団子
 - ・トイレ用洗剤
 - ・漂白剤
 - ・マニキュア液、除光液
 - ・殺虫剤
 - ・ガラス片、針、ヘアピンなど
 - ・灯油、ベンジン、シンナー、ガソリン
- のいずれかを飲んでしまった



種類が多く、わかりづらい子どもの予防接種。予防接種の記録は母子健康手帳で確認できます。接種内容が見直されることもあるので、最新の情報を確認しておきましょう。

○予防接種とは？

からだに少量のウィルス（ワクチン）を入れて免疫をつけます。本来それで熱が出たり、軽い症状が起きたりしますが、予防接種の薬には症状を抑える薬も入っていて、症状が出ないようにしているのです（それでも症状が起こる人もいます）。ですから、体調の悪い時に接種するのは危険です（健康なときでも、まれに副反応（副作用）が起こるケースもあります）。接種の間隔にも十分に注意することが必要です。

○生ワクチンと不活化ワクチン

生ワクチンは、生きたウィルスの毒性を弱めたもので、一般的に不活化ワクチンよりも免疫のつきがよく、抗体の持続期間も長くなります。次の（別種類の）接種まで27日以上の間隔をあけます。

不活化ワクチンは、ウィルスや細菌から必要な抗原性のみを取り出したもので、数回繰り返し接種するものが多いです。不活化ワクチンは、次の（別種類の）接種まで6日以上の間隔をあけます。

○定期接種と任意接種

定期接種は、集団感染を予防するため国が推奨する予防接種です。各自治体の実施し、東村山市は無料（全額公費負担）です。受けられる年齢や医療機関が決まっています。

B型肝炎、ヒブ（インフルエンザ菌b型）、小児肺炎球菌、四種混合（ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ）、BCG、ポリオ（不活化ワクチン）、MR（はしか・風しん）、水痘（みずぼうそう）、日本脳炎、二種混合（百日せき・破傷風）、子宮頸がん

任意接種は、希望者が自分で選んだ医療機関で受けます。基本的には、自費で受けます。定期予防接種の対象期間内に受けられなかったものは任意接種になります。

インフルエンザ、おたふくかぜ、ロタウイルスワクチンなど

○予防接種のあとは？

接種箇所の腫れ、痛み、じんましん、発熱などの「副反応」が現れることがあります。まれにショック症状や熱性けいれんを起こすことも。接種後30分は予防接種をした医療機関で様子を見るか、すぐに戻れる場所にいきましょう。接種後は激しい運動は避けます。お風呂は入れますが、接種箇所をこすらないように気をつけましょう。

※問い合わせ：子育て支援課 母子保健係 ☎042-393-5111（代表）



先輩ママの体験談



① 予防接種

予防接種は早めに動き出すことが肝心です。「2ヶ月になるから予約しないと…」と病院に電話すると予約が埋まっている病院も何件ありました。病院によって、予約不要であったり、接種できる曜日が決まっていたり、同時接種できる本数に制限があったりします。早めに電話して確認するとよいでしょう。また、接種スケジュールは病院や市の保健師さんにも相談できます。最近ではスマホアプリでも予定を立てられるので、活用してみてください。接種の前は体調管理をしっかりと行い、予診票は予め書き、当日は脱ぎやすい服にするなど、事前に準備しておくことで安心です。

② 乳児湿疹

【いつ】生後20日頃 【症状】顔・首回りに湿疹

生後20日を過ぎる頃から顔にポツポツと湿疹がで、だんだんと顔全体に膿をもったような湿疹がでてきました。痒そうだったり痛そうだったりしなかったため、病院には連れて行かず、2週間検診でもらったプロペドを塗りました。1ヶ月検診の時に小児科の先生に相談すると、「保湿が大切！脂っぽくなっているのでプロペドではない方がいい」と言われ保湿クリームに切り替えました。すると、2週間程で湿疹もなくなり、肌もきれいになりました。

③ 突発性発疹

【いつ】1歳1ヶ月頃 【症状】発熱（38～40度）、咳鼻水

2週間程鼻水が続き、その後38度まで熱が上がったため小児科へ行きました。その時は咳鼻水の薬だけをもらい帰宅しました。午前中は熱が下がるも午後には39度近くに熱が上がってしまうことが2日続き、3日目には40度を超えてしまいました。土曜日だったため多摩北部医療センターの救急に電話し受診することになり、インフルエンザやRSウイルス、尿路感染症の検査をしましたが、全て陰性。病院で41.5度まで熱が上がり、解熱剤を使って熱を下げ、帰宅しました。5日目には平熱に戻り、久しぶりにお風呂に入れるとお腹周りに薄く発疹が出ていました。翌日、小児科を受診すると「突発性発疹」との診断。その後、熱は平熱に戻りましたが、いつもより不機嫌な状態が2日程続きました。原因がわからず高熱が続いたため、本当に心配でした。

#7119や#8000には何度も電話しました。親身に話を聞いてもらえるので、不安なことがある時は電話してみるといいと思います。

④ 熱性けいれん

【いつ】1歳4ヶ月頃 【症状】発熱（40度）

40度近くの発熱が続き、保育園を休み、娘を実家に預けていました。私も実家に泊まり、夜中12時近く、眠れなくなったためソファで抱っこしていると娘が「うー」と唸り、けいれんを起こしました。1～2分程度で治まりましたが、とても驚き、急いで救急車を呼びました。母と一緒に救急車で病院に向かいましたが、救急隊の人に「けいれんを起こしていた時間・様子」などを聞かれました。病院でも同じ内容を聞かれ、「手足が対称に動いていた」ことを伝えると「後遺症は残らないでしょう」と言われ安心しました。その後、夜中2時頃に父に車で迎えに来てもらい帰宅。病院から帰るのに救急車は利用できず、自力で交通手段を手配する必要があることをその時初めて知りました。その後はそこまで熱は上がらず回復していき、けいれんを起こした時は驚き焦ってしまいましたが、けいれんを起こしている時間を計り、冷静に様子を見て、病院に伝えることが大切だと実感しました。

⑤ ヘルパンギーナ

【いつ】1歳9ヶ月頃 【症状】発熱

1月、保育園ではインフルエンザが流行っていて、娘も発熱が3～4日続いていました。小児科でインフルエンザの検査を受けるも陰性。風邪薬を処方してもらい飲みましたが、熱が下がらなかったため夜間の救急へ行きました。夜間はインフルエンザの検査はできないとのことでしたが、タミフルを処方されました。一度はタミフルを飲みましたが、その後飲まないでいると2日後に上唇に水泡ができていました。再び小児科でインフルエンザの検査もしましたがやはり陰性。さらに調べてみると夏風邪の一種、ヘルパンギーナにかかっていることが判明。保育園でも流行っていないし、本当に驚きました。その後、唇の周りに水泡がどんどん増えていき、ごはんも食べられず、薬を飲むのも難しい状況が続きました。私の言うことは聞かないため、パパと電話で薬を飲むことを約束させると頑張って飲んでいました。自分で納得すれば頑張れる娘の姿を見て成長を感じました。唇の周りが真っ赤に腫れて、「痛い、痛い」と言う娘の姿を見るのはとても辛かったです。