

# 子育てひろば0123メッセージ 私の3.11

この気持ちを忘れない、伝えたい

全国の小さな子どもを育てる親、  
子育て支援に関わる方々による  
エッセイ・写真を集めました

被災地に負担をかけてしまうのではないか  
まだ、早すぎるのではないか

この企画を考えたときに私たちは躊躇しました

気が遠くなるほど失ったものがある

被災地の子育てひろばのスタッフの戸惑い、嘆き、疲れ  
でも子どもたちを守りたい

過去から未来につながる命がある

被災地はくじけない

子育て家庭に寄せる温かい人々の支え合い

応援したい人の輪がひろがる

全国から届いたメッセージ、フォト

あふれる感情 風景 物語

今だから伝えられること、今だから伝えたいことがある

3・11を私たちは忘れない

きっと私たちにできることがあると信じて

被災地と応援する人たちからの魂のメッセージ



## 目次

\* ペンネームです。

生かされた命	アン*	(宮城県)
親子の近くに拠点を	佐藤 英子*	(青森県)
温もりの中で	福島の母*	(福島県)
ほほえみ	安部 明子	(山形県)
家族(じつこ)	姥名 郁矢	(宮城県)
るるるる	大西 千穂子	(茨城県)
福島県に住むひとのおかあさんのつぶやき	山口 奏子	(福岡県)
私の3・11	はねもま*	(福島県)
自然が一番!	川嶋 なつえ	(東京都)
よく来たね	大磯 厚子	(福島県)
子育てホツトステーションゆうやう広場	香川県	(香川県)
今、福島県にあるひろばのスタッフとして出来る事は何だらう。	小磯 厚子	(福島県)
ひとつ提案多くの人「ひろば」を利用してもらうために	たかまさ母さん*	(岩手県)
ともに暮らす	松尾 淳子	(東京都)
たかさんの宝物	めん*	(福島県)
テント咲く、原っぱ	ぴきぴき*	(埼玉県)
わたしとひろば	かよ*	(大阪府)
生きていろだけで	鍵山 その子	(埼玉県)
被災地の親子につながるお手伝い	じみえ☆かな*	(香川県)
風のもとで	がみ*	(大分県)
口常。	大村 華奈	(福岡県)
ひとつじゃないよ	佐久間 直子	(福島県)
つながってるよ	石田 礼子	(三重県)
みんな何かしたかった!	江村 奈緒美	(新潟県)
奪われた故郷	古都*	(東京都)
伝えられなかつた感謝の気持ち	御福 いつか	(埼玉県)
「やわらかさ」につつまれて	能登 香織	(沖縄県)
特別な砂遊び	カオリン*	(福島県)
みんな、ありがと△	伊藤 昌子	(岩手県)
光の射す方へ	といじちゃん*	(香川県)
ダイジョウブ	かなちえ子*	(神奈川県)
みゅきさんべ	近藤 みさき	(東京都)
ひのばの声	本間 審子	(茨城県)
いざという時は、窓からの脱出もあります	ある*	(福島県)
郡山でわたしできません」と	大橋 愛	(新潟県)
自分でできる」と	(埼玉県)	
ひとりじゃないよ	永野 美代子	(福島県)
被災地の支援者として出来ぬ」と	高橋 有香里	(宮城県)
こちら石川支部元気ですよー	泉川 みちよ	(石川県)
審査委員からのメッセージ、「子育てひろば」私の3・11」を通して		
編集後記		

寄せられた原稿の内容は平成24年7月～9月時点のものです。

# 生かされた命

アン（宮城県）

あの日から、1年6か月、街のあちこちで復興の兆しが見られる中で、私の心中ではまだまだ、あの時のキズが大きく傷口を開け、あの日の光景がフラッシュバックをして胸を締め付けています。

東日本大震災のあの日、私は、自分の職場である、小学校の児童クラブの指導員として教室の中にいました。一年生の子ども達数名が入室し、宿題を出し始めた直後の大地震。部屋の中の大きな冷蔵庫が倒れ、校庭に面している子ども達の逃げた箱が数メートルも飛び、子ども達が錯乱する中、学校の指示に従い校庭の中央に集まりました。

しんしんと降る雪の中、子ども達の防寒着や上靴を取つてくるのに、同僚が部屋に戻っている間、泣き叫ぶ子どもを抱いて待機していました。  
広報の無線から「津波警報」がだされたのは、30分位してからだつたと思います。「中学校に避難して下さい」と、学校の先生方、他の児童と共に徒步で数分の近くの中学校に着く頃には、広報の方が「津波が来る、いそげ」と皆に呼びかけていました。子どもの手をつなぎ、3階の教室までかけあがり、一部屋に住民の方々も含め70名位で過ごしました。

食べる物もなく、児童クラブの部屋にあつたおやつを何度も運び、皆で子ども達中心にあげました。懐中電灯を頼りに眠れない一夜が過ぎました。  
次の朝、子ども達をほとんど親元に引き渡してから、自宅に戻るまでの状況は、私が今迄経験した事のない光景でした。

ごく当たり前な事ですが、震災当日一番感じた事でした。

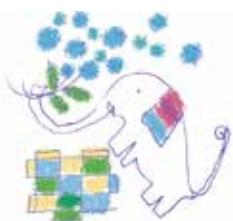
現在、応急仮設住宅に入居して、今春から異動となつた児童クラブに通勤しています。

子ども達と一緒に様々な防災についての研修にも参加しています。「生かされた命」決して無駄にはしないで、私のメッセージです。

私の父は逃げる事もなく、自宅の台所で津波の為に亡くなつていきました。津波なんて来るとは思つていなかつたらしく、数時間前に夫が逃げるよう仕事の合い間に来てくれたそうですが、耳を傾けなかつたようで、2階にいた母だけは無事でした。

私は、7か月、小学校の避難所で約1800名と共に、炊き出しのリーダーとして生活をしてきました。班の中には、小学生の子どももいて、時には母親代わりに叱つたり、子育ての相談にのつたり、夜泣きをする幼児もいて、自分自身を確立させていくのがやつとでした。

今回の震災では高齢者も多く避難をし、親と子どもの絆が出来ていれば、震災でも一緒に立ちあがる事ができると思います。母親は、いつも子どもの心を読み、手をつなぎ、愛情を込めて育していく事。



## 親子の近くに拠点を

佐藤 英子（青森県）

る信じがたい映像を見ながら、心配だったのは、昨日利用者の方が無事に家に帰れただろうか…ということでした。

2011年3月11日、私はスタッフとして

て「さんぽば」にいました。地震の揺れの中、逃げ道確保のためにスライドドアを押さえながら、非常口の看板が見たこともないくらい揺れていたのを覚えています。揺れの直後に停電し、非常灯のみになつた中、「6階なので、地面にいるよりも強く揺れを感じるんですよ」と、私は中にいた7家族に声をかけ続けていました。そして、全員を避難誘導し終えた後も、何が起つたのか全くわからないような状態で、とにかく帰路に着いたのです。

翌日には停電も復旧し、テレビから流れ

る信じがたい映像を見ながら、心配だったのは、昨日利用者の方が無事に家に帰れただろうか…ということでした。

「さんぽば」は商業施設も入っているビルの中にあり、一日安全確認のために休館したもの、翌日には開館し、ひろばも通常通りの開設となりました。

こんな時に利用者の方は来てくれるのだろうか…そんな思いとは裏腹に、3月13日6家族、14日5家族、15日13家族、16日25家族…と、少ないながらも、誰も来ない日はありませんでした。余震が続き、ガソリンスタンドには長蛇の列、スーパーマーケットからは品物がなくなり、空気そのものが重くのしかかるような中で、なぜひろばへ来るのかを私は尋ねました。

すると、「家で子どもと二人きりでいるのは不安。何かあっても、ここにいれば安心」という答えが返ってきたのです。ここにいれば安心する…それは、スタッフにとつて

は喜ばしいことであり、ひろばの役割としても望ましいことだと思います。それが日常の中であれば。しかし、未曾有の大震災の中でのそれは、地域の中で安心できる場所がないということではないか…そう思えるのです。わざわざ家からひろばまで来なければ、自分と子どもが安心できる場所がないのであれば、地域子育て支援拠点の「地域」

とは一体何なのか。それは、すぐそばにいる（ある）安心安全な場所であるべきではないのか。

私達が震災後も通常の開設をして「安心」を提供してきた一方で、閉館することで「安全」を確保しようとした施設もあります。外出することで生じる危険から身を守るために、「安全」な家の中にいるようにということかもしれません。しかし、続く余震とニュースの映像に怯える日々のどこに「安心」を求めるべきよいでしょうか？



「さんぽば」には、多い日では50家族を超える利用者があります。しかし、このようないひろばが一つあるよりも、20家族が集う場所が5カ所ある方が、より近くで安心できる繋がりを持てるのではないかと思います。本当の「地域」に、安心安全な心の拠り所、拠点はあるべきではないでしょうか。

## 温もりの中で

福島の母（福島県）

も寒かつた。

東日本大震災を経験したことによって、悲しくて泣き、悔しくて泣き、嬉しくて泣き：私はどれだけの涙を流し、そして、どれだけの温もりを感じたことでしょう。

震災当時、妊娠初期。とにかくその日は悪阻も重なったのかもしれないがいつも以上に体調が悪かった。今思えば震災の予兆だったのかもしれない。職場でめまいのため椅子に座つていられない状態で、早退しようというさなか、あの大震災が起きた。揺れる中、自分はどうなつてもいい、とにかくお腹の子を守りたいとお腹を抱えデスクの下に隠れた。その後、外へ避難。外は雪が降りとてもとても

妊娠初期ということもあり不安な生活を送っていたが、自宅雨樋より90マイクロシーベルトもの放射線量が計測され、不安の毎日ではなく恐怖の毎日に変わってしまった。子どもが生まれたら庭でバーベキューをしたいなどのいろいろな夢も奪われた。

食べ物に気をつけ、どこに行くにも線量計を持ち歩く。休日は行きたい場所、本当にそれで行きたい場所ではなく、放射線量が低い場所。洗濯物や出かける日

余震がまだ続く中、年配の女性が私とお腹の子を気遣い、ホッカイロを持ってくると言い残し、まだ大きく揺れる余震の中、建物の中に入つて行き、私にホッカイロを持ってきてくださいました。とても暖かかったです。体もそして心も温かくなつた。目に涙が浮かんだ。

そして福島原子力発電所の事故。

で接していきたい。いろいろな温もりをずっと忘れない。そして我が子にこの経験を伝えたい。奪われた以上の夢を持つて前向きに明るく過ごしていきたい。

光り輝く未来へとまっすぐに歩き、穏やかで寛大な心を持ち元気にのびのびと育つてほしい、との想いから、2011年3月11日東日本大震災当时お腹にいたわが子を「歩寛（あゆひろ）」と命名。

そして現在生後10か月。両手を広げた私の腕の中に、微笑みながらよちよちと5歩、歩き出しました。

この福島の地であなたの笑顔を絶対に守りぬく。

は風の強さ、方角を気にする。自由に外で遊ばせてあげることができない。これが福島県で子育てをする家の現実なのだ。正直辛いこともあります。子どもの将来の健康のことを想うと涙が出てきます。でもこの地で生きて行くと決めた以上、頑張つて生きていかなければなりません。東日本大震災を経験したことによつて失つたものも大きいけれど家族の絆や感謝の気持ちなど得たものも沢山あります。

様々な方たちから「大丈夫？」と、あたかしい言葉を頂き励まされ、いろいろなことで支え助けてもらっています。この場を借りて「沢山の温もりを本当にありがとうございます」というがとう」

果たして、自分にも人に対して、同じような温もりを感じてもらうようなことができるだろうか。同じようにはできないかも知れないのでも、自分がしてもらつたように、人に対して温かい気持ち





## 家族ごっこ

パパは福島、ママとＹちゃんと1歳になったばかりの弟は山形。パパと会えるのは毎週末だけです。パパが大好きなＹちゃんは日曜日の夜にパパが帰ってしまうと、毎回泣いてしまうそうです。私たちのサロンに来てくれるとき、必ずやるのが家族ごっこ。スタッフがパパやおじいちゃん役に任命されます。回覧板が来たり、洗濯物入れを頼まれたり。何でもない日常の場面を、Ｙちゃんは大事に大事にして忘れずにいるのを感じる瞬間です。

安部 明子（山形県）



## ほほえみ

この写真は、2011年8月に被災地に保育ボランティアに行った際のひとコマです。

この保育園は、南三陸町のホテルの託児所で、園には地元の大学生がボランティアで参加していました。写真は、乳児とボランティア学生が遊んでいる時のほほえましいひとコマです。南三陸町の街は津波の傷跡がまだまだ残っている中で、子どもたちの笑顔が復興のエネルギーになる事を実感しました。なつかしい未来(復興)へ繋がってほしいと願っています。

山口 奏子（福岡県）

蛯名 郁矢（宮城県）

震災発生時、妻と2歳の息子は妻の実家にいっており、震災後顔を合わせたのは、翌日になつてからでした。発生から数時間は安否の確認ができず、経験したことがないほど不安な気持ちでした。ようやく携帯のメールで無事だと知つたときには、うれしさで自然と涙があふれてきたのを覚えています。

翌日以降、3人で自宅で過ごすことができましたが、ライフラインは復旧しないままでした。自宅にあつた手回しでも充電できるラジオ付き懐中電灯を使って、情報を収集したり、暗さをしのいでいました。太陽光での充電式でもなく、乾電池の備蓄も

あまりありませんでしたので、毎日手回しによる充電が必要でした。夕方薄暗くなると、石油ストーブの明るさを利用して、懐中電灯を手回しで充電し始めました。あまり性能の良いものではなかつたため、手回しのレバーがスムーズには動かず、力を込めて回していました。回す音も部屋の中での人の声を遮るほどで、「ぎゅるるるぎゅるる」という音でした。それを続けると、「ぎゅるるるぎゅるるる、ぎゅるるるぎゅるるる、ぎゅるるるぎゅるるる…」と鳴り響きました。

震災から数日経つたある日、私がいつものようにギュッギュッと充電のレバー

を回していると、2歳の息子がその音にリズムをとつて踊りだしました。「ぎゅるるる」との響きがおもしろく感じたようで、満面の笑みで、楽しそうに飛び跳ねるよう体を動かしていました。息子には、「るるる」と聞こえていたようで、以来、手回しの懐中電灯の充電をすることを、我が家では「るるるるする」と言うようになりました。震災直後、先行きも分からず、暗い気分で過ごしていた日々において、息子の踊りは私たちをともに朗らかな気持ちにさせてくれました。子どもたちの無邪気さと明るさを目の当たりにしたことで、この逆境を乗り越え、この子をしっかりと育していくという未来に向けての原動力が得られました。子どもが大人にエネルギーを与えてくれるのを実感した出来事でした。



## 福島県に住むひとりの おかあさんのつぶやき

おでこちゃんずのママ（福島県）

今私の隣で、すやすやともうすぐ2歳になる息子が眠っています。

この子は、2011年3月11日のあの日、生後4ヶ月とちょっと。今まで色んな遠くへ連れて外で遊ぶ事を体験させました。しかし未だ我が家の中に出た事がありません。庭の木製デッキはまだ新しく、長男が3年前の夏、初めてプール遊びをしました。私も庭の草や花を愛でるのが楽しみの一つでした。今、この庭は放射性物質が降り、浸み込んでしまい、放射線量は約2・7マイクロシーベルト

／時のちょっと恐怖の庭です。なので、お母さんとして今はこのお庭で遊ぶ事はやめさせています。洗濯物もこの庭にはまだ干していないのでお天気はあまり関係ありません。  
震災から一年半。私の住むここは変わってしまいました。一見戻ったように見えるけれど、目に見えないモノ、感じるモノが変わってしまいました。きっと完全には戻らないでしよう。外の草花や土を触つたらダメ、と注意する事、代わりに室内遊び場や室内砂場で遊び、週末には100km位離れた場所へ時には線量計を持ち、いつも線量バッヂを持参してお出かけです。水や食べ物の放射能を気にする事。まさかこんな検査するだろうかと想像していなかつた子どもの健康検査をずっとする事。引っ越して行く人の話をあきもせぬ聞く事。これらが私達の等身大の日常です。

震災から一年半。皮肉だけれどこの震

災があつたからこそその宝物の出逢いがたくさんありました。人・愛情・想い・絆・気付き・力・色んな出逢い。遠い場所に住む同じ「お母さん」という立場の人々と、今の私たちには特別になつていて外遊びなどを通して一緒に過す中で「お母さん」として語り合い共感し、人の愛情に感動した事も身を持つて体験させて頂きました。親も子も、ずっと繋がれる心の親友が出来ました。地元では、ごく身近な大人たちの頑張りや何より家族の存在、何が必要なのかをシンプルに考え、自分の心を育していく大切さに気付かされました。それらの事を胸に、放射能に汚染されているという無視できない現実にも向き合い、皆と繋がり皆に支えられながらお母さんは、少しずつ前に進んでいます。

いつだって、どこだって子どものパワーは何にも負けていません。もちろん放射能にだつて負けていません。明るい太陽のよ

うな笑顔は不自由な事があつたとて、へこたれて無くなる事はありません。むしろ大人たちの不要な不安とか、詮索とかそういう事で子どもの笑顔を曇らせちゃいけないと、やつとそう思えるようになります。成長している我が子を見守れる幸せはこの上ありません。親ってこんなに幸福感を味わえるんだなあといつも子どもに気付かされます。どうか、このまま心も体も逞しく育つてほしいと願います。そしていつか巣だつて行く日を元気に迎えられるように今、母はあなたたちを守ります。



## 私の3・11

大西 千穂子（茨城県）

3月4日、次男が産声をあげた。予定日より3週間も早く生まれたその子は3140gもあり、皆を驚かせた。40歳を目前にして久々の赤ちゃんとの生活が始まった。

黄疸が強かつたため、退院が予定より2日延びた。夫が病院に迎えに来て、薬局とスーパーで買い物をして自宅に向かった。この子にとつて初めて吸う外の空気、初めて乗る車、そして初めての我が家はどんな風に感じるのだろう。今日から家族が1人増える新生活がスタートするのだ。弟が生まれるのを誰より心待ちにしていた長男は、どんなにわくわくしながら学校から

帰ってくることだろう。そんな事を思いながら自宅近くの細い烟道に入った時だつた。車が異常な揺れ方をしている。故障か？と思つたが外を見ると電線が大きく波打っている。夫が車を止めて言つた。「地震だ。かなり大きいな」揺れが弱くなつたのを見計らい自宅へと急いだ。泊り込みで手伝いにきてくれている母が心配だつた。

家に着くと、母が庭に出ていた。無事な姿に安堵する。70近い母ですら今まで体験したことのない大きな地震だと言う。家中には色々な物が倒れたり落ちてきて、凄まじい状況らしい。電気も止まり、テレビで状況を確認することもできない。「水もでないのよ。すぐ買いに行つた方がいいわ」母に言われてすぐに近くのコンビニに向かつた。しかしさすでにどの店も閉まつてている。自動販売機で水を買おうにも停電で動かない。どうしよう。まさか退院の日にこんな事態が起きるなん

て、長男は無事だらうか。色々な不安が頭をよぎる。

家に帰ると夫と母が家中を片付けていた。半年前に建てたばかりの我が家が目茶苦茶になつていてるのを見るのは辛かつた。庭には大きな地割れができ、門柱が大きく傾いている。ショックだつた。しかもまだ揺れは断続的に続いている。余震が来る度に車は大きくバウンドするが、次男は何事もないかのようすやすやと眠つている。「ただいま！」と長男の声がした。ああ無事でよかつた。「いあん君、我が家によく來たね」長男の満面の笑顔に勇気をもつた。しっかりとなくちゃ！家族が揃つていれば何とかなると思えた瞬間だつた。

その夜は真っ暗な中、わずかな灯りで過ごした。トイレも使えず、もちろんお風呂もなし。真っ暗な中で授乳しながら私は次男につぶやいた。「いつもはこんなじやないのよ。酷い所に来ちゃつたと

思わないでね」「こんな日に退院したなんて、この子は大物になるよ」と母が笑つた。夫がどこからか水を調達してきて、薪ストーブで具沢山のスープを作つてくれた。そのスープの温かさと美味しさを私は一生忘れない。

家族や友人、たくさんの人々に守つてもらつたお蔭で、よちよち歩きの次男がいる。ありがとう。この絆を大切に生きていこう。



## 自然が一番！

はるまま（福島県）

東日本大震災と原発事故から一年半。私の住む福島は、世界の『フクシマ』になってしましました。放射能の影響で、外遊びが出来なくなつた子ども達。閉鎖されたたくさんの公園。悲しい現実ばかりで、私達ママも重苦しい日々を過ごしていました。

外遊びが大好きな我が子。

「どうして外で遊んじやだめなの？」  
「どうして土に触つちやだめなの？」  
たくさんはどうして？に明確な答えも出せず、ただただ、耐える日々でした。

震災以後、遊び場を求めて出会つた子

のこもつた手作りおもちゃ。絵本もたくさん。同じ気持ちを抱えたたくさんのママや子ども達と出会い、自分はひとりじゃないんだと感じました。たんぽぽに行くと、みんなと遊んでいます。家では見ない笑顔を、たくさんたんぽぽで見せてくれます。震災以後、家で遊んでばかりいたので、久しぶりに見た笑顔はとても眩しかつたです。

そして、たんぽぽサロンの企画で開催された『しぜんと遊ぼう』。外遊びが出来ない子ども達の為に、神戸や宮崎の支援者の方から送られたたくさんの葉っぱやどんぐり！これを体育館にひろげて思いつきり遊ばせてもらいました。80名程の参加者が集まり、みんな思い思いに自然と触れ合いました。本当に素晴らしかつたです！

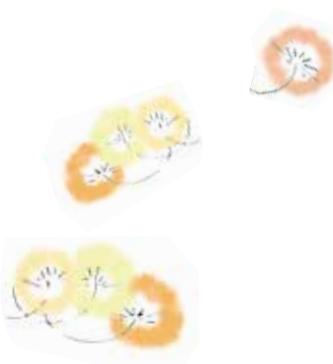
久しぶりに触る落ち葉。子どもは、「放射能はないの？触つていいの？」と心配そう。そんなことを幼い子に言わせる現

実に涙をこらえ、「今日の葉っぱやどんぐりは、遠くからきたんだよ。放射能ついでないよ。だから触つても大丈夫！」と言ひ、落ち葉プールに飛び込ませました。その嬉しそうな姿！キャー！と喜ぶ声。当たり前の日常が、ほんの少し戻つた気がしました。

他にも、どんぐりや松ぼっくりを使つた工作、竹を使つた竹ぼつくりでのお散歩、みんなでダッショウ！など、本当に盛りだくさんのイベントで、たくさんの笑い声に包まれました。

最後にみんなで一緒に落ち葉をバーッと上に飛ばしました。ハラハラと舞うたくさんの落ち葉を見ていたら、なんだか沈んでいた気持ちまで飛んでいつたような気持ちになりました。

福島の今は、まだまだ安心して過ごせる環境ではないと思います。でも、こうして支援してくれる人がいると思うと、



本当にありがたかったです。子育て支援の場所は、子ども達はもちろんですが、私達ママもすごく救われます！

これからもたんぽぽに支えられ、みんなと一緒に頑張つて行きたいです。

しぜんと遊ぼうのスタッフの皆さん、支援してくれた方々、本当にありがとうございました！



## 子育てホッとステーションゆうゆう広場 地域開放 「防災講座」

ゆうゆう広場では、近隣に暮らす地域の人たちと交流を持ち、防災の情報を共有する機会として、地域開放での講座を例年開催しています。有事の際には地域の中で助け合い、命をつないでいくために。私たちの広場から発信するこの想いが、多くの子育て世代にとって、いざという時の小さな砦となるように。ひとりでも多くの方に届いてほしい…。

今回は、震災の記憶を我が身の事と感じた、意識の高い参加者が多数集いました。

ゆうゆう広子（香川県）



よく来たね

3.11当時、生後3ヶ月の息子を抱え、度重なる余震や物資不足、放射能の不安から、静岡の義母の元へと緊急避難。義母の歓迎の笑顔で、それまでの恐怖心から開放され、家族のありがたみを感じました。

田舎で一人暮らしをしていた義母には、突然家族が増え、忙しくにぎやかな日々が始まりましたが、近隣の皆さん明るい笑顔に毎日助けられ、息子には自然豊かな第二のふるさとが出来ました。

川嶋 なつえ（東京都）

# 今、福島県にあるひろばのスタッフとして 出来る事は何だろう？

小磯 厚子（福島県）

今、福島県にあるひろばのスタッフとして  
して出来る事は何だろう？

震災後、広場を利用しているママ達から、「ひろばにいて良かった」「ひろばがあつて良かった」との声をたくさん頂きました。それは、やつとの思いでたどり着いた自宅が足の踏み場も無い状況だつたり、恐怖の中、子どもと二人きりで、揺れが収まるのを待つ体験をしたからだと思います。その為、震災後、『人を、仲間を、安心を』求め親子がひろばへ戻つてきました。

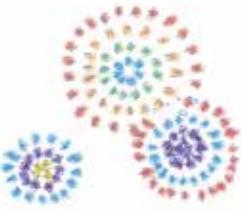
一見、白河の広場は元の状態に戻った様に見えます。しかし、実際には多くの

課題を抱えています。それは目に見えない放射能汚染への何とも言えない恐怖からではないでしょうか。広場の中では津波や放射能汚染によりここへ避難して来た人、不安だけどここにいる人、大丈夫だと思いここにいる人、ここ以外の土地に避難していく、たまに戻つてくる人、様々な状況の親子が同居しています。夫や両親と同じ方向を向く事が出来ず、悩み苦しむママ達も大勢いました。それでも、自分たちで、より良い方向を見つけて歩き始めたのです。

震災後半年くらいは、震災時の様子をそれぞれ話し共感し合うママ達や、地震ごっこをして、自分が体験した事をコントロールする子どもの姿、放射線の話題も様々出ていました。しかし、一年半経つた今、いつものように子どもの成長の話、夫の話などで笑顔が絶えない広場のどこかでふと、不安や心配を言葉にしてスタッフに伝えてくれるママがいます。本当はみんな不安なのです。心配なのです。自分の判断、決定が本当に良かったのかと。子どもの健康を本当に守れているのかと。大きくなつていじめにあわないかしら。結婚できるのかしら。考えても答えが出ない事も分かつていいます。でも、考えてしまうのです。実は、

私も心配です。答えは出せていません。私は自身は子どもが高校生なのをいいことに、子どもに「どうしたいか」一緒に考えてもらいました。だから、ちょっぴり気が楽なのです。でも、広場に来る多くの親子は夫婦で、家族で決めた事が子どもにとつて良かったのかと今でも立ち止まり考える事があります。不安な気持ちを話してくれてありがとうございます。広場のスタッフとして、同じように子どもを持つ親として、一緒に悩み共に励まし合い、時には泣いたり、笑ったりしながら一緒に子育していく事が今、私に出来る事です。

震災以来、多くの方々にご支援頂いております。本当にありがとうございます。この状況が今まで続くか分かりませんが、周りの人への感謝の気持ちと自分たちの自然治癒力を信じ進んで行こうと思います。



## ひとつの提案 「多くの人にひろばを利用してもらうために」

たかまさ母さん（岩手県）

岩手県陸前高田市。初めての子育てはここではじまりました。

3・11の大震災で市内の子育て支援施設・ひろばのどれもが被災。「おやこの広場きらりんきつず」もそのうちの一つでした。このひろばは1か月後、中学校の図書室を間借りして開所され、避難した親子が再会できる場所となりました。その後、場所を変えて利用され続けています。あの大惨事の後、このひろばを利用できたおかげでどれだけ気持ちが楽になれたかしれません。生活環境が大きく変わりストレスを感じていましたが、子育てする者が集う場所での何気ない会話に

よって気分がすっきりし、こういう場所の重要性を感じています。

私たち親子は震災の翌日に内陸に避難し、再び3か月後に陸前高田で生活し始めました。その頃の市内の道路はトラック・大型車が多く行き来しており、車道近くは土埃が立ちこめていた状態。1歳3か月の子を乗せてベビーカーをひいて散歩もしてみたものの、粉塵が気になりしばらく出歩かなくなりました。このままでは良くないと重い腰をあげ無料バスに乗りひろばを利用したのは4か月目のこと。無料バスは自衛隊が震災で交通手段を失った私達の為に急いで用意して

くださつたもの。ありがたく乗車しました。その時私が利用できた子育て支援施設は「きらりんきつず」のみでした。帰りの長い待ち時間を持つために弁当を公園で食べたり、仮設のお店で買い物したり散歩したりと不便なこともありました。

3・11では誰もが不安になり、おびえました。暗くどんよりとよどんだ気持ちを前向きにさせてくれた親子のひろば。不安な時にこそ、出来るだけ早く利用できていたら、多くの人に利用されていたらと思います。沿岸部は多くの人たちが車を失ったので、その結果、早くにひろばや支援施設が再開されたにも関わらず、子育て支援施設を利用できなかつた方が沢山いたのではないかと思っています。

ストレスを大きくかかる大惨事には、被災者が利用できるよう施設の開所と共に施設行きのバス、または施設経由（無料バス）の整備がいち早くあればと考え

ます。さらに一時的にでも施設名の入った停留所の設置をすれば、なお多くの方が利用しやすいのではないでしょうか。

3・11のあの日、見知らぬ人が沢山いる避難所に知り合いのママさん、同じ立場の人達がいるだけで安心感を覚えたものです。子どもの笑顔に救われ、癒されました。

これからも多くの人々にひろばが利用されますように…。

最後に母親である私達、スタッフ皆さん、の笑顔も子ども達を癒やしていることを忘れないようにしたいと思います。



## ともに暮らす

松尾 淳子（東京都）

3・11東日本大震災。阪神や新潟の震災の時に比べ、大きなショックを受け、何かしなくては、という衝動にかられた。なぜか？それは、私が「母親」になつてからだ。

東京で自宅近くの公園に5歳のわが子といった私は、初めて経験する大木の揺れや、不安顔で近隣の住宅から公園に集まつてくる母子を見て「ただごとではない」と感じた。

震災の様子が次々明らかになり、「小さい子を連れたお母さんや妊婦さんはどんなに困っていることか」と、胸が締め付けられた。避難所への移動、居場所、体

調の変化、食事、ミルク、おむつ。日常生活でさえ、子どもとの暮らしは周りに気を遣い、手のかかることが多いのに、この状況とは。

東京まで来られるのなら、自宅の一室を提供してお母さんと子どもに使つてもらおう。できうるかぎりの、ケアをしよう。でも、どうしたらいいのか？

知人からの情報で、東京助産師会の里帰りプロジェクトに協力の申し出をし、8月に第3子の出産を控える母子避難家庭との縁を頂いたのが、初夏のころ。自宅の提供ではなく、避難先の住宅に通つて手伝いをすることになった。私にとつて、新しい家族ができたような思いだった。

赤ちゃんを迎える準備に喜びを感じる一方、妊娠中に被曝したのではないかといふ不安、避難暮らしの心もとなさ、故郷に残る家族の心配や事故への怒り。本当に多くの悩み、苦しみを抱えた中での、

返しのような気持ちになる。

東日本大震災の被災地域では、同じ敷地やステップの冷めない距離に、両親、子ども世帯、親せきが居住し、大きな家族のような営みのもとで助け合つて暮らしているケースがあり、核家族、単身家庭が多い都市部と大きな違いである。子育てに限つていえば、父母の用事や休息のための預けあいや、親代わりになる祖父母、親せきが身近にある。今回のように、突然に故郷を離れ、母子・父子の形で避難している世帯にとって、避難先でも「ともに暮らす家族」のような、支援や関わ

ふと気づくのは、自身がこれまでファミリーサポートや子育てひろばでスタッフの方々に頂いた心遣いやほつとした言葉がけが、自然に出てくるということ。「困っちゃうよね。でも、それで大丈夫よ」とか、「お姉ちゃんは弟をよく面倒見ていたよ」「弟はお片付けが上手になつて、約束も守れてびっくりしちゃった」といったことが、実感とともに口をつけ、自分でも驚く。恩

出産と3人の育児。私には解決はおろか、その思いを理解することも難しい。であるなら、「東京での生活が、少しでも心落ち着く、おだやかなものになるような」支援をしよう、と心に決めた。

日常の家事の手伝い、赤ちゃんの世話、上の子たちの預かり、外出の同行。わが子が学校にいる間、時にはわが子も一緒に、適度なおせっかいをしながら、近くに住む親せきのおばさんのような気持ちで日々をともに暮らしている。

ふと気づくのは、自身がこれまでファミリーサポートや子育てひろばでスタッフの方々に頂いた心遣いやほつとした言葉がけが、自然に出てくるということ。「困っちゃうよね。でも、それで大丈夫よ」とか、「お姉ちゃんは弟をよく面倒見ていたよ」「弟はお片付けが上手になつて、約束も守れてびっくりしちゃった」といったことが、実感とともに口をつけ、自分でも驚く。恩





## テント咲く、原っぱ

原っぱに、テントの花が咲いています。  
子育て支援センターの行き帰りに、子どもたちが花を  
摘んだり、虫を追いかけていたお隣の原っぱが、震災後  
は、ボランティアセンターに。  
全国各地から、支援に駆けつけてきて下さった皆さん  
のテントが、何ヵ月も、カラフルに咲いていました。

ひきひき（埼玉県）



## たくさんのお宝物

あれダメこれダメ、時間制限のない遊び。貴重になってしまった当たり前をしに、ちょっとふくしまを離れて過ごした夏休み。やっぱり子どもたちは自然の中から色んなことを学ぶのだなあとつくづく感じた。そしてこの地で得たたくさんの友達、人と人とのつながり、温かい愛情を大切な宝物にしてこの子たちと元気に笑顔でふくしまに生きていきます。みんなと一緒に進んでいきます。母はたくさんましくなりました。3兄弟に負けず…。

めん（福島県）

# わたしとひろば

かよ（大阪府）

が起こつてしまつたのです。

テレビでは安全だ、CT何回分だ、飛行機何往復分だと言っています。でも外部被曝はそうであっても内部被曝は？もとの基準値よりも何倍も高い基準値に設定され、安全です、と言われてもそんなり受け入れられるはずがありません。そのうち関東や東北では市民の測定所が開設され、検査結果がインターネットに出ています。私はその1週間前からめまいでひどく、ゆるい横揺れを感じたときも、またかな…と思いました。でも他のお母さんたちも同じ揺れを感じていたことがわかり、地震かもね…とテレビをつけてみることに。するとそこには関西ではなく、東北のひどい揺れが映っていたのです。その夜、原子炉が危ないことを知りました。目に焼き付く津波の映像、原子炉のこと…恐ろしい気持ちでなかなか眠れませんでした。そして水蒸気爆発

が起こつてしまつたのです。  
データを知り、過去の事例を調べ、安全論を押し付けられる前に、自分で考えて判断する権利があると思います。人と違う行動や考え方をする人を見ると不安になる、不安にさせる、と排除する力が働きます。でも危険だとは言えない雰囲気が漂い、避難や移住する人を非難するようになつては黙るしかなくなつてしまします。これから育っていく子どもたちには自分の頭でしつかり考え、意見を堂々と述べてもらいたいのです。  
ひろばがどんな悩みを持つ人にも開かれ、異なる意見も話し合えるような場所であり続けてくれることを願っています。

て関わっているひろば（こすもすの家）で「放射能の勉強会をやつてもいいですか」と提案してみました。私は専門家ではないので、インターネットからの情報がほとんどでしたが、テレビでは報道されないことがあることをもつと知つてもらえたらしい気持ちでした。そしてひろばで放射能をまなぶ会（隔月、自由参加）を開くこととなり、これまでの間に福島に実家がある方、関東から避難されてきた方、何気なく興味を持つてくださった方々と、いろいろな参加がありました。それぞれの立場や思いがあり、結論が出る訳ではありませんが、思つていることを話し合える場があるというのは、私にとって本当に救いになりました。

テレビや新聞で、専門家が安全だとうとそれをそのまま信じてしまいがちです。でも論文の解釈により専門家の間でも議論があつたりもするのです。私達は



# 生きているだけで

鍵山 その子（埼玉県）

期限が迫っていた。3月末までに何とかしなければ……。

た。あてにしていた同居予定の母は環境の変化から老人性うつ病になり要介護2の認定を受けたばかりだった。

そんな状況の中、毎日の弁当作りはかなりの負担に思えた。何よりも皆と同じものが食べられない息子の心中を思うと切なかつた。転居のため友だちもいらない。孤立しないだろうか。

4月から小学校に入学予定の長男には卵と乳のアレルギーがある。事前の問い合わせでは除去給食で対応可能とのことで安心していた。直前になり詳細を話し合った結果「あまりに厳しい除去のため対応できない。何かあつたら責任が取れない。弁当を持参してほしい」と言われた。え!? 入学まであとわずかだった。自分自身7年の育休を終え、4月から教

和自身7年の育休を経て、4月から教師として復帰予定だった。それに伴い転居し、夫は単身赴任をする。4歳の次男と1歳の長女は保育園入園が決まってい

私は息子のため戦うことを決意した。除去給食を実施している地方公共団体を調べた。同じ立場の母親から話を聞いた。学校に出向き校長や栄養士と話し合った。役場へ何度も足を運んだ。業者とも交渉した。思いつく限りのこととした。当時の私は思い通りに進まないいらだちと焦りでいっぱいだった。

停電、断水が続き不自由な生活を余儀なくされた。

されるたび胸がつぶれる思いがした。特に食料の配給場面には目が釘付けになつた。もし息子が避難所で生活していたら何を食べられるだろう。ほとんどのものが食べられなかつた。しばらくして給食が再開されたとあつたが、パンのみのメニューに愕然とした。食べられない。被災地にも食物アレルギーの子はいただろう。どうしていたのかと心が傷んだ。

れどその考えは間違つていた。私は不幸でも何でもない。食べられるだけで幸せ。生きているだけで幸せ。3・11での経験は私にそれを教えてくれた。

さて、現在。小学二年生になつた息子は、「ママ、今日も給食全部食べたよ。おかげりしたよ」と毎日元気に帰宅する。入学当初は弁当を持参していたが、今では除去給食で対応してもらつている。戦いの成果ではない。学校関係者の理解と善意によつて徐々に実現したことである。

と同時に初めて気付いたのだ。今までしてきた戦いは何て愚かだつただろうと。給食にこだわり、何が何でも除去食を作つてもらおうとしていた私は、自分のことしか考えていなかつた。毎日弁当を作らなければならないこと、皆と同じように給食が食べられないこと、息子にアレルギーがあること等、全てが私を不幸にしていた。け



## 被災地の親子につながるお手伝い

「みえ☆かな（香川県）

香川県の伝統工芸に認定をされている「讃岐かがり手まり」の教室が、私たちの子育てひろばのすぐ近くにある。木綿糸を草木染めで色づけて紡いだ手まりは見た目もきれいだが手触りも良く子どもたちも大好きだ。

震災後しばらくした時、伝統工芸士で手まり教室の先生が、ひろばを尋ねて来られた。

「私の教室の生徒さん達が作った手まりを、被災された親子に届けたいのだけど…。どうしていいか分からなくて」と。

「日々の生活にもご苦労をされ心に深い傷を負った被災地の方に、生活に役立つ

わけでもない手まりなんて…と思われるかもしれないが、こんな時だからこそ人の温かみのある手作りの手まりを飾りではなく遊び道具として子ども達が使ってくれれば…」と熱い思いも伺った。

これまで被災地の子育てひろば宛に、私たちのひろばを利用してくれているママ達から集まつた数々の支援物資を送つてきていた。義援金、衣類や生活雑貨、子ども用品の数々。そんなつながりが出来ていた、被災地のひろばに電話をして「素敵な手まりを預かったのだけど…」と言うと、「是非送つて来て！」と喜んでくれた。その後、ひろばの利用者に渡すだけではなく避難所にわざわざ足を運び、支援物資とともに配り歩いてくれたようだ。

手まりを届けて数カ月したある日、手まりの先生から、「被災地からこんなメールが届いたの」と連絡があった。

…おそらく支援物資であつたと思

うのですが、かがり手まりをいただきました。たくさんの支援物資の中からこんな素敵なもののが？と一目ぼれし手にしたのが手まりでした。（中略）手まりと一緒に手紙が入つていて『はじめてかがつた手まりです。これから上手になる予定です。これを受け取ったあなたは、これから幸せになる予定ですよね。遠くから見守ります。讃岐かがり手まり保存会』とありました。はじめてかがつた手まりはとても思い出に残るものでしょうに、被災地に送つて下さるなんて…。（後略）

手紙を受け取った生徒さんたちも喜んでくれたようだ。先生からは「本当に役立てているのか迷いましたが、ほっとしました。手まりを届ける橋渡しをしてくれて感謝しています」と言われました。

『親子と向き合っている』『子育て支援をしている』このキーワードで繋がった四国と東北の子育てのひろば。地域で「親



※フォト部門でも選ばれました



## 日常。

わたしはわたしらしく過ごすこと。  
家族みんなでごはんを食べて、たくさん笑う。  
よーーとおさんぽして、産まれたばかりのじろーちゃんを抱っこする。  
おふとんの中で絵本を読んで眠りにつく。  
していいんじゃなくてしなくちゃいけないいつもの生活。  
明日はお買得の卵を買って、安かったぶんの50円を寄付しよう。  
わたしらしく過ごす中でのちょっとしたこと。

大村 華奈（福岡県）



## 風のもとで

震災の年に新しい命を授かりました。生きたくても生きられなかつた小さな命を受け継いだ気がしました。元気に生まれたその子を抱いて、今年の夏、家族で風力発電所のある阿蘇郡産山村へ行ってきました。高さ45mもある巨大風車は、最大で650KWの電力を生み出します。澄み渡った空気を胸いっぱい吸って、この豊かな自然こそがひとの命を支えるエネルギーであることを再確認してきました。

がみ（大分県）

# ひとりじゃないよ つながってるよ

佐久間 直子（福島県）

私たちの「せのうえ子育て支援センター」がある福島市は、地震で建物や道路に被害はあつたものの津波の影響はなかつた地域です。しかし、福島原発から60km離れているにもかかわらず、風がたくさんの放射性物質を運んできたせいで、子どもたちの外遊びの場がひとつ取り上げられてしましました。

震災直後、職員が利用者の皆さんを地震から守りきれるだろうか：放射能って何？と、不安がいっぱいひろばを開催すべきかどうか迷つていた時のことです。「センターや保育所は大丈夫ですか？」「センターはいつから始まりますか？」

と、次々とお母さん方から電話がはいりました。ひろばの開催を待つていてる人がいる」：そのことに応えるためだけに扉を開けたような年でした。私たち職員も不安でしたが、お母さんはもつと不安で、見えないおもりをつけられているのか、または空気が抜かれているのか、まるで弾まないボールのようでした。そして子どもたちも同じでした。

ひろばに参加した皆さんでたくさん話をしました。地震のあつた日のこと、放射能のこと、避難してきたこと、避難すること、話したいこと、話せないこと…。どのお母さん方も一生懸命に耳を傾けていました。決して同情ではなく、お互いの気持ちによりそう姿が見えました。お母さん方と悩み、共感しあううちに気持ちが楽になり、ひとりひとりがつながり、

おとなも子どもも少しづつ元気になり、涙を笑顔にかえていくことができたように思います。

お母さんの中には、いろいろな特技を持つていたり、様々な仕事をしていた方がいます。23年度は震災に関係なく、お母さん方に講師になつてもらう計画を立てていました。

「子どものヘアーカットのコツ」「お部屋の楽しい飾りつけ」「ピアノコンサート」と、身近なテーマにお母さん方も熱心にして楽しく参加できたようです。講師をしてくれたお母さんは、緊張したもののやはり楽しかったとのことでした。そんなお母さんの姿を子どもたちは自慢げに見ていました。参加したお母さん方も講師のお母さんを盛り立てようと協力的だつたと思います。そこからお母さん方がひとつになり、子どもたちと共に自分たちも楽しいことをやろうと動き出し

ひとりじゃないよ、つながっているよ。



## 3・11に思うこと

テンション（北海道）

子育て支援のNPO法人が主催する「福島の現状をお聞きする会」に参加した。お話しくださったのは、子ども達を安心できる環境でのびのびと遊ばせてあげたいと、夏休みに福島から北海道に来ている、あるお母さんだ。

彼女の話から知ることができたのは、福島に暮らす普通の人々の普通ではない生活だった。子ども達が毎日、線量計を身に着けて外出すること。子ども達は公園や自宅の庭でさえ、土にまみれ、虫を追いかけて自由に遊びまわることを許されないこと。小学校から帰ってきた子どもが「僕たち二十歳になつたら死んじゃ

うんだよね？」クラスの皆がそう言つてたもの」と話したこと。大人の誰もが、3.11前までと同じようには暮らせないことを認めていても、安全に安心して暮らすこと。ましてや友人、地域の人々との間では、話がこじれ、仲違いに至ることもあるそうだ。それを恐れ、安全に安心に暮らすことを、皆、今ではほとんど話題にしないとお聞きした。

僕らは子ども時代、のびのびいろんなところで自由に遊んでいたっけ。そして、僕らが親になった時には、子ども達に事故や大きな病気・怪我をさせないようにと気をつけた。今思えば、子ども達の安全について夫婦間で大きく考え方が違う事などなかった。というより、考え方方に大きな違いが出るような難題に直面することがなかつた。

僕なら、今どうするだろう？「福島に仕事があり家族を支えなくてはならない。

いろいろな事情があつて福島を離れることができない。それなら、僕だけ福島に残ろう」「でも家族バラバラでいいのだろうか？子ども達は寂しくないだろうか？」ちょっと想像しただけでも、考えがまとまらない。

そもそも、この難題は、福島の・個人に課された問題なのだろうか？安全に安心して暮らすということは特別なことなのだろうか？それは家族と、あるいは友人と別れなければ得られないもののなのだろうか？

いや、違う。これは、今の時代を生きる僕ら全員の問題である。

かつて僕らが無心に遊んだあの場所、あの時。あの自由と安心感。ごく当たり前のそれらは僕らの周りの大、その前の時代を生きた人々から引き継がれた贈



り物だった。

そして僕らは、更なる豊かさを求め、原発とそのリスクを取つた。そこに巨大地震が起きた。

3・11で失われたあの贈り物、あることが当たり前の安全・安心と自由を、次の世代を担う子ども達のために取り戻そう。そしてまた、いつどこで起きるかわからない天災・人災・テロ；で、二度と失うことがないよう、僕らの知恵と行動と勇気が試されている。

# 私が震災で学んだこと

早乙女みゆき（栃木県）

うことをしなかつたのだろうと。

仕方が無いので少し遠くにあるお店に行きました。やはり、そこでも人で溢れ、空の棚が目立っていました。ようやく、おむつを見つけレジに並んでいると周りの人のカートにはたくさんの商品が積まれていました。店員さんが、「多くの商品をお求めになりますと他のお客様がお求めになませんので、必要な商品だけにお願いします」と言つていてもかかわらず、次から次へと商品をカゴに入れていました。確かに自分の子どもや家族に切ない思いをさせたくはありません。ですが、こんな時だからこそ他の人を思いやる心を忘れてはいけないのではないかと思いました。

震災の日から下の子は地震を怖がるようになり、小さい地震でも私にしがみついてきます。栃木県は比較的、被害が少なかった地域なのに子どもにとつては記憶に残つてしまふ出来事なんだなと思うと同時に、被災地で実際に津波の被害にあつた子や、家族や大切な人達を失くしてしまつた子ども達のことを思うと胸が苦しくなります。最近ではニュースや新聞などでも被災地のことを見る機会が少なくなつた様に思えます。時間が過ぎて被災地のことや被害にあつた人達のことを忘れていくことを私は怖いと思います。震災のことを忘れていくということは、次に起きるかもしれない震災への危機感

を忘れるということになると私は思うからです。

私は情けない話ですがボランティアに参加することも出来ないし、多額の寄付をすることも出来ません。ですが、私の力で何か出来ることが少しあるならば全力でしたいと思いました。この震災で日頃の自分の考えの甘さや、周りの人を思いやることの出来る優しさを常に胸に置いておくことが一番大切なのはないかと思いました。



# ほくしん子育て支援センターの3・11

安田 友理（福島県）

「ここは、げんぱつだよ！」…。お家で、ごっこ遊びをしていた2歳の男の子が、お母さんに言つたそうです。「大丈夫でしょうか？」心配そうなお母さんの顔…。

子育て支援センターでは、お母さん方が気軽に職員に声をかけて下さいます。限られた時間のなかでも、本当に沢山のお話や相談をしてきましたが、3・11以降はその内容が一変しました。福島は今までの子育ての悩みに、長引く放射能問題への不安が加わり、未だかつて誰も経験したことのない、大変な子育てになっています。笑顔で遊ぶ子どもたち。一見、今までと変わりなく見える光景ですが、

「家では笑わないんです」と、悲しそうなお母さんが多くなりました。不安を抱えている大人たちの気持ちが伝わるのでしょう。お母さん方も、気持ちに余裕がなく大変な中、頑張って支援センターへ子どもさんを連れてきてくれている…。センターの職員として、身が引き締まる思いでした。遊びを工夫し、楽しく遊ぶ事はもちろんですが、お家でもご家族と一緒に笑顔で遊ぶ事ができるよう、簡単な廃物利用の手作り玩具を紹介したり、一日一日を精一杯過ごしました。

すると、子どもたちの笑顔はお母さん方に伝わり、室内にはほっとした雰囲気

が漂います。「外へ出ることができない」

毎日…。今までも、車社会の影響で外遊びは減つていましたが、福島の子どもたちは3・11以降、長期間外出を制限されました。そのため、少しでも全身を動かすことができるよう、運動遊びや体操を多くしました。汗びっしょりになつて、飽きずに遊ぶ様子に、子どもたちの無限のエネルギーを感じました。涙ぐむお母さん方もいました。

ここ福島市は、「盆地」という特性上、冬は「吾妻おろし」と呼ばれている吾妻連峰からの寒風にさらされ、夏は暑いという風土のためか、忍耐強い市民性があるようです。声高に訴えることはできませんが、お母さん方が「子どもたちのために」、辛抱強く耐えてきた3・11からの日々を、言葉にできないほど想いが詰まつた日々を思うと、福島のお母さん方を愛おしく、そして誇りに

思います。

震災後は、保育園と子育て支援センター間の連携がより密になり、また研修会が多く行われました。そして、全国から「育ち」の各方面の専門家の方々が駆けつけて下さり、多くの学びがありました。多くの方々が見守り助けて下さっている、私たちちは忘れられた存在ではないという安心感を持つことができました。3・11を「何が大切か」を考えるきっかけとして、いつも基本に立ち返り、未来ある子どもたちのために、これからも微力ながら親子が遊びを楽しむお手伝いをしていきます。





## みんな何かしたかった！

「何かしたくて」「集めてくれてありがとう」「代わりに届けてくださいね」そんな言葉と共に、被災地の子育て家庭への支援物資が集まりました。おむつやおしりふき、ミルク、新品のベビーアイテムなど、何か支援できないかと皆さんのが考えて集まった品々。中には市外から郵送してくださる方、送料を寄付してくださる方もいました。こんなにも多くの方々が、子育て家庭を支援したいと思ってくださったことを、スタッフ一同、大変うれしく思いました。

江村 奈緒美（新潟県）



## おひとつとんだ3世代同居

私の家族は夫、娘2人の4人家族でした。娘達が生まれる前からずっと新居をどこに建てるか悩んできました。震災を機に家族の大切さを実感し、一人暮らしをしていた私の母方の祖母（85歳）と同居し、今では5人家族となりました。祖母は娘の面倒をみててくれて私もとても助かっていますし、同居前より随分元気になった気もします。核家族で気ままに暮らすのもいいですが、世代の異なる家族との同居は何よりみんなの表情が豊かになり素敵です。

石田 礼子（三重県）

## 奪われた故郷

古都（東京都）

私は福島市で生まれ、19才まで福島市で育ちました。19才から現在30才に至るまで東京で暮らしていますが、毎年盆や年末年始には福島市にある実家に帰っています。結婚して子どもがてきてからは二人の子どもと家族四人で帰省しています。福島には私の両親と、私の祖母もいるので、みんな孫、ひ孫に会うのを楽しみにしてくれていました。

しかし、2011年3月11日、震災により原発事故が起き、全ては叶わなくなつたのです。

あの事故以来、私は子どもを連れて福島に帰ることができなくなりました。事

されていります）に子どもを行かせたくないという夫たちの気持ちもわかりました。東京より線量が高いことは確かですから（私自身、安全かどうかなんてわかりません。迷いはあります）。いろいろな数字や情報を並べて抗議しました。なんとなくこわいから、で子どもたちを福島に帰さないのはくやしかったからです。

帰省時期が近づくたびに話し合いを繰り返し、くやしくて何度も泣きました。結局、昨年も今年も子どもたちを夫に預け、私一人で帰省するしかありませんでした。子どもたちは、「一緒に福島に行きたいたい。おじいちゃんおばあちゃんに会いたいよ」とだだをこね、福島の両親は「1泊2日でも被曝すると思われているのかしら」と残念がりました。

私は被災地に住んでいません。被災者、という枠にも入らないかもしません。



故当時、まだ3才と1才の乳幼児だったため、夫をはじめ、まわりの人が心配したのです。いろいろな情報が飛び交う中、大丈夫という人と危険だという人がたくさんいました。東京の家族は、状況がわからないから子どもは行かないほうがいいという意見でした。一年半経った今でもそうです。福島の私の両親は、震災直後は帰つてこないようにと言つっていましたが、時間が経ち、線量も徐々に下がり、除染も進んできてからは、帰つてくる子どもも増えたし、一日二日で被曝することはないから大丈夫だよ、と言いました。実際、線量計で家の中を計った数値を聞くと、東京の屋外程度で、一日や二日帰つたところで被曝はしないのだろうと私も思うのです。ただ、原発事故の起きた場所（福島市は原発から約63km離れています）が、福島第一原発という名称により、福島県全体が事故現場のように認識

でも、あの日から福島の放射能汚染のことで何度も傷付き悲しみ、ずっと心から血を流してきました。おばあちゃんや両親に会わせたい。自然豊かな福島で遊ぶせたい。本当に美味しい野菜や果物を食べさせたい。当たり前にあると思つていた未来が消えました。

目に見える被災者はもちろん、いろいろなところに苦しんでいる人がいることを知つて下さい。そしてどうか差別をしないで下さい。何も悪いことをしていいのですから。

## 伝えられなかつた 感謝の気持ち

御福 いつか（埼玉県）

震災当日は、自宅から電車で30分の幼なじみの家に、母と子どもと出かけていた。当時子どもはまだ8ヶ月。突然の大きな揺れに驚きながらも、早く家に帰らなければの一心ですぐに駅に向かつた。タクシーをひろい、同じ方向に歩いていたおじさんと相乗りすることに。母は途中で降り無事に家に着いたが、私とおじさんは直後に渋滞に巻き込まれてしまつた。日は落ちて外は真っ暗。降りて歩くことになつた。約8キロの道のりを、ベビーカーを押しておじさんと歩き続けた。信号や街灯の明かりもない暗闇のなか、道路を走る車のライトを頼りに、2時間

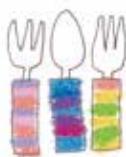
半かけてやつと家にたどり着いた。  
しかし、大変なのはそこからだつた。

一人の男性に助けてもらつていなかつたら、どうなつていたかわからぬ。集合住宅の自宅も停電で真っ暗だつた。5階まで子どもを抱えてベビーカーを運ぼうとしていたら、たまたま通りかかつた住人らしき男性が声をかけてくれ手伝つてくれた。彼は駐車場で1歳の息子と二人で車の中で過ごしているとのことだつた。私は夫と連絡がつかなく、どうしたらいいかわからないことを話した。真っ暗でお互いの顔も見えない中、少し話ができてホッとした。とりあえず家に入つたが、水が出ない。真っ暗で怖いのか子どもは泣き続けた。携帯も切れ誰とも連絡がつかなかつた。なすすべもなく、途方に暮れていたら、ドアをドンドンと叩く音。さつきの男性だつた。「近くの交流センターで避難者を受け入れているとのことなので、行つてみてはどうです

か?」私たちのためにわざわざ電話で聞いてくれたのだ。そこはいつも子育て支援が行われていて、ふだん親子で遊びに行つている場所。そこに行くなんて思いもつかなかつた。すぐに荷物をまとめて行つてみると多くの避難者が来ていた。私は子連れだったので、プレイルームを案内され、布団をかりて子どもと横になることができた。23時を過ぎてやつと夫と連絡がとれた。長い一日が終わつた。

後日、助けてくれた男性にお礼を伝えようとしたところ、引っ越されたようで感謝の気持ちを伝えられないままになつてしまつた。この場をお借りして、お礼を言いたい。「元404号室のワカバヤシさん、あの時は本当にどうもありがとうございました」

震災を経験して感じたのは、いざといふ時助け合えるのは、離れた場所にいる家族ではなく、その時近くにいる人だと



いうこと。近所の男性から助けられただけなく、自宅まで歩いた2時間半、おじさん、そして、そばを歩いていた周りの方たちから温かい声をかけられ励ました。避難所でも他の避難者から食べ物を分けていただいた。子どもを守る立場の私が、知らない誰かから助けてもらつてばかりだつた。逆の立場で私も同じことができただろうか。感謝してもしきれない。震災を経験して、人と人とのつながりの大切さに、あらためて気づかされた。ふだんから困っている人に手をさしおべていくことが、この日助けてもらつた方たちへの恩返しになると思つてゐる。

## 「やわらかさ」につつまれて

能登 香織（沖縄県）

震源地はもとより、日本列島を大きく揺るがせた東日本大震災。衝撃の瞬間は、息子を出産し12日目。関西にある実家で初めての育児に奮闘し、疲れぬ日々を過ごしていたところでした。産まれたばかりの愛おしい「生命」を育んでいく夢や希望、そして、未知との遭遇…かなり不安。自分の身体はあちこちトラブルついていて、たとえようのない幸福感でフワフワしていた不思議な時間。朝も昼も、もちろん夜の区別も無い新生児との日々、その時、飛び込んできたテレビのニュース速報は

「東北地方で大きな地震」。福島県で生活している妹家族との連絡も取れず、次いで「大津波の映像」。その後は、テレビのリモコンを手に取ることをためらうものでした。育児に追われる自分の現状とはかけ離れた、まさに「生命」が消えていく瞬間を考えずにはいられませんでした。胸には、おっぱいを飲む我が子…『どうか、もう揺れませんように…』その後、妹家族や知人から無事の連絡を受け安堵したと同時に、この大震災の被害の大きさに、私がかつて経験した「阪神淡路大震災」の記憶が重なり心は痛みました。

息子が満3か月、関西から沖縄県那覇市の自宅に戻り、夫も一緒に家族3人の生活が始まりました。これまで助けてくれた父母と離れ、寂しさと心細さでタンの自分を奮い立たせ、「辛い時ほど笑顔で過ごすこと」「息子に悲しい表情は見せない」ことが日々の心がけ。でも、

の無い私にとつて、育児サポートスタッフの先生方も有難い存在。母のような姉のような親友のよう…。私は「心を洗濯する場所」を見つけました！

そしてここで、地震や放射能の被害から避難してきた母子達と出会つたことも、私の心を洗い直すきっかけの一つとなりました。苦境に屈せず一步を踏み出し、きっと大変だらう育児や家事も頑張る姿。母の笑顔には、市場のおじいやおばあと共通した、強さを秘めた「やわらかさ」がある。守るべきものを力強く抱いて、その上をやわらかい笑顔でつつむ。私の通う「つどいの広場」には、そんな「ジョウトウ」な笑顔があふれているのです。

そんなに簡単にとはいえないのですね、育児って。どんどん疲れが増していく身体に、ストレスを発散する場所も無く悶々と考える時間。夫は家事育児に無頓着。きっと、どうやって私を手伝えば良いのかが分からぬのでしよう。そんな姿に、またイライラ。もう、ネガティブな思考回路を遮断できなくなっていました。とにかく「心を洗濯する場所」を探さなくちゃ！

那覇の中心部に、生活に密着した商店が軒を連ねる元気な市場があります。「榮町市場」。その名は、戦後復興の中にぎわい栄えていたことから付いたとか。やさしい日本が残る場所には、おじいとおばの笑顔が似合う。

そんな市場の一角にある「つどいの広場わくわく」。肉や魚やテンプラのにおい漂う中に、違和感無く同化している。逞しく頼もしい。県外出身で沖縄に身寄り





## みんな、ありがとう

平成23年3月11日、東日本大震災発生。言葉を失った瞬間。  
これからのことは何一つ考えられなかった時間。

その年、残された桜の花は見事に美しく咲きました。大変  
なめにあっても桜が美しく咲き、一日、一日みんなと同じ時  
間が与えられているんだなと感じました。子どもたちも同じ  
ように成長していきます。子どもたちの笑顔に支えられ元気  
をもらいながら過ごすことに幸せを感じています。

みんな、ありがとう。これからもよろしくね。おやこの広場  
きらりんきっず。

伊藤 昌子（岩手県）



## 特別な砂遊び

夏休み、従兄弟たち5人福島の男の子。北海道のとある公園で、  
昨年出逢ったこどもの家のお友達と遊んでいたら、もうみんな  
帰っちゃった。でも福島の子たちはずっと砂場から離れないん  
だ。またいつ味わえるか分からない砂の感触を思い切り全身で  
感じるよう、この5人の子はいつまでもいつまでもここに座っ  
て居ました。母もそれをいつまでも見守っている幸せを満喫し  
ていました。

カオリン（福島県）

## 光の射す方へ

とこちゃん（香川恵）

息子がまだ幼かった時、私は高松で高潮の被害を経験した。当時住んでいた埼玉から、たまたま母子で帰省していた時の出来事だった。水没した道路をボールや三輪車がぶかぶかと流れてくる様に我が目を疑つた。地域の人が「この先は危険だから行つたらだめ」と私の目の前で両手を広げて立ちはだかったことを今でも鮮明に覚えている。当時、息子は二歳。とつさに私は息子をぎゅっと抱きしめていた。この子を離してはいけない、私が守らなければ…そう強く感じていた。そんな記憶がふと今回の震災と重なつていった。同時に「とつさ」の時に親と子がど

うあつたかを想像し、胸が張り裂けそくな思いだつた。

現在、私は高松市でつどいのひろばを核とした子育て支援を行う団体の代表をしている。震災から一週間後、私たちは大型ショッピングセンターでイベントを行うことになつていて。様々な事が自肃され中で、イベントを開催することに迷いはあつた。それでも、私と同じく、どうしたらいいか戸惑い、自分が変わらず、日常生活を過ごしていることに罪悪感さえも感じている人が多くいることを知り、みんなの思いを被災地に届ける企画としての開催を決めた。売上と募金を義捐金に充てると内容を一部変更し、多くの人の思いが集まつた。私は「なにから動きたい」「思いを伝えたい」「できることをもうれしかつた。

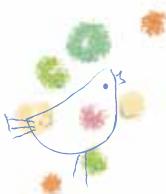
そしてこの日はもう一つ、うれしい出

来事があつた。息子がイベント前夜に突然こう言つたのだ。

「ぼくステージでいいさつがしたい。東北の人たちにできることをぼくもしたい」親としてはびっくりである。彼に大きな舞台で、なにができるのか分からないうが任せてみることにした。

「東日本大震災で、今、たくさん的人が大変な思いをしながら頑張っています。ぼくたちと同じ小学生もつらい思いをしながら頑張っています。ぼくたちはみんなの力をあわせて東北に届けましょうみなさんのご協力、お願いします」メッセージは短いながらも素直で力強いものだつた。私と一緒にひろばをつくり、ひろばで育つた息子は、たくさん的人に支えられ、見守られて成長してきた。そんな彼が人と人のつながりを大切に思い、伝えてくれたことが嬉しかつた。そして同時にその言葉は、未曾有の震災を前に

自分の無力さに嘆き、なにができるかを悩み、葛藤していた私にとって、光の射す方向を教えてくれた気がするのだ。人と人の結びつきのあたたかさを感じられるひろばをつくろうと。人と人が出会い、笑いあえる方向に光は射すのだと。そう思つて、私は今日も活動を続けている。誰かのためではない。「人」を助けられるのは「人」でしかないということを一人でも多くの人たちが感じられる地域を目指して…。



# ダイジヨウブ

近藤 みさき（東京都）

「子どもたちには辛い経験をさせたくない」そう願うのが大人の考え方。

確かに、一日を過ごす中で笑っている時間が多い方がいいに決まっている。でも、笑っているだけの一日を365日送つている人はいない。

3・11の時、園の子どもたちを守ることで精一杯だった。地面の底から地響きが聞こえ、いつ止まることも知れない大きな揺れが続く中で「ダイジヨウブ。ダイジヨウブ」「先生たちが居るから」と。何が大丈夫なのか、本当に大丈夫なのか、大人だってわからない不安の中で、ただ、ダイジヨウブと子どもたちに言い続けて

びにするのだろう。時が流れ、地震ごっこをする子どもは、ほとんど見かけなくなった。ただ、避難訓練を実施すると、とても素早く防災頭巾を被り、避難できる。以前の様にふざけて訓練に参加する子どもたちはいない。

自分の歩んできた道を振り返ってみると、笑っている日より、辛く悲しく泣いている時のほうが印象深い。立ち上がりれないほど泣き、なぜ自分だけこんな経験をしなくちゃならないのかと、人生を悔やみ、もう一度と心の底から笑うことはないと思つたあの日。数十年が経ち、今度は地震にあい、思ったことがある。数年しか生きていらない多くの子どもたちが経験した3・11。起こつてしまつた事は消えてはなくならない。そして、きっと、そんな経験が心を強くする。悔しいけど、子どもたち自身が経験から学び取つたもの。これが子ども自身の心に芽吹き、これか

いた。迎えに来る保護者に安全を祈りながら引き渡した。寒い中で、布団をコタツの様にかけ、迎えに来ていない子どもたちが不安にならない様に必死で笑顔を作つた。ダイジヨウブ。きっとダイジヨウブ。

あの日経験した事は、まるで頭の中にアルバムがある様に一枚ずつシャッターがきられて残つてある。子どもたちもそうであろう。まだ数年しか生きていない中でみんなに恐ろしい経験をしたのは初めてだつたのではないだろうか。

3・11後、地震が遊びになつた。「みんなー、地震がきたー。きやー」と言つて机の下に避難する。大人は思い出したくないから、「地震ごっこなんてやめなさい」と言う。その場は止めても、又別の所で地震ごっこが始まる。その繰り返し。なぜ、子どもたちは地震ごっこをするのだろう。怖かつた、思い出したくない経験を、遊

らの人生を送る中で、自分で辛いハードルも跳べる力となる。

きっとダイジヨウブ。どんなに辛い経験をしても、乗り越えられると信じる心、私が子どもたちに伝える言葉はダイジヨウブ。それしかないのかもしれないと思う。小さい子どもたちだと思っていたら、先日言われた。「ダメなんかじゃない。ダイジヨウブ。何でもできると思えば何でも出来るよ」と。辛く、怖い経験というハードルを越えてきた子どもたちはいつの間にか成長している。



## みゆきさんへ

大橋 愛  
(新潟県)

「ここでいいんですか？」

夏休み目前のあの日、小さな男の子を抱っこして、少し遅れてあなたは部屋に入つて来た。メイクの下の頬が赤らんでいたのは緊張じゃなくて、急いで来たせいでね。この場所はすぐにわかつた？暑い中、よく来てくれたね、避難親子のひろばに。

会つたのはあの日が初めて。私たちマミーズ・ネットが、震災後すぐに上越の避難所に出張ひろばに行つた時も、3・11の想いを語る場でも、あなたに会つたことはなかつた。

・・・今までどうしてたの？小さい

子どもと二人きりになると泣いてばかりいたこと、帰宅した夫に八つ当たりして、申し訳なく思つてゐること。その途端、涙がぽろぽろこぼれたね。あの場にいたみんなも涙をぬぐつていた。私は、あなたのつらさを想つて胸が痛くなつた。でも安心もしたんだよ。だつて、たまたま避難した見知らぬ街で、あなたには涙をこぼせる場所ができたんだから。

しばらくしてこどもセンターに遊びに来たあなたは、すっぴんでにこにこして

子を連れて出かけるところはあつた？こは太平洋側と海の位置が反対だから、方角がわからなくなるでしょ？ママ友はできた？パパの帰りは遅いの？・・・抱いてる子どもを降ろして、お茶を飲んで一息ついてもらうのが先だつたね。

震災からこれまでの日々を、少しはにかみながら話してくれたね。原発に近い街から、とにかく、とりあえず、バスに乗つた。重たいお腹と不安を抱えて。

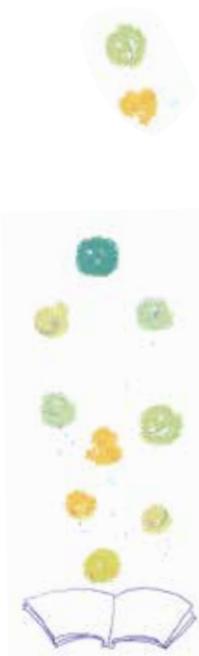
・・・赤ちゃんが生まれてから、大変だつたでしよう？今年の冬は特に雪がかつたから。え？車の免許持つてなかつたの！それじゃあ、身動きが取れなかつたね。

家にこもつていたんだね・・・

聞けばまだ十代。がんばつてるね。よくやつてるよ。あなたは照れてうなづいていたけど、取材の記者が部屋を出たのをきつかけに、自分のことを話し始めた。

いたね。子どもと一緒に行ける美容院は？と聞かれて、地図を書きながら説明した。家から離れてるしちよつと無理かなあと付け加えたら、免許も取つて車にも慣れだし、少しぐらい遠くても大丈夫、となたは言つた。

育つのは子どもばかりじゃない。あなたにあらためて教えられた。大変な思いもきっとするだろうけど、そうしたら顔を見せにきてね。また話を聞かせてね。ここにひろばがあるからね。





## いざという時は、 窓からの脱出もあります

東日本大震災では日立市も震度6強で、市民全般困難な生活を余儀なくされました。当時は、利用者の誘導に夢中でしたが、日立市子どもすくすくセンターでは、日頃の訓練の成果にてスムーズに安全な場所で待機し、次第に停電、信号機も止まったので明るいうちに帰宅して頂きました。写真は、地震を想定した建物から離れた場所への避難訓練の風景です。今後、利用者を守りつつ、地域住民と助け合い、協力連携がとれるよう準備したいと思いました。

本間 淳子（茨城県）



## ひろばの声

3月11日からの数日、余震が続く中、被災地への思いと、この先の不安とが渦巻いていました。一人ひとりの親子が、生きていく長い道のりの一つの給水所である“ひろば”で今できる事… それは親自身の胸の中の思いを吐き出し、語り合う事ではないでしょうか。書き出してもらい貼り出すと「家族、社会を真摯に見つめ直し、子ども達未来世代を力強く支えていく」「皆で力を合わせれば何かが変わっていく！」と母の声で一杯になりました。

かな ちえ子（神奈川県）

## 郡山でわたしができること

まる（福島県）

私は、福島県郡山市の子育て支援団体「プチママン」のスタッフです。東日本大震災のあつた、あの3月11日、ここ郡山でも相当の被害がありました。大きな余震が毎日続き、東電原発事故の余波もある中、一日も早く、みんなが集まれる子育てサロンに戻れるようにと、来られるスタッフが交代で、壊れた遊具や備品を片付けたり、補修できる物の修理などをしていました。食糧が思うように手に入らない状況で、お菓子や野菜を持ち寄つて食べながら作業する日々でした。

少しずつ通信手段が復旧てきて、常連の利用者さんからは近況メールや電話が入るようになりましたが、そのほとんどが「実家に避難します」「引っ越します」という郡山を離れる報告ばかりでした。元々、郡山は転勤族が多く、利用者の8割が県外出身者で、新しい友達作りを目的に利用する親子も多かったので、こういった緊急事態には真っ先に郡山を離れる選択をする方も多かったです。

また一組、今日も一組と郡山を離れる報告が入り、果たしてサロンは再開できるのだろうかという不安に駆られました。その一方で全国のひろばからの応援や義援金などをいただき、それを携えて避難所をまわり、親子のためのプチ広場やお茶会などを

開き、拠点を離れた支援も始めました。どこにいても子育て支援はできる、という思いの一方で、やはりいつも目にしていた子ども達の笑顔が見られないことへの不安は常に片隅にありました。

4月末にサロンを再開したものの、誰も来ない、來ても一、二組の日が続く中で、この郡山で子育て支援を続けていく意味があるのか?サロンを閉めてしまつた方がいいのではないか?何度も自分に自問自答していました。たまに見る子どもの笑顔や、ママがここで不安な気持ちをめいっぱい吐き出して帰つていく姿に、まだ私達サロンのニーズがあると、やる気を奮い立たせることで必死でした。

なかなかモチベーションがあがらない日が続く中、長く実家に一時避難していた常連の姉妹が久しぶりに遊びに来てくれました。3歳と1歳の幼い二人が「せんせい！」と言つて私のところへ駆け寄つてくれました。

サロンはまだ、震災前のような毎日賑やかな子ども達の笑顔であふれる状況には戻つていません。でも、少しずつ、戻ってきたお友達や新しいお友達が増えています。こうした、可愛い笑顔を守るために!ママがいつも笑顔でいられる環境づくりのお手伝いのために!やっぱり私達は頑張るママたちを全力でサポートしていく



## 自分にできること

になま (埼玉県)

当初、このテーマで投稿する資格が私にはないと思いました。しかし、もし私の経験や考え方が少しでも何かの足しになるのならば、と思い書いてみる決意をしました。

私は関東在住で、震源地から離れていて大した実害もありませんでした。直後は、度重なる余震と、店頭から商品がなくなったり、計画停電などの不便さは味わつたものの、被災者の比ではありませんでした。不思議なもので、震災後に家族の安否が確認できるや、本能なのでしょうか、何かをしなくてはという思いに駆られました。

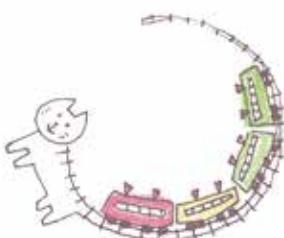
実際、個人でできることなど限られています。レッスンバッグが被災した子どものお腹を満たすだけでなく、その子どもたちの受けた心身の傷を癒せるわけでもないけれど、自分の時間と労力を少しでもその子どもたちの為に分けてあげられる術が、その活動だと思います。バッグを作ることに感謝し、時に、被災地の凄まじい状況に涙しながら作ることもありました。

寒く長い冬が過ぎ、暑く節電の夏も終わるころ、その活動の形態もレッスンバッグ未来の子どもたちの為にも。

だけでなく、多種多様な手作りの物を仮設住宅にお住いの方々にお分けするといふものに変わっていきました。私もこの

頃から、自作をしながら、これは被災地の方々の為だけでなく、いつか起こりうる首都直下型地震で被災するかもしれない自分の子や孫、子孫に宛てて作つていいのだと思うようになりました。この度の震災のように、天災はいつどこで起ころかわかりません。情けは人の為ならずという言葉がありますが、もし、自分の子どもたちが同じような境遇に陥った時、このような支援を受けられたらいいだろうなど…。

この活動も、被災地のニーズにより、先日新たな物資の募集活動を休止しました。寂しいけれど、この活動を通じて、心優しい方たちが日本全国にたくさんいることがわかり、その方たちと一緒に活動できることをとても誇りに思いました。



ました。ほんの少しの募金と、節電と、買い控え。市内にある避難所で救援物資を募集していると聞けば、希望に沿うようなもののかき集めては届けたりしました。

子どもも小さくて、被災地入りはできないけれども、もつと自分にできることはないのだろうかと考えている時、インターネットで被災地の子どものためにレッスンバッグを送る活動があることを知りました。

これからも、できる形で被災地の支援をするのはもちろんですが、自分の身の周りの人達にも、自分にできることをできる範囲でしてあげられたらと思います。未来の子どもたちの為にも。

そして、今後もこの優しさの精神が途切れることなく、鎖のように長く、広く繋がっていくことを信じています。

この活動も、できる形で被災地の支援をするのはもちろんですが、自分の身の周りの人達にも、自分にできることをできる範囲でしてあげられたらと思います。未来の子どもたちの為にも。

# ひとりじゃないよ

永野 美代子（福島県）

震災後、福島では当たり前だと思っていたことが当たり前ではなくなりました。日光を浴びながら風を切って走ること、石を拾つたり砂で遊ぶこと、草の上に座り葉っぱを掌にのせたり野の花を摘むことなどの戸外遊びが制限され、子ども達からたくさんのが貴重な体験を奪つていきました。とても皮肉な事ですが、私たちは大人は、子どもと一緒にのんびりと外を散歩する何でもないことがどんなに素晴らしい豊かな日常だったか初めて気づいたのです。

そんな状況の中、家に籠りがちな親子に「ひとりじゃないよ」と伝えたくて、震災

から2か月後、たんぽぽサロンはオープニングしました。たつた一組でもこの場所を必要してくれる親子がいるかも知れない、スタッフ一人の小さな居場所が民家の二階でスタートしたのです。たくさんの再会や出会いがありました。顔を見るなり泣き出すママもいました。それでも、みんなでお茶を飲みながらおしゃべりしたら笑顔になれました。不安な気持ちを話したママに「私もそうだよ」と声をかける仲間がいました。疲れ切ったママが抱いている赤ちゃんをみんなであやしたり、ミルクを作つてあげたり、おむつを替えたりと「お互い様」と笑いあうママ達の姿もありました。いつもオロオロしている私にも「大丈夫！ひとりじゃないよ」といつの間にか少しずつ仲間が増えてきました。私の方が親子の笑顔から勇気や希望を貰い支えられてきたのだと思います。秋のある日のこと、「風呂敷パラバル」

ンを受け取つてもらえませんか？」と見知らぬ方から電話がかかつてきました。震災後、いち早く手を差し伸べてくれた子育てひろば全国連絡協議会を通じて全国の皆様へ綴つた手紙を読んで、たんぽぽサロンの連絡先を探してくれたそうで嬉しくて涙が出ました。「外遊びが出来ない子ども達が、室内で少しでものびのびと遊べますように」と、横浜市神奈川区のおばあちゃんやお母さん達が風呂敷を持ち寄り縫い合わせてくれた手作りのパラルーン。

今日もママ達みんなで布の端を持って両手を上げると綺麗な布がふわりとひろがります。そこに込められた祈りや願いが、大きな屋根となつて、布の下にいる子ども達を包み込みます。子ども達が「わーい」と歓声をあげるとその姿にママが思わずにつこり。子どもを真ん中に大人がみんなで布を上下に振りながら「歩こう～歩

こう～私は元気♪』と、歌いながら歩きます。ほらっ、ママが笑つて歌つて。その姿に子どもの笑顔がますます輝きます。次は、みんなで「上から下から大風こいゝこい、こい、こい♪」とわらべうたを歌いながら布を揺らします。「がんばれ」の応援の風を私たちは受け取つて、自分達で室内で風を起こしていります。ダイナミックな遊びに子ども達の笑顔が弾け、見守るママ達は涙ぐみながら笑っています。遠くからのエールありがとうございます。これからも私達は、ひとりじゃない。そう信じて歩き続けます。



# 被災地の支援者として出来る「こと

高橋 有香里（宮城県）

震災から一年半が過ぎた。

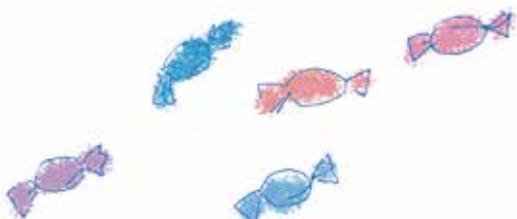
去年は桜の花を見ても、花火を見ても涙がこぼれてきて仕方なかつたが、今年は素直に美しさに感動できる自分を感じ、少しづつ落ち着きを取り戻しつつあることを実感する。

とはいっても、やはり私たちは被災地に住み、多くの大切な人や物を失つた。その現実は変わらないし、そのことはあまりに大きい。震災直後から支援者として「何が出来るか」考え続けてずっと走つてきたけれど、誰かのためというよりも自分のために、悲しみの中に立ち止まらないために走つてきましたように思う。

七夕飾りを作つていると、「七夕まつり」に来てくれた親子のことを思い出し、砂場を見つめ、散歩の途中でベビーカーを押しながら立ち寄つてお喋りしていくた母のことを思い出す。もう会えない子どもたちや母親たちの笑顔が浮かんてくると、自分自身がどのようにこの現実を受けとめれば良いのかと路頭に迷う。だから不意に思い出さないようになつて、一年半を過ごしてきた。思い出す時は受け止めてくれる誰かの前で、泣いても良いと自分が決めた時間だけにした。受け止めてくれる仲間や友人がいたから私には泣く場所があつた。

支援者としての私は、地域の人たちに同様に安心して悲しみを出せる場を作つてこられただろうか。自分が傷つくことを恐れ、悲しみの中にある人に積極的にかかわることにしり込みしてきたのではないか。震災後の支援を振り返り、仲間と共に反省ばかりが頭をよぎる。

しかし、走るペースをスローダウン出来た自分が改めて今、出来る支援を考えている。震災以前のように親たちの話に耳を傾け、居心地の良い空間を作る努力をすること、当たり前のことがだがその当たり前がとても難しく感じた日々だった。まだまだ被災地はすべてが当たり前になる日は遠いと思う。でも自分に出来る当たり前を繰り返すことで、日常をとり戻そうとすることが今の私の「生きる」だと思う。



審査委員からのメッセージ

「子育てひろば0123メッセージ～私の3・11」を通して

おちとよこさん ジャーナリスト・作家  
柴田愛子さん りんごの木子どもクラブ代表・絵本作家  
新沢としひこさん シンガーソングライター  
高野優さん 育児漫画家・絵本作家  
野口比呂美 NPO法人子育てひろば全国連絡協議会副理事長



こちら石川支部元気ですよ！

南相馬で一人頑張る主人への誕生日プレゼント。思いついたのは写真。五ヵ月の娘を長男が抱っこ、次男も三男もちょっぴりすまし顔。震災前は写真がプレゼントなんて思いつかなかった。毎日、生で子どもの成長を見ることができたし、それが当たり前だったから。

仮設住宅に飾られたこの写真。七五三でも入学式でもない、いつもの子ども達、お父さんの誕生日にむけた普段の姿。そこには、今、私たちにとつて一番大切にしたい普通のことが写っています。

泉川みちよ（石川県）

## おちとよこさん

(ジャーナリスト・作家)



あの日から、時間だけは容赦なく過ぎていきます。でもあの日から、一步も前に進めない人たちがたくさんいます。

そんな痛みに揺れながら、耐えながら、悪いながら、だからこそ何かしなくちゃ、伝えなくては、子どもの幸せを守りたい！…と子育てを通して体感したあの日のエピソードや連なる思いを記してくれた作品の数々。いずれも唯一無二、選ぶひとつばかりのけで、

響きあう言葉の通奏低音に圧倒され、胸が熱くなりました。

線量計が手放せない「恐怖の庭」、放射能が引き裂く家族、失われた「普通」の暮らし、妊婦の不安を温かく迎え入れる「里帰りプロジェクト」、子どもたちの「地震ごっこ」への戸惑い、弾まないボールのようだった心が人に温められて弾み出す「子育てひろば」の保温力、避難親子が安心して涙を流せる「場」の力…。

そして何よりも、うなだれた大人を勇気づけてくれた「子どもの笑顔」の素晴らしさ。「るるる」、父の手回し充電の音に合わせ、笑顔で踊る2歳の息子の下りに思わず涙が。この笑顔を、そして子どもたちの未来を守らねば。改めて問われている大人の責任をひしひと感じたのは私だけではないでしょう。これは子どもを愛おしむ眼が真摯に射影した、珠玉の記録集です。



柴田 爰子さん

(りんごの木子どもクラブ代表・絵本作家)

1948年東京生まれ。保育歴40年。東京都の私立幼稚園で10年間幼稚園教諭を経験した後、1982年、「子どもの心により添う」を基本姿勢とした「りんごの木」を発足。以来30年間、子どもと遊び、子どもたちが生み出すさまざまドラマをおとなに伝えながら、子どもとおとなとの気持ちのいい関係づくりをめざしている。実際に子どもにあつたドラマを絵本にしている。保育、講演、執筆、と様々な子ども分野で活動中。

たな思いが寄せられています。

たな思いが寄せられています。

今回の選考は、重く、辛いものでした。皆さん原稿を読みながら何度も涙をぬぐつたことでしょう。

特に福島の方の原稿は、現地の方の実情がわかり、実感が迫ってきました。震災直後、そして現在、未来に及んでの思いが綴られています。このとんでもない災害が、全国に波紋を広げたことは言うまでもありません。その地、その地で、子どもに觸れる方々の震災後の新

まだまだ緊張感の中での子育てが続いているでしょう。みんなからお寄せいただいた原稿や写真は、どれも価値あるものでした。この冊子が皆さん的心を支え、励ましになる事を祈って、選考させていただきました。

ジャーナリスト、作家。介護や医療、教育、育児、暮らし、それにまつわる家族、女性問題を中心に、新聞、雑誌、書籍への執筆のかたわら、講演、テレビ等に出演。国や自治体委員を歴任。主な著書に「私の生き方整理帖」「一人でもだいじょうぶ?」「一人でもだいじょうぶ晴ればれ冬じたく」日本評論社、「入院・介護の〇〇」創元社、「現役世代のための介護手帖」平凡社新書他、「生活図鑑」「料理図鑑」「ただいまお仕事中」福音館書店など絵本、児童書も多数。

## 新沢 としひこさん

(シンガーソングライター)



シンガーソングライター。「元保育者。明治学院大学卒業。神戸親和女子大学客員教授。中部学院大学客員教授。作詞・作曲多数。代表作「世界中のこどもたちが」「にじ」(作曲・中川ひろたか)「さよならほくたちのようちえん(ほいくえん)」(作曲・島筒英夫)など。コンサート、保育士講習会で年間多くのステージをこなす。CD制作・児童文学やエッセイの執筆など多方面で活動中。

2011年3月11日、日本中の人がひとつ大きな体験をしました。東日本の広い範囲で多くの人が被害にあったことに加えて、地震の被害の無かった地域でも、毎日繰り返された地震や津波の被害を伝える報道などで、誰もが意味震災を体験したのです。

あの時、日本のあちこちで、みんないろいろなことを感じ、いろいろなことを考えたのだ、ということを今回のエッセイとフォトたちは教えてくれます。

そして全員が違う体験をし、違う感じ方をし、違う考え方を持ち、違う行動をしているのだけれど、たくさんのエッセイを読み、たくさんの方を見れば見るほど、それはとてもなく大きな一つのことなのだ、というふうに僕には感じられました。

言いたいことがまとまつていつかつたり、つたない表現だったり、写真のピントがぼけているたり、そういうような作品もありましたが、そんなことはあまり関係がなく、全部の応募作品で大きな一つの作品であったろう、と思います。文

集の誌面の都合で全作品を掲載することは出来ませんでしたが、その代表的なものを読むだけでも、その向こう側にあるもっとたくさんのいろいろな思いが伝わってくると思います。

このような作品群の審査をする資格など、自分には無く、ようと思われましたが、貴重なものを読ませていただけて、今はとても良かったです。そして、忘れてはいけないということ、まだまだ自分がやるべきことがたくさんあるということを今一度教えてもらつた審査でした。



高野 優さん

(育児漫画家・絵本作家)



高1・中2・小4の三姉妹の母。NHK教育テレビにて「土よう親じかん」(2000年4月～2009年3月)、「となりの子育て」(2009年4月～2011年3月)の司会を務め、子育てパパ・ママからの支持も厚い。著書は「コドモスクランブル」(講談社)「よつづめの約束」(主婦の友社)等、約40冊。台湾、韓国でも翻訳本が出版されている。講演会では、マンガを描きながら話をするとどうぞ独特なスタイルで、育児に関するテーマが人気。  
<http://www.k4.dion.ne.jp/~alamode/>

ここに繋がっていたのかなと不思議なご縁を感じました。

本という間接的な方法でしか接

まだ落ち着いていないんだろうし、気持ちだって整理できていないはず。そんななか、原稿をお寄せくださいました。みんなさまに、こころから敬意をはらうたいと思います。たくさんの文章と、たくさんの写真。

災について考え、被災された方達へ思いを馳せていることに、うれしさを感じました。

拙著「よつづめの約束」は、震災で大切な方を失ってしまった大きな人や小さな人に読んでいただきなくて作った絵本です。

『つむじときはおもひつきり泣こう。うれしいときはおもひつきり笑おう』。

そんなメッセージを込めたこともあり、今回、審査の仕事をさせていただくなつたて、私の道は

胸がぎゅっと苦しくなつたり、瞼がじーんと熱をおびて重くなつたり、思わずほうつと空を見上げなくなつたり。

揺れ動きながら田を通していくうちに、こんなにも多くの方が震

ここに繋がっていたのかなと不思議なご縁を感じました。

するすべがない私とはちがい、傷ついた子どもを抱きしめて笑わせ、ときには思う存分泣かせるあたたかな手。戸惑いを隠せない母親をゆつたりと見守りつづけるやさしい目。

その手とその目があるかぎり、きっと私たちは何度も立ち上がりれるのかもしません。

## 野口 比呂美

(NPO法人子育てひろば全国連絡協議会副理事長)



山形県寒河江市生まれ。1991年長女を出産後、育児サークルを結成。1998年育児サークルのネットワーク「やまがた育児サークルランド」(2003年NPO法人)を立ち上げ代表に子育てしやすい地域づくりをめざしサークル・NPO・支援・育児情報提供・保育・女性の人材育成・調査研究等の活動を開催している。2002年より山形市で『子育てランドあ〜べ』を運営。東日本大震災後は山形で避難家庭の子育て支援に幅広く取り組む。2006~2010年山形市教育委員。

3月11日は東北に住む私にとって忘れる事のできない一日となりましたが、皆さんから寄せられた作品を見ると多くの皆さんが同じ気持ちなのだと感じました。私はその日、運営している子育てひろば『子育てランドあ〜べ』にいました。停電して非常灯のあかりのなか非常階段をみんなで避難しました。外に出てしまふと雪が降り出しました。一週間のみの休館で再開したのは、余震が続くなか「家で自分と子どもだけで過ごすのは不安です」というたくさんの声があつたからです。

子育てひろばのスタッフさんの作品でも、親子が安心してつながる場というひろばの機能がたくさん語らっていました。それだけでなく、ひろばが起点となって被災地を応援しているこうというメッセージも数多く寄せられ、子育てひろばが多様な力を持つていることを感じました。3月11日の経験からの貴重な証言と提案も寄せられました。生と死の境目に居合わせた方からの「生かされた命をむだにしないで」というメッセージはとても重いものです。

さらに、震災後の原発事故による放射能汚染の問題を抱える地域からは、子育てへの不安な気持ちから親子を迎えていきたいと思います。

## 編集後記



東日本大震災で被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。あの日からもうすぐ2年が経とうとしています。「実は、書きたいと思つたけれど、やっぱりまだ書けなかった」といったメッセージもいただきました。また、送られてきた原稿には、「迷つたけれど、自分の想いを文にしてみてよかつた」「ふりかえる機会になつてよかつた」というメッセージが付いたものもありました。悩みながら書けなかつた方、悩みながら書いてくださつた方、たくさんの皆さまの想いが集まりこの冊子があると思つております。

全国から届いた原稿を通して、被災地からの距離や被害の大小にかかわらず、一つひとつが、その人の3・11であり、心に深く刻んだ事実であることを教えられました。そして、震災後、子育てひろば・支援センターが親子の不安に寄り添い支えとなつてきたことをお分かりいただけたと思います。

この冊子を通して、乳幼児の子育て家庭が、災害弱者として寄る辺なき存在とならないよう、少しでもお役にたてれば幸いです。ひろば全協としても、今後の災害対策や復興施策から「乳幼児家庭への支援の視点」が抜け落ちることのないよう、力を尽くしたいと思います。

最後になりましたが、被災地の皆さまの、一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

## 子育てひろば0123メッセージ～私の3.11

---

平成24年度年賀寄附金配分事業  
平成25年2月発行

発行：NPO 法人子育てひろば全国連絡協議会

〒222-0037 横浜市港北区大倉山3-19-18

TEL : 045-531-2888 / 045-546-9970

FAX : 045-512-4971

E-mail: info@kosodatehiroba.com

<http://kosodatehiroba.com>

表紙イラスト：相野谷由起 本文イラスト：酒井チワ子

編集・デザイン：企業組合 エコ・アド

※本誌の無断コピー、転載を禁じます。



発行 NPO 法人子育てひろば全国連絡協議会