



③ 今日のパパごはん、0点！ 自信作に限って食べず

＝米・ニュージャージー州(筆者撮影)

月1回掲載します。



同道會在政治言語者（ノルマニ）
一稿
＝月1回掲載します。

勧同行休職制度」を使って仕事を休んで渡米した自分の選択を二瞬恨んだし、主夫になりきれてない自分へのいらだちも感じた。

同時に、妻も含めた世の母親たちが育児を通して持つ不満や悩みが、少しばかり分かった気がした。(共 同通信社政治部記者・小西一穂)

「今日のパパごはん、0点!」。5歳の長女は届託のない笑顔で、立ち直りながらなるような言葉を浴びせてくる。3歳の長男には「マクドナルドのハッピーセットが食べたい」と言われてしまつたことも…。連日のご飯作りは、家事の中でも大きな悩みの種だ。

■妻の再調理
料理本やクックパッドを参考に一生懸命作っているが、カボチャの煮物やインゲンのごまあえ、ジャーマンポテト、肉じゃが…自信作と思って出したメニュー。なめ」「切り口は子どもの実に悔しい。子どもに当たるわけにもいかず、妻に教わるものやくなので、育児ブログを参考に「油やしょうゆは少し大で、ついつい食材を大量に買い込み過ぎ、冷凍できてしまふ。そこで、冷凍庫の中の野菜や果物を何回腐らなく使い切るために、妻の再調理して弁当に入れる。弁当のよななものから、ピザやパスタなど豊富な冷凍食品まで、ずらりと陳列棚を埋め尽くしている。家に備え付けている冷蔵庫も、大きめのもので、ついでに食材を大量に買いつぶしきり、冷凍できてしまう。そこで、冷蔵庫の中の野菜や果物を何回腐らなく使い切るために、妻の再調理して弁当に入れる。

東日本大震災以降、子どもの「心のケア」に関するアドバイス冊子を、NPOなど多くの機関が発行している。その大半が無料で、さまざまな事故や災害に応用可能。立場ごとに上手に活用したい。

「心の傷（トラウマ）とストレスはいつの間にか怒りになつてトゲトゲをまき散らすんだー」「これは心からうまれる災害だ!!」。一般社団法人日本ソーシャルセラピストアカデミー（山形市）が昨年、子どもを対象に作った「こころのいろの防災師」の一節だ。

原発事故で避難した子が転校先でいじめられる事態が相次いたが、冊子では災害が原因で生じるいじめや差別を「心の災害」と呼び、それに向き合う

子どもの心癒やすす助けに

震災後充実 アドバイス冊子

事故や災害 応用可能

「防災師」に認定するということは、実際の保育者もの。「これを同法人が各種施設で実演する「防災師教育プログラム」は、復興庁「心の復興事業」に採択された。子どもを預かる立場にどうして貴重な助言となつていい。防災後にいち早く「子どもの心に寄り添つて」を発表した。60歳以上に及ぶ日本ユ



東日本大震災以降に作られた子どもの
「心のケア」に関するアドバイス冊子

NPOのチャイルド・ファンド・ジャパン（東京都杉並区）は、2016年4月の熊本地震後にも複数の冊子を作成している。特に「被災後の子どもの安心のために保育者ができきる」。「いじめないこころの防災師」の詳細は、http://www.cfdjapan.org/0203_600.html 6764。ほかは各公式サイトでダウンロードできる。

「防災師」に認定する「こと」は、実際の保育者もの。これを同法人が各種施設で実演する「防災師育成プログラム」は、復興庁「心の復興事業」に採択された。

震災後にいち早く「子どもの心に寄り添つて」を発行したのはNPO法人キッズドア（東京都中央区）だ。

子どもの赤ちゃんと遊び攻撃動、無気力などに親として「焦らず、諦めず、あがままで接していく大切さを漫画で解説。楽しく「ケア」の知識を深められる。

60ページ以上に及ぶ日本ユーニセフ協会（東京都港区）の「子どもにやさしい空間」ガイドブックは、読者の対象をボランティアや医療従事者、自治体関係者らにまで拡大。避難先の環境改善のため、現場の分析・評価から目標とする空間のデザインへ、運営までを指導する



イラスト・MAYU

不安な入園当初

泣くのは愛された証し



ふくいのマイスター♪

4月、入園・入学した皆さん、おめでとうございます。親子共に出会いや希望が待っていますね。初めての集団生活に踏み出すときは、軽く深呼吸を一つ。
園内には元気な泣き声が聞こえ

ます。住み慣れたおうち、そして大好きな保護者と離れ、心細く涙する子もみられます。入園当初は泣くのは当たり前、大丈夫ですよ。
不安で寂しさを感じるのは、今までたっぷり愛されてきた証し。保育者は「泣きたいだけ泣いていいんだよ」と心に寄り添います。手をつないいで、膝に乗せて抱っこ

す。また、子どもたちの興味や関心のあることを伺いながら、少しずつ遊びに誘います。次第に子どもたちは保育者へ信頼をよせ、園に居場所を見つめ、生活し始めます。

どうぞ、「早く迎えにくるよ。土事行ってきます」と笑顔でお掛けください。笑顔は、周りみなを元気にする魔法があります。

お迎え時は、心配なこ
とも保育者にお聞きくださ
ぢできたかな？ 眼れた
給食は食べたかな？ ほ
しいなことでも情報交換で
安心し、園と家庭の信頼関
わります。
私たちが園を楽しめるよう
お友達や先生を大好きに

なってくれる日を楽しみに待ちま
しょう。『心の準備』として園の
話をしながら、洋服や持ち物など
明日の用意をすると、朝が少しづ
つスムーズになっていくことでし
ょう。

（田中弥生／勝山市・ケイテー保
育園園長、市町幼児教育アドバイ
ザー）