

大阪+知的障害+地域+おもしろい=創造

知の知の知の知

社会福祉法人大阪手をつなぐ育成会 社会政策研究所情報誌通算 3381 号 2016.12.3 発行

過労死のリアル、生徒に伝えたい 弁護士や遺族らが授業 田中章博



朝日新聞 2016年12月3日
「ブラック企業あるある」の事例を学ぶ生徒ら。漫画「ブラックジャックによろしく」(佐藤秀峰氏/漫画 on web)の絵を弁護士が物語に仕立てた=大阪府吹田市の関西大学第一高校

過労死問題にかかわる弁護士や遺族らが、働く人の身を守るルールを高校生らに学んでもらう「出前授業」で教えている。電通の過労自殺事件などが報じられ、生徒や学校も身近な問題として関心を寄せる。

「バレンタインの日の朝、夫にチョコレートを渡し、元気がない姿を見送ったのが最後でした」

11月半ば、大阪府吹田市の関西大学第一高校。全国過労死を考える家族の会代表の寺西笑(えみ)子さん(67)が、20年前に夫(当時49)を亡くした経緯を話し始めると、聴いていた3年生約380人は静まりかえった。

京都市内の外食チェーンの店長だった夫は責任感が強く、「忙しさが腕を育ててくれる」と話していた。達成困難なノルマを課され、年4千時間もの長時間労働とパワハラのため、投身自殺した。「遺族は生きているときに救えなかった自責の念をずっと持ち続け、取り返しがつきません。社会に出る前に正しい知識を身につけ、おかしい働き方には声を上げて」と訴えた。

その後、2人の弁護士が「ブラック企業あるある」と題して漫画を交えて解説。「ノルマがクリアできていないから残業代を払わない。そんな会社の主張が違法だと思う人は手を挙げて」などと問いかけながら、ブラック企業の働かせ方、労働組合の役割や労働時間のルールを説明した。

身近な問題と受け止めた高校生もいた。

自分の身を守るための 五つの合言葉

清水亮宏、富田真平両弁護士の資料などから

- 会社のいうことが全てではない!**
上司のいうことや社内慣習が法律に違反しているときもある
- 諦めない! 自分を責めない!**
諦めると、状況は変わらないし、病んでしまうことも
- 証拠と記録を残す**
普段からの記録は有効。会社の対応も変わる
- 調べる・実践する**
インターネットにも有効な情報はあ
- 専門家に相談する**
おかしい、つらいと感じたら第三者の助言を聞いてみる

体験談基に「防災のヒント」 熊本地震で日建設計ボランティア部が冊子

東京新聞 2016年12月3日

四月に起きた熊本地震の際、実際に役立った備蓄品や避難所の形態など、被災者の体験談から得た防災や避難生活のヒントを大手設計会社「日建設計」(千代田区)の社員有志が冊子にまとめた。熊本県の人気キャラクター「くまモン」を表紙に配し、被災者が何に困

り、どう行動したかを漫画を交えて紹介。手に取った人が自分の事として考え、備えてもらえるように工夫した。（奥野斐）

熊本地震の被災者の体験談を基に冊子をまとめた梅中美緒さん（左）と西勇さん＝千代田区で

冊子は「熊本地震の体験談から学ぶ 防災ヒントブック」（A5判、十三ページ）。同社の「ボランティア部」のメンバーが、熊本地震の一カ月後から現地を数回訪れ、約五十人に聞き取りして作成した。

避難場所、必要なもの、災害時の連絡方法、助ける側の心得—の四つのテーマごとに、説明文と合わせて、体験談を基にした架空のストーリーを漫画にして掲載。中心メンバーで、現地調査と漫画、イラストの担当をした一級建築士の梅中美緒さん（34）は「網羅的なマニュアルでもインタビュー集でもない、簡潔で、内容に共感してもらえるような冊子を目指した」と話す。



同じくメンバーで一級建築士の西勇さん（35）は体験談を聞き、「地震後二、三日の安全確保が難しいと感じた」と話す。冊子では、介護する高齢者がいて避難所に行かなかった人が、道の駅や車中泊を経て、自宅庭でのテント泊に落ち着いた事例を紹介。備品に関しては、家族らに知らせるため避難時に玄関に張る「無事」と書いた紙や、防寒具、運動靴があると良かったとの声を載せた。

また、企業や商店は、支援の内容や業務再開のタイミングなどを組織の内部で誰が判断するのかを事前に決めておく必要があると指摘している。

ボランティア部は東日本大震災後に発足。約三十人の社員が参加し、東北では行政の復興計画を住民に解説する勉強会を開いたり、被災状況の模型や避難地図を作ったりするなど、街づくりや建築の専門知識を生かした支援をしてきた。

熊本地震では今回の冊子が初の情報発信で、今後は被災した子連れの家族や病気の人、障害者ら避難弱者の話をもとめた第二弾を計画している。

冊子は六千部作成し、希望者には送付する。同社のホームページからダウンロードもできる。問い合わせは、平日午前九時十分～午後五時に同社広報室＝電03（5226）3030（代）＝へ。

柔道 知的障害者が黒帯 魅力は「技が決まった時の爽快感」

毎日新聞 2016年12月3日

大阪府枚方市の会社員 10回目のチャレンジで初段に

軽度の知的障害がある大阪府枚方市の会社員、池田祐一さん（47）が、10月にあった府柔道連盟の昇段試合で2勝し、10回目のチャレンジで初段になった。昇段試合は知的障害者にもハンディはなく、段位を取得するのは珍しいという。有段者が締める黒帯姿の池田さんは、柔道の魅力を「技が決まったときの爽快感」と話し、二段を目指して稽古（けいこ）に汗を流している。

池田さんは2011年、社会福祉法人わらしべ会（枚方市）の事業所で就労支援を受けながら柔道教室に通い始めた。同会は、開設者の医師、故村井正直さんが脳性まひ児の機能向上に柔道を取り入れたのを始まりに柔道療育に力を入れ、発達障害者と軽度知的障害者の体力向上と余暇支援策として10年に柔道教室を開いた。

稽古は毎週土曜日に邦人が運営するわらしべ園の柔道場であり、約10人の障害者が参加している。「柔道上達の秘訣（ひけつ）」を唱和した後、柔軟体操、受け身の練習、技の練習と進み、乱取りで締めくくる約1時間。身長170センチ、体重105キログラムの池田さんも息を切らせ、汗びっしょりだ。

初段の昇段試合は、指導の同会事務長、辻和也さん（49）の勧めで昨年2月から挑戦。

勝った場合に獲得する点数制で、10月～今年5月には5連敗するなど足踏みが続いたが、10月9日の最初の試合で昇段に王手をかけ、その日の3戦目、相手が投げてきたところを返し技で一本勝ちして昇段を決めた。

府柔道連盟は、知的障害者の昇段に関するデータは取っていないとしながら、池田さんの昇段を「年齢も高いのに、すばらしい」と評価。辻さんも「集中力が持続するようになった。あきらめずに続けてよかった」とたたえる。

現在、フォークリフトで食品の積み込み作業に従事している池田さんは「会社の人も喜んでくれた。練習を続けて、力がつけば二段にも挑戦したい」と話している。【新土居仁昌】

「世界の障害者100人」選出へ 日本財団とユネスコ 朝日新聞 2016年12月3日

日本財団とユネスコ（国連教育科学文化機関、本部＝パリ）は、2020年の東京パラリンピックに向けて「世界の傑出した障害者100人」を選出新たな事業を始めることで合意した。政治、経済、社会など各分野での活躍ぶりを詳しく発信して理解を深めていきたいとしている。

専門家らがつくる選定基準を元に、17～18年にかけて100人を決定。20年には選ばれた人たちを日本に招いて「サミット」を開き、より暮らしやすい社会への制度的な改善点などを論議。世界に向けた政策的な提言をまとめることを目指している。

また、ユネスコは20年に歌やダンス、演劇など舞台芸術で活躍する障害者が集う初の世界規模の芸術祭を日本で開催し、日本財団も共催する。それに先立ち、18年にはシンガポールでアジア障害者芸術祭を開催、約30カ国から40グループが参加する予定という。

日本財団が障害者支援に力を入れているミャンマーでは、情報通信技術に特化した職業訓練学校を17年6月に開校し、米マイクロソフトも技術支援することになった。（編集委員・市川速水）

技能五輪・アビリンピックの奈良県代表7選手、副知事に入賞報告

産経新聞 2016年12月3日

10月に山形県で開催された「技能五輪全国大会」と「全国障害者技能競技大会（アビリンピック）」で入賞した県代表の7選手が浪越照雄副知事を表敬訪問し、成果を報告した。

両大会は、ものづくり産業を担う若手技能者の育成や、障害者の社会参画を目的に毎年開催されている。技能五輪では、「美容」部門で橿原美容専門学校2年の福西幸樹さん（19）＝橿原市＝が銅賞、同校2年の玉置歩乃佳さん（19）＝桜井市＝が敢闘賞を受賞。「造園」部門ではペアで出場したいずれも県立磯城野高校3年の前川航平さん（18）＝安堵町＝と松永拓也さん（18）＝大和郡山市＝が銀賞。「和裁」部門では、大原和服専門学園3年の桐山志穂さん（23）＝奈良市＝と、同学園4年の三品綾希乃さん（22）＝奈良市＝がそれぞれ銅賞に選ばれた。

また、アビリンピックでは、県立高等養護学校2年、團孝（だんこう）明音さん（16）＝香芝市＝が、掃除の手際よさや仕上がり状態を競う「ビルクリーニング」部門で、銀賞を受賞した。

7人はそれぞれ、受賞メダルや作品を持参し、受賞の喜びを語った。「造園」部門で石積みを担当したという前川さんは、「使用した山形県の最上石は自然石なので加工しなければならず、水平に積んでいくのが難しかった。銀賞に選ばれた達成感に感動しました」と笑顔で話していた。

福祉医療費 医師や患者ら「負担増反対」共に訴え 「受診の権利奪う」 /大阪

毎日新聞 2016年12月3日

高齢者や障害者、一人親家庭などの経済的負担を軽減する福祉医療費助成制度で、府が患者負担額引き上げを検討していることに対し、府保険医協会などは2日、見直し反対の共同アピールをした。医師や助成を受ける患者らが府庁で会見し、負担額引き上げは受診の権利を奪うとして、制度の拡大と拡充を求めた。

ラジコンに筆、描くアートは命の活動 大阪の障害者施設 朝日新聞 2016年12月3日
筆が付いた無限軌道車を無線操縦で走らせ、紙に絵を描く吉永剛史さん＝大阪市住之江区西加賀屋3丁目



大阪市住之江区の障害者通所施設「デーセンターいるか」が、無線操縦の小さな無限軌道車の後部に筆を取り付け、紙



上を走らせて絵を描く「ラジコンアート」に取り組んでいる。ゆっくりと動かせば絵の具がたっぷりのり、速く走らせればかすれ気味になる。表現は自由自在だ。

電池式の無限軌道車は縦40センチ、横30センチ、高さ20センチほどで、後部に筆が取り付けられている。前後左右の方向や速度を手元で調整する無線の操作機は、障害の程度に応じてレバー式とボタン式が選べる。描き手は補助者にスタート位置や向き、絵の具の色や量、筆の太さを指示する。途中で使う絵の具や筆を替えながら作品を仕上げている。

車いすに乗った吉永剛史さん(33)＝大阪市住之江区＝は、10年ほど前から取り組むベテランで、これまで約100作品を仕上げてきた。勢いのある線や、無限軌道の跡を模様として生かす独特の手法が評価され、これまで5点が1万～5万円で個人収集家らに売れた。吉永さんは「作品ができあがっていくのが楽しい。見た人に褒められるとうれしい」と話す。

施設代表で芸術家の伊原セイチさん(56)は「ラジコンアートは命の啓発活動」と位置づける。障害者は思い通りの作品を完成させることで達成感を得られ、伸びやかな作品は鑑賞者の心を揺さぶるからだ。

きっかけは施設に通っていたある男性の死だった。

1996年から車いすに通っていた吉見有平さんは、脳性まひで体をうまく動かせなかったが、全身を使って紙とペンで絵を描いたり、無線操縦の玩具で楽しんだりして毎日を快活に過ごし、皆の人気者だった。だが98年1月、肺炎で20歳の若さで急逝した。

吉見さんをしのぶ日々を過ごしていた伊原さんは翌春、「好きな無線操縦装置で絵が描けたら吉見君も喜んだらろうな」と思いついた。

絵を描く紙の周囲を木枠で囲って無限軌道車の動く範囲を制限し、色を補助者に指示しやすいように色彩一覧表を作るなどの工夫や改良を重ね、2002年から通所者に動かし方を指南。現在は吉永さんら約10人が取り組んでいる。

伊原さんは「障害があっても絵を描くことを楽しみ、生きがいを持てる人が増えてほしい」と広く参加を呼びかけている。問い合わせと見学はデーセンターいるか(06・6685・2135)。(吉川喬)

障害者アートの祭典前に 表現の喜び、奏でる風鈴 名古屋できょうから /愛知

毎日新聞 2016年12月3日

障害者アートの祭典「第16回全国障害者芸術・文化祭あいち大会」が開幕するのを前に、主会場となる名古屋市東区の愛知芸術文化センターでは3日、美術・文芸作品展の一部が始まる。本番は9～11日、同市栄地区6会場で開かれる。障害を持つ人たちの感性が紡ぎ出す美術や文芸、舞台など、バラエティーに富んだ芸術表現が展開される。

県障スポ協会設立へ いわて大会の遺産継承

岩手日報 2016年12月3日

県内の障害者団体関係者らは、県内の障害者スポーツ振興を担う全県組織「県障がい者スポーツ協会」の設立に向け動きだしている。本年度内の設立を目指し、年明けにも関係団体で具体的な協議を始める。10月に開催された本県初の全国障害者スポーツ大会（希望郷いわて大会）を契機とした選手層の広がりや関係者間の連携を次世代につなげる役割を担い、選手育成や練習環境の整備、障害者スポーツの魅力発信を推進する。

県障がい者スポーツ協会は県身体障害者福祉協会や県手をつなぐ育成会、県精神保健福祉連合会など県障がい者社会参加推進協議会の構成団体を中心に組織し、指導者団体や競技団体の参加も見込む。当初は設立までに要する期間が短い一般社団法人として設立し、来年度以降、NPO法人への移行を目指す。

全国障害者スポーツ大会への選手派遣など本県の障害者スポーツ振興は、県が設置する県障がい者社会参加推進センターが担ってきた。県から独立した組織となることで、県の委託事業にとどまらない活動展開を目指す。障害者スポーツの普及・啓発活動などのほか、2020年の東京パラリンピックなどを見据えたトップアスリートの育成も視野に入れる。

10月の全国障害者スポーツ大会で県選手団長を務めた同センターの藤井公博センター長は「障害者スポーツが注目されたいわて大会のレガシー（遺産）を次世代につなげなければならない。協会設立により、選手発掘や体験の場の創出など、より積極的に取り組んでいきたい」と力を込める。

音別の障害者施設、シイタケ全道1位 台風被害乗り越え生産

北海道新聞 2016年12月3日

北海道きのこ品評会で最高賞の林野庁長官賞を受賞したワークセンター音別のシイタケと通所者

札幌市内で11月8日に開かれた第13回北海道きのこ品評会（北海道きのこ生産・消費振興会主催）で、知的障害者の就労継続支援事業所「ワークセンター音別」（釧路市音別町）のシイタケが、菌床生シイタケ部門で全道1位に当たる林野庁長官賞を受賞した。初の頂点に通所者や指導員が喜んでいる。



品評会には道内各地から菌床生シイタケ56

点を含む98点が出品された。ワークセンター音別のシイタケは色合いや、かさの形など出来栄が良く、最も高い評価を得た。

ワークセンター音別は1999年からシイタケ栽培を始めた。ハウス内の棚に菌床を並べ、年間約30トンを生産。品質を維持するため、湿度を80～90%、室温を20度程度に保つなど、こまめな管理に気を配っている。現在は通所者23人、指導員6人が生産に携わり、釧路市内のコープさっぽろ各店などで280グラム入り350円程度で販売している。

一昨年、キノコ生産者でつくる全国サンマッシュ生産協議会（栃木県壬生（みぶ）町）主催の品評会で全国一に輝いたことがあるが、北海道きのこ品評会では過去5回の参加で昨年の2位が最高だった。8月以降相次いだ台風の上陸・接近でハウスを覆うビニールが破れ、通所者や指導者が修理に追われながら生産を続けた。

それだけに受賞の喜びはひとときわ大きい。指導員の松倉武嗣（たけし）さん（23）は「みんなの協力で取れた賞。今後も品質を落とさないようにしたい」と話している。（村上辰徳）

ビール飲んで寄付 今冬も 3県1800店参加

読売新聞 2016年12月03日

キックオフイベントで参加者と乾杯する吉見投手（左）

◆1リットル1円、子ども支援へ 中日・吉見投手も乾杯

ビールを飲むことが寄付になる――。公益財団法人と酒類販売会社が行う「カンパイチャリティキャンペーン」が、2年目のこの冬も始まった。昨年は420万リットル分の寄付が集まっており、これからの忘年会や新年会のシーズン、気軽に参加できるチャリティーとして注目を集めそうだ。（田上幸広）

このキャンペーンは「あいちコミュニティ財団」と春日井市の酒類食品業務用販売会社「マルト水谷」が昨年からはじめた。同社と取引がある飲食店に参加してもらい、各店で注文された生ビール1リットルにつき1円を、同社が「あいち・なごや子どもとつくる基金」などに寄付する仕組み。昨年12月から今年3月までの初回は、約420万円の寄付額に上った。

1日夜には今年度のキックオフイベントが名古屋・金山のレストランで行われ、チャリティー活動に熱心なプロ野球・中日ドラゴンズの吉見一起投手がゲスト参加し、約60人の参加者とともに乾杯した。

イベントでは、同基金から助成を受けている、長期入院している子供たちをバルーンアートで励ましたり、貧しい子どもに食事を提供したりしているNPO法人の活動が紹介された。

また吉見投手もマイクを握り、使えなくなったボールを集めて障害者就労支援施設に修繕を依頼し、それを購入して少年野球チームに寄付する自身が取り組んでいるチャリティー活動について説明した。

同社の杉浦元嗣営業・商品開発部長は「今回もたくさん飲んでいただいて、たくさん寄付できればいい」と話した。期間は来年3月末までで、愛知・岐阜・三重の3県で約1800店が参加している。

参加店はキャンペーンのホームページ (<http://kanpai.aichi-community.jp/>)で確認できる。



本とゆったり自由時間 香川・三木の生涯学習施設にブックカフェ

産経新聞 2016年12月3日

香川県三木町の生涯学習施設「サンサン館みき」に、本を読みながら自由な時間が過ぎせるブックカフェ「サン・カフェ」がオープンした。同館を管理している三木町健康生きがい財団と町が共同企画する。飲食自由で、住民がお気に入りの本を寄贈する官民連携の試み。幅広い世代の憩いの場として期待が高まっている。

町独自の住民参加会議「百眼百考（ひゃくがんひゃっこう）会議」で、地域に職場や家庭ではない第3の居場所を作ろうという声があがったのが始まり。昨年11月に財団と町

職員約10人からなるプロジェクトチームを立ち上げ、年間約11万人が来場しながら、これまで有効利用ができていなかった同館のエントランスホールの一角にブックカフェを作ることになった。

カフェスペースは約240平方メートル、冷たい印象だった石張り床にカーペットを敷き、家具調のソファとイスを30席設けた。

午前11時から午後4時半までは、障害者就労支援施設「あじさい」（高松市春日町）の施設利用者がオーガニックの野菜を使った弁当などを販売する。

現在カフェには、雑誌や書籍、絵本など約50冊が置いてあるが、今後は住民から思いのこもった「私のお気に入りの本」を持ち込んでもらい本棚に並べる予定。思い入れのある本であればジャンルは問わず、町外からの寄贈も歓迎。持参した際には、本への思いをメッセージカードに記入してもらおう。随時、同館で受け付けている。

財団の植松恵子副理事長は「本を募り、緑を置くなど、全てはこれから。軌道に乗るまでは時間がかかるかもしれないが、企業のレベルを超えられる品質のカフェになるように努力をしたい」と話している。

同館のパソコン教室で講師をしている高松市の菅瑛祐子さん（51）は「ホールにキラキラと注ぐ日差しが好き。ゆっくり食事をする場所ができてうれしい」とカフェタイムを楽しんでいた。

ブックカフェの利用時間は午前9時から午後10時（日曜は午後7時まで）。火曜は休館。コーヒーは住民が気軽に利用できるようにと一杯100円。

「ワンオペ育児」私のことだ 夫不在、助けなく破綻寸前

朝日新聞 2016年12月3日



「ワンオペ育児」私のことだ

「ワンオペ育児」。母親たちの間で、そんな言葉が広まりつつあります。牛井店などで従業員1人が全ての業務を切り盛りすることで問題になった「ワンオペ（ワンオペレーション）」が語源で、育児や家事を1人で担い、破綻（はたん）寸前の状況をあてはめています。背景にあるものは。

「遅くなります」。夕方、夫からメールが届く。2歳の娘がいる中国地方

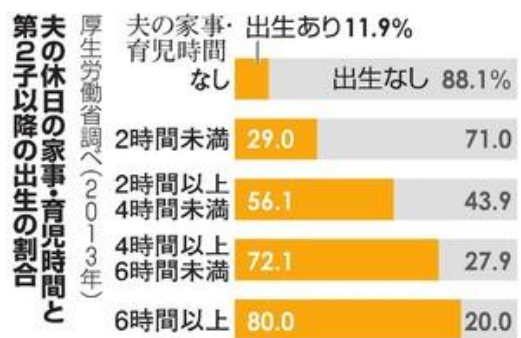
の主婦（31）の心はしぼむ。

不妊治療を経て出産。「待ち望んだ子だから何があっても大丈夫」と思っていたが、母乳育児でつまづいた。何をしても泣きやまない娘を布団に置き、ベランダで泣いたこともあった。

周囲に子どもは少なく、気軽に相談できる友人もいない。「娘がかわいいから頑張れる」と言う残業続きの夫に悩みを打ち明けられず、「専業主婦だから家事も育児も頑張らなきゃ」と思い詰めた。車で2時間の実家に帰ると「ここで子育てできたら」と思うこともあるが、夫も娘の顔を見るのを楽しみに働いている。「ワンオペ育児でつらい」。ブログにつづった。

何をやる気力もなくなり、9月に心療内科へ。医師から「昔は祖父母や近所の人ら、たくさんの人で子育てをしていた。母親1人でやるのはとても大変。もっと周りを頼って」と助言され、一時保育を利用して、少し楽になった。

「ワンオペ育児」という言葉がツイッターなどで広まっている。背景には、ひとり親や単身赴任の家庭が増えているほか、長時間労働で夫が不在がちのため、妻が実質的に1人



で育児と家事を担わざるを得ない事情もあるという。

■「このままだとおかしく」

東京都品川区の女性（34）はツイッターでこの言葉を見つけ、「私のことだ」と思った。フリーランスでウェブ系の仕事をしているが、4月の出産後に生活は一変。泣く子をなだめながら、ご飯をかき込み、お風呂にもゆっくり入れない日々が続いた。

IT企業で働く夫は深夜までの残業が日常。自身もかつては同じように働き、出産2週間前まで働いただけに、気持ちはわかる。夫に気を遣って別々の部屋で寝ていると、「気付かないうちに子どもに何かあったら」と思うと気が張って眠れなくなった。土日は同僚が出勤しても夫は休みを取ってくれる。でも、生活が激変した自分との違いに不公平感が募った。子どもをかわいいと思えず生後1カ月の時、「このままだとおかしくなる」と実家へ。専業主婦の母は「男の人はそういうもの。期待しちゃだめ」と、かみ合わない。友人にも話しづらく、ツイッターだけがはげ口だった。

7月からベビーシッターを頼み、在宅で仕事を再開。「お座りが上手になりましたね」と日々の成長を喜び合える相手ができることが救いだ。「でなかったら、ストレスで爆発してたかも」。

子育て世帯の生活調査をしている藤田結子・明治大教授（社会学）は「1人で家事と育児、人によっては仕事も担う状況は、休みなく働かされるブラック企業並み。『ワンオペ育児』にはそのニュアンスが含まれ、共感につながっているのでは」と指摘する。

総務省の社会生活基本調査（2011年）によると、家事関連に使われる時間は、女性の平均1日3時間35分に対し、男性はわずか42分だった。女性の社会進出が進んでも、家事の大半を女性が担う状況は変わらない。厚生労働省の調査では、男性の休日の家事・育児時間が長い夫婦ほど第2子を持つ傾向があり、男性の協力の度合いが影響していることがうかがえる。

■つらい思い、伝えて改善も

働き方も絡む問題だけに、解決策は見えづらい。一方、夫と話し合い、状況が改善した人もいる。

小4と5歳の息子がいる宇都宮市の編集者の女性（38）は長男が3歳の頃、夫が中国に単身赴任した。元々家事には協力的でなく、「いなくても同じ」と思っていたが、次男が生まれると限界が来た。

午後5時に退社し、学童保育と保育園を回って2人を引き取り、買い物と夕食を済ませ、お風呂に入れ、寝かしつけるともう午後10時過ぎ。子どもたちより先に寝てしまうこともあり、持ち帰った仕事があれば、午前4時に起きてした。次男が風邪をこじらせ入院しても付き添いができず、次男を抱っこして階段から落ちて尾てい骨を折った時は湿布を貼って乗り切った。

「このままでは無理」と、夫にイクメンに関する新聞記事を見せて説得。「うちはほぼ母子家庭」と言うとムッとした夫も、「ワンオペ育児」という言葉は抵抗なく受け入れた。昨春、単身赴任先から戻ると、週2回は保育園のお迎えや夕食作りをしてくれるようになった。

次男を夫に預け、長男と図書館へ行った。「健康で文化を楽しめる生活になった」。喜びをかみしめた。（仲村和代）

月刊情報誌「太陽の子」、隔月本人新聞「青空新聞」、社内誌「つなぐちゃんベクトル」、ネット情報「たまにブログ」も

