

## くらしナビ ◆ ライフスタイル

幸せだったよ

姪は若くしてリウマチを患い、心臓や肺を悪くして職場で倒れた。肺が真っ白になつて10年は持たないかもしれないとも言われた。それがいい葉のおかげで元気になり、婚約者まで見つけて来た。お互い晩婚で、2人とも結婚はあるからめいたと聞いている。彼は沖縄出身で体格が良く、食べっぷりも頗もしかった。口数は少なく、老母の車の乗り降りの際はそばでそっと見守っていてくれる。とてもやさしい男性だ。

女めの気持ち

2014.3.4

つた。

一緒に歩く時は、いつも手をつないでいた2人。文字通り仲良く寄りそつて暮らしていた。

ところが2人で姪の誕生日を祝ったその日、彼はくも膜下出血で倒れ、意識が戻らぬまま帰らぬ人となってしまった。

あんなに優しくてまだ44歳という若さなのに、これでいく人生があったはずなのに。彼は姪を1人残して、あっけなく逝ってしまう。

「彼は姪と結婚して4年と数カ月、幸せだったよ」本当にそうと思う。

福岡県桂川町・自営業  
西田 千草・62歳

## 食卓の一品

## 玄米と大根のきんぴら

1人前171キロ、塩分2.0g

玄米が香ばしくプチプチの食感が楽しい。

『主な材料』（2人分）発芽玄米カップ1/4△大根長さ5cm分△ごま油大さじ1△トウバンジャン小さじ1/2△紹興酒大さじ2△ナンブラー大さじ1  
『作り方』①発芽玄米は両手で擦り合わせるようにサッと洗い、沸騰水

ゆで、湯を切る。  
②大根は厚めに皮をむき、7ミリ角の棒状に切る。  
③フライパンを中火にかけてごま油を熱し、①を炒めて油をなじませる。②を加えてサツと炒め、トウバンジャンを加えてなじませる。紹興酒を加えアルコール分が飛んだら、仕上げにナンブラーを加える。



●地域住民や有志が整備した「すりぎす公園」。夢中で遊ぶ中で子どもは成長し、心の傷を癒やす。NPO法人・日本冒険遊び場づくり協会がのこぎりやロープなど遊び道具を満載して被災地を回っている「あそぼっかー」=仙台市で



た。姪の悲しみようは見てられないほどだった。葬儀の日、姪が私に言った。「彼との生活は本当に幸せだった。私はいつも甘えていた。彼は幸せだったろうか?」うまく言葉を返すことができなかつた私が、こんなことを姪が言っていたとお話しを続けると、夫は間髪を入れずに断言した。「彼は姪と結婚して4年本当にそうと思う。

「公園に行きたい!」とはしゃぐ惣良君は、吉山さんと100mほど道を下った「すりぎす公園」に向かった。珍しく積もつた雪に興奮気味の惣良君は、定規

公園が津波で使えなくなつたり、校庭などの広場が仮設住宅や駐車場になった。子どもたちが遊び場を失つた子どもたちが、被災地には今も大勢いる。一方、目の前に広大な津波浸水域が出現し、壊れたコンクリートや浄化槽がむき出しの場所で子どもたちが鬼ごっこを始めるなど、遊びの場は危険にさらされてもいる。

狭い仮設住宅の中で周囲に気兼ねし、我慢を強いられた「すりぎす公園」で我慢の課題をする。仮設住宅で我慢しき寄せられる。平日は近くの仮設住宅に住む子どもたちが多く訪れ、週末は親の車の送迎で遠方から遊びに来る子や中学生もいる。過ごし

ハウスには月々土曜日の朝から夕方まで、誰でも立ち寄れる。平日は近くの仮設住宅に住む子どもたちが送迎で遠方から遊びに来る子や中学生もいる。過ごし

「すりぎす公園」は、津波で父親と祖父を亡くした。それでも避難所で暮らしていた頃は、ボランティアの若者たちが遊び相手になつてくれるので、気を紛らわすことができた。

## 心の傷「遊び」で癒やす

「こども夢ハウスおおつち」と書かれた看板がある岩手県大槌町の民家。2月中旬の午後、小学1年生の久保惣良君（7）が遊びに来た。約3キロ離れた別の学区からマイカーで惣良君を連れてきた母親は、管理人の吉山周作さん（28）に「出勤しなきゃいけなくて」と伝えた。急いで車に戻つていった。

「公園に行きたい！」と

はしゃぐ惣良君は、吉山さんと100mほど道を下つた「すりぎす公園」に向かった。珍しく積もつた雪に興奮気味の惣良君は、定規

公園が津波で使えなくなつたり、校庭などの広場が仮設住宅や駐車場になった。子どもたちが遊び場を失つた子どもたちが、被災地には今も大勢いる。一方、目の前に広大な津波浸水域が出現し、壊れたコンクリートや浄化槽がむき出しの場所で子どもたちが鬼ごっこを始めるなど、遊びの場は危険にさらされてもいる。

狭い仮設住宅の中で周囲に気兼ねし、我慢を強いられた「すりぎす公園」で我慢の課題をする。

「すりぎす公園」は、津波で父親と祖父を亡くした。それでも避難所で暮らしていた頃は、ボランティアの若者たちが遊び相手になつてくれるので、気を紛らわすことができた。

「いつも父親に『高い高い』をしてもらっていたのが、日々、日常にボランティアがいたのは最初の1年だけ。震災の約5カ月後、母子は避難所から仮設住宅に移ったが、この頃から地元での生活再建をあきらめ、町を離れる親子が急増した。タツヤ君が自由に行き来できる範囲に、同級生の母親（40）は振り返る。

「子どもが遊びていない現状は、被災地に限らない。震災被害で顕著になつただけ。被災地の遊びを支援してくれるよう、自由な遊びが楽しめる。」「子どもが遊べていない現状は、被災地に限らない。震災被害で顕著になつただけ。被災地の遊びを支援してくれるよう、自由な遊びが楽しめる。」「子どもが遊べていなくていい課題が顕在化した子どもの現状から、子どものとも見える。被災地の子どもの現状から、子どもの時間や主体性を取り戻せることで、縮こまつて遊ぶ子どもの姿は、全国共通どころで違ない。近隣住民にはほぼ遠い。」「子どもがうるさい」と言われる。大人の過剰な抑制が禁じられ、自由な遊びと工事が始まるまでの約40ヵ月。遊び場は、協会が把握しているだけで約40ヵ所。広いエリアを考えれば、全

明日を育む  
東日本大震災 3年

①

の剣とソリの盾を手に、吉山さんに勝負を挑む。雪原が2人の足跡だけになつた頃、近くの学校に通う子どもたちがハウスにやつてきただ。

遠くに海が見えた。海から公園までの約500㍍に津波被害でほとんど何もない。近くに傾いた鳥居が残っていた。

「子どもたちが遊びを通じて、普段口にできない思いを発散できる場を作ろう」。そんな思いから昨年、夢ハウスとすりぎす公園は誕生した。社会福祉法人「夢のみずみ村」（本部・山口市）が借り上げた民家を使い、4月にまずハウスが誕生。半年後、同村のメンバーや地域住民らが公園を整備した。公園の名前には「すり傷を作るぐらい思う存分はね回ってほしい」との願いが込められている。

ハウスには月々土曜日の朝から夕方まで、誰でも立ち寄れる。平日は近くの仮設住宅に住む子どもたちが多くの訪問、週末は親の車の送迎で遠方から遊びに来る子や中学生もいる。過ごし

た。姪の悲しみようは見てられないほどだった。葬儀の日、姪が私に言った。「彼との生活は本当に幸せだった。私はいつも甘えていた。彼は幸せだったろうか?」うまく言葉を返すことができなかつた私が、こんなことを姪が言っていたとお話しを続けると、夫は間髪を入れずに断言した。「彼は姪と結婚して4年本当にそうと思う。

## 岩手・大槌 思い発散する場 住民ら手づくり

近づく仮設住宅から夢ハウスに遊びに来るタツヤ君（7）=仮名は、津波で父親と祖父を亡くした。それでも避難所で暮らしていた頃は、ボランティアの若者たちが遊び相手になつてくれたので、氣を紛らわすこともできた。

「いつも父親に『高い高い』をしてもらっていたのが、日々、日常にボランティアがいたのは最初の1年だけ。震災の約5カ月後、母子は避難所から仮設住宅に移つたが、この頃から地元での生活再建をあきらめ、町を離れる親子が急増した。タツヤ君が自由に行き来できる範囲に、同級生の母親（40）は振り返る。

「子どもが遊びていない現状は、被災地に限らない。震災被害で顕著になつただけ。被災地の遊びを支援してくれるよう、自由な遊びが楽しめる。」「子どもが遊べていなくていい課題が顕在化した子どもの現状から、子どもの時間や主体性を取り戻せることで、縮こまつて遊ぶ子どもの姿は、全国共通どころで違ない。近隣住民にはほぼ遠い。」「子どもがうるさい」と言われる。大人の過剰な抑制が禁じられ、自由な遊びと工事が始まるまでの約40ヵ月。遊び場は、協会が把握しているだけで約40ヵ所。広いエリアを考えれば、全

要です

【田村佳子、写真も】