

お会いして話をし、身を寄せられるお部屋があるので今から見に行きましようとなり、その日のうちに頼ることができ力強い味方と逃げられる場所を見つけることができ数日後に私は娘とペットを連れて夫の元から脱出しました。脱出後即、現地の福祉課に行きましたが職員から”状況が特殊だ”と言われなかなか生活保護の申請書を渡されなくて時間がかかりかかりました。その時も、気の弱い私1人では追いつかれないだけだったと思いますが、寺内さんが力強くサポートしてくださりなんとか無事申請書を書くことができて2週間後無事保護が決定しました。

ここまで、私だけの力では何もできませんでした。食料品や脱出費用、サポーターさん達のご寄付を有効に使いバリバリと助けに走る寺内代表、優しく母親のように相談に乗ってくださる亀岡理事。私のように悩んでいるママ達には本当に必要な存在ですし力強過ぎて感動しました。

今は引っ越し先も決まり新しい場所での生活を始めていますが、スペシャル BOX や子供の新しい靴や家電等サポーターさんからいただいた物で力を貰いながら生活をしています。1人で子育てしていけるのかずっと不安でしたが、大阪シンママ応援団の皆様がサポートしてくださっている安心感がありますし夫からのストレスもなく、子供の笑顔が溢れ私も崩れていた体調も安定してきました。

ですが、引っ越し先の福祉課でもなかなか移管が完了しなかったり、国からの支援とし生活に最低限必要と思われるため支給される寝具、調理器具、エアコン等も「見積もりを2か所から取る必要がある」と言われ、規定の金額の範囲内では中古品しか買えないので見積もりを出してくれるところが少なく周辺にお店もないしとなかなか大変なことで、エアコンだけでも支給されるまで真夏の最中一ヶ月以上かかりました。調理器具寝具が揃うのはまだ先で、毎日お弁当を食べ床に直接寝ています。ネットで探せば手頃な値段で個人が出しているの中古品が溢れているのに見積もりが貰えないためそれらを選ぶこともできない。とても不便です。家具家電、市民が不要で手離れた物の情報を役所が集めて生活保護や低所得者へ譲渡をするとかしてくれたら助かるのにな、とかモヤモヤしてしまいます。

大阪シンママ応援団からの支援物資はいつも困った時には即私達の元に届いてくれます。

孤独に陥ってしまったのか子連れでこの世を去るママ達の悲しいニュースもよく聞きますが、いつでも頼れる存在があるというのは大きくてママ達の心が安定し子供達の生活の安全にも繋がっていると感じます。

不安定になりがちな私達を支えてくださっている大阪シンママ応援団の皆様、サポーター様達には本当に感謝しています。ありがとうございます。

9月のスペシャルボックスは206世帯に発送しました。

毎月第二火曜日と第四日曜日に発送していますが、9月12日の発送日には名古屋の名城大学の学生さん、蓑輪先生、総勢30人参加でわちゃわちゃとにぎやかに100世帯への発送を完了しました。名城大学大学のみなさん、ありがとうございました。午後は応援団の活動についてのヒアリングがありました。

名城大学からは足掛け3年、継続したボランティアにきていただいています。学生さんは、その存在そのものが宝だと思っています。蓑輪先生、引率お疲れ様でした。院生のR君は、3年間毎月第二火曜日に来てくれて、修士論文はシンママ大阪応援団のことだそうです。関西の自治体に採用がきまったとのことで、今後ともかわっていただけるということで、これからもよろしく願いいたします。

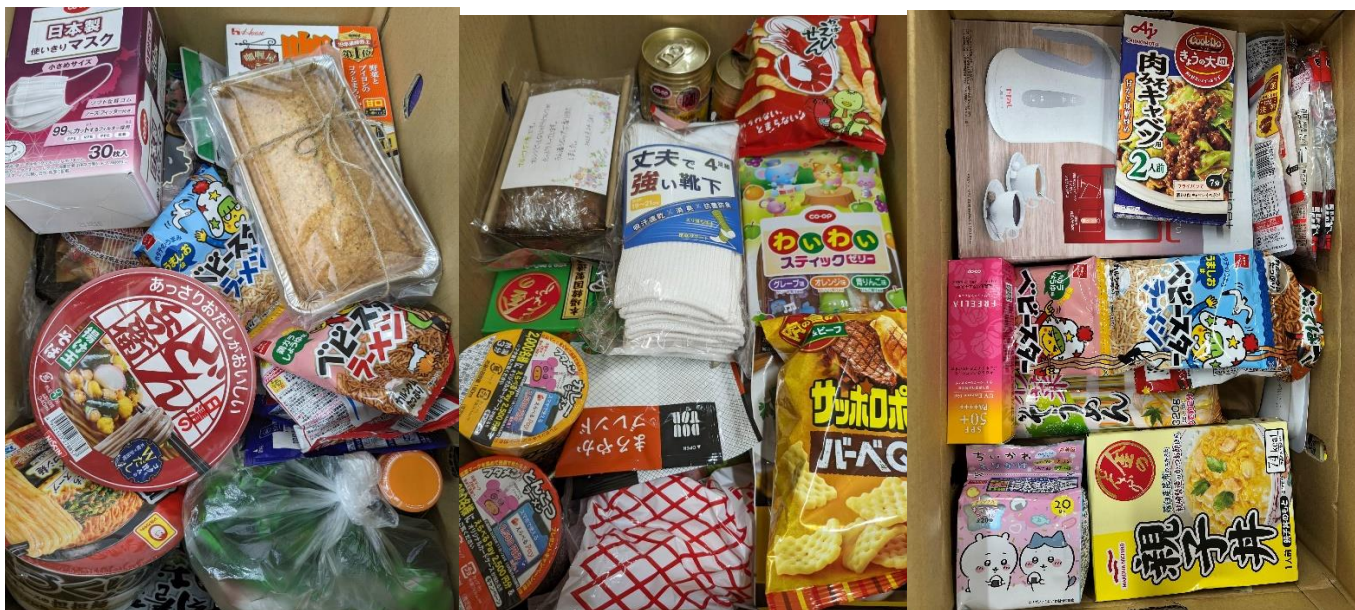
月に一度のボックスで暮らしを支えることはできません。でも、いのちとこころを支えていると思える今日このごろです。

つながってるよ 一人ぼっちじゃないよ あなたの好きなもの、覚えてるよ あなたのことを大切におもってるよ

ボックスにはこんな気持ちが込められています。この困難な3年半、誰一人、死なずに済んだ。貴重なことだと思います。

引き続きスペシャルボックス事業運営のための寄付を引き続きお願い申し上げます。

振込先は ゆうちょ銀行 名義)シンママ大阪応援団
14010-62389691 四〇八支店 普通口座 6238969



ママたち、女性たちからの声を紹介します。

.....
シンママ大阪応援団のみなさま、サポーターのみなさま、いつもありがとうございます。

スペシャルボックスのお礼が遅くなってしまいました。先日届いたスペシャルボックスを開くと、手作りカステラと大きなカボチャが見えました！カステラもカボチャも大好きで、でもなかなか買えないので、とても嬉しかったです。

お米、お菓子、缶詰、レトルト食品など、ほんとにいつも助かるものばかりです。

通信と色々な資料も、いつも楽しく拝見しています。私たちには、こんなに多くの方たちがサポーターとしていてくださるんだということが、本当に心強いです。

仕事やプライベートでも、大変なことは次から次へと押し寄せてきますが、毎月届くスペシャルボックスに何度も勇気づけられてきました。朝夕は少し過ごしやすいい日が増えましたが、日中はやはり茹だる暑さです。どうぞみなさま、お元気でお過ごしください。いつもありがとうございます。

.....
スペシャルボックス届きました！！たくさん入れて頂き、ありがとうございます。子供達は、お菓子に喜んでいました。ありがとうございます！！今月より社〇から食料を打ち切られたのでとても、ビクビクしておりスペシャルボックスが届いてホッとしたのと、めっちゃ嬉しかったです！！チンするお米が入っていて良かったです🍚

収入も少なく、困っていると面談で話したにも関わらず、そして、救済の第三弾が始まったにも関わらず、打ち切られたので、とても悲しかったです。スペシャルボックスが届き、元気が出ました！もっともっと頑張ります！！

そして、絵の具、中学用の文房具、バリカン本当に、ありがとうございます！！凄く、凄く、ありがたくて、助かりました🍷🍷子供たちにも感謝の気持ちを忘れずに大事に使うよう話しています。ありがとうございました！！直筆のお手紙も嬉しかったです♡子供たちと読ませて頂きました。大切に使用させていただきます！！ありがとうございます！！

息子の髪の毛、バリカンで剃ったら、ニキビのような、出来物のような、白かったり、赤かったり、たくさん頭の中に出来ていました🍷ステロイドと炎症を抑える薬を塗り痒み止めを飲み、髪の毛が無くなって、乾燥しやすくなったのか、薬も直接濡れるようになったので、かなり、マンになりました！！バリカンを送って頂き、本当に感謝しています
ありがとうございました！！刃もさびていたんで、それも原因だと思います🍷

.....
受け取りました。色々な物が高くなるなか宅配便料金も高くなったとお手紙にあり、そんな中いつもたくさんの食料ありがとうございます

夏休み子供に思い出をと半ば親の義務かのように私なりに頑張った結果、今月は本当に厳しい月です。

油やお米等絶対欠かせないものから子供が大好きなキャラクターふりかけまで。特に末っ子が可愛いもの大好きなのでいつもは白いご飯おかわりしないんですが、ふりかけ効果でおかわりしてくれました。朝もふりかけがなくなるまではふりかけご飯がレギュラーになりそうです。

お金に余裕がもう少しあればキャラクターふりかけや子供のご飯が進み安くするものを用意してあげられるのですが難しい状況なので本当に助かります。

入っている物一つ一つが子供のいる家庭に寄り添ったものばかりなので助けられてばかりです。

9月もまだまだ長いですが、皆さんのお気遣いで頑張ろうと思えます。ありがとうございました。

.....
いつもお世話になっております。

膝の手術終わりました。今入院中ですが、退院後しばらく右足をついたり体重をかけたりできないので松葉杖生活です。両手がふさがったり、普通に歩けないのが不便でなりません。退院後の生活も不安でなりません。

調味料が下の方においてるから取れないな、そもそも、松葉杖で料理する体力があるかな、お風呂ですべらないかな、寒くなってくるから子どもの服出さなきゃいけないかもしれないけど、高い所に入れてるし、重い物は持ったらいけない制限があるし。。。と色々考えてしまいます。

膝が曲げられないので、立ったり座ったりしやすいお風呂用の椅子、キッチンで料理ができるようにキャスター付きの椅子、マジックハンド、足に装具をつけるので、裾のひろいズボン等ありましたら送っていただきたいです。

.....同じママさんからです.....

本日、退院して帰宅しました。まだ痛みや制限が大きく、ちょっと動くだけでも色々なところに負担がかかり疲れてしまいます。

入院前は、事務局のママさんに偶然出会い、笑顔で声をかけていただいて、ちゃんと覚えていてくださっていることに励まされた気持ちになって、手術に挑めました。

病院での生活では痛みと制限くらい考えていれば良かったのに、退院して帰宅すると出来ない事が多すぎて、落胆し、不安を感じていたその夜、スペシャルボックスを受け取りました。「お大事に」とメッセージの添えられたマジックハンドや私の名前の書かれた袋の中には、チョコレートにコーヒー、そしてケーキ。。。ほっとして、体の力も抜けるのを感じました。

入院中、子ども達には寂しい思い、混乱した気持ちだったと思います。退院してからも思うように動けない、時間がかかる、できない私が、子ども達に色々頼むことも多く、更に複雑な気持ちかと思いますが、今のところ、誰かの助けなしでは、生活するのが難しいです。

そんな申し訳ない、情けない気持ちの私にも、スペシャルボックスという形で寄り添って頂き、本当に心救われます。私達の事を想って詰めてくださる支援の数々、、、大切に頂きます。本当にありがとうございます。

.....
マヨネーズ、久しぶりに食べることができます。ものすごくうれしいです。こどもは、こんにゃくゼリーが入ってて、大喜びです。里芋の皮がすると剥けて包丁いらすでした。寒くなってきたので、スープやラーメンは、特にありがたいです。コーヒーもありがたくて、朝、こどもたちが登校したら、お供えをしてから、頂こうと思います。お菓子もコーンフレークも沢山入っていて、どうしようと思わなくていいので、とても、楽な気持ちです。ありがとうございます。

いつもおいしくて、あたたかくて、ふわふわのカステラを、ごはんのあとでみんなでいただきました。

.....
スペシャルボックス頂きました。いつもありがとうございます。親子二人で暮らしているとなんだかもの寂しく、ドアベルが鳴るとふたりして玄関に走ります。皆さんの声の載った冊子も毎回読ませて頂いています。みんな大変な思いをしながら日々生活しておられるんだな、私一人じゃないんだな、なんて思いながら。

お馴染みの焼き菓子も美味しく頂いております。サポーターの皆さまのお陰で日々の食事に欠くこともなく、平穩に過ごさせてもらってます。

離婚に悩んでたとき相談してよかった。いつもお心づくしありがとうございます。

.....

本日スペシャル BOX 受け取りました。いつもお世話になりありがとうございます。

ケーキは大好きなカステラが入ってました。コーヒーと一緒に頂くのが楽しみです。今回はホットケーキミックスやこんにゃくゼリーを入れてくださり凄く嬉しいです。お砂糖、マヨネーズなど調味料がとても助かりました。お砂糖もうすぐ無くなりそうだったので。お米もそうですが調味料や洗剤類は重たくて車がない我が家にはそれらを買物に行くのも大変です。

今日は私の病院でした。娘の手帳の更新を知らなくて期限が切れていたのについて更新手続きをお願いしたのですが娘も久しぶりに検査を受ける事が決まりました。更新の為の診断書を取るのには 5500 円程かかる為大変です。私も診断書を何度か書いてもらっているのですが結構なお金がかかりました。二級の障害年金と娘の手当での生活なので出費が重なり厳しいです。こういうのも補助が出たり保険がきけば良いなあと思います。

やはりこれ以上生活が厳しいと生活保護を申請するしかないのかなあと思ったりもしますが未知の世界で不安ばかりが頭をよぎりなかなか踏み出せません。こんな私が仕事をするなど上手く出来るのかも分からないしこのままどうなってしまうのかなあ最近悩みます。

何も出来ないまま月日が経ち焦る気持ちがありますが毎月のスペシャル BOX のおかげで頑張れています。届けて下さる皆様に感謝しています。ありがとうございます。どうぞ今後もよろしくお願い致します。

.....

スペシャルボックス、届きました！今回は、私の大好きなものがたくさん入っていて、ものすごく感激しました！ダンボール箱にぎっしりと詰めていただき、本当にありがとうございます。鰹節、ありがとうございます！それも花鰹！そして、マヨネーズも！！これはもしかしたら、お好みパン（パンにソースとマヨネーズと鰹節をかけて食べるパンです）のことで、鰹節とマヨネーズをいただけたのかな？と（違ってたらすみません🙏）だったら、めっちゃありがとうございます！！パンにマヨネーズを塗ってトースターで焼いて焦げ目をつけます（私はレンチン 20 秒で溶かしてます）そこにソース（とんかつソースのような硬めのソースがたれなくて良いです）をかけて鰹節をかけて完成です！おいしいです！お好みパンが大好きな娘は、最近はずーとチーズトーストにしていますが、この前作って出したらもりもり食べていたので、やっぱり好きなんや！と思いました（笑）これでまた作れます！ありがとうございます。

他にもお米に、息子の大好きなお餅もありがとうございます。息子が「何つけて食べようかな？」と想像して喜んでました。里芋にじゃがいもも、ありがとうございます。野菜が高いので嬉しいです。お菓子やインスタントラーメンもとても助かります！チョコのカステラをありがとうございます。南部小麦のことを聞いたので、今回は風味も味わいながら食べてみようと思いました。ありがとうございました！

.....

スペシャル BOX 届きました！いつもありがとうございます。

おにぎり具材の鮭やかつおぶし、息子の昼食に大助かりです。高1の息子はまだまだ大食いで、家にひとりになると、おやつに3合お米を炊いて食べてしまい困ってます。義務教育で給食をたくさん食べてきたので、高校からは給食が無くなり足りないみたいです。

文化祭では生徒会副会長として運営を任せられ大成功だったようで、また後期も立候補すると張り切っています。

私は数年の微熱や頭痛、眩暈、嘔気、不眠の原因の一つだったのか、婦人科で病気が見つかりました。

思春期の子どもたちを相手にしていると、ストレスや不眠はもちろん、食べ盛り子どもたちに自分の分をあげて、自分の栄養は疎かにしていました。高校生と中学生の子どもたちはよく食べます。私が食事をあまりとれない日があるので、栄養ドリンクやカロリーメイトなど頂けると助かります。

スペシャル BOX でラーメンやそうめん、スープなど頂くのですが、エアコンをつけないので部屋が暑く、夏にガスを使う調理をしませんでした。頂いたものは涼しくなってから食べますね。

節約しすぎかもしれませんが、子どもの教育費を考えると、節約できるからこそ夢を応援できることもわかっているので、やはり夏は水シャワーで我慢しています。

それでも健康を害してはいけけないので、シンママの皆様、体調不良のときは病院を頼ってください。私は気づくのが遅すぎてドクターに怒られました。「しんどかったでしょ！もっと早く言って！」と。自分のしんどさを代弁してもらい、「ずっとしんどかったでしょ、かわいそうに」と言われ、いつもなら同情されるのは好きではないのですが嬉しかったです。「かわいそう」と言ってもらえたことに涙が出ました。このしんどさの原因がやっとわかり、自分は「かわいそう」と言われるほど頑張ったと自分を認めてあげることができました。これからずっと薬を飲んでいかなきゃいけない不安はありますが、乗り越えていきたいです。

サポーターの皆様の応援メッセージ読みました。温かい言葉に感謝しています。自己責任は本当に怖い言葉ですね。「シングルマザーって旦那の世話しなくていいのに、何でしんどいの!!」と言われたことがあり、どこの家庭も一緒だからシングルマザーだからといって甘えてはいけけないと思っていました。周りから「若い、若い」と言われしんどくても我慢していました。けれど、シングルマザーのフェスに参加したとき、同じようなママさんたちに出会い、交流会後に何人かに声をかけられフォーマルな支援や子育てについて伝えました。人を見て、自分もヘルプを出していいのだなと改めて思うことができました。

心療内科からカウンセリングを勧められています。30分 5000円など、払える金額ではありません。婦人科の病気の治療で、改善できればいいなと思います。

私は小説を書くのが好きなので、自分のネタが増えたくらいに気楽に考えます。シングルマザーの標準生活費みたいなものを国が出してくれたりいいのに、と思います。自分の家庭が無理をしすぎなのかわからないです。

.....
スペシャルボックス先ほど届きました。とても重たくヤマトさんにも感謝です。

先月ひとり暮らしの母が体調をくずしてしまい救急車で3回。やっと受け入れが決まり入院退院しても、しばらくせん妄になり回復するまでバタバタでした。

仕事も行けてないのでスペシャルボックスとても助かります。

明日、また母の病院なので病院の後、ケーキと一緒に食べようと思います。ありがとうございます。

.....
昨夜楽しみに待ってたスペシャルボックスが我が家にも届きました。ずっしり重たいのが一層嬉しかったです。

今回もいろんなものが入っていました。レトルトカレーや即席麺は息子たちがすごく喜んでました。私はドリップコーヒーがすごく嬉しかったです。今朝は少し早起きして、いただいたドリップコーヒーを飲みました。いつもより贅沢気分を味わってすごく気分良かったです。ありがとうございます。

いろんなことが重なり気持ちが落ちる時がありますが、みんなも頑張ってるので私も頑張ろうと思います。まだ日中は暑いので、皆様も体調にはくれぐれも気をつけて下さい。本当にいつもありがとうございます。

.....
こんばんは。お礼を最近出来ておらずですいません。

スペシャルボックス受け取りました📦毎月決まって届くスペシャルボックスは私と子供達の楽しみです。色々と物価が上がっている中でののお米やパスタ、麺つゆ、インスタントラーメン、お野菜とても助かります。下の子は最近色塗りが好きでお菓子より色鉛筆に大興奮してました🥳本当にありがとうございます。スペシャルボックスのお陰で子供達が笑顔になります。

最近気が滅入ることが多くあります。自分の不甲斐なさに嫌気がさします。長男が保育士の専門学校に行きたいとの事で見学に行きました。学費、入学金などの金額を見て悲鳴を上げてしまいました。生活するので精一杯の所に奨学金を申し込んでもその前に払わないといけない。役所に相談に行っても入学金には間に合わないとの事で頭を抱えています。お金が無いから諦めてとはとても言えません。何とか学校の方に掛け合って待ってもらえるように相談をしようと思っています。

そんな中、中学校入学のタイミングで購入した長男、長女の自転車がボロボロで長男の自転車は籠が取れており長女の自転車は籠が錆びて穴が空いておりカタカタと浮いておりタイヤが歪んでガタガタと進みます。何とか乗ってもらってはいますがもう限界のようです。もし可能であれば自転車をお願い出来ないでしょうか？いつもお願いばかりで心苦しいのですが良ければお願い致します。

最後になりましたが、サポーターの皆様、ボランティアの皆様、本当にいつもありがとうございます。

.....
いつもお世話になっております。靴や食料品などとても助かりました。ありがとうございます。

今月、府営住宅にあたり引越しすることになりまして、備品を後付けで購入しなければならなく出費がかさみとても困っています。こんなに必要なものがあることを知らずに引っ越すのでとても困ります。必要なものなので買わないと生活ができません。キッチンの給湯器はなんとか買いました。キッチンのコンロがないので料理をする時に子供たちが危なくないように、ガスではなくIHの二つ口のコンロが欲しいです。できれば高さのあるものでないと使いにくいと思っています。あとトイレにも換気扇がなく臭いがこもるので、脱臭機能付きのウォシュレットが欲しいです。上の子が単腎臓で、膀胱の手術をしており、ウォシュレットがある方がお腹がらくになるようです。もし可能であればお願いしたいです。住所変更が完了しましたらまたお知らせさせていただきます。

.....

★スペシャルボックスについてのお願い

寄付品について、毎回繰り返しお願いしていますが、受け取って傷つくようなもの、具体的には古い物、汚れているもの、使い古したもの、封を開けたものなどは絶対におやめください。

9月にまた来ました。「押し入れを整理したら出てきました。古いですが使っていません。よかったらお使いください」というメモ書きとともに使えないものが。かびたもの、ホコリだらけのものが沢山入っていました。こうしたものは絶対にボックスに入れることはできません。ご自分で処分してください。勿体ないと思うならご自分でお使いください。これは心を傷つけるものです。また他の方から封のあいだオムツなどもありました。絶対におやめください。

- ★子どもたちはお菓子を心待ちにしています。お菓子をおくっていただくとありがたいです。
- ★秋冬用の子ども服の募集を開始します。きれいであればリユースでも構いません。
- ★白靴下(女子用23-25cm、男子用26-28cm)の要望がとても多いのでよろしくお願ひします。
- ★中学生・高校生の男子用の LL サイズ・XL サイズの T シャツのご希望も多いです。
- ★文房具(大学ノート、シャープペンシル、蛍光ペン、鉛筆、消しゴムなど)を送っていただければ必要な年齢のお子さんがある世帯のボックスに入れてあります。かわいいキャラクターのノート、鉛筆、シールなどが大人気です。いま女の子に人気なのは、すみっこくらしやちいかわなどです。
- ★子どもの靴は新品を送っています。クレジットカード系のギフトカード、また Amazon ギフトカードメールタイプがとてありがたいです。メールのあて先は soudan@shinmama-osaka.com です。
- ★自転車の sos が多いのですが、自転車は近所の自転車屋さんで購入するのがいいので、クレジットカード系のギフトカードを送っていただくとありがたいです。まとめると結構な金額になりますので、少額でも構いません。
- ★生理用品、洗濯洗剤、食器洗い用洗剤、ラップ、石鹼、シャンプー、リンス、トリートメント、ボディソープ、フェイスパック、基礎化粧品なども好評です。
- ★絵本や文庫本、コミック、小さいおもちゃ・小さいぬいぐるみなどもボックスに入れることができます。
- ★図書カードはいつでも大募集です。

●サポート品送り先は

〒530-0034 大阪市北区錦町 2-2 国労会館内 シンママ大阪応援団 TEL06-6354-8662

★今後の発送作業日は……毎月第二火曜日と第四日曜日です。

- 10月10日(火)22日(日) ●11月14日(火)26日(日) ●12月12日(火)24日(日)
- 1月9日(火)28日(日) ●2月6日(火)25日(日)

★★★☆☆★☆☆★★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆★☆☆

現在、サポートしているのは200世帯、500人のシンママさんたち、子どもたち、ひとり親世帯で育った女性たちです。サポーターさんは600人です。[メール配信に切り替えの方は \[soudan@shinmama-osaka.com\]\(mailto:soudan@shinmama-osaka.com\) までおねがいたします。](#)