

## 10月のスペシャルボックスは210世帯に発送しました。

10月のスペシャルボックスは第2火曜日に100、第4日曜日に100、そしてコロナ+インフルエンザ+物価高対応緊急スペシャルボックスを10、合計210世帯に発送しました。

10月はハロウィン仕様のお菓子(数を揃えるため購入しました)、そして、フードバンク愛知からいただいたパスコの長期保存可の菓子パンなど、甘いもの満載のボックスとなりました。



ママたち、女性たちからの声を紹介します。

サポーターの皆様、毎月、お米、里芋、たくさんの食品や日用品を本当にありがとうございます。そして子供の学費の奨学金情報やサポートブック等の提供も本当にどうもありがとうございます。日々生活に追われていると情報収集も一苦労ですのでとても助かります。

スペシャルボックスを開封する都度、多くの方が様々な形で支えてくださっているのが伝わってきてほっとします。そして深い感謝の気持ちでいっぱいになります。寺内さんがおっしゃる「ひとりぼっちじゃないよ」が伝わってきます。公私色々ありますが、ひとりぼっちじゃないおかげで一步一步、進めます。ありがとうございます。

W様、毎月、美味しいケーキをどうもありがとうございます。私のW様のケーキのベスト3にマーブルケーキとマロンケーキが入っていますので今月はダブルで大喜びです。そして毎月ケーキに添えてくださる手書きのメッセージカードもありがとうございます。心あたたまります。全て大事に保管しています。

皆様、これから少しずつ寒くなりますのでどうかお体を大切にお過ごしください。

おはようございます。スペシャルボックス届きました。スペシャルボックス見ると、ああ1ヶ月経ったんだ。今月もなんとかやってきたなって思います。チョコのついたお菓子は息子が絶対俺が食べる！と興奮していました。

スペシャルボックスを受け取るようになって、もう4年です。変わらず毎月送って下さいます。

シングルで必死に毎日働いて、たまに孤独を感じるんですけどスペシャルボックスを受け取ると、ああ1人なように支えられているのだ。と思います。心に灯りが灯るんです。ホッとするんです。いつもありがとうございます。

シンママ応援団の皆様スペシャルボックスありがとうございました。開けた瞬間、ポケモンのチョコパイが出迎えてくれて、子ども達が大興奮でした。あんこのパイも気に入ったようであつという間になりました。本や折り紙も子どもが大好きなので、とても嬉しいです。折り紙で楽しそうに色々作っていました。

子ども達は、以前は気を使っていたのですが、最近は、あれが欲しい、これが欲しい、と自己決定ができるようになってきました。私自身は、膝の痛みも続いていて、松葉杖生活で、子ども達は「公園に行きたい」「プールに行きたい」と言うのですが、好きな物を買ってあげられないだけでなく、なかなか子ども達の小さなお願いをも叶えてあげられていません。それでも、子ども達がこんな風に自分を出し、自己決定ができるようになったのは、シンママ応援団の皆さまのご支援と私達の心を支えて頂いているおかげだなと感謝しています。

それから、先日送って頂いたマジックハンド。私が使っていたら、今では4歳の子がそれを使って私に靴を用意してくれたり、電気をつけたりして助けてくれています。私と子どもも繋いで頂き、有難うございます。

最後に、またお願いで大変申し訳ないのですが、来月3人の子どもの誕生日で、9年間、誕生日に同じ飾りつけを使っているの、誕生日の飾りやクラッカー等のアイテム、子どもが色々な色の毛糸、ワンピースカードの拡張パック？、ルービックキューブが欲しいというので、もしあれば送って頂けると幸いです。

.....

こんなに沢山届きました！ふわふわのカステラを真っ先に手に取り、後でみんなでたべような。と娘が話してくれました。UNIQLO ジーンズを欲しがっていたので、とても喜んでます。長いズボンがありがたいです。ありがとうございます。パンは高いので本当に嬉しいです。

いつも、手書きの名前が書かれた付箋が貼ってあり、あ。わたしのこと、忘れないでいてくれる。ひとりじゃない。認めてもらえてる。そう、思えます。今朝は、付箋のことを思い出して、泣きながら床を拭きました。

.....

シンママ応援団様、スペシャルボックスが届きました！お礼が遅くなってしまい申し訳ありません。

ピンポンと宅配便の方が来ると息子が嬉しそうに、プレゼント！？と駆け寄ってきて真っ先に受け取っていました☺最近仕事ばかりで何も喜ぶことをしてあげられてなかったの、息子にとってとても心躍る日になりました。中には玩具や沢山のお菓子など、子供が喜ぶものも入っていて、息子は「うわ～！やったー！」と目をキラキラさせてすぐに手に取って遊んでいました。

玩具や食品などにシールが貼ってあり、私の名前が書き込まれていて、わざわざ私の為に用意してくれたのだとすぐに分かりました。とても心が暖かくなりました。

最近物価が高騰していて食事を我慢してしまう時が多いのですが、毎月頂けるスペシャルボックスからは、我慢しないで沢山食べて、これからも頑張るね。という真心が伝わります。

シンママ応援団、サポーターの皆様、どうも有難う御座いました。

.....

スペシャル BOX 届きました。いつもありがとうございます！高校生の息子の昼食おにぎりにツナやふりかけを入れてくださり、ありがとうございます。後期も副会長となり学校生活を楽しんでいます。

ちょうどお米がなくなり、今回のお米は「ひとり親家庭等の子どもの食事等支援事業専用米」(転売禁止)とあり、こんなお米があるんだ、と子どもたちと思わず笑ってしまいました。

中学生の娘は白靴下に大喜びです。私なりに漂白剤で汚れ落としを頑張っていました、娘からすると汚れが気になり新しいのが欲しかったようです。本当にありがとうございます。

私は不正出血が止まらず、薬の調整をしつつ栄養指導を受けています。野菜やお肉、トイレロールが高くなり大変なので、政府のガス電気の負担軽減策を継続してほしいです。

就活で、正社員か体調を考えてのパートか悩んでいます。時給なら介護職に戻るか。体調が悪いまま働いても、非課税世帯でなければ児童扶養手当は減っていきます。児童手当の所得制限を撤廃するなら、児童扶養手当も撤廃してほしいです。ワーキングプアの実態を政治家の人たちに知ってほしい。それが難しいなら教育費の無償化、高校の教科書代や制服代、大学までみてほしいです。

中学校のキャリア教育授業で「高卒と大卒の生涯年収の差、大卒のほうがいい」と指導しているなら、憲法 26 条「すべて国民は、ひとしく教育を受ける権利を有する」を実行してください。東大の親の年収が平均 1500 万と、教育格差がうたわれているのにどうして世の中はまだ変わらないのか不思議です。その間に子どもは大人になります。

安心して子育てができることが、若い世代の子どもを持ちたいに繋がるのではないかなと思います。目先の給付案だけで終わらない政治をしてほしいです。

以前、生活保護の相談に行ったとき、学資保険を解約して使ってから来てくださいと言われました。生活費に使っても、子どもの進学に無理がきたら何のために頑張っていたのかわかりません。

ワーキングプアが解決しない限り、生きてくためには儉約生活しか方法はないです。給料より生活保護のほうが金額が多いことがわかり、羨ましいと思ってしまう自分の浅ましさが恥ずかしい。

サポーターの皆様や同じシンママの皆様にも勇気を頂き、めげずに頑張っていきます。

.....

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

昨夜、スペシャルボックスを受け取りました。月末が迫り、お米も残り1合、パスタも一人前も残っていない…。買うしかないと思いながら、夕飯を食べていたところでした。本当にありがとうございます。お米に里芋、パスタ、パスタソース、レトルトカレー、お茶、お菓子、ハンドブック、手作りケーキと、嬉しいものばかりです。

今夜は通信を読みながら、ほかのママたちの近況を知り、私もぼちぼちこう。と気持ちを切り替えました。経済的にしんどいと、メンタルに堪えます。ただでさえそうなのですが、たまたま昨日は職場の同僚の発言で、経済的にも能力的にも恵まれた人は、発言が強いなあ、どうやったら、その人の言動をしんどいと感じる人がいるかも知れないということを伝えたらいいのかな？と、現に、私自身しんどくなりながら、考えていました。そんなときだったので、余計にシンママ大阪応援団とサポーターのみなさまとのつながりを感じられるスペシャルボックスは、心の支えになります。こういう場面で、きちんと対話していくことで、少しずつ社会の状況がよくなるのだと信じて、ぼちぼちやっていきたいと思っています。

さて、季節が一気に進みましたが、みなさま健やかに過ごしてください。いつもありがとうございます。

.....

寺内さんの手作りふりかけを食べてから、ずーっとスーパーで昆布を見るたび「むしこんぶ」を探していましたが見つからず。今回スペシャル BOX に入れて頂いたのでめちゃくちゃ嬉しかったです。その他、たくさんの食品を入れて頂いて本当に助かります！反抗期の息子へ、しっかりご飯と睡眠だけは与えられるように心がけてます。

このホッとした感覚。また頑張ろうと思いますね。サポーターの皆様、発送して下さった方、ありがとうございました。

.....

サポーターの皆様、今月もスペシャルボックスをありがとうございます。サトイモは子ども達も大好きで、今日の夕方さっそく料理したいと思います。トリートメントが入っていて娘が喜んでいました。アトピー持ちの息子は、低刺激用のシャンプーをとっても喜んでいました。

ところで、子ども達の反抗期。息子は抜けつつあるのですが、今、娘が反抗期真っただ中で感じます。私の事を殴るけるの暴力を。昨日も「体操服どこやねん」から始まり家の中で暴れ押し入れの中のを全て部屋に出してばらにし、部屋にある物も全て壊し、「だから体操服どこやねん。何でお前が分からんねん」という暴言。息子の時も

かなりしんどかったですが、これから2~3年は娘の反抗期に付き合っていないといけないのかと思うのが重くなります。

…が、私にはシンママ大阪応援団という強い味方がいるので今回の娘の反抗期も乗り切れる自信があります！という事で、よろしくお願ひします。物心両面で支えて下さっているシンママ大阪応援団の存在は私の日々の生活の90%以上の存在となっています。いつも本当にありがとうございます。

.....

こんにちは。昨日、スペシャルBOX届きました。

関節炎をこじらせて、先月ほぼ一ヶ月、私は入院、息子たちは児童養護施設へ…とそれぞれがキツイ経験をした後でのスペシャルBOXでした。

息子たちが開けるなり、仲良しのママの字の付箋が目につき、ものすごくホッとしました。息子たちはたくさんのロングライフの菓子パンと、ファミリーパックのお菓子里にウキウキしてました。(中2と中3で普段は反抗期真っ只中ですが、スペシャルBOXが来ると、小さい頃と変わらぬ反応です😊)

息子たちが寝てから、サポーター通信のDVから逃げたママさんのメッセージを読みました。ちょうど8年前の今の自分と重なりました…。役所をはじめ、あちこちの相談機関をまわりましたが何も進展せず、ダメ元で「シンママ」とネット検索して、その週末には寺内さんが着物で最寄りの駅まで来てくださり…。あの頃の気持ちをいろいろ思い出しました。そして、8年経っても変わらず繋がり続けてくださり、声を掛けてくださる、寺内さんをはじめ応援団の皆さま、サポーターの皆さまに改めて感謝の気持ちでいっぱいになりました。本当にいつもありがとうございます♥

.....

こんばんは。今日、スペシャルボックスが届きました！いつも食糧や必要なものをたくさん送って頂き本当にありがとうございます。手作りのケーキがとっても美味しかったです。お米やお菓子も送って頂き、弟たちもとても喜んでいました。これから寒くなっていくので、靴下やカイロがあれば送っていただけると嬉しいです。

母の体調が優れないため、代わりに連絡させていただきました。

.....

こんばんは。先程、スペシャルボックスが届きました☆毎月ありがとうございます！

来週と思ひ込んでた私、突然のピンポンで驚きました。次男がエンヤコラと運んできてくれて、早速開封。今月も里芋が入ってて嬉しいです(-)前回はおでんに入れたんですが、今回は煮ころがしにしようか迷い中です。

ロングライフパンが何個も入ってて食べやすそうな味ばかりだったので、何もしたくないーって時の非常食に取っておきます。そろそろ寒くなってきたので、緑茶やほうじ茶などの茶葉やティーバッグ、パウダーなどなど頂けると嬉しいです☆

近況報告です。中3の次男、高校選びで悩み中です。今は選択肢が多すぎて大変ですね、必ずオープンスクールも行ってねと言われるし、昔と全然違います。アトピーも悪化したまま、急な寒気と乾燥にやられてるのかも知れません。そして、急に牛乳系が飲めなくなりました。口が猛烈に痒くなる様です。次男の身体、難しいです……。

長男は、長期夏休みの後も登校せず、友達と遊ぶ時だけ出ていきます。毎日ゲーム三昧です。

私は、相変わらずの腰痛で、毎月整骨院に通っていますが大して改善せず…なのに来月から保険適応外で値上げするそうで、ますます通えないです。髪の毛も半分にまで抜けてしまったし、ホルモンバランスが悪くなると大変です。

これからドンドン寒くなると、また光熱費が恐ろしいですが……なんとか凌いでいけるように頑張ります！

今月もありがとうございました！

.....

こんばんは。本日スペシャル BOX 受け取りました。一緒に娘も開けて一番最初にお菓子とケーキが見えて大喜びしました。きのこの山～わあ！りんごのケーキといい声が出てました。そしてボディソープとシャンプーありがとうございました。もう無くなりかけていて助かりました。

今月はおかずを少な目にした為卵かけやふりかけでお米をいつもより沢山食べてしまいお米もギリギリでした。ケチャップもそろそろ無いので買わなくてはと思っていたので嬉しかったです。洗剤類、日用品など重たい物は送って頂けたらホントに助かります。エレベーターがない4階に住んでいますので1人で買物に行っても一度にたくさん買えなくてホントにありがたくて嬉しかったです。これから寒くなってくるのでジャージ上下、黒色のレギンス、肌着などもし可能であれば譲って頂ければ嬉しいです。

今月膀胱炎になってしまい血尿が出た為お薬を買って飲みましたがあまり良くなりえず結局婦人科に行きました。その際に子宮筋腫も診てもらいました。何年も放置していたので以前3センチだったものが7センチに成長してお薬を飲んでこれから治療を始めます。その時の血液検査結果があまり良くなって内科にも来月行ってみようと思います。病院も一回400円でもお薬と合わせたら800円かかります。最近2人分、娘も私の分でも色々行くと病院代が生活を圧迫する様な感じです。

スペシャル BOX に毎月ホントに助けてもらっています。サポーターの方々、スペシャル BOX に携わってくださる方に直接はお礼を言えませんがありがとうございます。

.....

幸せのスペシャル BOX 届きました。甘いものが沢山の本当の本当に幸せな気持ちです。ありがとうございます。

サポーター通信を読ませていただき、壮絶な環境から逃げ出された方とそのサポートについて知りました。私も、母から逃げてきたなあ～って思い出しました。

大学四年生の卒業前、就活も長引いて2月末まで掛かりそこから家探し。15年くらい連絡を取っていない父を頼り就職する職場に近い物件をまわりました。実家に帰る下宿生の子から洗濯機と冷蔵庫を譲り受け自分で軽トラを運転して父の知り合いの空き部屋に置かせてもらって途中で寺内さんが“学生無料”で主催されていたシングルマザーサポーター養成講座に参加し、そこからちょっとバイトする？と事務の仕事を手伝わせてもらって引っ越し資金を足して、3月は分刻みのスケジュールで実家を出る準備を進めました。私は生きてるだけで母親に迷惑を掛けてると思い込んでいたので、一度「そんなん言うやったら家を出ていくか？」と言われた時「ああ出ていくよ」と言っていたので、3月に25日には家を出ると伝えた時「順番が違うやろ」と言われて意味がわかりませんでした。米食い虫が一人減ったら自分に使えるお金が増えるはずなのに何で怒るの！？それほどコミュニケーション不全で限界でした。

20歳ごろやっと自分が母親と別の人間だということを自覚し始めて、自分の思考が全て母親がどう考えるか？を軸に動いていることに気づいたんです。そこから母も私を一心同体に思ってるんだろうな、と勘づいて2年掛けて私は“親剥がし”を始めました。最後の1年はろくに話もしませんでした。

その前から、そのもっと前の思春期から、私は自分の心を母に開示することはありませんでした。私がおそらく母親より先に親子分離しました。今では、一緒にいると傷つけ合う家族だったから、本当に家を出てよかった。私は母を無駄に傷つけて生きることを選ばなくてよかったと思っています。

逃げるのはエネルギーがいります。そして、逃げた後もものすごく大変です。親剥がし、そして、人から言われるまで気付かなかった「あなたも幸せになっていいのよ？」という言葉の意味。

シンママ 大阪応援団につながって私は本当に生き延びました。人間生きてたら、自分で幸せになってもいいって思えたら、そこから人生はまた動き始めると思います。いつも本当にみんなの命を繋いでくれてありがとうございます。

.....

スペシャルボックス、届きました！今回はすごく充実していて、私にとって嬉しいがたくさん詰まったスペシャルボックスになっていました。強力粉「春よ恋」がはいってたんですけど…！！いいんですか？いただいて…！驚きのあまり、声に出してびっくりしてしまいました。今、片手に「春よ恋」の袋を抱っこしながらメッセージ書いています。名前しか聞いたことがない、上質な強力粉です！自分では高く買えないし、生かせるほどの腕もないので、手に取ったことはありませんでした。驚きと感動で胸がいっぱいになりました。すごくすごく嬉しいです。本当にありがとうございます。

花鯉、ありがとうございます！ふわふわしてとっても美味しい花鯉、先月もいただいたのに、今月もありがとうございます。旨み大好き娘と共に、パンに豆腐にご飯にかけて美味しくいただかせていただきます。本当にありがとうございます。

ハロウィンだからか、パンやおやつがたくさん入っていて、無尽蔵に食べるパンと甘いものが大好きな息子は、有頂天になっていました。お米や里芋もありがとうございました。本当にありがとうございます。

朝夕が冷え込み、日中との温度差が大きいこともあり、土曜日から体調を崩してしまいました。頭と喉が痛くて吐き気もするので薬を買ってきたところです。

出かけてる間にスペシャルボックスが届いてたので、とても嬉しかったです。養生して早く治したいと思います

今日のお昼にスペシャルボックスが届きました！ずっしり重くそれがまたものすごく嬉しかったです♪

食べ盛りな息子がいるので、食材はすごく助かります。お米や野菜(今回は里芋が入ってました。)やパン、カステラ、チョコなどどれもありがたく嬉しかったです。

物価が上がり結局食費まで節約しないとイケないので、買い物は週に1回と決めてますがなかなか難しいところもあり…このように食材が届くとほっとするとか嬉しいのはもちろん安心します。

本当にありがとうございます。1日の気温差が高いので、皆様体調には気をつけてください。

スペシャルボックス届きました！！かなりお礼のメールが遅くなり申し訳ありません🍵🍵

娘がずっとずっと待っておりピンポンとインタンフォンが鳴りは一い🔔🔔🔔とダッシュ！！📺今回は何かな？何かな？とワクワクしながら開けておりました！！たくさんのモノの下になんとクツが！！ぎゃーママ靴が入ってる！頼んでくれたん？送ってくれてる一めっちゃ嬉しい！と泣き出しました👞👞👞前に頂いた靴も気に入り、やぶれるまで履いており、今回もお願いさせて頂きました。今回の靴も真っ黒で気に入りさっそく次の日から履いて行きました

学校に行くのが最近嫌みたいで…若干、不登校気味でしたが、靴のお陰で娘の気持ちも前向きになり、感謝しております！！送って頂き、本当にありがとうございます。息子にも中学用の白のヒモ靴もありがとうございました！！

反抗期な息子ですが…この靴には、久しぶりの笑顔を見せてくれました。その笑顔に私は泣きそうになりました🥹

食べ物からクツまで至れり尽くせり本当に感謝しております！！毎月ありがとうございます！！🍷🍷🍷

食料品とスニーカーを受け取りました。急なお願いにも関わらずご対応頂きありがとうございました。

息子達は頂いた新しい靴で元気に登校しています。今週末に運動会なんですけど、一等取るとはりきってます。

食料品もたくさん入れていただき、大袋のブラックサンダーをいち早く見つけた息子です。なかなか物価高でお菓子などはどうしても諦めてしまうので大喜びしてました。本当にいつもありがとうございます。今月もがんばります。

サポーターの皆さん、先月もスペシャルボックスありがとうございました。リクエストしていた子どもの好きなキャラクターのグッズが沢山入っていて、ダンボールを開けた瞬間取り出して喜んでいました！！本当にありがとうございます😊普段イベント以外では基本のご褒美が無いので、喜びをどうして良いか分からない様子でした。

いつも沢山の食材や幸せをありがとうございます！子どもの笑顔を見て更に幸せ度 up しました♡

.....

いつもスペシャルボックスありがとうございます。

9月下旬から子供達が続けてインフルエンザに罹患し、最後の最後に私に移りまだ療養中ですが、一気に全員ではなくてよかったです。本当に流行っており、中2の子は学年閉鎖になってしまいました。

でもスペシャルボックスも来たところで子供たちだけでもご飯を食べてもらえることができ、こう言うときは改めて助かると実感しました。パスタやうどんや、湯せんでのカレーや丼もの！がんばって私の分までしてくれています。たまにはいたれり尽せりもいいものですね。

仕事を4日間お休みしないといけないけど、有休も残り少ないのでどうしようかなあ。と…急に寒くなり、冬支度も出来てないまま療養しちゃったので、衣替えがんばらないといけないです！感染症もまだまだ増えるかと思いますが、皆様もお気をつけください。いつもありがとうございます😊

.....

スペシャルボックスを受け取りました。手作りケーキはマロンケーキ。美味しかったです。長女がいただいた里芋で煮っころがしを作ってくれました。長女は里芋を、次女は日持ちのするパンを喜んでいました。サポーターの皆様ありがとうございます。

長女が推薦で大学に合格しました。面接と作文で学科試験なしで決まってラッキーでした。ほっと一安心です。

早速、入学金と前期の授業料 804500 円を振り込みました。授業料以外にも、定期代、パソコン、教科書等まだまだお金がかかります。しっかりと勉強してほしいものです。

2月～3月にWEB入学手続き、必要書類を郵送しないと入学取り消しになるので気が抜けません。

.....

今月もスペシャルボックスをありがとうございます！

発送作業に参加しました。100個並んだ空っぽの段ボール箱が、数時間後には蓋が閉まらないほどにぎゅうぎゅう詰めに。毎回、幸せな気持ちになります。ケーキを数えると、もしかしたら足りないかもという感じだったのですが、作業途中で配達があり、ピッタリ揃いました。全ての箱にハロウィンパッケージのお菓子が入ったので、開けた時の子どもたちの顔を思うとワクワクです。嬉しい里芋は、大好きな昆布と煮物にしました。下茹でしてから皮をむくという方法、本当に楽ちんですね！今回は、大量に菓子パンがありました。いろいろなものが値上がりして、菓子パンやおにぎりも昔の1.5倍か2倍くらいの値段になっています。私の3人の息子たちは自立して家を出ましたが、もしも今食べ盛りだったらと思うと恐ろしいです。

今回は学生ボランティアさんがきてくれていました。終わった後のランチタイムでおしゃべりしている姿を見て、以前なら楽しそうに羨ましいと感じただろうなと思いますが、今回は、私も楽しむぞ～という気持ちです！また今からの1ヶ月もたくさん笑える毎日にしよう決めました！！これも全て、サポーターの皆様とシンママ大阪応援団の皆様ののおかげ様です。急に冷え込みました。体調管理をしっかりしていきたいと思います。みなさまもお気をつけください。

いつも本当にありがとうございます！

## ★スペシャルボックスについてのお願い

くどいほど、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とお願いしていますが、毎回大きな袋いっぱいのごみがでます。よろしく

