

## おウチで頑張るママ達へ

子どもとウチで過ごす時間が増えてしまいました。

ぽかぽか広場でいつも元気いっぱいエネルギーを発揮していた子どもたち、最近の出来事やおウチでの子どものステキな姿をたくさんお話ししてくれたママ達、今、どうしているかな・・・どんな気持ちでいるかな・・・と思っています。

いつもとは違う状況をスッと受け入れて普段あわただしくてできなかった「時間がかかること」（子どもとお散歩とか、一緒にお料理とか）に挑戦している人もいるでしょう。「たまには」そんな風に過ごしてるよ、という人もいるでしょう。

でも

いつも いつもはできなくて。

泣きつづける赤ちゃんに、思いつくこと全部試してみただけど全然だめで。

「もー、なんなの・・・カンベンしてよ!」とか「嫌がらせしてんの?」なんて風に思えてしまったり

2~3 才さんの「イヤイヤ」スイッチオン! に困って負けちゃいそうで、でも「負けじ!!」とぶつかっちゃう頑張り屋さんなもんだから結局大声上げて、キツイ言葉を言い放ってしまったり。

夜中、寝顔を見ては「なんであんなに・・・」って自己嫌悪して「ごめんね」したり。

日常がガラリと変わり、人に会いづらいこの状況。先が見えない不安やそこに起因するイライラは、あっても当然だと思うのです。その感情にふたをしてやり過ごそうとしても、これ、長一い目で見ると、、ちょっと自分がかawaiiそうです。

ぽかぽか広場は今、閉鎖中ですが、そこには実は（月）から（木）の9:30~16:30、必ずいつものスタッフがいます。しんどい気持ちや疲れちゃった気持ちを、電話で聞くことができます。「特効薬」にはなれないかもしれない、でも、いつものように聞いたと一緒に考えたりすることはできます。子どものこと、家族（パートナー）のことで困ったりつらかったり、ちょっと誰かとしゃべりたいなーってフツと思ったらいつでも電話してね。できる限り頑張っているママ達の、力になりたいんだ。

ぽかぽか広場 23-5551（直通）