



大阪の里親仲間の皆さま  
そのご家族の皆さま  
そして周りでご支えてくださっている皆さま



## 「今こそ つながろう 里親子」

日頃は様々なことにご協力いただきありがとうございます。  
とうございます。

新型コロナウイルスの予防・拡散防止の対応について日々変わる状況や情報に翻弄される毎日をお過ごしかと思います。イベント中止、休校、外出移動制限、テレワーク等これまで経験したことのない事態に見舞われ、マスメディアやSNS上でもパンデミック、ロックダウン、クラスター等の普段聞かない言葉が飛び交っています。まさに見えない敵、誰もが経験したことのない戦いに否応なしに挑まされています。

長い時間家族だけで限られた空間で過ごすことが強いられる、外に出たくても出てはいけなく、外で思い切り走り回れない。こんなこと今までにあったでしょうか？まるで修行？しんどい状況が続いていますね。つつい溜まったストレスのはけ口は、身近な家族になりがち。私たち里親も同じように、家族だけの濃密な時間にしんどい思いをしています（大丈夫、しんどいと言って良いのですよ）。新規委託はケースワーカーさんと共に今まで以上に慎重に相談しながら取り扱わなければなりません。不安な気持ち、心配していることは伝えていきましょう。高齢者を含め家族、夫婦、実子、養子、里子の安全も考えながら、しんどい思いは、関わっている仲間、支えてくれる方たちと相談しましょう。自分だけで抱え込まなくても大丈夫です。無理も禁物です。里親は元気でないと出来ませんよね。

家庭の中で、お掃除、料理、できなかった片付け、体操、読書、英会話、裁縫、絵画、挑戦したかったこと、家族の中で朝礼など時間割を作ってみる。オモロイことを探しあってみる。今こそ家族の在り方を考え直すきっかけにしませんか？休校でも学ぶことは家庭の中にいっぱいです。ある里親会はSNSで面白い画像を送り合っテニコツと気持ちをほぐし合っています。しんどくなったら、里親会のSNSで相談する、各支援機関に連絡する。里親子支援機関「えがお」はテレワークに切り替わりました。機材もなくスムーズにはいきませんが、なるべく通常通りの事業を継続できるよう努力を致します。今こそ、つながりませんか？相談し合いませんか？

「えがお」HAPPYマスク作戦も取組み中です

ホームページから  
お問い合わせ、ご相談も受けます→



また、こんなサイトもありますので、ご覧ください。↓

- 「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！  
～負のスパイラルを断ち切るために～」(日本赤十字社)  
[http://jrc.or.jp/activity/saigai/news/200326\\_006124.html](http://jrc.or.jp/activity/saigai/news/200326_006124.html)
- 「新型コロナウイルスを心配している子どもや若者の支援ガイド」  
(オックスフォード大学、レディング大学)  
[http://jabt.umin.ne.jp/jpdf/COVID19\\_20200401.pdf](http://jabt.umin.ne.jp/jpdf/COVID19_20200401.pdf)
- 「新型コロナウイルスに対する不安 大人も子どももどんなふうに分の気持ちと付きあったらいいんだろう？」(医療法人仁誠会 大瀬病院)  
<http://www.ob3.aitai.ne.jp/~okutehp/covid19.html>

