

# “生きる力”は遊びから

～こどもたちの笑顔のために～

## 第1回

### しあわせを順番に送る“ペイフォワード”



中川 奈緒美 (なかがわ なおみ)

「NPO法人あそびっこネットワーク」代表。  
「プレーパーク」「おひさまびよびよ」「練馬区立こどもの森」など、練馬区内7か所の公園で、乳幼児の親子や子どもたちが自由にのびのびと遊べる“あそび場”を運営している。<http://asobikkonet.com/>



ちーさん

わたしはひとり、手は2本。それなのに、上の子がお弁当をひっくり返し、下の子はおもらしをする。帰り支度をして振り向くと、水たまりにダイブしている。自転車に眠るふたりの子。帰り道に買い物をするのは諦める。ひとりぼっちの子育て。

だけれど時々、思いがけず人の親切に触れて、何度も救われてきました。「ペイフォワード」という言葉があるそうです。自分が受けた親切を、今度は他の人に渡していくこと。しあわせを次に送ること。

困っているときに「どうしたの？」って声をかけられたら、次は自分が同じことを誰かにできる。「いいよ、手伝うよ！」って助けられたら、やがて余裕ができたときに、今度は自分がそう言える。

この文章は、「練馬区立こどもの森」のスタッフ白石智恵子さんが書いたものです。

私が出産をして育児を始めたのは、夫の赴任先の雪国・新潟県。中野区育ちの私には、田舎暮らしや雪国の生活は勝手が違います。さらに夫の帰宅は遅く、気がつけば母子2人の密室育児状態に…。「ダメだ、とにかく外に出よう」と、アーケードのある商店街をウロウロしていると「かわいいね～何歳？」と、お店の人が声をかけてきます。最初は面食らいながらも、いつの間にか顔見知りの人が増えました。そして雪が解けると公園にも通い始め、子どもは友達と一緒に遊び、私は他の親たちと子育ての愚痴を笑い飛ばせるようにもなりました。近所に話せる人や頼れる人がいることで、私と子どもの日常生活は一転、充実しました。私は今でも、子育てをしていた新潟を第二の故郷だと思っています。

しばらくして、私たち親子は東京の練馬区に戻ってきまし

た。しかし、子連れでも知らない人には声をかけない東京流を、少し寂しく感じるようになっていました。また、少子化、核家族化、外遊び場離れが原因なのではないでしょうか、子どものいない公園が多い状況を知り、切ない気持ちにもなりました。

現在、あそびっこネットワークが運営する乳幼児の「あそび場」には、泥んこになって遊ぶ子どもたちと、それを笑って見守る親や地域の方が集まっています。そして、我が子が育つ練馬が、温かい人と人のつながりがある故郷になることを願い、“ペイフォワード”を実践するスタッフがいます。

どうぞ、どなたでもお気軽に遊びきてください。



イラスト：小原 純