

# 旬のたより

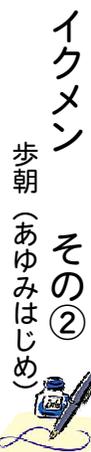
ホームページ→<http://amakusa.biz>

**イクメン その②**  
 歩朝（あゆみはじめ）

イクメン真っ最中の若者に話を聞きました。「子供としっかり向き合っただけで、こんなに大変だとは思いませんでした」と。そうだと思いません。「妻は子供を一年近くお腹の中で大きく育てて、そして大変さについて思いをしてお産をし、一年間は子供のそばを離れることができなかった。どんなに大変だっただろうと、よく分かりました」と、奥さんをねぎらっていました。

私の知人の息子さん夫婦が、長男を出産し、今年5歳になります。その有様をつぶさに見る機会がありました。「一歳近くまではそれは大変！今までご機嫌で誰にでも抱かれていたのが、ちらっとでもママの姿が見えなくなるとママと大声で泣き出します。ママが「トイレだからちょっと待って」と言っても、ドアの前に行って中に入れてくれるまで、泣きながらママコール。

今問題になっている出産後の母親のうつ状態。分かるような気がしますが、仕事を抱えている人は焦りの状態になったり、又自分のそんな状態を話す相手もない。また夫が仕事などで精一杯の状態だとおさらひ



かつての日本の家庭では、親と住むことが多く、先輩として色々アドバイスを受けたら、又育児に協力してもらえたことで、今がほとんどが核家族の生活で孤独の状態です。女性の社会進出が当然のこととして認められてきている現代、女性にしかできない妊娠・出産を安心してできるように、そして離乳食になると、子育てを分担して仕事に復帰できるように「男性の育児休暇制度」イクメンができたと思えますが、残念ながら現状では大多数がその恩恵にあずかれない状態だと思えます。

男女を問わず今の日本の労働条件の悪さは、大変ひどいものがあります。妊娠出産にさいして不利益な扱い、「マタニティハラメント」と呼ばれるそうです。また「パワーハラメント」と呼ばれる、上司の行き過ぎた言動も大変多いと言われています。

今、ブラック企業なるものが若者を苦しめています。派遣切りなどの問題と、安定した生活をするうえで考えられるあらゆる問題を解決していかないと、安心して子育てはできません。このような問題を含めて少子化はますます進んでいます。

ある会社では、残業問題について新しい方法を取り、社員に好評だというニュースが最近ありました。早朝から深夜まで働き続ける、過労死の問題もたくさん起きています。外国からは、「日本の労働者たちのありようはキチガイ沙汰だ！」と言われているそうです。一家団樂の食事風景は日本ではもう見られないのでしょうか！

子育ては当人たちの問題もありますが、国の問題でもあるのです。近頃よく考えるのですが、高齢者になった自分にも何か役に立つことがないのかな？

地域で取り組み、子育て中の若い夫婦が、安心して仕事に行けるようなサポート体制を作らなければ、作っていかないと思っています。

そういえば私も子供の頃立派なイクメンでした！。十歳の頃から背中にも弟がくくりつけられていました。そして夕食も作っていました。

しかし大人になってからは……ただ妻がいなかっただけです！



## 鍋の季節！

### 鍋スープ入荷しました！

——化学調味料不使用・ストレートタイプ——

- あっさりしょうゆ味の寄せ鍋スープ 600g 320円
  - こくとうま味のみそちゃんこ鍋スープ 600g 320円
  - まろやか豆乳鍋スープ 600g 320円
- など、取り揃え中！11月11日(月)一割引



## ご来店者様特典恒例

### 一割引デー

《11月11日(月)》

砂糖、しょうゆ、だしなどの調味料、又お口の健康プレミアム製品、洗浄液ウオーツシュ、新商品玄米酵素など、まだお試しではない商品などこの機会にぜひお試し下さい。

\*野菜、惣菜、割引商品は対象外となります。

## 天の草ふれあい文化センター後援

### 秋のイベントご案内 ぜひお出かけください！

### 第28回 若い芽のコンサート

天草在住の幼児～高校生までの音楽コンサート  
 期日 11月23日(土) 午後1時  
 場所 天草市民センター大ホール  
 入場料 500円  
 ゲスト 磨 椋平(ピアノ)



ショパン国際コンクール in ASIA 全国大会出場、  
 ヨーロッパ国際ピアノコンクール in Japan  
 ジュニア特級全国大会銀賞 他受賞多数

### 第21回ファミリーコンサート

家族・お友達単位のアンサンブル・合唱などアットホームな楽しいコンサート  
 期日 11月17日(日)午後5時  
 場所 天草市民センター  
 入場料 無料  
 ゲスト 天草バレエスタジオ

### 第10回 天草グリーングリーンコンサート

音楽好きな大人の方の和楽器・ギター・洋楽器・歌などソロ・アンサンブル  
 期日 11月23日(土)午後7時  
 場所 天草市民センター  
 入場料 無料  
 ゲスト 石垣 博志(チェロリスト)

### FAX 番号変更のお知らせ

11月1日より、ゆるっとショップあまくさ(浄南町)のFAX番号が0969(24)3698に変更になりました。電話は変更なく24-3697です。お間違いのないようご注意ください。

### 薬でないけど常備役！！

ムシ歯を防ぐ・歯垢を除去する・口臭を防ぐ

## プレミアムN(ナチュラル)

ご家庭に一本常備して健康な生活を過ごしましょう  
 100ml・・・2,100円(税込)



## 株式会社 やくそうの島 天草社

ゆるっと天草食農ネットワーク  
 TEL0969-24-3697 FAX 24-3698  
 〒863-0034 天草市浄南町59-3  
 info@amakusa.biz

facebook 「ゆるっとショップあまくさ」で検索！

天草の食材で作った 毎日70食限定

調味料もすべて無添加・自然食品を使っています

# 三喜のお弁当メニュー



安心・安全食材で手作りの味をお届けします。

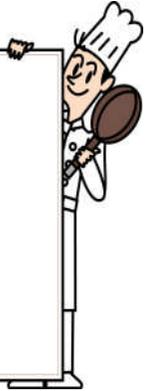
★肉・魚類も全て国内産を使用し、出来る限り天草産を使用しております。

## 弁当全品 500円

三喜(厨房)  
TEL/FAX 22-1545

ゆるっとショップ(浄南町店)  
TEL/FAX 24-3697

もやいショップ(銀天街店)  
TEL/FAX 27-5310



定番

● 幕の内弁当 550kcal	● 唐揚げ弁当 770kcal
● 豚カツ弁当 750kcal	● 鶏の照り焼き弁当 560kcal
● 魚フライ弁当 720kcal	
● コロッケ弁当 610kcal	

定番弁当は毎日(月~土)出来ます

チヨイス惣菜

【1パック150円】単品(前日予約)

● 玉子焼き	100g	128kcal
● ごぼうきんぴら	100g	45kcal
● 煮しめセット	100g	100kcal
● さばの味噌煮	約100g	206kcal
● 酢の物	100g	43kcal
● 肉野菜炒め	100g	120kcal
● ひじき煮	100g	67kcal
● 肉じゃが	100g	180kcal

~お知らせ~

・マクロビ弁当は前日の午前中までにご予約お願いします。  
・当日でもお受け出来る場合もございますが、メニュー変更やお時間がかかりますのでご了承下さい。

◆FAX注文は下記もお書きください

お名前:  
お電話:

日替り

11/11(月) 690kcal 米粉唐揚げ カレー風味	11/12(火) 本日はヘルシー弁当(事前予約)の為「日替り弁当」「マクロビ弁当」はお休みです。	11/13(水) 665kcal ・チキン南蛮 甘酢ダレ	11/14(木) 670kcal ・魚の照り焼き	11/15(金) 705kcal ・チキンカツ タルタルソース	11/16(土) 580kcal ・三色弁当
---------------------------------------	---	---------------------------------------	--------------------------------	--	------------------------------

マクロビ

<ul style="list-style-type: none"> <li>・黒米ごはん</li> <li>・大根マーポー</li> <li>・白菜の煮びたし</li> <li>・こんにゃくきんぴら</li> <li>・漬物</li> <li>・みかん寒天</li> </ul> <p>~~~~~</p> <p>560kcal 造血効果</p>	<p>ご注文の際はお電話でお問い合わせ下さい。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・玄米ごはん</li> <li>・大根のステーキハジソース</li> <li>・金時豆とさつま芋のいとこ煮</li> <li>・★かぶのしょうが焼き</li> <li>・漬物</li> <li>・りんごコンポート</li> </ul> <p>~~~~~</p> <p>568kcal 胃を守る</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・玄米ごはん</li> <li>・大豆とひじきのコロッケ</li> <li>・★きくらげと白菜のくず煮</li> <li>・干し柿なます</li> <li>・漬物</li> <li>・さつまいものレモン煮</li> </ul> <p>~~~~~</p> <p>588kcal デトックス効果</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もち麦ごはん</li> <li>・車麩の吉野煮</li> <li>・山芋の梅和え</li> <li>・ほうれん草のソテー</li> <li>・漬物</li> <li>・豆乳もち</li> </ul> <p>~~~~~</p> <p>570kcal コレステロール低下</p>	<p>~マクロビ弁当とは~</p> <p>肉、卵、乳製品を使わず、できるだけ地元の無農薬野菜を使って作る穀物菜食の食事です。 週に1~2回でも食べてみませんか?心と体にほっとする弁当です。</p> <p>★マークは新作メニューです。</p>
---	-----------------------------	---	--	---	--

★★ご飯を「白ご飯」「麦ごはん」より選択できます。ご注文時にお申し付け下さい。★★

※食材等の都合により、メニューの変更がある場合がございます。