

# 声

二〇二四年度版

はじめに

「いまどき、おなかをすかせた子どもたちなんてどこにいるんだ」

活動を続けるうち、幾度となく耳にするお声です。

子どもたちに「おやつ」を届けたい。仔細を考えず、無我夢中だった十年前、自分自身も身近に、そんな子どもたちがいるという実感を持つことはできませんでした。

「さいごにお腹いっぱい食べさせてあげたかった。ごめんね」

手書きのメモが残されていた大阪の事件からもう十数年が経ちました。二度と悲劇を起こしてはいけない。たとえどこに居るかわからなくとも、社会とのつながりを持つ、「たすけて」の声を上げられない子どもたちがいる。子どもたちのため、自分のことを後回しにするお母さんがいる。「おやつ」をまっ持っている人がいる。

「この活動、十年は続けようと思います。子どもたちが成長した姿を見届けてこそ、この活動の意味を理解できると思うから」

活動を始めた頃、参加してくださったお坊さんの言葉に励まされました。想いは変わることなく、全国のお寺の「おそなえ」を仏さまからの「おさがり」として、日本中の子どもたちへ「おすそわけ」する活動を続けています。

この十年、たくさんの方が事務局に届きました。子どもの貧困率や児童扶養手当受給率などの統計指標では感じることでできない、ひとり親家庭、それぞれの窮状を伝える生声です。活動を続けてきたからこそ、届けてもらえた「声」は、社会とのつながりを求めています。たよってうれしい、たよられてうれしい。うれしいが実感できる社会を目指して、声なき「たすけて」に耳を傾けながら活動を続けてまいります。

認定NPO法人おてらおやつクラブ 代表理事 松島靖朗



1月1日能登地震の被害に遭いました。

自宅の壁や給湯器も壊れてしまい、絶望してしまいました。その時におてらおやつクラブさんからのLINEを見て思わず助けを求めてしまいました。食べものだけでなく日用品やお手紙まで頂戴し、本当に嬉しかったです。忘れかけていた人の優しさやありがたみを感じて、今は必死に前を向こうと頑張っています。いつか私も支える側になれるよう1日1日、強く生きたいです。

福井県30代／お子さん1人



この度初めておてらおやつクラブに登録しました。

おすそわけをお願いして数日で届き、その早さに驚いています。

生活困窮者の私に、このような場を提供してくださりありがとうございます。

箱を開けると、お寺の方の直筆のあたたかいお手紙、お菓子やお米、缶詰や日用品がいっぱい詰まっています、見ず知らずの私にここまでしてくださるなんて：

とありがたくてありがたくて涙がとまりませんでした。

お寺の名前があれば、お礼参りに伺おうと思っていたのですが、何も記されてなかったなので、お手紙に手を合わせて感謝を伝えました。

子供も大変喜んでおりました。

「お寺のばあば」さん、ありがとうございます。御恩は忘れません。

香川県40代／お子さん1人



箱を開けた瞬間、気のせいかもしれませんが、なんとなくお線香の香りがしたような気がして、心にジーンとききました。嬉しい、ありがたい気持ちでいっぱいです。仏様が先に召し上がりられたのだなと思うと、こんな私達にまで恵んでくださったのだと、感謝感謝です。大切に娘といただきます。本当に本当にありがとうございました。

熊本県50代／お子さん1人

ただただ感謝の気持ちでいっぱいです。今とてもお米が値上がりしてしまっていて食費がかなりかかってしまい……。息子ふたりには我慢させたくないのですが、値引きされている物を買ったり、私の食事を減らしたりしていますが、お店へ行くとお米以外にも値上がりしている物ばかりで買うのをためらってしまう状況です。そんな中で普段では買うのをためらってしまう物を沢山送っていただいて、その上、手書きのお手紙も入っていて、とても救われる思いがしました。本当にありがとうございます！

長野県40代／お子さん2人



受け取る前は、ポテトチップ、かっぱえびせんなど、一袋1000〜1500円の大袋のお菓子が7〜8個くらい入っているのかなと思っていました。宅配の方から受け取った時、ずっしりしていたのでびっくりしてすぐ中身を開けました。2歳になったばかりの息子が、まだしっかりとお話ができないのに「すごい、すごいねえ」と言って、ゼリーやお菓子を持って部屋を走り始めました。よく見たらお米も石鹸も入っていて驚きです。夢や希望が詰まったびっくり箱をありがとうございます。

愛知県30代／お子さん1人



箱を開けてみると一番に子どもに宛てたメッセージカードが目に入りました。母宛てではないのに、涙が止まりませんでした。悲しくない、悔しくない涙はいつぶりでしょうか。おてらおやつクラブさんの優しさに触れ、生活にも仕事にも強ばっていた気持ち在和らぎました。まだ頑張れそうです。ありがとうございます。ます。肝心の子どもの反応は、思春期男子は淡白で、「そうなん。ありがたいなあ」のみのコメントでしたが、柑橘類とご飯のお供類は「これ美味しそう。晩ごはんではなくなりそうやん」と言っていました。有り難く頂戴いたします。また、疲れてしまったときには、優しさに触れさせていただけると母の支えにさせていただきます。

京都府40代／お子さん1人



離婚当初、周囲から心無い言葉を言われた事がトラウマで、誰にも頼らない！自分の力だけで子供を育てると決め無我夢中で仕事、育児をしてきました。

しかし無理がたたって心身ともに不安な頃、こちらの存在を知りました。誰にも頼らないと頑なに意地をはっていましたが、やはり限界でした。また同時に辛い時は辛いと、助けて欲しい時は助けてという事が自分の為でもあり子供の為になるのだと分かりました。

おすそわけを頂いたことで、一人じゃない、どこかに私たちを応援してくれる存在がいるということに励まされました。お米やお素麺等夏休みにはとても助かります。またお菓子は子供がとても喜んでいました。

明日への活力を頂いたような気がします。

子供をしっかり育てること、そして私自身もスキルアップを図り子供に恥ずかしくない生き方をしていきたいと思います。

愛媛県30代／お子さん1人

お菓子だけ届くかと思ったら日用品やレトルト食品が入っていて驚きました。生活の助けになるよう考えてくださっているのが伝わりました。

うちは車がないので取りに伺えず、家に送ってもらえるのは本当に有り難いです。

SNSも拝見しました。暖かさや心が籠もっており涙が流れました。職場は母子家庭に特別扱いはありません。頑張ること、我慢が当たり前。みんな大変。負担にならないよう近所の方にも困っている姿は見せられません。どうしても孤独です。助けてもらえることが本当に嬉しい、応援してもらっていると感じられて本当に嬉しいです。



千葉県30代／お子さん1人

沢山の食料に、心強くなるメッセージまで有難う御座います。まだ頑張れそうです。毎月毎月、必死で生きてます。

光熱費がキッチンと払えなかったり、学校から残高不足で引き落としが出来なかったと手紙がきたりもします。

子供には、恥ずかしくて見せれないし相談する親もいません。

人生諦めようかと思つた事も度々あります。気分の浮き沈みが激しくパニックになる事もありますが、病院には怖くて行けてません。

子供の笑い顔が生きる気力です。

メッセージ：凄く嬉しかったです。

有難うございました。食料、大切に頂きます。

兵庫県40代／お子さん1人



この度は箱いっぱい様々な品物をお送り下さりありがとうございます。ご  
ざいました。今年は寒さが厳しい上に光熱費も物価も高騰し、  
何もかも我慢して辛い思いをしてばかりです。今まで生きて来た  
中で努力を怠ったつもりはないのに、何の為に生きているのだろ  
うと思います。しかしそのような状態を発する場もなく精神的にも参って  
おります。そんな中「温かい飲み物を」とのお言葉に心まで温まる気持ちになり  
ました。お餅やフリーズドライの汁物類は携帯性もあり日持ちするので助か  
ります。車もなく仕事をしていると手渡し食糧支援に並ぶのが難しい為、こ  
のような活動をして下さり有難く感謝いたします。

京都府40代／お子さん1人



手書きのお手紙は子供たちだけでなく、私へも気遣っていただいている内容でとても感動しました。おやつだけでなく、学習ノートや調味料など子どもたちのいる生活を想像して詰めてくれたんだろうなと思うと感謝の気持ちでいっぱいです。

また、今どこもお米の在庫がなくなってなかなか買えない状況の中お米が入っていて驚きました。私たちがどんなことで困っているかをたくさん考えてくださって準備してくれている姿が目に見えました。本当に嬉しかったです。

私の勤務先でも団体としておすそわけを受け取らせていただいています、シングルマザーのご家庭に届けさせていただけます。

今回個人的に受け取らせていただいて、さらにたくさんのご家庭におてらおやつクラブの存在を知ってもらい、受け取ってもらいたいと思えました。

北海道30代／お子さん3人

いつも心あたたまる食べ物やメッセージありがとうございます。

生活は本当にキツイの一言です。

物価高、給料は上がらない、光熱費の圧迫、育ち盛りのこどもにごはんは待ったなし！

どうもがいても毎月マイナスです。

どこから支払いしなきゃ止まる？とか、これを支払うと食費月末まで持つ？などお金の問題は本当に考えない日はないです。

私はこどもの残りや、量を減らして食べたり、お米は頂いたものがあるので、こどもが寝たあとごはんだけを食べたりして、空腹を満たしている感じです。

こんな生活している人が日本にいるの？って思われているかもしれませんがこれが現実なんです…。  
せめて食費を減らすこと、生活に直結している物の消費税下げてもらえると買うものも変わってくると思います。

奈良県40代／お子さん2人

今回はじめて申請させていただきました。

このコロナ禍や物価高の中、ギリギリのところでも所得オーバーにより児童扶養手当が不支給になって数年が経ち、今年になって所得制限で児童扶養手当に該当しないひとり親でも受けられる支援があることを知りました。

子どもの急病時、ひとり親は職場で肩身も狭い思いをしています。自分の体調不良時には病院もなかなか行きにくくなりました。

働けば働くほど子どもとの時間がなくなり、気持ちの余裕もなくなりつい急かしてしまいます。今回、支援や繋がりがあること、気持ちも楽になりました。夏休みに学童へ行くにもお弁当の用意があり、送っていただいたお米は大変助かります。普段自分にお金をかけられないのですが、ヘアトリートメントや化粧品も入れていただいたので自分時間も大事にしたいと思いました。



大阪府30代／お子さん1人



住んでいる地域にはこうした配達の取り組みはなく、フードバンクが何ヶ所かにあることは知っていますが場所的にも中々気軽に行ける生活状況ではなく、フードバンクの近場でなければ意味がないので、最近はひとり親やフードロス削減でフードバンクが取り上げられていますがいとも残念に思っていました。個人宛におてらおやつクラブさんが送ってください、とても嬉しかったです。夏休みに届くのかな？と思っていたので迅速な対応をしてくださいました。子どもはやっぱりおやつが好きなので、配達されたおやつへの反応が良かったです。

山口県30代／お子さん1人

段ボールを開いたら、すぐに頂ける菓子類が多く、夏に嬉しい  
カルピス、ゼリーなどもあり、子供が「嬉しいね、有難いね」と  
目を輝かせていました。母も「本当その通りだね」と答えました。  
お供えして下さる方々、お寺さんのどちらにも本当に感謝で  
いっぱいです。

いつの日か、同じように困っている方々にできる限り寄付できる  
私達になりたいと思いました。

宮城県40代／お子さん2人



いろいろな種類のお菓子が入っていて娘も喜んでいました。カルピスも嬉しかったです。

これまで何度もおすそわけや、無料クーポンに助けて頂き感謝の気持ちでいっぱいです。娘2人と田原本のレストランでそれぞれ好きなメニューを注文して食べさせて頂いたこと。嬉しくて写真を撮ったこと。懐かしく思い出しました。

母子家庭に引け目を感じ、社会からも下に見られてるように勝手に感じて、人にも言えず周りとも自分から距離をとってしまっていました。定期的に届くお寺おやつクラブからのメッセージに、見捨てられてないんだ、万が一のとき、どうしようもなくなったときはここへ連絡すればお話をきいてもらえる。そう思うことでとても心強かったです。物資でも精神面でも私のココロの支えでした。

今まで本当にお世話になりました。

あと数ヶ月で子育ても卒業です。自分を褒めたいです。

奈良県50代／お子さん2人

## 「認定NPO法人おてらおやつクラブ」について

おてらおやつクラブは、お寺への「おそなえ」を、仏さまからの「おさがり」として頂戴し、子ども支援団体やさまざまな事情で困りごとを抱えるひとり親家庭へ「おすそわけ」する認定NPO法人です。

「おすそわけ」が広がっています。

登録家庭  
全国 約**14,000**世帯



賛同寺院  
全国 約**2,100**寺院



登録支援団体  
全国 約**900**団体



2024年12月現在

2023年度、  
「おすそわけ」の配送費は  
約**960万円**でした。

檀信徒  
地域の方・応援者

おそなえ

お寺

おすそわけ

運送会社

配送

支援団体

保護者・子ども

皆さまの「おそなえ」により、  
おかげさまで物資調達にお金をかけずに  
活動を継続できています。

活動趣旨に賛同する全国寺院と支援団体、また連携する企業や自治体協力のもと、食料品や日用品をひとり親家庭へお届けしています。お寺の「ある」と社会の「ない」をつなげ、無理のない範囲で支援活動を始めるきっかけを作ること、  
「たよってうれしい、たよられてうれしい。」  
と  
思えるような共助社会の実現を目指しています。



「子どもの貧困について考えよう」開催  
普賢院(青森県八戸市)



株式会社フェリシモ「みんなでおそなえギフト」の様子  
飛鳥寺(奈良県明日香村)



愛知県春日井市と連携協定を締結  
(愛知県春日井市)



株式会社フェリシモ「みんなでおそなえギフト」の様子  
壺阪寺(奈良県高取町)



奈良県三宅町と連携協定を締結(奈良県三宅町)



おすそわけを受け取った  
家庭からの手紙



おすそわけ梱包作業の様子(北海道札幌市)



山形県山形市と連携協定を締結(山形県山形市)



## ご寄付の方法

- ① クレジットカードでのご寄付  
2種類の方法からお選びいただけます。  
【継続寄付】…毎月定額で引き落としされるご寄付  
【都度寄付】…一回でまとめてご寄付  
振込によるご寄付
- ② 【郵便振込】…同封している振込用紙をご利用ください。  
【銀行振込】…振込前にお問い合わせフォームから  
ご連絡ください。
- ③ 遺贈寄付  
詳細をご案内しますのでお問い合わせフォームから  
ご連絡ください。

寄付に関する詳細は  
こちらをご覧ください



おてらおやつクラブは「認定NPO法人」です。  
おてらおやつクラブへのご寄付は  
税制優遇の対象となります。

※税制優遇の詳細については、最寄りの税務署までご連絡をお願いします。

## よくいただくご質問

- Q 領収書はいつどのように発行されますか？
- A 寄付の方法により異なります。
1. 個人の継続寄付(クレジットカード決済)の場合、  
1年分の領収書を翌年の1月中旬に郵送します。  
2. 1.以外は全て着金日の翌月中旬ごろに郵送します。
- Q クレジットカードの変更や、継続寄付の金額を変更できますか？
- A 可能です。お問い合わせフォームからご連絡ください。

## ご寄付に関するお問い合わせ

下記二次元コードの  
お問い合わせフォームから  
ご連絡ください。



たよってうれしい、  
たよられてうれしい。



「声」冊子 2024年度版 2024年12月1日 第一版発行  
©無断複製・転載・引用を固く禁じます

この冊子はフコク生命THE MUTUAL基金の助成をもとに制作しました。

発行人 松島靖朗  
協力 デザインで株式会社  
イラスト 青豆 渡會奈央  
発行所 認定NPO法人おてらおやつクラブ  
〒636-0311 奈良県磯城郡田原本町八尾40  
info@otera-oyatsu.club



公式ホームページ