

【目次】「自分の時間」を持つのは、わがままですか？ 0・1・2・3

AERA with Baby

2014
6
700円

子育てという、しあわせ。

夜泣き専門保育士が指南

「寝ない」
「夜泣き」を
解決します！

【目次】

習い事いつ始める？

リスクは？ 親友は？

予防接種の基礎知識

ゆるストレッチで

肩こり・腰痛がラクに

寝ぐせはなしはもったいない！

写真の飾り方27

痛くない！

トラブル知らずの授乳法

【目次】

「寝ない」「夜泣き」

「音楽と本」

「子育ての悩み」

絵本作家 とよたかすひこ

どうして私だけ、こんなに忙しいの!?

「自分の時間」を どうつくる?

ひとり遊びの間 家事の時短 賢く預ける





私を変えてくれる
すてきな本

『99%ありがとう
ALSにも奪えないもの』

藤田正裕 / 著
ポプラ社 1500円

治療法がない難病「ALS」と闘いながら、現在も仕事を続けている広告プランナーが、自らの揺れ動く心をつづったエッセー。4月にNHK Eテレ「ハートネットTV」でも取り上げられ、注目を集めている。



**難病を宣告された青年の
「生きる」決意とは？**

ALS(筋萎縮性側索硬化症)は、全身の筋肉が動かなくなっていく難病だ。やがて肺や心臓を動かす筋肉が動かなくなり死に至る。国内に患者は約9千人いるが、原因不明で治療法も確立されていない。

3月まで放映されていたフジテレビ系のドラマ「僕のいた時間」で、三浦春馬演じる主人公がこのALSだったことで知った方もいるだろう。

東京生まれで、幼少期を海外で過ごした著者は「ヒロ」の愛称で大勢の仲間から愛されるサッカー好きの青年だった。夢だった広告プランナーになり、順調な人生を送っていたが、30歳のある日、腕が上がらない、脚が思うように

動かないといった症状に気付いた。検査の結果、診断は「ALS」。それは死の宣告に等しい。「その瞬間から、人生が変わるのを全身で感じた」が、苦しみ、悩みながらも病気と共に「生きる」ことを前向きに選び取っていく。

ALSは体が動かなくなっても、感覚や知能ははっきりしたままだ。残された機能を使ってできる限り普通に生きていこうとする著者を、仲間たちが温かく支えていく。

バイリンガルを生かし、英語と日本語で、時に明るく、時に感情をストレートにつづったエッセー。生きることの意味を真正面から問いかけられて、正直胸が熱くなる。

文 猪熊弘子



し汁の甘辛い香りの誘惑との、気が遠くなるほどの我慢比べが続いた」
豚肉は旨い。そして、深い。