

子育ての悩みに寄り添う絵本  
**子育てと絵本** vol.6

## 妊娠中からの支援と絵本

長引くコロナ禍での妊娠生活や出産、そして子育て。心配や不安が多いのではないのでしょうか。高知県助産師会では妊娠、出産、産後、母乳、子育て全般、心身の不調などのご相談に、メールや電話で対応しています。お気軽にご相談ください。

高知県には現在、子育て家族の居場所、交流場所として、子育て中の家庭を地域で支援するための施設、「子育て支援センター」が48カ所あります。保育士が常駐していて、来所や電話での育児相談、助産師や保健師・栄養士の育児教室や個別相談もあります。出産後早くから親子の居場所になればと、どのセンターも妊娠中から来所のお誘いをしています。開催日時や内容は各センターによって異なります。コロナで一部制限もありますので、電話で確認をして出掛けると安心です。

センターでは定期的に絵本の読み聞かせを行っています。図書館でも親子の心の居場所づくりとして行っている場所もあります。親が子どもに絵本を読む時は、文字を追っていて文字にしか目がいきません。誰かに読んでもらう時は、親も絵を楽しむことができます。また、聞き手になることで絵本の世界に入り感情体験ができます。

「たいせつな あなたへ あなたが うまれるまでの こと」。ずっとどんな時も、わたしがあなたのおかあさん—。おとうさんの心情も素敵に描かれています。子育てでしんどい時、絵本で救われ心が豊かになることもあります。

「おかあさんだいすき」。おかあさんのお誕生日にあげるものを森のクマさんに相談したら、クマさんはおかあさんがよろこぶ最高のプレゼントを教えてくださいます。子どもが愛おしくなる絵本です。

ご自宅でも誰かに絵本を読んでもらい、親子で聞き手になって楽しめるといいですね。子育てでちょっとしんどくなったママ、パパに、身近な方が絵本を読んであげてください。しんどい心がゆっくと癒やされます。

### 今回ご紹介する絵本



たいせつな あなたへ  
あなたが  
うまれるまでの こと  
作 サンドラ・ポワロ＝  
シェリフ  
訳 おーなり由子  
講談社



おかあさんだいすき  
文・絵 マージョリー・  
フラック  
絵 大沢 昌助  
訳 光吉 夏弥  
岩波書店

子育てひろっぱ「めぐみ」代表 弘田 恵子

大阪府立母子保健総合医療センターNICUや母乳育児相談室で勤務。その後20年間高知市内のめぐみ保育園で園長を務める。助産師、看護師、保育士、幼稚園教諭(二種)。絵本専門士(国立青少年教育振興機構認定)。上級睡眠健康指導士。アンガーマネジメントファシリテーター

