



## こんな時こんな絵本 その1 「マタニティ」

妊娠中に絵本を読んでみませんか。妊娠中の体や気持ちが描かれている絵本、子育ての絵本、子ども向けの絵本、大人の絵本、どのような絵本でもよいでしょう。絵と言葉が自分の感性に合う絵本を選ばれるとよいですね。

それが今のご自身にとって良質の絵本です。

絵本は子どもに読み聞かせをするだけのものではありません。社会でのあらゆること、妊娠のこと、妊娠中の心身のこと、子育てに関して、ほとんどすべてに絵本はあります。大人が見て感じ入るものが多く出版されています。

絵本「わたしがあなたを選びました」。子どもはみな、愛されるために生まれてくるのです。親も、子どもやまわりから愛されるために生まれてきています。

「ちいさなあなたへ」。親でいることは喜びだけではない、子どもを愛するがゆえの不安、苦しみ、そして寂しさ、さまざまな感情が日々交錯します。

2冊とも、命の愛しさと重みを感じる絵本です。

妊娠期間の9ヵ月ちょっと、その後に長く続く子育ての期間。どうしてか分からないけれど不安な時、何かヒントが欲しい時、子育てがしんどい時、何か見たい時読みたい時、絵本を開いてみましょう。何冊かの中に一冊でも、心に届く絵本があることでしょう。

妊娠中、こんな気持ちになるのは自分だけではないかしらってよく思います。子育て中では、このようなことはもしかしてうちの子だけじゃないかしらと多くの養育者がいろいろ気に掛かっています。

絵本にはさまざまな場面での心情や子どもの様子が描かれています。妊婦さんや子育て中の方が感じる気掛かりな思いや様子が、特別なことではないので、それらが絵本になっていて長く読み継がれているのです。

絵本を見て、安心したり、穏やかな気持ちになったり、涙が出たり笑ったり、自分の感情を率直に表出するのも大切なことです。

子育てでのあれこれを“こんな時こんな絵本”で紹介していきます。

### 今回ご紹介する絵本



わたくしがあなたを  
選びました

作 鮎島 浩二  
絵 植野 ゆかり  
主婦の友社



ちいさなあなたへ  
Some day  
文 アリスン・マギー  
絵 ピーター・レイノルズ  
訳 なかがわ ちひろ  
主婦の友社

子育ちひろば「めぐみ」代表 弘田 恵子

1998年から20年間高知市内の「めぐみ保育園」で園長を務め、現在は妊娠中からの悩みサポートを行う。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)。絵本講師(NPO法人「絵本で子育て」センター認定)。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

