

## これから赤ちゃんを迎える家庭におすすめの本

今日はこれから赤ちゃんを迎える家庭におすすめの本を3冊ご紹介します。

1冊目はスギヤマカナヨ/作『あかちゃんがうまれたら なるなるなんになる?』です。この絵本は赤ちゃんが生まれたことを家族みんなで喜んでいるシーンから始まります。弟が生まれたことで「おねえちゃん」になったことを喜ぶ主人公の女の子ですが、赤ちゃんを迎えた家庭は今まで通りではなくなります。お母さんは大忙しになり、自分のことは自分でしなくてはなりません。

最初はとまどう主人公ですが、かわいい赤ちゃんと暮らしていくうちに、だんだん赤ちゃんのことが分かるようになってきます。一緒に生活するうちに、ちょっぴりお世話だってできるようになってきます。主人公がだんだん「おねえちゃん」になり、4人が家族になっていく様子は大忙しでありながらも微笑ましくもあり、これから赤ちゃんを迎える家庭や、家族が増えたばかりでてんてこ舞いの家庭を励ましてくれるようです。

著者はあとがきに「どんな立場や職業でも、なった瞬間からが始まりです。ちゃんと「なる」にはひとりでは無理。人と関わってゆっくり、なる、なる、なっていくのだと思います。」と記しています。お母さんにもお父さんにも兄弟にも読んでいただきたい一冊です。

2冊目は山縣威日・中山真由美/編『孫育ての時間』です。

これからおじいちゃん・おばあちゃんになる皆さん、また現役のおじいちゃん・おばあちゃんの皆さんは娘さんから妊娠中や子育てのアドバイスを求められた時、自分の体験を通して話すことになりますが、医学は日々進歩するもの。「このアドバイスは果たして適切だろうか？」と迷ったことはありませんか？この本はそんな時にぴったりの祖父母の向けた育児書です。

妊娠中のつわりの時期から1歳以降の幼児期に至るまでの子育てについて、注意事項やおすすめの方法など細かく記されています。例えば、以前は言われていた「赤ちゃんの分まで食べなさい」は止めましょう、乳児期に抱き癖はないのでたっぷり抱っこしてあげましょうなど、具体的に書かれています。また、巻末には子育て中のお母さんがしてもらってうれしかったこと、反対にしてもらって嫌だったことが記載されています。我が子からはなかなか聞けない本音を書いてあるかもしれません。

初めての子育てに不安を抱えているお母さんにとって、家族であるおじいちゃん・おばあちゃんの協力はとても大きなものです。家族みんなで子育てしていきたいものですね。

最後は川上未映子/著『きみは赤ちゃん』です。

この本は芥川賞受賞作家である川上未映子氏が35歳で子どもを授かり、産み、育てる日々を赤裸々に語ったエッセイです。

つわりやマタニティ・ブルー、産後クライシスやデリケートな話題である出生前検査についても触れています。妊娠中や子育ては痛かったり辛かったりすることが多々ありますが、川上氏の軽妙な語りによって、子育ての中にある楽しみやおかしみも伝わってきます。また、作中、妊娠中から子育て中にかけて「夫婦の危機」がやってくるのですが、マタニティブルーや産後クライシスの只中にある母親の気持ちや、著者の考える父親の役割など、男性に向けてのメッセージも書かれています。これからお母さんの身体と心がどうなっていくのか知ることができるので、未来のお父さんにもおすすめです。

図書館にはこの他にも育児に関する本がたくさんあります。

育児に関する本は、主にお父さんや祖父母のみなさんに向けた「読みメン」コーナーや、「子育て支援コーナー」にあります。赤ちゃんが産まれる前も産まれた後も、ぜひ図書館の本をご利用ください。