

## 育児書紹介①

書店には、子育てについての育児書がたくさん並んでいます。子どもを理解しようと促す本から困った時のQ&AやHow to本までありその幅は広く、どれを読めばいいのか迷うことがありますか?そして、数を読んでいくと「あれ? AとBの本は反対の事を言っているような…」と思うこともしばしばあります。例えば、“ダメなときはダメと叱りましょう”や“叱らずに気持ちに寄り添ってあげましょう”を読むと“う〜ん…どっちだ?”と悩む方もおられるのではないのでしょうか。私は、子育てには正しい答えはなく子どものことを考えて本を手にして、悩んだことが自分を含めた家族の財産になるような気がしています。

ここでは2回にわたり、育児に役立つ書籍を紹介し日頃から煮詰まっている子どもとの関係や子育てに対する不安や悩みの肩の荷が少しでも降りればと思っています。

### 『うちの子、最高!』 熊丸みつ子 著

タイトルを読むだけでハッピーな気分になれますね。著者の熊丸先生はあひる保育園にも来園し、保護者向けにこの本の内容を話して頂いた事があります。笑いありそして、大の大人が泣いてしまうほど感動するお話でした。ガミガミ怒って、自分でも怒りすぎてっ分かっていても怒りすぎて理性を取り戻すのは子どもの寝顔を見た時で、寝顔に謝る子育て。それも順調!順調!大丈夫!と励まされ、元気がでる一冊です。日々、忙しく過ごす中でフッと立ち止まって子どもの成長を実感する大切さを教えて頂けます。あひるの保護者にも大人気の本です。

### 『乳幼児の一日の生活のしかた』 河添邦俊・河添幸江 著

あひる保育園の子育ての土台は生活リズムを大切にする事です。その生活リズムの作り方をイラスト付きで18項目にわけてまとめられていて“なるほどなるほどそれなら出来る!”と読み手の意識を変えてくれます。

早寝・早起き 朝食を食べる大切さなどを人が育つみちすじとして科学的に論じられていて、保護者へ生活リズムの大切さを伝える際にも河添先生の理論を元にお話しさせて頂いています。