

# かばくんの らいつらり 通信

## 子育て中の方に ぜひ読んでもらいたい オススメの本!

平成から令和と、よく耳にする子育て関連のキーワード、『非認知的能力』や『自己肯定感』。これらは、数字では表せない、目には見えないけれど生きていくためには、とても大切な力です。そこで、『非認知的能力』や『自己肯定感』を育むためにヒントとなる本をご紹介します。

中高生のみなさんへ

失敗したって、  
いいじゃない!



『失敗図鑑 すこい人  
ほどダメだった!』  
大野正人／著  
(文響社)

誰にでも失敗はつきもの。失敗することがいかに人生を豊かにするか、偉人たちの失敗から学びます。失敗することの大切さ、失敗した後はどうすると良いのか、子どもだけでなく大人が読んでもためになる本です!



『あつかったらぬげばいい  
ヨシタケシンスケ』  
白泉社

「あつかったらぬげばいい」んです。「さむかったらさげばいい」んです。「ふとっちゃったら…」ある時は素直に、ある時は違う角度で、くすっと笑えて、ドキッと、人生のヒント満載です。

いろいろな解決法  
あるんです



『明日の朝、観覧車で』  
片川優子／著  
(講談社)

「なんでこんなことしてるんだろう、私」。勝手に申し込まれた100km歩け歩け大会に参加した高校生のみちる。「完歩は無理」と思いながらも、途中様々な人たちとの出会いによって、一步一步前に進んでいく。

助けられたり  
助けたり



『子育てベスト100』  
加藤紀子／著  
(ダイヤモンド社)

子育て中の悩めるポイント別に、さまざまな情報を紹介した1冊。これからの時代に必要な力をつけるには、どんな方法があるのか。この本にヒントがあるかも。

子育てに  
悩んだときに

お母さんにも  
大切です



『お母さんの自己肯定感を高める本』  
松村亜里／著  
(WAVE出版)

自分の子どもを叱りすぎていると感じること、ありますか? そういうときは、ママである自分自身の自己肯定感が低いとき、幸せでないときかもしれません。たまにはママである自分のことを考える時間も必要です。

子どもにも  
必要です



『自己肯定感を高める子育て』  
ダニエル・シーゲル／著  
(大和書房)

「親の手助けがあれば、子どもの脳は、いくらでもよい方向に「変えられる」。そこで何が必要かという、「自己肯定感」と著者は語ります。子どもにとってなぜ必要なのか、どんなことをしたらいいのか、実践方法を紹介しています。

思春期の子どもと  
向き合うために



『10代の子をもつ親が知っておきたいこと』  
水島広子／著  
(紀伊国屋書店)

難しい年頃といわれる10代。親としての迷いや悩みは尽きません。精神科医であり、10代の子を持つ親でもある著者が語りかける優しい言葉に耳を傾けてみませんか?

親子で知ることから  
始めましょう



『おうち性教育はじめます』  
フクチマミ／著  
(KADOKAWA)

子どもは成長するにつれ自分の体に興味を持ちます。そうなったときに、きちんと答えられる自信ありますか? もし不安に感じている場合は、この本を親子で読んでみてください。

読み聞かせ等に関するご相談は、ぜひ、下記の図書館までどうぞ!

中央図書館 ☎636-0231  
上河内図書館 ☎674-1123

東図書館 ☎638-5614  
河内図書館 ☎673-6782

南図書館 ☎653-7609  
※表紙画像の無断コピー禁止

