

## 年齢別おすすめの絵本

### 0歳から

- ・『いないいないばあ』
- ・『おつきさまこんばんは』
- ・『じゃあじゃあびりびり』
- ・『がたんごとんがたんごとん』
- ・『どんどこももんちゃん』

### 1歳ころ

- ・『かおかおどんなかお』
- ・『でてこいでてこい』
- ・『くだもの』
- ・『おふろでちゃぶちゃぶ』
- ・『ねこがいっぱい』

### 2歳ころ

- ・『ぼくのくれよん』
- ・『しろくまちゃんのほっとけーき』
- ・『はらぺこあおむし』
- ・『どうぶつのこどもたち』
- ・『はけたよはけたよ』

### 3歳ころ

- ・『おでかけのまえに』
- ・『ぐりとぐら』
- ・『おおきなかぶ』
- ・『わたしのワンピース』
- ・『そうくんのさんぽ』

### 4歳ころ

- ・『三びきやぎのがらがらどん』
- ・『ぐるんぱのようちえん』
- ・『おふろだいすき』
- ・『しょうぼうじどうしゃじぶた』
- ・『わたし』

### 5歳ころ

- ・『はじめてのおつかい』
- ・『ピーターのいす』
- ・『めっきらもっきらどおんどん』
- ・『11びきのねことふくろのなか』
- ・『おいしいのぼうけん』
- ・『じごくのそうべい』
- ・『モチモチの木』



かぞくでたのしむ  
えほんのよみきかせ



よみかたり～隊

## はじめに

適切な睡眠や食事が子どもの健やかな身体を育むように、絵本は健やかな心を育みます。

親子の絆を深め、子どもの豊かな心を育てる手段のひとつとして、家族で絵本を手にとって、子どもたちと素晴らしい時間を共有してみたいかがでしよう。



### 絵本のよみきかせのいいところ

#### ●家族の絆、信頼感が深まる

寄り添ってきくお話の世界はそれだけで子どもにとって大きな喜びです。1日のほんの数分でも子どもは自分が大切にされていること、愛されていることを実感します。家族間の気持ちが安定し、家で安心して生活できることで、自己肯定感が育まれます。

#### ●語彙が増える

幼児期に美しい日本語をたくさん与えてもらうと言葉の発達も早く、表現力も豊かになります。また自分の気持ちを踏まえて相手の気持ちを考えられるようになります。

#### ●想像力・知的好奇心が育つ

耳から聴くと脳全体を刺激します。人の話を聞いていると不思議といろいろな事に考えを巡らせたり掘り起こしたりできるのはこのためです。子どもたちは主人公に自分を重ねることで、いろいろな体験をします。絵本には生きるための知恵やメッセージも込められていますので、たくさんの経験をすることでこれから生活していく中での大きな自信となっていきます。

#### ●大人への効果

音読することで前頭葉を鍛えられ、感情や記憶のコントロール、思考力、集中力がアップします。さらにリラックス効果や気分転換にもなります。また子どもと同じ世界を共有することで、子どもと一緒にあってさまざまな価値観を共有できます。

### こんなときどうするの？

#### Q. よみきかせをしたくても時間がない

A. 無理に時間をつくらなくても大丈夫です。寝る前や、ごはんの後など、少しの時間で十分です。絵本を読む時間は子どもだけでなく、大人にとっても癒しの時間となります。疲れた時にほっと一息つく、絵本の時間を過ごしてみたいかがでしよう。

#### Q. よみかたにコツはありますか？

A. よみかたに技術は必要ありません。大好きな家族が絵本をよんでくれることだけで、子どもは大満足です。

#### Q. 同じ絵本ばかり何度もよんでとせがまれます

A. 大好きな本を何度も読んでほしいのは自然なことです。子どもにとってはこの“くりかえし”が楽しいのです。せがまれる間はどんどんよんであげてください。

#### Q. どんな絵本がいいの？ もっといろんな絵本を与えたい

A. 子どもが手に取った絵本が一番ですが、図書館にはおすすめの本が取りそろえられています。親子で一緒に図書館へ行って、絵本をたのしまれてはいかがでしよう。素敵な絵本にめぐりあえるかもしれませんね。

よみきかせの最も大事なポイントは「絵本のよみきかせを、自分も楽しむこと」です。絵本が上手に読めることより「子どもと世界を共有する」ことが大切です。よみ手が絵本を楽しもうとする気持ちはきっと子どもに伝わります。

家族のやさしい声、これに勝るものなどありません。  
子どもへのありったけの愛情を込めてよんであげてください。