

# もくじ

まえがき

2

## 第1章 選択肢が増えた今

- |   |              |    |
|---|--------------|----|
| 1 | 産む選択、産まない選択  | 12 |
| 2 | 守りたいものは何？    | 17 |
| 3 | 覚悟と勇気        | 22 |
| 4 | 幸せってなんだっけ？   | 27 |
| 5 | あなたにとって幸せとは？ | 32 |

## 第2章

### 大事な選択を今考える

- 1 いつか産みたいと思っている？ ..... 38
- 2 自分の中で命を育むってこと ..... 42
- 3 自分を選んで来てくれたベビー ..... 46
- 4 自分を信じていますか？ ..... 51
- 5 あなたにしかできないこと ..... 55
- 6 「なんとかなる」は本当 ..... 60

37

## 第3章

### 今子育てをしている方の生の声（アンケート）

65

20代ママ	.....	67
30代ママ	.....	71
40代ママ	.....	74

50代ママ ..... 79

## 第4章 自分を楽にするのは今

83

1 子育てに自信はありますか? ..... 84  
2 頑張りすぎるママは周りをしんどくさせる ..... 88  
3 失敗は許されませんか? ..... 92  
4 子育ては自分育てというけれど ..... 96

## 第5章 今が未来を変える

101

1 初めて子どもを抱いたとき何を感じましたか? ..... 102  
2 血のつながりって ..... 107

**3** どんな子に育ててほしいと思っていますか？

.....

**4** はえば立く、立てば歩めの親心って……

.....

115 111

あとがき

120