

あかちゃんと楽しむ
はじめての絵本

0・1歳児向け



仙台市図書館

はじめに

小さいのちが生まれた日から、赤ちゃんはたくさんの言葉につつまれています。最も身近な大人の腕に抱かれ、やさしく語りかけてもらう時間は、人生の喜びのはじまりでしょう。

授乳や寝起きのたびに寄り添う言葉、夜泣きに困惑しながらなだめる言葉、「いないいないばあ」とあやす言葉、そして無意識にかける言葉の数々…。そのすべてが赤ちゃんのいのちを育てていきます。

そんな赤ちゃんとの暮らしに絵本を加えていただけませんか。膝に抱いて、あるいは寝床の中で、一緒に絵を見てゆっくり語りかけるように読んでみてください。絵本の言葉が、大好きな人の言葉とかさなって赤ちゃんに届き、やがて成長とともに、子ども自身の言葉の世界につながっていきます。

忙しい毎日のなかで、絵本を読む時間がとれないという方も多いかと思えます。ほんの短い時間でいいのです。たとえば、授乳後のひとときといった日々の暮らしの中で、赤ちゃんと一緒に絵本を開いてみてください。絵本の力を借りて、やさしい言葉で語りかけることができます。それは、大人にとってもこのうえない幸せなひとときではないでしょうか。

この冊子では、数多くの絵本のなかから図書館員が選んだ48冊を紹介しています。いずれも長い間、愛されてきた絵本です。赤ちゃんと楽しむ一冊を手取るためのガイドとしていただければ幸いです。

仙台市図書館

子育てに絵本を!!

絵本は赤ちゃんと
コミュニケーションを
とるのにぴったりです。

読み聞かせは
どこでも簡単にできます。

お気に入りの一冊を
見つけてください。

読み聞かせの記憶は
親子の思い出という
宝物になるでしょう。

絵本を通して親子で
幸せな時間を
過ごしてください。

さあ、読み聞かせを始めてみましょう。

※この冊子で紹介している本は、仙台市図書館で所蔵しています。



『がたんごとな
がたんごとな』

安西水丸 / 作
福音館書店

がたんごとなと走る汽車を呼び止め、乗ってきたのは哺乳びんやスプーンなど、赤ちゃんの好きなものばかり。繰り返しの言葉が心地よい絵本です。



『いないいないばあ』

松谷みよ子 / 文
瀬川康男 / 絵
童心社

にやあにやが、いないいないばあ。今度はくまちゃんも…。いろいろな動物たちが出てきます。赤ちゃんの笑い声が聞こえてきそうです。

ファースト ブック

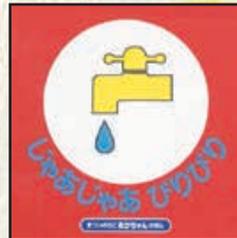


『ごぶごぶ
ごぼごぼ』

駒形克己 / 作
福音館書店

色、まるい形、擬音語の三つがおりなす世界。ページをめくる度に鮮やかに変化します。まだ言葉の意味がわからない赤ちゃんも楽しめます。

赤ちゃんにはじめて読んであげたい絵本。赤ちゃんの目を見て、やさしくゆったりと語りかけるように読んであげてください。



『じゃあじゃあ
びりびり』

まついのりこ / 作・絵
偕成社

自動車はぶーぶー。お水はじゃあじゃあ。赤ちゃんの周りにはたくさんの音があふれています。楽しい音に気づかされる一冊です。

● こんな絵本もあります ●

『おひさまあはは』

前川かずお / 作・絵 こだま社

『まるまる』

中辻悦子 / 作 福音館書店



『おでかけばいばい』

はせがわせつこ / 文
やぎゅうげんいちろう / 絵
福音館書店

とりのおかあさんが子どもをおんぶしてピタコン、ピタコン、おでかけます。一緒に手をふって、ばいばいしたくなる絵本です。



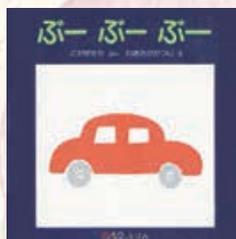
『だるまさんが』

かがくいひろし / 作
ブロンズ新社

「だ・る・ま・さ・ん・が…」の言葉に続いて現れるだるまさんの思いがけない姿に、赤ちゃんはにっこり。親子で笑顔になれます。

ことば リズム

赤ちゃんは、ことばのリズムや絵がはつきりとした絵本を喜びます。ことばや絵の美しさを親子で楽しんでください。



『ぶーぶーぶー』

こかぜさち / 文
わきさかかつじ / 絵
福音館書店

色とりどりの車が、それぞれ違う音を鳴らしながら走ります。リズムカルに繰り返される言葉の楽しさを赤ちゃんと一緒に味わってください。



『もこももこ』

谷川俊太郎 / 作
元永定正 / 絵
文研出版

楽しい音と、色と形。大きくなったりはじけたり、言葉のリズムによって次々と変わる楽しい絵。赤ちゃんも大好きな一冊です。

● こんな絵本もあります ●

『あー・あー』

三浦太郎 / 作・絵 童心社

『とつとことつとこ』

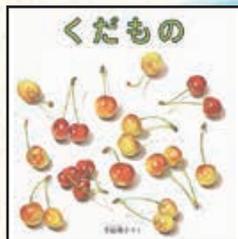
まついのりこ / 作 童心社



『しろくまちゃんの
ほっとけき』

わかやまけん / 絵
森比左志 / 文
わだよしおみ / 文
こぐま社

しろくまちゃんが、ほっとけきを作ります。ぼたあん、ぶつぶつ、やけたかな。ほわほわのほっとけきがとても美味しそうな絵本です。



『くだもの』

平山和子 / 作
福音館書店

すいか、もも、ぶどうなど、みずみずしい果物がいっぱい。赤ちゃんと一緒に思わず手が伸びてしまいそうになる、食欲を誘う絵本です。

たべもの

食べることが大好きな赤ちゃん。
絵本の中の食べ物と一緒にぱくぱく、もぐもぐ。
食べる楽しさを味わってください。



『にんじん』

せなけいこ / 作・絵
福音館書店

にんじんの好きな子だあれ？うまん、きりんさん、おさるさん。みんなおいしそうに食べている。

にんじんが好きになる絵本です。



『りんご』

松野正子 / 文
鎌田暢子 / 絵
童心社

赤・黄・ピンクのりんごが美しい水彩で描かれています。皮をむいて、切って、食べるまでの流れは、赤ちゃんの目にどのように映るでしょうか。

● こんな絵本もあります ●

『まるくておいしいよ』

こにしえいこ / 作 福音館書店

『おにぎり』

平山英三 / 文 平山和子 / 絵 福音館書店



『じどうしゃ』

寺島龍一 / 画
福音館書店

赤い自動車に、青いトラック、パトカーやバスもやってきました。まだまだ続く、自動車の大行進。まるで本物のような絵が魅力です。



『でんしゃ』

バイロン・バートン
/ 作・絵
こじまももる / 訳
金の星社

はっきりとした線と色使いで、電車や蒸気機関車などが描かれています。

シリーズとして、『とらっく』『ひこうき』『ふね』もあります。

のりもの

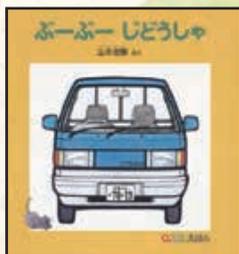
のりものは、赤ちゃんに大人気。「ぶーぶー」「うーうー」声を出して喜ぶ赤ちゃんと、絵本の中の乗り物でお出かけしてみましよう。



『のりものいっぱい』

柳原良平 / 作・絵
こぐま社

自動車や電車、船に飛行機。乗り物いっぱい大集合！どれに乗ろうかな？みんなみんな乗りたいな。乗り物に乗って出かけたくなる絵本です。



『ぶーぶー
じどうしゃ』

山本忠敬 / 作
福音館書店

ばーばー、ばーばー、ぴーぽー、ぴーぽー、ぶーぶー。音と一緒にたくさんの自動車ができます。自動車の好きな赤ちゃん、ぜひ！

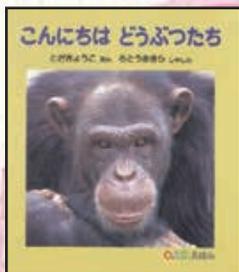
● こんな絵本もあります ●

『ずかん・じどうしゃ』

山本忠敬 / 作 福音館書店

『のせてのせて』

松谷みよ子 / 文 東光寺啓 / 絵 童心社



『こんにちは
どうぶつたち』

とだきようこ / 案
さとうあきら / 写真
福音館書店

こんにちは、ゴリラ。こんにちは、ライオン。
元気な動物たちの顔が出てきます。いったい
誰の顔かな？動物が身近に感じられます。



『いぬがいつぱい』

グレース・スカール / 作
やぶきみちこ / 訳
福音館書店

赤ちゃんにとって、いぬは身近な動物。シ
ンプルな言葉とすっきりした色使いで描かれ
たいぬたちが登場します。

『ねこがいつぱい』もどうぞ。

どうぶつ

赤ちゃんは、動物が出てくる絵本が大好き。

指をさして教えてくれますよ。

たくさんの動物と絵本の中でふれあってください。



『たまごの
あかちゃん』

かんざわとしこ / 文
やぎゆうげんいちろう / 絵
福音館書店

大きいたまごに小さいたまご。かくれんぼ
してるのだから？さあ、でておいで。

はっきりとした絵と言葉が赤ちゃんにぴっ
たりです。



『どうぶつのお
やこ』

藪内正幸 / 画
福音館書店

いたずらっこがいる。甘えん坊がいる。何
しているの？何を話しているの？一緒にい
いね。親子の温もりが絵から伝わってきます。

● こんな絵本もあります ●

『ねんね』

さえぐさひろこ / 文 アリス館

『どうぶつのおかあさん』

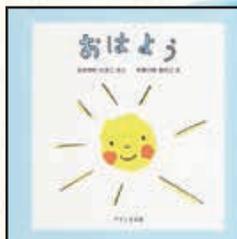
小森厚 / 文 藪内正幸 / 絵 福音館書店



『おさじさん』

松谷みよ子 / 文
東光寺啓 / 絵
童心社

ふうふうして、はい、あーん。ああおいしい。
おさじさん大好き。離乳食が始まった赤ちゃんに食べる喜び・楽しさをやさしく伝えるお話。



『おはよう』

なかがわりえこ / 作
やまわきゆりこ / 絵
グランママ社

おひさま、はんぶん目をあけた。顔をあらって、歯をみがいておめめがパッチリあいたなら、今日も元気に、「みんなおはよう！」

せいかつ

日々の生活の中で、少しずつ赤ちゃんの世界が広がっていきます。成長の喜びをゆっくりと味わってください。



『おててがでたよ』

林明子 / 作
福音館書店

ひとりでお着替えできるかな？おててはどこかな？あたまはどこかな？
赤ちゃんが、洋服をかぶり、いっしょうけんめいにお着替えします。



『ねないこだれだ』

せなけいこ / 作・絵
福音館書店

「こんなじかんにおきてるのはだれだ？」「いえいえ、よなかはおばけのじかん」。早寝の習慣をつけたい時におすすめの一冊です。

● こんな絵本もあります ●

『ちいさなうさこちゃん』

ディック・ブルーナ / 文・絵
いしいもこ / 訳 福音館書店

『おふろでちゃぷちゃぷ』

松谷みよ子 / 文 いわさきちひろ / 絵 童心社



『くっついた』
三浦太郎 / 作・絵
こぐま社

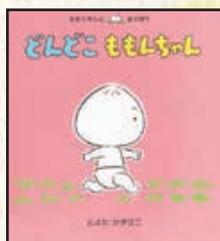
ページをめくると、いろんな動物が次々くっつきます。「くっついた」の言葉のくり返しが楽しく、赤ちゃんとかっつきたくなる絵本です。



『かおかお
どんなかお』
柳原良平 / 作・絵
こぐま社

笑った顔、怒った顔、さあ次はどんな顔かな? ページをめくるたびに、いろいろな顔がでてくる楽しい一冊です。

あそび わらべうた



『どんどこ
ももんちゃん』
とよたかずひこ / 作・絵
童心社

どんどこどんどこ、ももんちゃんが走ります。いったいどこへ行くのでしょうか。最後に待っていたのは…。親子で笑顔になる一冊です。



『ぴょーん』
まつおかたつひで / 作・絵
ポプラ社

かえる、いぬ、さかななどが、絵本いっぱい、ジャンプ! 赤ちゃんをやさしく抱き上げて、一緒にジャンプをしてみましょう。

● こんな絵本もあります ●

『きんぎょがにげた』
五味太郎 / 作 福音館書店

『ぎゅうぎゅうぎゅう』
おーなり由子 / 文 はたこうしろう / 絵 講談社



『おくちはどーこ』

なかえよしを / 作
上野紀子 / 絵
金の星社

おうまさんやこぶたさんといっしょに、自分の顔をさわりながら遊ぶことができますよ。



『だっこして』

にしまきかよこ / 作
こぐま社

動物の赤ちゃんも人間の赤ちゃんも、みんなだっこがだいすき! 赤ちゃんをやさしく抱きしめたくなる絵本です。

あそびやわらべうたの絵本は、赤ちゃんとのスキンシップにぴったり。歌ったり、ふれたりしながら一緒に楽しめます。



『あがりめさがりめ』

いまきみち / 作
福音館書店



『ととけっこう

よが あけた』

こばやしえみこ / 案
ましませつこ / 絵
こぐま社

にわとりが動物の子どもたちを起こしていく、言葉のリズムが楽しいわらべうた絵本。歌いながら読むと、赤ちゃんの目覚めもご機嫌になります。

「あがりめ さがりめ ぐるりとまわって
ねーこのめ いないなーいばー」言葉に合わせて一緒にあそべるわらべうた絵本です。

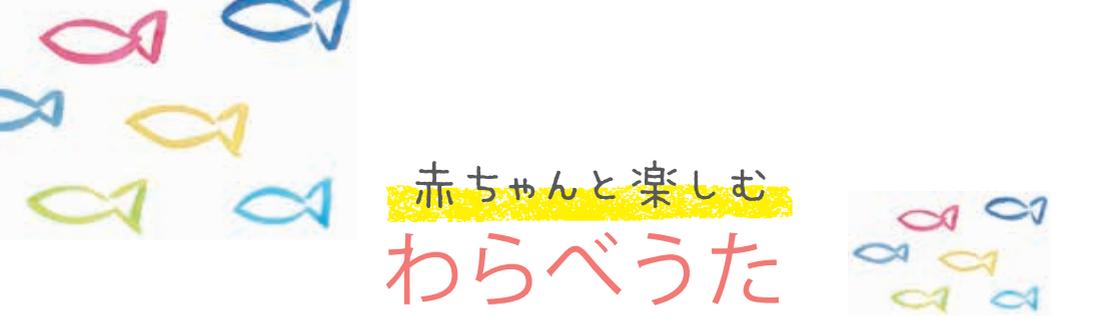
● こんな絵本もあります ●

『まてまてまて』

こばやしえみこ / 案 ましませつこ / 絵 こぐま社

『おつむてんてん』

なかえよしを / 作 上野紀子 / 絵 金の星社



赤ちゃんと楽しむ わらべうた

わらべうたは、昔から歌い継がれてきた伝承遊びです。簡単なリズムで構成されており、誰でもすぐにできるのがわらべうたの良いところです。

赤ちゃんと目を合わせ、ゆっくりとやさしく語りかけるように歌ってみてください。赤ちゃんに愛情がたっぷり伝わりますよ。

※図書館の乳幼児向けおはなし会の中でもわらべうたを紹介しています。

● ジー ジー ばー ●

- ①「ジージー」 顔の前でハンカチなどの布をゆっくり上下に2回動かす。
- ②「ばー」 顔を全部見せて、赤ちゃんの顔を見る。
- ③「ジージーばー」 ①と②の動きを赤ちゃんが満足するまで繰り返す。
- ④「ちりん ぼろんと」 ゆっくり布を右へ左へ振り上げる。
- ⑤「とんでったー」 布をとばす。(赤ちゃんに布をかぶせても良い)

赤ちゃんの大好きな「いないいないばあ」遊び。
「ばあ」で顔が現れると、赤ちゃんは大喜び。繰り返して楽しんでください。

● いちりにりさんり ●

- ①いちり 足の親指を軽くつまむ
- ②にり 足首を軽く握る
- ③さんり 膝を軽く握る
- ④しりしりしり～ おしりの脇をくすぐる

赤ちゃんの大好きなこちょこちょ遊び。赤ちゃんの体にやさしくふれることでツボが刺激され、発達を助けると言われています。
着替えやおむつ替え、お風呂のあとなどにも楽しめます。

● おでこさんをまいて ●

- ①「おでこさんをまいて」 おでこを指先で2回なでる。
- ②「めぐろさんをまいて」 目の周りを片方ずつぐるっとなでる。
- ③「鼻の橋わたって」 鼻の上から下へ2回なでる。
- ④「小石をひろって」 鼻の横を、軽くつまむようにして左右を交互に触る。
- ⑤「お池をまわって」 口の周りをぐるっとなでる。
- ⑥「すっきりきれいになりました」 顔の周りをなでる。
- ⑦「た」 頭の上に軽く手を置く。

顔をふく時にびったりのわらべうた。

やさしく歌いながらふいてあげると、赤ちゃんは、きつとにここにこ顔を見せてくれますよ。

参考図書

『いっしょにあそぼうわらべうた 0・1・2歳児クラス編』コダーイ芸術教育研究所 / 著 明治図書出版
『目あそび・手あそび・足あそび なにしてあそぶ? わらべうた』佐藤美代子 / 編著 近藤理恵 / 絵 草土文化
『赤ちゃんから遊べるわらべうたあそび 55』久津摩英子 / 編著 チャイルド本社

もっと知りたい わらべうた



『「わらべうた」で子育て 入門編』

阿部ヤエ/著 福音館書店母の友編集部/編 福音館書店

わらべうたには子育ての知恵がいっぱい詰まっています。

おむつ替えの時、あやす時など様々な場面で活躍するわらべうたを紹介。子育ての強い味方になってくれます。

応用編もあります。

『あかちゃんのごきげんがよくなる12のわらべうたえほん』

小林衛己子/編 あべななえ/絵 ハッピーオウル社

『にほんのわらべうた』(全4巻) 近藤信子/著 柳生弦一郎/著 福音館書店



赤ちゃんへの読み聞かせ

Q & A



いつから絵本を読んであげればよいのですか？



個人差があるのでいつからと決まっているわけではありません。赤ちゃんに「読んであげたい」と思った時、赤ちゃんが絵本に興味を示した時、それぞれの家庭に合ったタイミングで始めてみてはいかがでしょうか。



どんなふうに読めばよいですか？



赤ちゃんと絵を見ながらおしゃべりをしたり、書かれている言葉をゆっくりと読んでみてください。絵本を読んであげることは、親子のコミュニケーションです。絵本を仲立ちに、親子の楽しい時間を一緒に過ごしてください。



どんな絵本がよいのでしょうか？



絵が単純で色がきれいな絵本、言葉やリズムが軽やかで心地よい絵本、赤ちゃんの好きなものがたくさん出てくる絵本、長い年月読み継がれている絵本などがおすすめです。



途中で飽きたり、ページを勝手にめくったりしてしまうのですが…。



赤ちゃんが絵本に集中できる時間は短く、ページをめくることが楽しいのかもしれませんが。絵本は赤ちゃんにとって、おもちゃのようなものです。絵を見ながら自分の言葉で語りかけてみてください。



忙しくて読んであげる時間がありません。



忙しい時や気分が向かない時は無理に読まなくても構いません。絵本を読む時間は親子のコミュニケーションをとれる大切な時間です。一冊の絵本は5分ぐらいですので、おやすみの前などゆったりできる時に試してみてください。



同じ絵本ばかり読みたがります。



何度でも読んであげてください。読む方は大変ですが、赤ちゃんはその絵本に興味を持ち、絵本の世界をたっぷりと楽しみたいのでしょう。赤ちゃんが満足するまで付きあってあげてください。

もっと知りたい

絵本と読み聞かせ

絵本について書かれた本



『絵本は心のへその緒』松居直/著 NPO ブックスタート

「赤ちゃんにとって絵本は、わらべ歌や子守唄のようなもの」と考える著者が、自身の幼少期や子育ての体験を踏まえながら、読み聞かせの楽しさ・大切さを教えてください。

絵本のガイドブック

『絵本と私』中川李枝子/著 福音館書店

『赤ちゃんわくわく絵本箱 0～2歳児の読み聞かせ70選』宮崎清/著 信濃毎日新聞社

『幸せの絵本 家族の絆編 大人と子どもの心をつなぐ絵本100選』金柿秀幸/編 SBクリエイティブ

『赤ちゃんに贈る絵本ガイドブック』田中裕子/著 グランママ社

『絵本といっしょにまっすぐ まっすぐ』鈴木潤/著 KTC中央出版

榴岡図書館

まちなかの小さな図書館。地下鉄東西線宮城野通駅から徒歩3分。



宮城野区榴岡4-1-8 (パレンティ仙台4階)
Tel 022-295-0880

★【おはなしぷりん】

毎月第1・3水曜日
(0歳～) 午前11時～11時30分
定員：なし
会場：図書館おはなしのへや



地下鉄東西線「宮城野通駅」下車 徒歩3分
JR「仙台駅」東口から徒歩5分

若林図書館

若林区役所やのびすく若林に近い、くつろげる雰囲気図書館です。



若林区南小泉1-1-1 (若林区文化センター内)
Tel 022-282-1175

★【赤ちゃんおはなし会】

毎月第1水曜日
(1～2歳) 午前10時20分～10時50分
(0歳) 午前11時～11時30分
定員：なし
会場：図書館2階視聴覚室



地下鉄東西線「薬師堂駅」下車 徒歩15分
市営バス「若林区役所前」下車 徒歩3分
市営バス「若林区文化センター入口」下車 徒歩1分

太白図書館

地下鉄南北線長町駅直結徒歩1分!バスやJRの駅にも近く、交通の便が良い図書館。



太白区長町5-3-2 (太白区文化センター内)
Tel 022-304-2742

★【赤ちゃんおはなし会】

毎月第3水曜日
(0～1歳) ①午前10時30分～10時50分
②午前11時～11時20分
定員：なし ※0歳は4カ月以上
会場：太白区中央市民センター4階和室



地下鉄南北線「長町駅」下車 徒歩1分
市営バス「長町駅・たいはつくる前」下車すぐ
宮城交通バス「長町駅・たいはつくる前」下車すぐ
JR「長町駅」下車 徒歩3分

泉図書館・子供図書室

広い館内でゆったりと絵本を選べます。子育ての本のコーナーもあります。



泉区泉中央1-8-6
Tel 022-375-6161

★【おはなしたまご】

毎月第2水曜日
(2～3歳) 午前10時30分～10時50分
(0～1歳) ①午前11時～11時20分
②午前11時40分～12時
定員：各回10組程度(先着) ※0歳は4カ月以上
会場：図書館2階おはなしの家



地下鉄南北線「泉中央駅」下車 徒歩5分
市営バス・宮城交通バス「泉中央駅」下車 徒歩5分
市営バス・宮城交通バス「泉警察署前」下車 徒歩3分

● 分室

八本松（八本松市民センター内）
根白石（根白石市民センター内）
高森（高森市民センター内）
寺岡（寺岡市民センター内）
黒松（黒松市民センター内）

加茂（加茂市民センター内）
南光台（南光台市民センター内）
松陵（松陵市民センター内）
長命ヶ丘（長命ヶ丘市民センター内）

開室日時

八本松：水・土曜日	午後0時～4時
南光台：火・木・金曜日	午後0時30分～4時30分
他分室：火・金曜日	午後0時30分～4時30分

● サービススポット 予約した本の受取や返却ができます。

中田（中田市民センター内）

開設日時

木・日曜日	午後2時～5時
金曜日	午前10時～午後1時

荒井（地下鉄東西線荒井駅舎内・せんだい3.11メモリアル交流館2階）

開設日時

水・金曜日	午後4時～7時
土曜日	午前11時～午後2時

※分室、サービススポットは図書館や市民センターなどの休館のときはお休みです。

● 移動図書館

約2,500～3,500冊の本を積んだ移動図書館車が、市内77カ所を2週間に1回巡回しています。

巡回場所、巡回時間等は、市政だよりや各館に配置している巡回日程表のほか、図書館ホームページから確認できます。

赤ちゃんと一緒に図書館の利用者カードを作しましょう

- ・図書館は、どなたでも利用できる無料の公共施設です。
- ・利用者カードは、仙台市図書館共通です。
- ・0歳の赤ちゃんから登録できます。赤ちゃんと一緒に図書館にご来館ください。お名前とご住所が確認できるもの（運転免許証、保険証等）をお持ちください。（赤ちゃんの証明書類は必要ありません）
- ・本・雑誌は、「1人10冊、2週間まで」借りられます。
- ・図書館は、利用者のプライバシーを守ります。また、登録されている個人情報は、図書館業務以外には使用しません。

図書館には、赤ちゃんから楽しめる絵本、子育てに悩んだときのアドバイスが書いてある本など、子育て中のみなさんを応援する本がたくさんあります。

子育ての息抜きにちょっと本を開いてみませんか？

赤ちゃんとお気軽に図書館にご来館ください。

絵本の記録

.....
赤ちゃんのお名前

.....
はじめて読んであげた絵本

.....
お気に入りの絵本

.....
赤ちゃんへのメッセージ



「あかちゃんと楽しむはじめての絵本 ～0・1歳児向け～」

平成28年4月1日 初版発行

令和7年4月1日 第8版発行

編集・発行 仙台市図書館

事務局 仙台市民図書館

〒980-0821 仙台市青葉区 春日町2-1 (せんだいメディアテーク内)

TEL 022-26 1-1585 FAX 022-213-3524

URL <https://lib-www.smt.city.sendai.jp/>

E-mail tosyokan@smt.city.sendai.jp

X (旧Twitter) https://twitter.com/sendai_lib

