

びっくりしたよ  
突然すぎて涙が出てきた  
これは  
驚きの涙 戸惑いの涙 嬉しい涙  
キミの存在に気づかなかった  
反省の涙

今はただ  
キミに会いたくて会いたくて  
とっても大事に思っているんだよ  
キミに会えたら きっと  
今までにない 涙が出るんだろうな

妊娠発覚時●こいみっき

妊娠発覚時●おちょん

お空から天使の羽で降りてきて、  
ママのおなかに来てくれてありがとう。  
ずっとずっと待っていたんだよ。  
失敗したり怒ってしまう事もあると思うけど、  
あなたを愛する気持ち、  
守りたいと思う気持ちは  
誰にも負けないよ。

妊娠時発覚時●片岡 信恵

うちのお風呂に小さなアヒルが一匹き  
小さなアヒルに気づきうれし泣きしたパパ  
忘れていた大切な思いを  
思い出させてくれた君、  
ありがとう  
パパとママを選んでくれてありがとう  
パパとの約束だったから…  
増えました

ずっとあなたを待っていたはずなのに、  
あなたがおなかに来た時の気持ちは驚きと不安。  
私をママに選んでくれる子がいるんだって驚いて、  
私がママになれるのかな?と不安に思ったの。  
選んでくれてありがとう。  
よろしくね。

妊娠5週●黒川 喜美恵

妊娠7週●あき

元気に動いてるの見たとき  
涙があふれて とまらなかつたよ。  
きみが生まれてくるまでに  
泣き虫直さなくちゃね。

小さな小さな きみの心臓

トットツトツト

ママのお父さんがね、  
あなたが成長するまで長生きしたい  
そう言ったんだって  
涙があふれたよ

そんな言葉絶対に口にする人じゃないのにね

まだ見ぬ1.5センチのあなたのパワーは  
計り知れないね

妊娠8週●ちびちゃんママ

あー！発見！いたいた！  
しかももうすでにピクピク動いてる！  
なかなか姿が見えなくて心配したけど、  
こんな所にいたいた！

単なる黒い円形の映像を見て、  
涙があふれたのなんて初めてだよ。

これから、大事に守っていくからね。  
では、8ヵ月後に会いましょう！

妊娠12週●Han a Mama

05

あなたのパパとママが  
赤い糸で結ばれたようにあの日、  
あなたは私とへその縁で結ばれた  
私があなたの鼓動を初めて聞いたあの瞬間、  
私があなたの命の営みに感動を覚えた  
私があなたのママで  
隣にいつもいてくれるこの人が  
パパだよ

切迫流産、前置胎盤……  
おなかの子はどうなつてしまふのだろう  
寂しくて真っ暗な気持ちになる  
でもピカピカに晴れた日  
空を見て思う  
私はこの子のお母さん  
この子の命が続くかぎり  
この子を大切に育てよう  
おなかの中だつて子育てできるはず  
ごはん、おはなし、うた  
そして前向きで明るい気持ち……  
できることはたくさんあるはず  
おなかの中で  
いっぱい笑顔になりますように

ママのおなかに向かって  
トツキトウカの冊子を何度もひらく  
一歳のお姉ちゃん  
「生まれてくるのを 楽しみに待ってるね！」  
お姉ちゃんのそのやさしい気持ち  
きっと届いてるよ  
今、ポコッと蹴ったから

妊娠23週●rere

兄ちゃんを抱っこしてると  
決まって起きる胎動  
体外と体内で感じる幸せ

あと少しだね  
日に日に大きくなるおなかが  
幸せな気持ちを日に日に大きくしてくれる

早く会いたい けど今は  
もう少し ひとり占めしてたいな

妊娠8ヵ月●しどう りか

06

君がおなかに来てくれたとき  
ママはとても弱虫で  
ワガママばかりの甘ったれだった  
だけど  
おなかの中でどんどん大きくなる君に  
「負けていられない」と  
強くなっていったんだ

君が生まれるその時には  
自信を持って迎えてあげるからね

妊娠28週●rere

妊娠35週●たっくんママ  
ママになれる喜びを噛みしめています  
早く君に会いたいなあ  
やつと現実……  
ついに本物……  
憧れていた、がに股歩きの妊婦さん  
夢に見た大きいおなか  
想像していた胎動

「1人が2人」

妊娠がわかつてからの結婚、  
仕事の引継。  
日々の慌ただしさに、  
おなかの外はバタバタ。  
あなたはおなかの中から  
必死でメッセージをくれました。

仕事中、おなかに激痛、切迫早産。  
初めて、ママになることへの、  
あなたの命への、  
責任を深く感じました。

トツキトウカは、  
1人が2人になること。  
ママの体はあなたの体、  
ママの大切な大切な命。

妊娠8ヵ月●青木 三奈子

妊娠39週●ちかちゃん

あなたと過ごしたトツキトウカ  
人生最良の日々でした

早く 会いたいな  
早く “ぎゅ” したいな  
早く “ちゅ” したいな

でもね、まだもうちょっとだけ……  
ママの中で我慢我慢ね  
元気に会えるその日まで  
お楽しみとっておこうね

妊娠36週●hinao

おなかの中は居心地いいですか？  
まだ、やり残したことがあるのかな？

ねえねに遠慮してるのかな？  
お外もあったかくて、  
楽しくてやさしい世界だよ  
早く早くあいたいよ

どんなお顔してるかな？  
どんな声してるかな？  
誰に似てるかな？  
みんなが貴方を待っています

妊娠41週●トツキジュウハチニチ

ねえ、開港記念祭の花火が見たいよ  
繰り上げてでておいでよ

そうお願いしたら  
本当に応えてくれた君  
海辺の病院の窓にたたずんで  
大きな花火と一緒に感じたね

渦巻く不安な夜をやわらげてくれた君  
素敵なプレゼントをありがとう

出産前夜 ● napoko

結婚して、妊娠して、  
トツキトウカで生まれてくるのは  
当たり前だと思つていたけれど、  
あなたがここまで成長できたのは、  
あなたがここまで成長できたのは、  
周りの人たちが  
支えてくれたからこそなんだよ。  
命つて尊いものなんだよ。

……きゅ～っとくるこの痛み。  
アナタに会うまであと何回?  
つらくてもMaMaはがまんできるよ。  
アナタに会うまでのうれしい痛み……。

出産直前 ● あーちゃんMaMa

真夜中の分娩室。  
あたらしい命に会えるのを、みんな待っていたんだよ。  
みんなの応援の中で、ひなちゃんは生まれてきたんだよ。  
ママとパパに、もうひとつ宝物がふえました。  
生まれてきてくれてありがとう。

わあ、これが、りなのいもうとだ。  
これから大きくなってたくさんあそんで  
きっといろいろなことがあるんだなあ  
これからよろしくね♡  
どんな子になるかたのしみにしているね。

出産時 ● 繩島 直美 (ママ)・梨菜 (小1) 合作

さつきまでおなかの中にいた命  
私の胸にのせられ  
ほにやほにや動いている  
あつたかくつ  
くすぐつたくて  
ずっとこうしてみたいような  
お屋のやわらかな日差しが  
ふんわりとわたしたちを包みこむ  
みんなにありがとうと言いたいきもち

出産時 ● 麻美

りょうちゃんはおかあさんのおなかを  
とっても元気よく蹴っていたね。  
男の子なんだなあって、会える日を  
楽しみにしていたよ。

でもお母さんの体にトラブルがあって  
生まれてくるその日まで不安でもあったのよ。  
だからりょうちゃんがとおっても元気よく  
泣いて生まれててくれたから、  
嬉しくて嬉しくて涙が出たよ。  
本当にありがとう。

出産時 ● りょうちゃんママ

生後2ヶ月●結音まま

生まれてくれてありがとう  
パパもママも待望の10年目のプレゼント

生後15日●たまよ

あなたはわたしに生きる力を与え続けてくれましたようやく会えたいといしいあなた

生後2ヶ月  
あなたには障がいがあると告げられました

これからは、あなたが楽しく毎日を生きられるようにママがんばるね

生後2ヶ月●そよかぜ

川の字で寝ることがこんなに幸せなことだつて初めて知った

40歳を目前にしてあなたを出産したそれからというもの「疲れた～」の連続

(あなた)「おぎや～おぎや～」  
(兄ちゃん)「はら減った～」

「あ～もう静かにして！」と心の中で叫びつつ……幸福疲労をありがとう

午前一時  
ママと君だけが起きてる  
半分寝ぼけながらミルクを作る  
ミルクをイヤイヤするのも毎度のこと  
そんな君にママはちょっとイライラ  
ふと見たら満面の笑み  
おなかが空いていることを忘れて  
ママを見て大笑いしてる  
いつの間に笑うようになったんだろう  
ママにだけの秘密のプレゼント  
パパには内緒だよ

生後2ヶ月●とうまとかずまのママ

いつかあなたは私に向かってこういうかもね  
「産んでくれって頼んだ覚えはない」って  
でもね  
確かに私はあなたを産んだ  
そして産んだ以上は  
あなたを愛し育てる“責任”があるんだ  
いまその“責任”的重さを痛いほど感じるよ

生後3ヶ月●ふくまま

喜びのはずの妊娠は不安でいっぱいです  
その不安はあなたに伝わってしまったね

切迫早産の危険があると先生に言われ  
一人じゃないと気付かされて  
一生懸命キックするあなたに  
涙する夜もあったね

そして今、100日を迎えて  
すくすくと育つあなた  
もうあなたに心配かけないね

生後3ヶ月●えみまつ

ごっくんごっくんと  
一生懸命に動かしている口  
ママの顔をじーっと見つめる思慮深い目  
おっぱいに添えられた  
ちっちゃなグーの手  
その幸せな時間のためなら、  
ママは我慢できるよ  
大好きなワインも……。

生後4ヶ月●大地ママ

あなたの誕生で  
ママもパパもばあばもじいじも  
みんな幸せをもらつたよ  
あなたの笑顔で  
ママもパパもばあばもじいじも  
みんな笑顔になつたよ  
こんな小さな体でみんなを  
温かい気持ちにするんだね  
生まれてくれて  
ありがとうございます

大地へ

初めて感じる心地良いあたたかさ  
それは、おっぱいに添える小さな君の手  
そして、そっとふれるマシュマロのような君の頬  
そして、それから……  
かすかに聞こえる小さな君の寝息  
もっともっと、君とつながっていたいよ

生後4ヶ月●ウッズのママ

ドタバタとおなかを蹴っていた  
君のあんよ  
あの頃の足グセの悪さは  
今も変わらない  
元気でなにより  
元気が一番♪♪

生後5ヶ月●修子

13

14

陽だまりみたいなぽかぽか気分  
あなたの魔法の笑顔に  
これまで何度も救われたかな  
パパとママの元気玉

“幸せ”ってこういうことを言うんだね

教えてくれたあなたに、パパに、  
心から感謝  
ありがとね

生後5ヵ月●hinao

同じポーズで横たわる  
パパと貴女を見ていると  
ママは思わず微笑んじゃう  
何げない、でも、かけがえのない  
幸せな毎日をくれた  
二人にそっと……ありがとう……

生後5ヵ月●いとう ことみ

我が家子を抱く日を七年待ち  
やつと会えたあの日から  
あなたの笑顔に毎日毎日癒され  
たつたつ五ヵ月で  
たくさんの幸せをくれるあなたが  
いつも笑顔でいらっしゃるようにな  
れ以上幸せを届けられるように  
頑張ります！

生後5ヵ月●ゆうとママ☆

何があっても平気  
あなたがいるなら平気  
抱っここの重みを感じながら  
決意する私

生後6ヵ月●もえるママ

君が生まれてきてから  
ママは睡眠不足続きだったけど…  
君が居るから頑張れるんだよ  
ありがとう

君の笑顔を見ると幸せになれる

毎晩、毎晩、夜泣きの君と、  
どうしていいかわからず泣くママ

16

君が生まれてきてから  
ママは睡眠不足続きだったけど…  
君が居るから頑張れるんだよ  
ありがとう

君の笑顔を見ると幸せになれる

毎晩、毎晩、夜泣きの君と、  
どうしていいかわからず泣くママ

パパとママの28回目の誕生日  
あなたは6ヵ月になりました

28年生きてきた中で  
一番の誕生日でした

あなたのハーフバースデーが  
2人のバースデーだなんて

……神様  
粋な計らいしてくれたんだね

生後6ヵ月●ukiママ

生後5ヵ月●遅咲きの父

15

あなたは  
マシユマ口みたいな肌  
甘いかおりに  
ホヌヌキ…

あなたの  
マシユマ口みたいな肌

おっぱい飲んでも、  
おむつ替えて、  
散歩しても、  
あやしても……  
全然泣きやまない。

少しづつ私の表情もこわばる。  
困ったな……

ようやく眠りについた天使の寝顔。  
明日は、もっとやさしくなろう。  
あなたの寝顔を見て、今日も反省。  
少しづつ私をママにしてくれて  
ありがとう。

愛しくて愛しくて愛しくて。  
大切な大切な宝物のキミ。  
どんどん大きくなっていくね。  
嬉しいで、少し寂しくて。  
もう少し、ゆっくりでもいいんだよ。  
パパとママは  
キミをずっと見守っているから。

幸せいろの時間

生後6ヵ月●ジャイアントオオバナコ

7ヵ月を過ぎ  
これまで上ばかり見ていた君が  
ついに自分から地面と向き合った  
ようこそ、新しい世界へ！  
大好きなねえねが  
となりで寝転んでいる

パパもママもあなたも笑う  
なんて幸せなひととき

パパがただいまって帰つてくると  
あなたはキャッキャと笑う  
パパが「たまらなくかわいい生きものだ」と  
抱き上げてほおずりする

パパがただいまって帰つてくると  
あなたはキャッキャと笑う  
パパが「たまらなくかわいい生きものだ」と  
抱き上げてほおずりする

日々成長する我が息子  
傍から見れば  
小さな変化なかもしれないけど  
私たちにとっては大きな喜びです  
毎日いっぱいの幸せをありがとうございます！  
これからも一緒に笑顔でいようね

生後7ヵ月●なごみママ

生後7ヵ月●おとっち

生後8ヵ月●和優のママ

初夏の朝、自宅で静かに生まれた貴方  
待ち続けた皆を幸せで充たしてくれました  
今、貴方は優しさで充たされてますか

今まで  
そしてこれからも  
優しい世界で生きる貴方でありますように

みひろ  
生後7ヵ月●充優の名付け親

17

18

さかんに立とうとしている  
1秒が3秒、5秒もっともっと  
誰も教えないのに  
失敗しても気にしない  
毎日毎日繰り返す  
そんながんばりやさんのあなたが誇らしい  
本当にかわいい  
思わずぎゅっと抱きしめる  
生まれてきてくれてありがとう

生後8ヶ月●和花's Mother

生後8ヶ月●ユキトママ

出会って泣き  
出会って泣き……

でもそれはあなたが出会えた人の数  
あなたが一番最初に泣いたのも  
生まれてすぐよ、ママを見て

いっぱい泣いてもいいんだよ、  
だってそれは出会いなんだから

生後8ヶ月●れいらママShoko

夜泣きもなく、めったな事で泣かないあなた  
そんなあなたが顔を真っ赤にして泣いている  
大きな大きな声をあげ 精一杯泣いている  
両手を広げママママと  
抱っこを求め力いっぱい泣いている  
愛おしすぎて 私のほうが大粒の涙

ママそっくりの二重のはっちりおめめ。  
パパそっくりのすべすべの肌。  
じいじそっくりの真っ赤で小さなお口。  
ばあばそっくりのふさふさな髪の毛。

みんないいところばっかりもらった君は  
幸せ者だね。

生後8ヶ月●がっちゃんパパ

きらきらしたあなたの瞳。  
そこから見る世界は  
どんなふうに輝いているんだろうね。

生後8ヶ月●がっちゃんママ

夜中に眠りから覚めて泣くあなたを  
そっと抱っこすると、  
安心したように  
ずっとまた眠りにつくあなた。

あなたの寝顔を見るたび、  
私のもとに  
生まれてきてくれてありがとうって  
胸がいっぱいになる。

あなたがいてくれるだけで幸せだよ。

生後8ヶ月●美紀子

「こもりうた」

届いていたのかな  
ぐずり、お顔はまつ赤つか  
困り果てうたつた、子守唄か  
うれしいな、届いてた!!  
大きくなつた宝物かなたを胸に  
ピタリ泣き止み、眠るあなた

届いているのかな  
大きなオナ力にうたう、子守唄

娘を抱き  
やさしい眼差しでうつむき  
背中をトントンしながら  
静かにゆつくりと語りかけるように  
歌を歌う妻  
その風景にふと二つの命を感じた  
たまらなく目頭が熱くなつた  
ああ……  
僕はこの二つの命を守つていくのだ

添い寝して  
小さなひじをなでると  
一年前の同じころ  
おなかの中から  
“ぐう～ん”としてくれたのは  
確かにこのひじだったと  
胸が“きゅ～ん”となる

泣いている君を抱きしめる  
しがみついてくる君  
私の方が抱きしめられてるみたい  
君がこうしてなぐさめてくれるから  
頑張れるのね

あなたに会えてすぐなのに  
なぜかふつと思った

困難だらけ  
息の抜けない毎日……  
だけと思ひは変わらないよ  
“あなたとお姉ちゃんがいる”という奇跡が  
幸せで幸せで仕方ないから  
ありがとう

ママは欲張りだね  
もう1人産みたい!

あろは●生後10ヶ月

生後9ヶ月●美結ママ

生後9ヶ月●manamama

生後10ヶ月●ゆみこ

生後10ヶ月●キチエモジン

21 22

生まれてすぐ 泣いてばかりいた君  
今では色んなことができるようになって

1ヵ月前には考えられなかったことも  
あたりまえにできるようになり  
得意げに微笑む君

いつかすべてあたりまえになんでも  
初めてできた時の感動を忘れずにいたい

生後10ヵ月●虹音まま

私の顔を見るたびに  
手を出して抱っこをせがむあなたを見ると  
愛しくて抱っこせずにはいられず  
ギューギュー

抱っこばかりしていると  
一日があつという間にすがっていく日々に  
幸せを感じるよ

生後10ヵ月●こうたんママ

横浜で出会って  
横浜で結婚式を挙げた  
お父さんとお母さん

明日真くんも横浜で  
大切な人に会えるかな。

生後10ヵ月●稻澤 香緒里

生まれた時は、泣くだけだったのに。  
それだけすごい存在感だったのに。  
今は、走り回って、転んでもすぐ立ち上がりつたりして。  
何も教えなくても、こんなにできるようになるんだね。  
これからも、ずっとそばにいるからね。  
明日で一歳。  
お誕生日おめでとう。

生後12ヵ月●りんちゅうママ

ママのおっぱいに 吸いつくあなたは  
いつもママの顔を じっと見ていた

あの顔にもう一度会いたくて  
ママのおっぱいを そっと口元に近づける  
照れ笑いを浮かべながら  
顔をそむけるあなた

もうあの顔には会えないんだね  
なんだかちょっと寂しいな

生後12ヵ月●いーちゃんママ

違うよね  
それだけじゃない  
みんなの支えと  
愛情が  
いっぱいいっぱいつまつて  
一歳のお誕生日に、  
宝物が教えてくれた  
ありがとう  
大きくなつたんだね

1歳の誕生日●みいちゃんより

「たつたひとつの宝物さんへ」

この一年  
宝物の身体は  
私のオッパイで大きくなつたと  
思つてたけど