

マリー・ヘインズ著

「奇跡の9か月」評・池田真理子(東府中病院・ファウンズ産婦人科医師 非常勤)

妊娠・出産(赤ちゃんを授かること)は神さまから与えられた奇跡である。これは、私が産婦人科医として多くの方々に関わり、自らも経験して深く感じていることである。

しかし、うれしくはあっても、様々な不安に押しつぶされそうになり、眠れない夜を過ごしたことがある妊婦さんは多いのではないかと。わが子は無事生まれるだろうか? 無事育てられるだろうか?

さらに社会的環境や経済的問題など、心配の種は尽きることがない。不適切な情報に惑わされ、不要な恐れを抱いてしまうこともある。このような不安は誰もが経験する。クリスチャンも例外ではない。たとえさほど不安がないとしても、母になるにあたって、妊娠期間をどのような準備をして過ごしたらよいかを知りたい妊婦さんも多いのではないかと。(妊婦の体の管理やベビー用品の準備についての書物は書店に数多くあるが、霊的な準備の本には出会ったことがないかもしれない)

本書は、そのような方々のためにまとめられた、妊婦さん向けの聖書の学びの書である。

著者は、アメリカの元牧師夫人で、現ソーシャルワーカーである。

妊娠期間の「1か月め」から「9か月め」まで、ひと月ご

とにテーマに沿って、多くのみことばと、その時期にかかったアドバイスが示されている。著者自身の6回の妊娠(内2回の流産)の経験が生かされており、妊婦の心に寄り添ったこまやかな配慮がいたる所に感じられる。全体を通して著者が最も大事なこととして伝えていているのは、「あなたの胎内にいるかけがえのない子どもについて、神さまがあなたの心に語りかけられること」である。

### ○みことばが心に残りやすい

本書を読んで驚いたのは、「妊婦さんに語りかけられているみことばがこんなにたくさんあったー!」ということである。これに気づかず妊娠期間を過ごしたのは、実にもったいないと思う。本書は、示された聖書の箇所を開いて自分で記入する形式になっており、学んだみことばが心に残りやすい。各月ごとに、その時期に合った学びを通して、神さまからの愛のメッセージを聴き、確信と平安が与えられる。不必要な心配ごとからも解放され、必要なことに目が向けられる。こうして妊娠期間を通して、胎内のわが子の発育と共に、妊婦さん自身も母として霊的情緒的に成長できるようになっている。

### ○その他の特徴

①各月ごとに胎児の発育が説明され、その時点での胎児の様子を

具体的にイメージしながら学べる。

②各月ごとに、具体的な妊娠生活の注意点や、出産・育児の準備など、著者の経験に基づいたきめこまかなアドバイスが得られる。

③各月ごとに、読者が医師から言われたこと、体の変化、考えたことなどを記入する欄があり、妊娠期間のよい記念になる。

ただし、①②は、個人差や、国による違いもあるので、おおまかな把握にとどめ、医学的なことは、かかりつけ医師または助産師に確認していただきたい。

### ○妊娠月数の数え方について

妊娠期間は俗に十月十日と言われているのに、「なぜ『9か月』なの?」と思われる方もおられるのではないかと。病院で「妊娠〇週」または「〇か月」と言われるが、これを本書の何か月めと思ってしまうのだらよいのか?

次のように当てはめると時期がほぼ合うので参考にしてみてください。本書の「1か月め」は、大まかにいえば妊娠と分かる最初の月、病院(産科)で言う「妊娠2か月(4〜7週)」に当てはまる。順次1を足して考えていただくとよい。本書の「出産(9か月め)」は、病院の「妊娠10か月」に当てはまる。

### ○必要な時期に読んでいただくには

本書のどの章もすばらしい内容だが、特に最初の章「1か月め

妊娠を受け入れる」は根本的なところに深く関わっており、私の経験から考えると、最も読んでいただきたい章である。しかし、一般的には、妊娠を人に告げ、本書に出会うのは、既に妊娠を受け入れた後で、胎児心拍もはっきりした。本書の「2か月め」以降の時期ではないかと。妊婦さんが孤独で悩みや大切な時期(本書の「1か月め」)に読んでいただくために提案させていただけるとしたら、教会図書に備えておき、妊娠が判明した時点で誰でも手に取れるようにしておいたり、妊娠可能な年齢の人にあらかじめ本書のことをお知らせしておくのはどうだろうか。妊婦さんが、神さまからの平安の内に妊娠期間を過ごし、出産に臨むために、本書は大きな助けになるはずである。妊婦に関わる職業の方にも、是非一読をおすすめしたい。

## 「奇跡の9か月 -お母さんになる心の備え-

A5判上製本(ハードカバー)  
定価 1,575円(税込み)

