

やさしくわかる
きもちのえほん



きもちって なぬに？

監修：渡辺弥生
絵：すがわらけいこ
編著：WILL こども知育研究所



きょうも いっぱい わらって、



いっぱい ないた。



この わらったり
ないたりするときの
「きもち」って、
いったい なんだろう？

「ぼくは、ゴールが きますと うれくなるよ。
つぎも がんばろうって おもうし、
いっぱい れんしゅうしたくなる」

「きもちは、こころのなかに ある、
たくさんの いろみたいなものかな」

きみたちは
どう おもいますか？

ワンワン

ニャーン

ねえ、おかあさん、
きもちって なあに？

「うーん、むずかしいね。
たとえば、おかあさんは
あなたを だきしめているとき、
すごく うれしくって
しあわせな きもちになるよ。
あなたは どんとき
しあわせになる？」

うれしい きもちのとき、しあわせになるよ。

かおが ニコニコになったり、むねが ドキドキしたりする。



ばんごはんに だいすきな
オムライスが できたときや、



かけっこで さいごまで
がんばれたとき、しあわせだよ。



かなしい ときも、しあわせじゃないなあ。

かなしいと なみだが でたり、
むねが ギューツとなったり、
なにも したくなくなっちゃう。



おともだちが とおくに
ひっこしちゃったときや、



たいせつな カブトムシが
しんじゃったときは、
すごく つらくなったよ。