

# 外出自粛中の子どものイライラ・癩癢がずっと落ち着くと人気の絵本 「ガストン呼吸セラピー絵本」シリーズ累計9万部突破 『世界一受けたい授業』（日本テレビ系・5/16放送）に登場で反響！緊急重版

このたび、株式会社主婦の友社は、昨年9月に刊行したフランス発の「ガストンの呼吸セラピー絵本」シリーズの3冊『おこりたくなったら やってみて!』『かなしくなったら やってみて!』『こわくなったら やってみて!』の緊急重版を決定し、当シリーズは累計9万3000部となりました。5月末の出荷となります。



(左から) 『かなしくなったら やってみて!』 累計22,000部  
『おこりたくなったら やってみて!』 累計51,000部  
『こわくなったら やってみて!』 累計20,000部 合計93,000部

文・絵：オーレリー・シアン・ショウ・シーヌ 訳：垣内 磯子 各980円+税 2019年9月6日発売 主婦の友社発行

ユニコーンのこども・ガストンといっしょに、たった3回、1分ほどの呼吸法を学び、かんしゃくや悲しみ、恐れといったネガティブな感情を、子ども自身で手放せるようになる、というコンセプトが画期的で、フランスで発売されるやベストセラーとなり、世界75カ国で翻訳されています。日本でも発売後、子育てに悩む母親を中心にロコミで話題になり、重版を重ねて参りました。

5月16日(土)には、日本テレビ系「世界一受けたい授業」の親子で楽しめる絵本特集において「外出自粛のストレスでイライラした気分がスッキリする魔法の絵本!」として紹介され、さらに大きな反響をよんでいます。

このガストンの呼吸セラピー絵本シリーズは、自分自身の感情の扱いに悩む大人たちからも注目を集めたことも、ヒットの理由となっていて、「どうしても子どもにキレてしまう私がいまがまず読みたい」「感情の抑えが効かなくなってきた自分たち祖父母世代にこそ必要」「アンガーマネジメントの本は読む気がしないが、絵本ならとっつきやすい」など、シニア層や子どものいない男女からも、自分のために購入した、読みたいという声が上がっています。

子どもも大人もストレスを抱えやすいこのコロナ禍において、ぜひ読んでいただきたいシリーズです。

■ガストンの呼吸セラピー絵本 公式ページ <https://tomobooks.com/p/gaston/>

■<保育園での読み聞かせの様子はこちら><https://youtu.be/wl43tGRI5eY>

