

## はじめに

この本を手にとってくださり、ありがとうございます。紅蘭です。

俳優である父親を持ち、二世タレントとして、数年前までたくさんのテレビ番組に出演させていただきました。現在は2歳の娘を育てながら、株式会社Broskyの代表取締役として事業を営んでいます。

テレビに出ていたときの「本音を突き通すキャラ」の印象が強かったのか、子育てをしながら会社経営する姿を見てくれたのか、毎日のように「紅蘭ちゃんみたいに強くなりたい」というメッセージが届きます。

みんながもつと自由に楽しく、自分らしく生きられるようになったらいいのに……。

そう考え、ありのままの私の人生や価値観を一冊の本にまとめて出版することにしました。

なぜ紅蘭が紅蘭になったのか。質問を寄せてくれた一人ひとりにお返事するつもりで、生い立ちからメンタルの保ち方、仕事のことまで、すべて書きました。

私の人生において「出産・育児」は大きな転機となりました。

娘に出会えたことで最高の幸せを味わったと同時に、毎日毎日初めてのことに直面し、不安や孤独な時間もたくさんありました。

私もワンオペ子育て中だから忙しいし、心が折れるときもよくあります。そういうときの私なりの乗り越え方も詳しく書いたので、何か参考になったら嬉しいです。

この本のタイトル「#母であり私である」は、自分を見失わず、自分を愛してあげてほしいという思いからつけました。

母だからどうか、○○だからどうか、さまざまな偏見や差別があります。でも、それ以前に私。私に与えられた命なんだから、好きに使って何が悪いの？自分らしくいて何が悪いの？という強いメッセージが、この言葉には込められています。

これから娘の生きる時代が、より生きやすい未来になってほしい。だから、こうして少しずつですが、未来を変える行動をしていきたい。この本を読んで、皆さんにいろいろ感じていただけたらなと思います。

そして、皆さんが「#母であり私である」と感じることや思うことがあれば、ぜひSNSに投稿してください。ただのハッシュタグですが、たくさんの人を救い、勇気づける素敵な言葉だと私は思います。これをきっかけに、少しでも多くの人の気持ちに穏やかになりますように。