在宅取組型（小学校）

学校名等	岐阜市立芥見小学校
実施日時	平成28年　夏休み中
会場	各家庭
参加人数	全校児童及び保護者
学習課題（分野）	みんなでハグ❤家族でラブラブデー（約束運動）
運営者の願い	家族でハグをすることによって、子どもとのふれあう時間や家族間のコミュニケーションを豊かにし、愛情や信頼を確認する機会にしてほしい。(「話そう！語ろう！わが家の約束」運動)

学習の内容

＜案内文より＞

この度、PTA成人教育委員会では、第1回目の家庭教育学級「話そう！語ろう！わが家の約束」運動といたしまして、『みんなでハグ❤家族でラブラブデー』を行います。

人は、ハグをされると「幸せホルモン」と呼ばれるオキシトシンが分泌されます。このホルモンはストレスを軽減させて、愛情や信頼などの感情を呼び起こすと言われています。
子どもとふれあえる期間は長いようで短いです。小学生の時期にふれあう時間を大切にしましょう。

＜「話そう！語ろう！わが家の約束」運動の進め方＞

①7／24～30までの1週間取り組む。

②祖父母、親子、兄弟姉妹と(どなたとでもOK！)ハグする。

③各家庭で時間やルールを決めてもよい。1日に何回でもOK！

例:寝る前に「おやすみ」と言いながら。　朝起きたら「おはよう」と言いながら。

ほめた後やお礼の言葉と一緒に。　何もしなくても「大好き」のしるしに。

④夏休み明けに提出。その後、集計して結果を報告する。

＜実践カードの親子の感想＞

子：家族みんなとハグができたのでよかったです。ハグをすると、楽しい気持ちになりました。これからもハグをいっぱいしたいです。

子：家族とハグすると何だかほんわかな感じがして気分も良くなりました。した人もされた人も笑顔。気持ちが落ち込んだ時にもしたいです。

母：「ギュッして～」と言って娘とギュッ。疲れも吹っ飛び幸せを感じる時間でした。
父：暑い日も仕事に行く時「行ってきます」と言ってギュッ。力が湧いて頑張るぞ！！
ハグってすごい力です。

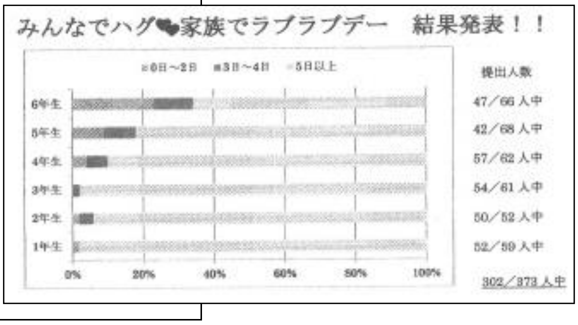
親：小学生になってからはハグする事なんてなくなっていましたが（特に父親）、再度子どもとのふれ合いの大切さを認識しました。ハグする一瞬、気持ちが落ち着き何でも話せる環境が作れたと思いました。

＜集計結果より＞

提出後、委員さんにより結果発表の通信が配布された。(右表はその一部)

低学年では、5日以上ハグをした家族は95%を超えていた。

「高学年になると、恥ずかしいなどの意見もありましたが、やってみたら良かったという意見が大多数を占めました。家族には、スキンシップや心理的な結びつきが大切だと再認識できました。これを機にコミュニケーションの取り方を今一度、考えるきっかけにしてみてはいかがでしょうか？」と、結ばれている。

＜約束運動＞
★「みんなでハグ❤家族でラブラブデー」の名称・内容も話題沸騰！嬉しい反応が続々！！
★“幸せホルモン”が、愛情や信頼を呼び起こす。

＜効果＞
★親子ともに、ハグの力を実感。幸せや笑顔、やる気の源となる。
★家族のふれあいやコミュニケーションのきっかけになる。