

創立145周年

学校便り

令和3年度

No.10



# 進取

令和4年2月28日発行

阿久根市立阿久根小学校  
27学級 児童数435名

## 寒いですね。こんな日は、 親子でむぎゅ～なんて幸せな時間

校長 深川 光久

通学路にある梅の木が花を咲かせています。満開になっている木もあります。まだまだ寒い日が続きますが、少しずつ春が近づいてきています。学校では、体育委員会が計画した縄跳び大会に向かって縄跳びの練習を頑張っている子供たちがたくさんいます。うまく跳べると、「校長先生見て見て。」と笑顔で声を掛けてくれます。また、3学期の読書旬間に入り、本を読む子供たちも増えています。阿久根小の子供たちはコロナ禍でも元気です。そんな子供たちを見ていると、こちらまでうれしくなります。

さて、「寒いですね。こんな日は、親子でむぎゅ～なんて幸せな時間」という変なタイトルですが、スキンシップについてのお話です。最近では、子供が心身ともに健康的に育ち自信を持って社会生活を営めるようになるには、「自己肯定感」が大切だと言われています。「自分はこのままでいいよ。」と自分を好きになれる気持ちです。タレントの明石家さんまさんがよく「おれ、自分のこと好き。」と言いますが、なかなか自分のことを好きだと言える人は少ないようです。内閣府の「日本の若者の現状～国際比較からみえてくるもの～」で、「自分自身に満足している。」という質問に対して、「そう思う。」と答えた若者の割合を一部掲載します。日本の若者の自己肯定感が低いことが課題となっています。

国名	そう思うの割合
アメリカ	57.9%
イギリス	42.8%
韓国	36.3%
日本	10.4%

この自己肯定感を高める方法については、いろいろ言われていますが、その中の一つにスキンシップがあげられます。スキンシップには、愛情ホルモンとも言われるオキシトシンの分泌を促す効果があると言われています。「大好き。」と愛情の言葉をつぶやきながら、ハグするとより効果的だそうです。きっと温かく抱きしめられることで、「ここにいて、いいんだ。」と安心感を抱くのかもしれませんね。教育研究家の石川幸夫さんは、「7秒ハグ」を提唱しています。兄弟がいたり、家事があつたりする中でなかなか一人の子供を長い時間抱きしめてあげることは難しいかもしれません。しかし、子供が甘えたいとき、7秒間ならなんとかできそうな気がしませんか。朝、家を出る時、お風呂上がり、寝る前などタイミングを決めてハグしてあげるのもいいかもしれません。また、子どもとのハグは、子供だけでなく、保護者自身も幸せな気持ちになり、ストレスを軽減する効果があるそうです。

寒い冬の日、抱きしめられたり、一緒にお風呂に入って今日あったこととお話ししたりするスキンシップをすることで、きっと明日への活力をもらうのかもしれません。

### 青信号でも、止まって確認を！

薩摩川内市で、横断歩道上の小学生が車にひかれる事故が発生しました。学校では、青信号でも左折や右折の車が来ることや信号を見落とした車が車が来ることがあることを指導しました。日頃、歩道から横断歩道をかけ抜けていく子もいますので、ご家庭でも、横断歩道を渡るときは、一旦立ち止まり、左右の確認をするようご指導ください。