



タイトル・URL	二次元コード	紹介文（例）（5～6分）
<b>基本的な生活習慣</b> ～ 親子が元気に育つコツ ～  <a href="https://youtu.be/EdoW9_-GYC0">https://youtu.be/EdoW9_-GYC0</a>		この動画では、子どもたちの生活習慣を改善するためのヒントやよい睡眠をとるためのポイント、あいさつと生活習慣との意外な関係について紹介しています。
<b>ストレス軽減</b> ～ 心おだやかに過ごすコツ～  <a href="https://youtu.be/GX2sjBjWKeE">https://youtu.be/GX2sjBjWKeE</a>		この動画では、ストレス軽減法を紹介しています。少し見方、考え方を変えるだけで気持ちが楽になります。6分の動画ですが、ぜひストレスフリーな生活のヒントを見つけてください。
<b>愛着</b> ～ 親子で幸せになれるコツ ～  <a href="https://youtu.be/wSub62_bFYA">https://youtu.be/wSub62_bFYA</a>		この動画では、子どもたちの願いを叶えるために、おうちの人にも一緒に取り組み、一緒に喜びを感じることの大切さを紹介しています。おうちの人が支え、励ますことが親と子の結びつきを強くし、子どもたちの自己肯定感を高めます。
<b>見つけよう！みんなのステキなところ</b> ～ 心をふわっと軽くするコツ ～  <a href="https://youtu.be/XBy9IU-IHIg">https://youtu.be/XBy9IU-IHIg</a>		この動画では、リフレーミング（物事や状況の味方を別の視点から捉え直すという心理学の用語）という手法を紹介し、家族（園・学校・職場）みんなのステキなところを見つけることの大切さを伝えています。
<b>自分のことは自分でできるよ</b> ～ 自立を後押しするコツ ～  <a href="https://youtu.be/0rkZiDLHuaM">https://youtu.be/0rkZiDLHuaM</a>		この動画では、小さな成功体験（自分でできた）を積み重ねることで成長していくわが子を見守り、親（家族）も一緒に喜びながら支えることの大切さを紹介しています。
<b>スマホに子守をさせないで</b> ～ 健やかな心と体を育むコツ ～  <a href="https://youtu.be/Y9ITpr65Ns4">https://youtu.be/Y9ITpr65Ns4</a>		この動画では、子育て中の親子とスマホの程よい付き合い方を紹介しています。今日は少しだけスマホを置いて、わが子の目を見て声をかけてみましょう。きっと、親子にとって大切な時間となります！

**みんなで  
家庭教育**

子育ての疑問や心配、お悩みの解決につながる家庭教育の情報サイトです。

岐阜県  
県民生活課

LINK

園や学校等のお便りに、  
 （左） みんなで家庭教育特設サイト（スタンドバーナー）  
 （上） みんなで家庭教育動画教材（タイトル・URL・二次元コード・紹介文）  
 を掲載し、ご活用ください。

また、みんなで家庭教育動画教材（上）を有効にご活用ください。  
 例） ○研修等開始前の待ち時間  
 ○総会や学級懇談会 ○就学時健診や入学説明会 ○役員会等  
 ○動画＋サロン型家庭教育学級 ○動画＋在宅取組型家庭教育学級 など



< 学級懇談会 >



< 入学説明会 >