

新北市泰山區明志國民小學 107 學年度第二學期家長日 學校行政宣導資料

家長日活動安排

活動內容	時間	地點
0. 準備時間	18:30~19:00	各班教室
1. 各班作業成果展、行政宣導資料說明	19:00~19:30	各班教室
2. 班級經營及教學理念說明	19:30~20:00	各班教室
3. 班級親師事務溝通	20:00~20:50	各班教室
4. 賦 歸	21:00	

教務處

一、推動教學相關工作：

1. 推動教學相關之語文競賽：2月26日辦理三~六年級校內閱讀寫作競賽，並於4月14日帶領選拔出的選手至五股成州國小參加區賽。3月26日由六年四班代表參加新莊區英語讀者劇場競賽。5月23日辦理三年級校內英語歌曲演唱競賽。5月29日辦理二三年級校內說故事競賽，藉以上競賽培養並提升學生的語文能力。
2. 推動雙語實驗課程：因應十二年國教新課綱中「校訂課程」發展統整性、主題或議題式的課程，本校獲新北市教育局通過在107-109學年度「中高年級綜合活動領域」教學中規劃「配置外師雙語實驗課程」實施方案，以期本校能活化英語教學資源、架構雙語課程地圖及發展雙語教學策略，提升本校中籍英語教師之教學專業，並促進中外師專業對話及課程共備，翻轉課堂教室風景。
3. 推動教學相關之科學競賽：4月27-28日帶領學生參加新北市科學展覽會。

二、培養學生閱讀習慣及口語表達能力：

1. 每週一、三、四、五 8:00~8:10 全校進行 10 分鐘晨間閱讀，沐浴在閱讀氛圍中，為一天的學習帶來能量提升。每週三早自習 8:10~8:35 為全校共讀時間，並配合「巡迴書箱」(每週每生一本書)進行，增進學生的閱讀素養及能力。
2. 第 4、8、12、16 週的週三早自習 8:10~8:35 舉辦一~六年級班級巡迴說故事活動，由各班小朋友到隔壁班級說故事，請家長協助指導孩子良好的台風及口語表達能力。
3. 辦理「好書推薦」活動，學生可以透過書寫、影片或口語表達的方式分享閱讀，促進學生的深化閱讀，並提升學生閱讀素養及能力。
4. 推動「閱讀獎勵制度」以及每班每天發送一份國語日報，配合每月「讀報教育」有獎徵答活動；以及落實「喜悅認證制度」，激發學生閱讀的興趣。
5. 辦理「主題書展活動」並配合閱讀教學進行學科深讀，引領學生聚焦深度閱讀，提升學生閱讀品質。
6. 新北市政府推動電子書雲端閱讀實施計畫，電子書入口網址為 <http://ebook.ntpc.edu.tw>，凡屬本市公立國中小教師及在學學生均可使用姓名或班級認證登入系統借閱電子書，請家長鼓勵孩子多加利用。

7. 由校內故事志工利用每週一晨光時間到一~二年級各班說故事，提升孩子語文聆賞表達能力。

三、落實學習評量及補救教學工作：

1. 本學期舉行全市五年級國語文(6/4)、數學檢測(6/6)，4/18~19 舉行本校第一次定期考查，6/19~20 舉行本校第二次定期考查，5/30-31 舉行六年級畢業考，除檢核學生學習成效外，並針對學習落後學生進行補救教學。
2. 結合資訊網路平台強化補救教學：持續結合「均一教育平台」等資訊平台作為課後國語、數學補救教學的參考教材，以提升學生的學習成效。

四、推展資訊教育活動：

1. 繼續辦理本年度教育部及教育局行動學習計畫：本校參加教育局或教育部行動學習計畫已邁入第四年，去年榮獲 107 年教育部行動學習優良學校，今年將持續透過平板電腦、VR、AR 空拍機及 3D 列印等新興科技設計跨領域教學活動，提升學生學習興趣及成效。
2. 發展兒童電腦程式設計特色課程：課程規劃 scratch、cospaces、microbit.. 軟體為主的電腦程式設計課程，並辦理各年級資訊程式設計比賽。
3. 繼續辦理程式設計實驗課程：遴選高年級優秀學生參加本校程式設計實驗課程計畫，培養程式設計進階能力，以及教導學生以 3D 圖形設計、VR 空間設計及 webduino 物聯網等新興科技，製作立體遊戲及生活工具，發揮創意。

五、其他：

1. 有關「國民小學及國民中學學生成績評量準則成績準則第 11 條」規定如下，轉知各位家長：
國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未達畢業標準者，發給修業證明書：
(1) 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。
(2) 七大學習領域有四大學習領域以上，其各學習領域之畢業總平均成績，均達丙等(60 分)以上。
前項規定，自中華民國一百零一年八月一日以後入學國民中小學之學生適用之。
2. 辦理轉學流程：
(1) 轉出者：家長攜帶新遷移的戶口名簿到本校教務處辦理→持轉出離校通知單到圖書室及原班級辦理離校手續→到學務處辦理營養午餐退費事宜→導師聯交給導師、回條聯交回教務處註冊組→領取轉學證明書→到新學校辦理轉入。
(2) 轉入者：家長先到原校辦理轉出→攜帶轉學證明及戶口名簿到本校教務處辦理轉入→填寫相關資料→持轉入報到通知單到轉入班級報到。
3. 家長如需申請「成績證明」及「在學證明」者，請向級任老師提出申請。

六、新北市親師生 APP 安裝(請導師協助家長安裝，並宣導其功能)

APP 功能介紹：

- (一)提供教師、學生及家長使用校務行政系統帳密登入。
- (二)接收明志校網及教育局網站發送之訊息(含訊息訂閱功能)。
- (三)接收教師研習資訊。
- (四)查詢學生在校成績(限家長及學生)。
- (五)查詢學校通訊錄(電話、地址導航、網頁等)。
- (六)瀏覽教育局影音資源。

下載 QR-code

Android



ios



七、請安裝教育部網路守護天使—杜絕兒童接觸不當資訊

<http://nga.moe.edu.tw/>



網路守護天使(Network Guardian Angels, NGA) 是一套過濾網路不當資訊的軟體，每當未成年學童上網瀏覽到不當網址就會進行阻擋。NGA 除了可安裝在家中電腦或筆電之外，智慧手機或平板也都可以使用！

防止網路沉迷



NGA 除了可以阻擋不當資訊的網站，還有阻擋網頁遊戲的功能，本團隊將定期更新網址資訊至您的電腦，可有效避免未成年學童沉迷於線上遊戲。家長或師長可使用線上查詢的功能，確實掌握學童於電腦的網路連線狀況。

上網時間管理



NGA 也包含上網時間管理的功能，只要設定可上網時間，網路超時使用則中斷，避免學童造成網路沉迷，並對網路的使用時間養成良好的習慣。

註：目前僅供 PC 版與 Android4 版本可使用時間控管功能

✉ 聯絡信箱：nga@sinpao.com.tw

☎ 諮詢電話：(06)208-8988

八、教育部健康上網一起來



學務處

生教組：

(一) 交通安全宣導

1. 家長接送學生上下學，騎乘機車時請配戴安全帽，並配合落實交通部「禮讓行人」之觀念。
2. 若需以汽機車接送學生，請於新生路大門家長接送區（校門口兩側的人行道旁）接送子女，請勿將汽機車停於導護區內或進入校園以免影響其他學生行進之安全。新民路大門為學生步行上學區，若需以機車接送，亦請勿將汽機車停駛入校園(含車道)。
3. 請家長提醒孩子儘量走人行道；過馬路時，雖是綠燈仍得停看聽，以確保行進安全。
4. 安親班路隊均已納入本校規劃當中，但安親班的交通車非校方能規劃管理，故請家長一同注意孩子下課接送安全，請要求安親班交通車依規定做營業登記或避免超載，共同監督安親班之合法使用。
5. 為維護學生安全禁止學生以外人士進入校園，故請家長送學生到校門口讓學生自己進入學校，家長不要跟隨進入敬請配合。

(二) 上下學及家長送餐須知

1. 本校志工早上執勤時間為 7 時 25 分至 7 時 50 分，請儘可能讓子女於此時間通過導護崗到校；如您不得已必須讓子女提早到校，為了貴子女的安全考量，請要求子女先至新民路門口旁之一樓穿堂或圖書館前穿堂等候。8 點後到校的同學，統一到圖書館前旋轉木馬進行晨讀，8:10 才鐘響後方可進教室。
2. 為方便學校對進出人員之管制，以保障學生安全，如家長必須送便當到校，請於 11 時 50 分前 將便當置於警衛室由學生自行領取（如非絕對必要，請避免親手將便當交給子女）。

(三) 服裝/學號牌規定

1. 請讓子女穿著規定之服裝上學：週三穿便服，有體育課時穿運動服，其他時間穿制服或班服。
2. 為了學童校內外之活動安全，孩子的制服和運動服務必縫上名牌。

(四) 請假規則

1. 貴子女因事、因病不能到校，請務必事先以電話或書面向導師請假；如果臨時請假又找不到導師，請務必撥本校請假專線 2906-3234 口頭請假；連續三天以上之事病假，請家長向導師索取假單，辦理請假手續。（子女未請假而沒有到校，當天導師就必須進行追查；兩天以上因不明原因未到校，本校即須向市府通報並進行家訪。）
2. 貴子女因事、因病須於上課期間離校，請儘可能以書面事先告知導師；如未能事先書面告知，請事先以電話聯絡導師。上課期間到校接學生外出者，必須是學生之監護人；如非監護人，必須是監護人事先告知導師或持有委託書之受委託人，離校前請導師（或任課教師）填寫外出單送交警衛室後始得離校。

訓育組：

- (一) 學生的相關活動及比賽訊息會公佈在學校網站或請老師轉達，希望家長鼓勵孩子們踴躍參與校內外活動，提供多元的舞台，讓孩子喜歡展現自己，在參與活動的過程中，培養對自己的自信心。
- (二) 終身學習的時代來臨，本校配合新北市政府教育局暨泰山區公所政策，開設新北市泰山區市民大學，課程內容詳洽新北市泰山區公所，聯絡電話：29099551 分機 1378。
- (三) 學務處關心您—免費公車交通安全宣導：

基於安全搭乘的考量，且讓我們搭車的環境更理想，我們期待每位孩子都能達成：

- (1)樂於當一位有禮貌的小乘客，看到隨車阿姨、學生車長及每位同學都能打招呼。
 - (2)開心當一位守秩序的小乘客，請配合學務處在體健樓穿堂安排的位置原地蹲下，行進時請排好路隊，不玩耍嬉戲，大聲吵鬧，提升每個人的搭乘品質。
 - (3)遵守當一位有規矩的小乘客，請勿隨意拉扯公車吊環、坐在非座位區(如階梯、放置物品的地區)、爬竿子，乘車時請勿大聲吵鬧或做出危險動作。
 - (4)若車上沒有空餘座位需要站立時，請握穩扶桿、勿隨意走動、勿緊靠車門站立以避免危險。
 - (5)在穿堂集合排隊與行進和乘車期間，請勿拿出食物或進食(含飲料)，以維護校園與公車乾淨整潔。
 - (6)隨車人員與免巴車長將擔任提升公車品質的安全尖兵，如果小乘客違反以上規則影響別人的搭車安全，將由隨車人員進行記錄。**如果違反規定被記點滿3次，將禁止本學期搭車權利**！希望大家都能遵守以上搭車規定，才有讓明志國小擁有更美好的乘坐品質！
- (四)泰山區市民大學在本校開課的班別有書法創作班及樂活桌球班，落實終身教育理念。

體育組：

- 1、制定體育課循環教學計畫，落實各項體育教學活動。
- 2、成立多種體育團隊，有桌球、籃球、跆拳道、MV舞蹈、射箭、足球等團隊，歡迎有興趣、有潛力的同學，踴躍參加體育團隊，從小培養運動的好習慣，奠定學童優良的體適能。
- 3、五月開始辦理各學年體育競賽活動。

年級	班級競賽活動	日期	時間	地點
一年級	拍毽團體賽	5月2日(四)	8:15~8:45	體育館
二年級	跳繩團體計次賽	5月3日(五)	8:15~8:45	體育館
三年級	母子跳繩賽	5月17日(五)	8:15~8:45	體育館
四年級	投籃團體賽	5月16日(四)	8:15~8:45	體育館
五年級	保齡足球活動	5月16日(四)	10:30~11:10	操場
六年級	沙灘排球活動	6月12日(三)	08:45~11:00	體育館

4、本學期體育團隊對外競賽活動內容預告

- (一)桌球隊:菁英盃桌球賽、小運、自由盃(團體、個人)
- (二)籃球隊:小運籃球聯賽
- (三)校際班級體育活動:樂活三對三籃球比賽(六年級)

衛生組：

(一)早餐、午餐補助費申請：

每一學期辦理一次申請手續，以申請為原則，有需求務必提出，級任老師才能協助家長向新北市政府、中央餐廚公司及其他社福團體提出申請。同時，核准的午餐補助款項由學校設專戶來管理，不會直接發給家長，早餐補助則由學校統一發給早餐券。

(二)菸、檳防治宣導：

一支燃點著的香菸會釋放出七千多種有害的化學物質，確定致癌物有七十種，其中菸品中危害健康最重要的成分是：包括：尼古丁（興奮劑）、焦油（致癌物）、一氧化碳（汽車有毒廢氣）。另外『二手菸』是被動或非自願吸入的環境菸煙，它是分布最廣且有害的室內空氣污染物，已經被聯合國世界衛生組織列為頭號的致癌物質；還有『二手菸』是指菸熄滅後在環境中殘留的污染物，研究指出，煙霧中的微粒，能造成兒童認知能力出現缺陷，暴露在這環境中愈長，孩子的閱讀能力便會愈差，且會引起嬰幼兒的呼吸系統問題，增加嬰幼兒哮喘機率，讓他們體質下降，增加中耳炎風險。

吃檳榔的中毒現象：吃檳榔幾分鐘或半小時內出現中毒症狀。症狀輕則出現反胃、嘔吐、腹痛、血壓變化、心悸、心跳加速、頭暈、冒汗等；重則出現昏迷、支氣管痙攣、呼吸衰竭、心肌梗塞、心律不整等。長期吃檳榔有很高的機率會罹患口腔癌，口腔癌會影響到外觀、進食，甚至危及寶貴的生命。

(三)反毒宣導：

藥物濫用(俗稱為吸毒)，指的是精神刺激物質(Psychoactive Substance)的非醫療使用，這種精神刺激物質就像腦內巫師，能阻斷大腦與外界的聯絡，改變腦內的意識形態，產生感官快感，有過一次經驗，通常很難拒絕第二次。不過，為了重獲第一次的快感，使用者也必須更加頻密，更大量的吸入藥物，長期使用之後，生理與心理產生依賴，自然容易沉溺其中而無法自拔。

藥物濫用不僅會上癮，還會對身體帶來不可逆的傷害。衛生署管制藥品管理局指出，海洛因吸多了會抑制呼吸中樞神經，有暴斃的危險；而安非他命會對心臟血管造成負擔，引發中風的危機；俗稱快樂丸的MDMA則有迷幻作用，容易造成意外事故。

請家長多注意孩子的日常生活作息，防範孩子因沉溺毒品而無以自拔。

(四)預防登革熱宣導：

平時一定做到住家環境的積水容器進行『巡』、『倒』、『清』、『刷』，同時還要做好家中預防登革熱的5個方法：

- (1)家中應裝設紗窗或是紗門，睡覺時亦可掛設蚊帳、開啟捕蚊燈好避免蚊蟲叮咬。
- (2)清除積水過多的盆栽及不需要的容器，把暫時不會用到的花瓶、容器等倒放，即使是有在使用的花瓶和盛水容器也必須每週清洗一次，清洗時要記得刷洗內壁。
- (3)家中的陰暗處或是地下室應定期巡檢，另可加設捕蚊燈。
- (4)放在戶外的廢棄輪胎要馬上清除。
- (5)平日至市場或是公園等戶外環境，宜著淡色的長袖衣物，並在裸露在外的皮膚塗抹或噴上防蚊液，注意！此防蚊液得是衛生福利部核可的喔！

(五)預防流感宣導：

請家長務必要求學童平時一定用肥皂或洗手乳洗手，同時洗手時要做到--正確洗手7步驟：『內、外、夾、弓、大、立、腕』，詳細的宣導資料及圖片都已經公告在校網的『公告區』中的『行政事務轉達』上，請家長多加利用，加強孩子的防疫觀念與做法。

(六)感染到法定傳染病依法要請假在家休養：

學生如果感染法定傳染病如登革熱、腸病毒、麻疹、猩紅熱、結核病、日本腦炎、紅眼症、流感等，務必告知班級導師，並到保健室通報，同時依法請假在家休養，以免造成群聚感染。

(七)資源回收、廢電池回收：

本學期起，每週二(10:15-10:30)、週四(10:15-10:30)進行資源回收，希望老師鼓勵家長及孩子將家裡資源回收物品帶到學校回收，讓垃圾變黃金，大家一起做環保。

另外每學期固定會舉辦廢電池回收，其中包含個人廢電池回收重量排名及班級的廢電池回收重量排名，歡迎家長、學童與班級共同合作一起來進行廢電池回收，暨環保愛地球，又能得到獎品。

(八)請家長配合學生書包減重活動：

根據醫學報導，不良的背書包方式、書包超重…等，都可能會影響脊柱的發展，嚴重的話還會造成脊柱側彎和肌肉、韌帶拉傷等後遺症。根據台大醫學院黃伯超教授提供的奧地利文獻資料，小孩如果背書包走 15 分鐘，書包重量應以體重的 12.5% 為上限。即體重二十公斤的小學一年級學生書包重量應少於 2.5 公斤；體重四十公斤的小學六年級學生書包重量應少於 5 公斤，否則就是超重，將會影響脊柱生長發育。

健康中心：

(一)健康視力自主管理「3010 法則」

兒童近視機率逐年增加，兒童眼睛健康端賴學校與家庭共同留意關心，在此建議家長孩子在家時看電視、看手機、用電腦每次以不超過 30 分鐘為原則，且 30 分鐘需休息 10 分鐘，假日請陪同做戶外活動接近大自然及眺望遠處，如此可連絡感情又可健全身心，一舉數得。固定每半年做一次視力檢查，建議在含、暑假進行檢查最方便！

(二)健康口腔自主管理

固定每半年做一次口腔檢查，建議在含、暑假進行檢查最方便！

如果有齲齒的情形，務必持續治療，一定將所有蛀牙的牙齒全數治療完畢！

(三)健康體位自主管理「85210」

1. 每天睡滿 8 小時：最好 9 點以前上床睡覺；而且睡前避免看電視、打電腦、玩電動聲光刺激大的活動，以免影響睡眠。

2. 天天五蔬果：儘量選擇各種顏色（紅、橙、黃、綠、紫、黑、白）蔬果，而且每餐需要有自己的拳頭大小的蔬菜量，也就是每天需要吃 3 個拳頭大小的蔬菜量，用餐時間要滿 20 分鐘。

3. 四電少於二：看電視、玩電動、打電腦、用電話每天少於 2 小時。

4. 天天運動 30 分：最好做中、重度的活動，少坐在椅子上。

5. 每天喝白開水 1500 cc 以上：不喝含糖飲料，多使用水杯或水壺喝白開水。

(三)每日飲食指南建議：食用全穀雜糧類、食用蔬菜類 3-5 份(拳頭大)、豆魚蛋肉類 3-8 份、水果類 2-4 份、每天喝 2 杯全脂牛奶(每杯 240 cc)、每天食用一小把堅果、每天喝水 1500 毫升，並且每天適度的運動。

(四)配合學校健康促進計畫

學生如在期初身體健康檢查後，會收到「身高體位評估通知」若有「視力不良檢查追蹤單」或其他的通知就醫單，請家長務必撥冗帶著孩子到專門的診所檢查或就醫，並將回診條交回給班級導師以利後續追蹤。

學校健康促進計畫中建議，每半年最好至少到醫院或診所進行一次視力及口腔檢查，因此學校會安排在寒假、暑假的健康自主管理手冊中有一項作業，請家長務必配合撥冗帶著孩子到醫院或診所進行『視力』和『口腔』檢查，甚至在視力及口腔牙齒需要回診治療時，一定要持續治療，

例如：有蛀牙(齲齒)就要持續治療到所有蛀牙都完全控制為止。

(五)新北市明志國小緊急傷病學童處理程序

學生發生意外或身體感到不舒服時，由老師或指派學生送到健康中心，由學校護士觀察判斷，症狀輕微者給予必要的處理。身體較不適，有發燒、拉肚子等症狀、必要看醫生者，除留在健康中心休息持續觀察外，並聯繫家長帶去就醫。至於情況緊急有必要馬上就醫者：除了由學校護士做必要之急救及處理外，並打 119 送醫院急診，同時通知家長到場。

(六)學生平安保險宣導

學生入學後即由本校統一辦理加入平安保險，孩子就學期間，凡生病(住院)或受傷，家長均可檢具診斷書及收據正本至健康中心申請保險理賠。

新北市明志國小 107 學年度校內團隊一覽表

以下團隊視校內教師職位異動，每學年會有所調整變動，以每學年初公告內容為準。

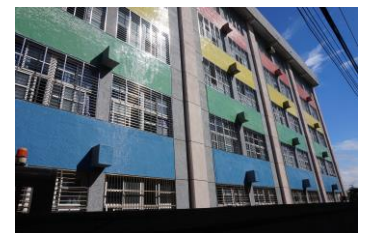
序號	團隊隊名	指導老師	培訓時間	招生對象	招生方式	費用
1	桌球隊暨桌球社團	林彥辰	每週一、二、四、五 早上 07:50~08:40 及下午課後時間	一~六年級	洽學務處體育組或 教練報名。	自費



總務處

本校業於 107 年度完成「107 年度通學廊道風貌營造工程」及「107 年度新民路側門整建工程」，在此感謝過去工程期間，各位家長的體諒及包容～

目前本校刻正規劃「108 學年度幼兒園增班工程」，希望透過學校環境的不斷改善，能提升本校師生更好的學習環境及及社區居民更佳的休閒活動空間，謝謝！



輔導處

教育，是對生命個體的尊重和喚醒，是對人的內在潛能的開發與發展，讓孩子健康快樂地成長，需要一種平和的心境，一種智慧的胸襟，一種獨特的魅力，這一切必需以寬容為基礎！

- 一、持續對於生活適應不佳、情緒困擾、行為偏差、遭受家暴等學童進行個案輔導工作、小團體輔導、冒險王體驗營課程等，並在每週一下午有支援社工師以及每週四上午有鐘點心理師到校輔導。
- 二、107學年度感謝楊淑如老師及薛雅月老師擔位本校兼任輔導老師，兼輔老師可提供導師及家長有關學生問題之諮詢與輔導，如果各位老師或班上學生、家長們有關輔導的問題，可以與輔導老師預約會談(淑如老師：二、四、六年級；雅月老師：一、三、五年級)。
- 三、辦理性別平等教育宣導活動，加強學生自我保護、建立正確的兩性相處及性別平權的觀念。
- 四、2/14起每週二、四早自習，請志工媽媽協助一年級注音符號補救教學，強化學生國語、數學學習的基礎能力。
- 四、3/8(週五)晚上7:00-9:00辦理家長日活動，建立家長與導師交流與溝通的管道。
- 五、持續為弱勢學生辦理免費的課後班：包括愛家安親課輔班(協助)、鶴記安親課輔班(協助)及身心障礙學生課後照顧班等。
- 六、本校「教育儲蓄專戶」已成立多年，請大家踴躍捐款，幫助經濟弱勢的孩子能順利就學，依據所得稅法第17、36條，凡對教育機構之捐款，公司行號准以費用列支，個人准於綜合所得稅結算申報列舉扣除，善款可直接交至輔導室，或匯款至「帳戶：新北市明志國小教育儲蓄專戶；帳號：泰山區農會，16000000094355」。另外如果各位老師或家長發現有需要幫助的孩子，請協助至輔導室國際教育組申請相關補助。相關經費收支明細都公告在明志國小網站教育儲蓄專戶專區。
- 七、持續辦理特殊兒童調查、安置、轉介及輔導工作，並協助教師擬訂個別化教育計畫(IEP)，以及依兒童不同需求提報鑑定，依鑑定結果安排至資源班、特教班。
- 八、辦理泰山樂齡學習中心，推動終身教育，「樂」活學習「齡」距離。
- 九、三年級校篩轉介課程持續進行。
- 十、重要家庭教育資源：

各位親愛的家長，您好：

新北市家庭教育中心多年來致力於推廣家庭教育活動，提昇家庭生活知能，強化正確家庭價值觀，健全家庭成員身心發展，營造每個幸福家庭，以建立溫馨祥和社會。

為了提供貴家長更多、更好經營幸福家庭的訊息，茲摘要相關重要訊息如下，並請您撥空詳閱，也請大家善加運用家庭教育中心資源，踴躍參與相關課程及活動，讓您的家庭因著不間斷的共同學習、共同成長，而更使得家人更相愛、更幸福！

新北動健康，祖孫作伙來

「新北動健康，祖孫作伙來」藉由小朋友帶動家中祖父母及長輩，一起參與「動健康」。以祖孫共同參與的方式，喚醒學生及家長對長輩健康的關心，並同時增進小朋友與祖父母的健康，促進祖孫及家人間的情感連繫，進而建立健康和諧的家庭。

- 一、一起響應新北祖孫動健康，可逕至衛生局官網「新北動健康專區」，點選下載「新北動健康」影片一起運動。
網址(http://www.health.ntpc.gov.tw/content/?parent_id=13131)。
- 二、邀請祖父母及長輩至鄰近運動休閒中心及樂齡學習中心，一起健康動一動。參考網站：新北市運動達人網(<http://www.sportmaps.ntpc.edu.tw/index.aspx>)及新北市樂齡學習網(<http://moe.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Xinbei/XinbeiIndex>)

三、歡迎參加新北市各國小辦理之「新北動健康，祖孫作伙來」各項活動。

諮詢專線 幸福快遞

- 家庭教育諮詢專線 412-8185(手機請加區碼 02)
- 服務內容：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應、人際關係等問題，歡迎撥打諮詢。
- 服務時段：
 - ◆ 周一至周五上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00。
 - ◆ 周六上午 9:00-12:00、下午 2:00-5:00
- 面談諮詢服務：請撥 412 - 8185 專線預約面談時間。



善用 3C 幸福 3T

「滑時代」家庭的幸福秘訣：「善用 3C 幸福 3T」 (<https://iCoparenting.moe.edu.tw/3c3t>)

教育部於國際家庭日發起「善用 3C 幸福 3T」正向理念及愛家行動的目的，是從推展家庭教育的觀點上，關注現今社會幾乎「全民皆滑」的現象，是如何影響著家人關係，並聚焦於倡導民眾「正向使用」數位科技及社群媒介，使數位科技成為「家庭學習」及「家庭凝聚」的助力。

	理念	內容	
善用 3C	「正向使用」數位科技及社群媒體的力量	一、數位時代的教養父母要做的 3 件事： (一) 瞭解數位科技與社群媒體 (二) 設定合宜的監控機制 (三) 力行健康的使用型態 二、運用家庭教育相關的數位學習資源—3i 學習網站 (一) iLove 戀愛時光地圖：以年輕世代為對象，提供婚前交友及婚姻預備之數位學習資源。 (二) iCoparenting 和樂共親職：以新手父母為對象，提供共親職之數位學習資源。 (三) iMyfamily 愛我的家：以全家為對象之家庭共學資源。	
	理念	主題	活動內容
幸福 3T	增進家庭凝聚力	家庭共學 (Reading together) 同樂 (Playing together) 一起動一動 (Running together)	以「增進家庭凝聚力」的目標出發，提出「幸福 3T」—「全家共讀、同樂、一起動一動」(Reading together、Playing together、Running together) 的愛家行動，鼓勵民眾於生活中建立家庭共學的習慣，營造家人美好的相聚時光，一起維護家人的身心健康，並推出系列之家庭教育宣導活動。



網站資源 幸福共享

- 新北市政府家庭教育中心網站資訊
 歡迎至本中心網頁，查詢**最新訊息**、各項**家庭教育資源**或下載**出版品**參考。



新北市政府家庭教育中心
 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~
 地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓
 電話：02-22724881 傳真：02-22724882
 服務時間：週一至週五 08:30~12:30，13:30~17:30
 家庭教育諮詢專線：02-4128185
 服務時間：週一至週五 09:00~12:00，
 14:00~17:00，18:00~21:00 週六 09:00~12:00，
 14:00~17:00。
 網址：<http://family.ntpc.edu.tw>

● 家庭教育相關學習及服務資源介紹

網站名稱	主要對象	主要內容	網址
教育部 家庭教育網	全國民眾	查詢各縣市家庭教育 中心服務及活動資訊	https://moe.familyedu.moe.gov.tw
3i 學習 網站	iLove 戀愛時光地圖	交友、 婚姻預備	https://ilove.moe.edu.tw
	iCoparenting 和樂共親職	新手父母 幼兒期 父母	https://iCoparenting.moe.edu.tw
	iMyfamily 愛我的家	家庭成員	https://iMyfamily.moe.edu.tw
教育部 全民資安素養網	家長	子女資安 素養指導	https://isafe.moe.edu.tw/parents/
教育部 中小學網路素養 與認知網路	中小學 學生 及其家長	網路素養	https://eteacher.edu.tw/Desktop.aspx
網路守護天使軟體 (Network Guardian Angels, NGA)	家長	過濾網路不當資訊的 軟體，瀏覽到不當網址 就會進行阻擋。可安裝 在家用電腦、筆電、智 慧手機或平板使用。	http://nga.moe.edu.tw/

遠離毒品 幸福相隨

- 家人的關懷是守護孩子不受「毒」害之重要關鍵，唯有親師協力合作，共同陪伴成長，才能遠離毒品。
- 家長是孩子成長過程中，健康促進的協助者，唯有提升父母效能與敏銳知覺，才能引領孩子邁向健康快樂的人生。
- 3份親職宣傳資料如下：

家長請注意！您的孩子是否行為異常？

關心孩子，如何從孩子的行為察覺是否染毒？

進一步了解孩子染毒的原因。

行為異常：精神恍惚、未戒煙卻常吸煙水、常跑廁所

性格轉變：喜怒哀樂、情緒起伏大

習慣改變：作息失調、嗜食甜食、金錢花費大、朋友更換頻、逃學逃家

家庭關係：無法適應家長管教、家人互動疏離、家人曾使用毒品

心理因素：好奇心、尋求刺激、壓力大、情緒不佳

交友網絡：接觸使用毒品的朋友、加入幫派、經常出入不良場所、網路、APP交友軟體

學校適應：課業壓力大、逃課、中輟、同儕壓力、不敢拒絕

提醒家長們，這些管道可以幫助您！

讓我們透過以下管道一同守護孩子的未來，保護孩子遠離毒品！

學校政府單位

教育部
家庭教育中心諮詢專線：
(02)412-8185

學校資源
春暉小組輔導戒治：
輔導課程
尿液篩檢

社政單位
各地方政府社會局(處)的協助資源：
家庭親職教育
社福資源提供

醫療輔導單位

毒防中心
毒品危害防制中心的協助資源：
諮詢服務
輔導追蹤

警政單位
警政單位的協助資源：
法律諮詢
轉介服務

少年輔導委員會
少年輔導委員會的協助資源：
個案輔導及諮詢
預防宣導

戒成專線 0800-770-885
(請請您，真幫我)

教育部 關心您

了解孩子 別讓他誤入歧途

家長看過來，小心！這些都是毒品！

毒品種類百百種，除了一到四級毒品外，現行氾濫的糖果包裝花樣炫麗，更易引發青少年誤食，且為混合性毒品，危害更加乘！

1級毒品 如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等

2級毒品 如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV(浴鹽)等

3級毒品 如愷他命(K他命)、FM2、喵喵等

4級毒品 如5-MeO-DIPT(火狐狸)、佐配眠等

混合性新興毒品

市售改裝混合填充 山寨品牌混合填充 可愛造型卡通圖樣 糖衣外表零食外貌

破壞原貌再包裝 有拆封痕跡 包裝完整 無拆封痕跡 以特殊造型 吸引青少年食用 以糖果樣式混淆 引誘青少年誤食

愛他 請守護他

家人的關愛是守護孩子不受「毒」害的重要力量

青少年正值尋求同儕認同的發展階段，當在人際互動的過程中遭遇挫折時，常會導致失落、孤單、自卑、抑鬱等低落的情緒。此時，若能適時得到家人的關懷與引導，不但可以提升孩子的自尊與自我管理的能力，更可以避免朋友的負面影響和拒絕毒品的誘惑，讓孩子安全健康地長大。

您是孩子反毒的最佳導師，請這樣做：

- ★ 瞭解孩子煩惱與想法 啟發正向思考與自信
- ★ 留意孩子交友與作息 引導健康生活與安全
- ★ 改善親子溝通與互動 願意傾聽心聲與接納
- ★ 用心經營家庭與陪伴 教導珍愛生命與反毒

溫馨小叮嚀

- ◆ 當您發現孩子生活及行為有異樣或疑似有濫用藥物的徵兆時，可主動尋求學校師長協助或至醫院院所諮詢。
- ◆ 孩子需要體諒但不溺愛，請您在適度的管教與正確的引導下，培養孩子健康、正向、自信的價值觀，才能面對生活的挑戰，開啟健康成長契機。

以上內容由臺北市立聯合醫院松德院區 臨床心理師 李昭華女士 提供

教育部 關心您

戒成專線：0800-770-885 (請請您，真幫我)

親子關係是彼此一辈子的支持與溫暖，
一個幸福的家庭會有幾種特質：
家人有固定的相聚時間、常常感謝與讚美對方
並能共同處理危機。

愛家行動，從珍惜家人相聚開始，
請攜手響應新北市「幸福家庭1111」運動，

每天

陪伴家人30分鐘，

一起做3件事：

(共讀、分享、遊戲與運動。)

營造健康溫馨好家園～～

父母是孩子的守護神，老師是孩子的貴人；
因為有愛，讓生命充滿無限的希望，讓我們成為孩子生命中的貴人，
共同為更精緻、卓越的教育而努力，
明志國小感謝有您～

敬祝

萬事如意 閣家平安喜樂

