



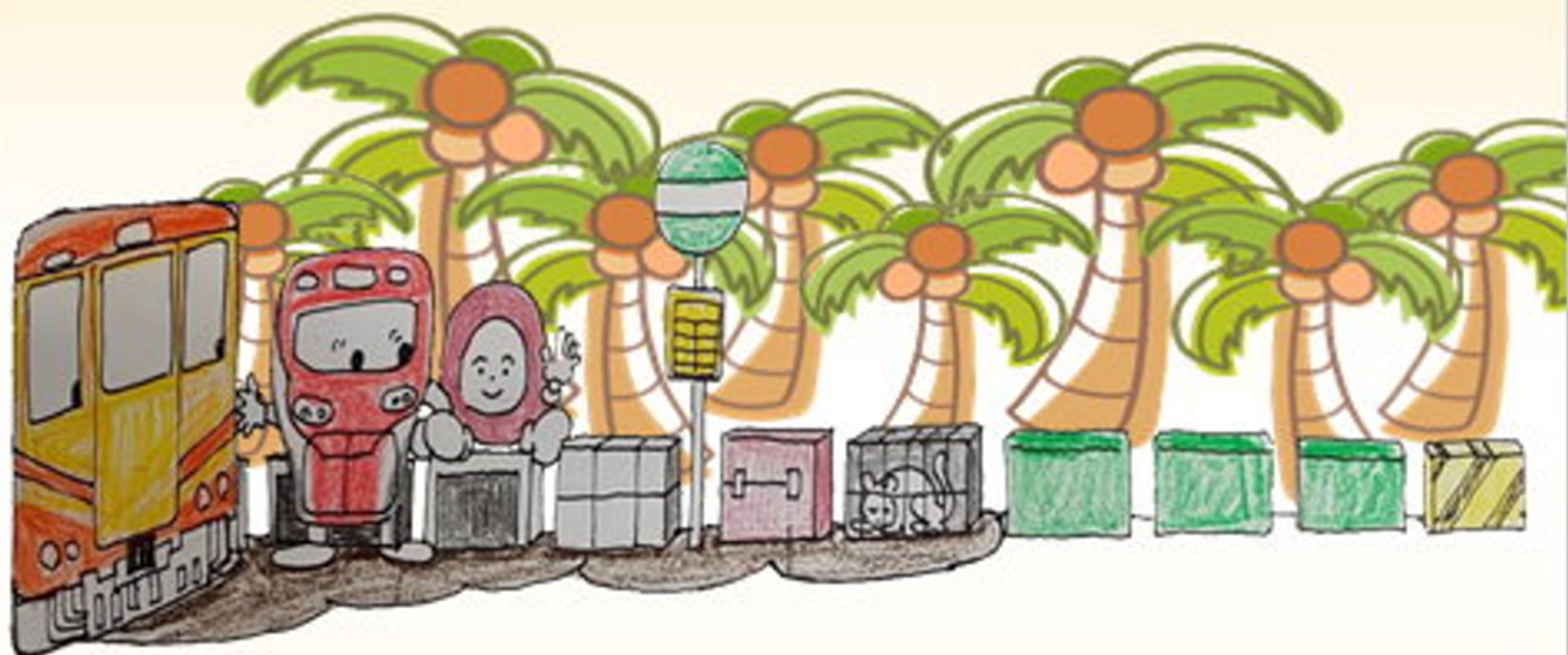
彰化縣  
員林市

靜修國民小學

111 學年度

# 新生家長親職手冊

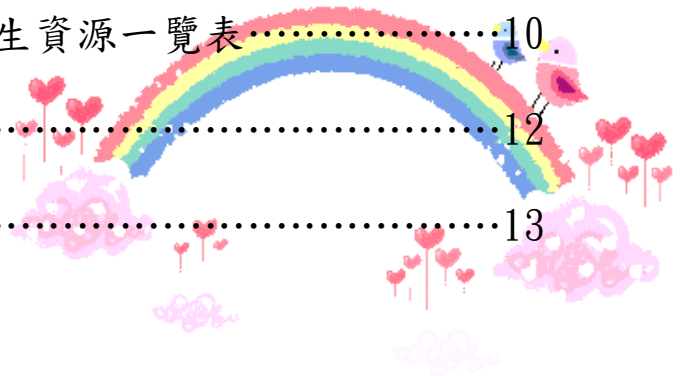
孩子 成長路上  
我們陪你 大步向前





## 目 次

新生入學暨迎新活動流程表	01
家長接送重點宣導	02
汽機車交通安全宣導	02
「工程期間安親班等候區」微調說明	03
請假規定	03
社團活動	04
生活小叮嚀	04
新生服裝及學號繡製	04
學務處專線	04
守護孩子宣導專線	04
輔導室推展業務	05
輔導室活動通知	05
教養大補帖：孩子準備好上小一了嗎？	06
潛能開發教室宣導	08
彰化縣社會暨心理及精神衛生資源一覽表	10
衛教宣導—喝水方式	12
衛教宣導—腸病毒防治	13



# 新學年暨迎新活動流程表

★日期：111年8月30日(星期二)

★地點：班級教室、群英館、晨曦四樓

★流程：



07:20 - 07:50 新生入校 ( 北大門拍照趣)  
祖父母節慶祝活動《代(帶)代(帶)上學去》

07:50 - 08:30 新生入班相見歡  
(報到、掛名牌、填寫資料)

(群英館)  
08:30 - 10:00  
新生家長座談會

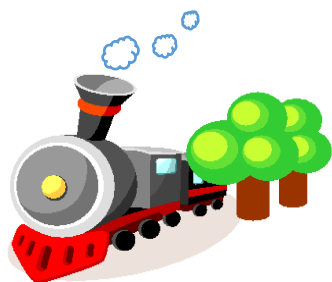
(各班教室)  
08:30 - 09:50 導師愛的叮嚀  
繪製「心之祈願卡」

(各班教室→晨曦四樓)  
09:50 - 10:00 小一新生大會師

10:00 -  
家長離校  
15:30-16:00  
親師交流，  
可到班接送

(晨曦四樓)  
10:00 - 10:30 師長介紹  
校長、家長會長致歡迎詞  
家長會致贈聰明勤學禮

(晨曦四樓)  
10:30 - 11:30 陸爸爸說故事



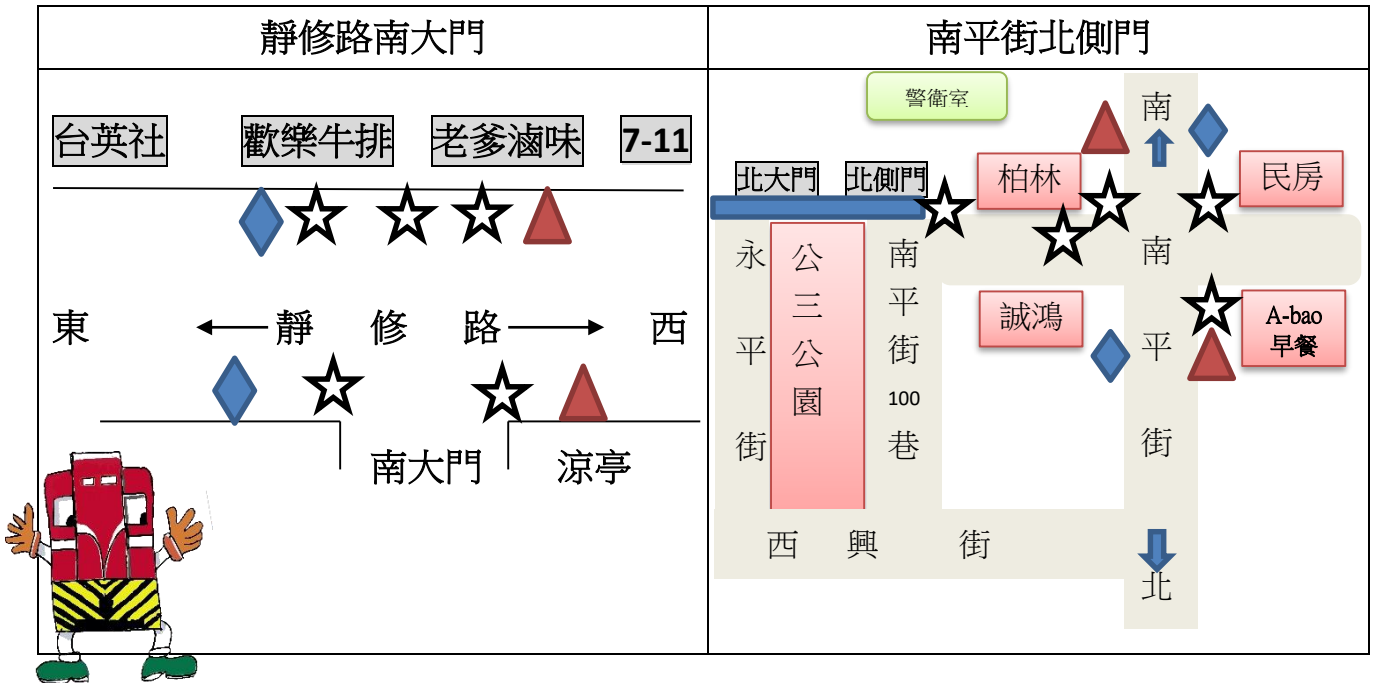
(各班教室)  
11:30 - 12:00 新生領取便當  
洗手準備用餐

親愛的家長您好：

歡迎您的孩子加入靜修大家庭，為維護學生安全，請配合以下事項：

## 「家長接送」重點宣導

上學時段汽機車接送位置(☆導護教師及志工；▲機車下車處；◆汽車下車處)



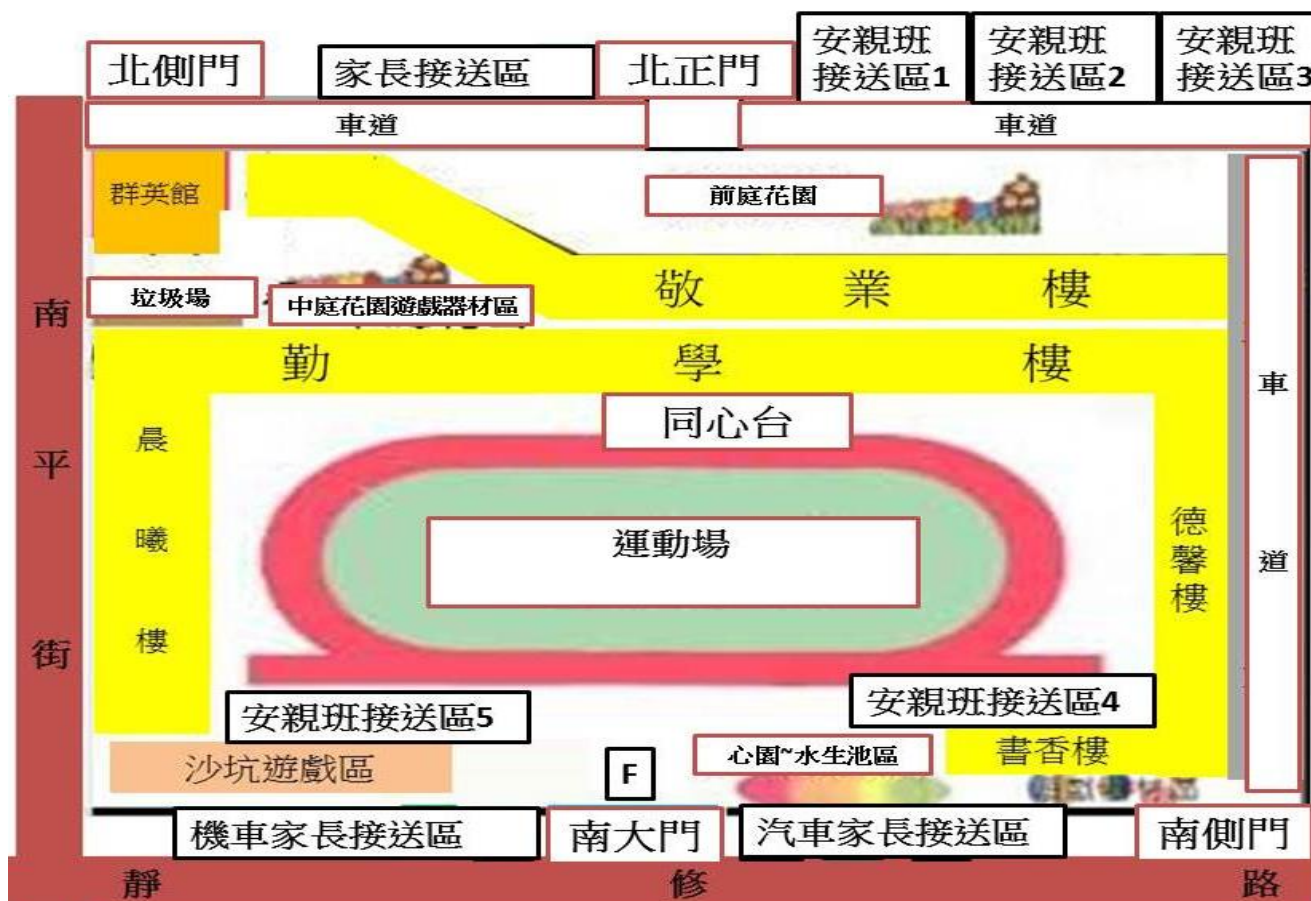
1. 8/30(二)開學日，開放機車暫停在北大門外通學步道上，請家長在 7:50 前帶新生到教室，聽候廣播 8:30-10:00 在群英館召開新生家長座談會，會後家長即可離校。下午開放新生家長於 15:30 至各班教室接孩子，16:00 前離校。
2. 8/31(三)起，孩子自行走到教室，家長請勿進入校園。上學前請明確跟孩子約定放學路隊屬於南門(靜修路)或北門(南平街)，放學時導師會將學生帶至指定的南門或北門，請家長耐心在校門外等候，若為安親班教師接回，務必與安親班確認等候位置及時間。
3. 學生進出校門口動線，一從靜修路南大門(涼亭)，一從南平街北大門(公園)。家長盡量以機車接送，南大門外汽機車均不方便暫停(會被開單)，請加快孩子下車速度，且 7:50 後關閉不開放；北大門外有通學步道，可從西興街、永平街或南平街進來，南平街北側門為人車分道教師車輛入口，家長、學生勿入！

## 汽機車通安全宣導

1. 騎乘機車或電動機車均須戴安全帽；乘坐汽車者請繫安全帶，請讓孩子坐車子右側後座，到達學校時，備妥用品於內側(靠店家)盡速下車，勿久停。
2. 請勿於雙黃線上迴轉，靜修路上自 7-11 方向來的學生，請於老爹滷味下車、歡樂牛排前等候，在導護志工指揮下安全過馬路。
3. 穿越馬路時，請家長指導孩子使用有斑馬線、紅綠燈的路口，或到有導護志工執勤的地方過馬路，勿穿越馬路。



## 「行程期間安親班等候區」微講說明



1. 操場四周均設有圍籬無法穿越，**新生統一從南大門入校後左轉，走草皮沿晨曦樓走廊，再到勤學樓各班教室。**二至六年級亦可右轉，由書香樓二樓通行至各班教室，**上學時一律不准走車道，放學路隊可由德馨樓後方車道通行。**
2. 由南平街接送的安親班規劃為安親班 1、2、3 區，等候地點在北大門外右側連鎖磚上。
3. 由靜修路接送，出校門口右轉的安親班規劃為安親班 5 區，等候地點在晨曦樓大樹前→→**改到沙坑遊戲區旁連鎖磚；空中美語改至中庭遊戲器材區。**
4. 由靜修路接送，出校門口左轉或通過馬路的安親班規劃為安親班 4，等候地點在書香樓下→→**改到心園水生池旁連鎖磚。**
5. 安親班接送時需手執安親班班牌，以便學生辨識所屬隊伍。
6. 新生各班級放學路隊編排方式為南門與北門各一路，每路隊排列先後順序為自行步行放學、家長接送者、安親班接送者。

## 請假規定

1. 除星期二為整天課 16:00 放學外，其他日低年級均為 12:40 放學。
2. 最晚到校時間為 7:50，若到校後因身體不適或特殊原因要提早放學回家，需向導師領取外出登記表，填妥後由導師簽名、家長簽名，離校時將外出登記表繳交給警衛室人員。若有超過三天以上長假的需求，請事先向學務處領取個人長假假單，填寫完畢由導師、家長簽名後，送回學務處以利核假。請假務必由家長事先以文字或電話訊息告知導師。

## 社團活動

1. 星期一到星期四 7:40-8:30 有辦理社團教學，總計約有 20 個社團，小一新生在一年級下學期熟悉校園後，才可開始參加社團課程。

## 生活小叮嚀

1. 請為孩子備妥 500ml-1000ml 的水壺，裝好開水後再來上學。9 月份吃餐盒，10 月份開始午餐吃合菜，請備妥大小碗及湯匙，並在餐袋外註明班級姓名。
2. 防疫期間，上學前量測體溫並登記於聯絡簿上，書包內放 1-2 個口罩備用。
3. 操場 PU 跑道工程仍在進行中，請提醒孩子勿穿越工地，勿在教室、走廊上奔跑嬉戲，以防碰撞受傷。

## 新生服裝及學號繡製

1. 靜修國小新式校服即運動服，每週一、二、四、五穿著校服，每週三穿便服，建議校服購買兩套較為方便換洗。家境較為困難的學生，可由家長陪同至學務處領取合適之愛心制服。
2. 夏季服裝：男生為藍色上衣、藍色短褲，女生為桃色上衣、灰色短褲。
3. 冬季服裝：男生為藍色上衣、灰色滾藍邊長褲、藍色鋪毛外套，女生為桃色上衣、灰色滾桃邊長褲、粉紅色鋪毛外套。
4. 學號為六碼，例如:111001，前三碼為入學時的學年度，後三碼為學年內流水號(學號待開學後班級導師另行公布，請家長開學獲知學號後再去繡學號)。
5. 無論男女生短袖或長袖上衣均繡在左袖口，學號皆繡白色。
6. 冬季制服外套建議買大尺碼，才可穿到六年級，外套學號均繡在左口袋斜下方，男生繡藍色，女生繡桃紅色。



男女生外套均繡於左口袋斜下方，學號為六碼，例 111001



長衣及短衣均繡於左袖口，學號為六碼，例 111001

## 學務處專線

- 04-8320341#821(學務主任)  
#822(衛生組長、生教組長)  
#823(訓育組長)、  
#824(健康中心)、  
#825(體育組長)

## 守護孩子·宣導專線

- 反詐騙專線：165  
戒毒專線：0800-770-885  
反霸凌專線：教育部專線 1953/  
0800200885/  
學務處專線 8320341#821

健康、安全、友善的校園需要您的協助與關心!! 靜修國小學務處感謝您的配合!



# 輔導室



**溫馨專線：**

**8320341 轉 841、842、843**

## 推展業務

- 辦理生命教育宣導
  - 辦理性別平等教育宣導
  - 辦理家庭教育宣導
  - 辦理職業試探教育
  - 推展親職教育活動
  - 提供親師生輔導諮商服務
  - 辦理學生小團體輔導活動
  - 辦理特殊教育需求學生【含身障/資優】鑑定安置
  - 提供特殊教育需求學生學習輔導服務
  - 提供特殊教育需求學生升學轉銜服務
  - 提供特殊教育需求學生相關支持服務
  - 推展故事志工隊晨間入班說故事活動(低年級)
- 邀請加入故事志工：報名專線 8320341 轉 842 楊老師**



## 活動通知

- 舉辦校內班親會【111.9.24】
- 舉辦親職教育講座，邀請邱婉榆老師蒞校分享：**如何預防3C成癮**【111.10.22】
- 辦理認識聽障校園宣導





# 教養大補帖：孩子準備好上小一了嗎？

從幼稚園步入小學，是孩子面臨生活大轉變的開始，父母該怎麼協助，讓孩子順利適應小學生活？

短短兩個月，小一新鮮人得面對的生活型態與作息，與幼兒園大不相同。

步入小學，孩子得開始適應：鐘聲是作息的最高指導原則，下課才能喝水上廁所，上課不能隨意走動，學會注音符號後要開始抄聯絡簿，午睡是趴在桌面上休息……哇！怎麼頓時風雲變色？

別擔心！多位低年級導師與過來人父母，合力傳授實用教戰法寶，讓你把幼小銜接的「大階梯」，化為漸次向上的「緩升坡」，順利登頂小一。



## 法寶一：用正面字眼，描繪新環境

每個「新開始」，都是給予祝福的最佳時機。小一新鮮人即將面對「規律生活、正規學習」的日子，家長在日常交談中，多用「可以交到更多朋友」、「可學到更厲害的知識」、「操場更大」、「圖書館故事書更多」等正面語句形容小學，讓孩子期待小學生活的正向情感不斷滋長，減低害怕、焦慮的負向情緒。

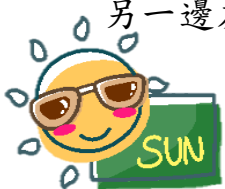
## 法寶二：大手牽小手，校園走一走

建立環境熟悉度，是「穩定軍心」最有效方式。家長可以利用假日造訪校園，認識學校位置，以及教室、廁所等最常使用的場所。以廁所來說，由於小學多為蹲式廁所，小男生的便斗也比較高，父母可藉機指導孩子如何放好雙腳、抓好「角度」與「方向」，掌握最佳「噓噓」與「嗯嗯」位置，並示範如何才不會弄髒地面與衣褲。

此外，放學時間人車雜沓，務必與孩子確認接送地點。若孩子走路上學，最好帶著孩子多走幾遍上下學安全路線，遵守交通號誌，儘量多走人行道或騎樓，別貪圖快速而鑽入偏僻小巷。

## 法寶三：遊戲器材，注意安全

許多學校健康中心都發現，低年級最常因遊樂器材使用不當，導致發生瘀傷、跌傷、撞傷的比率最高。帶孩子熟悉校園遊樂場時，家長可示範正確玩法，提醒孩子玩盪鞦韆時手要抓緊、不要還沒停好就跳下來；玩滑溜梯時不可頭下腳上或站著溜；與他人玩翹翹板時，不可在動態的板上行走，也不能突然跳開讓另一邊友伴掉下來。







## 法寶四：打敗起床氣，吃頓好早餐

如何讓孩子順利在七點五十分前進校門？除了「全家總動員」調整生理時鐘，家長還可與孩子一起制定「作息時間表」與「獎懲規則」。幼稚園經常使用的「集點獎勵」制度，對小一生依然很有魅力。

開學前，父母可陪著孩子思考：以後每天晚上有多少事情必須完成？做這些事需花多少時間？讓孩子自己制定時間表，並透過貫徹獎懲規則，達到早睡早起目的。

小孩作息深受大人影響，夜貓族父母也應嘗試調整作息。可先陪孩子入睡，再起床繼續處理未完成的事，不僅創造睡前相處時間，也避免孩子跟著父母晚睡，錯過優質早餐時間。好好坐在餐桌旁，從容吃頓富含優質蛋白質的早餐，是父母可提供給孩子的最佳學習武器。



## 法寶五：生活自理能力，最重要

「台灣家長都太重視課業學習，忽略了生活自理能力」，不只一位低年級導師如此感慨。從書包書桌整理到衣著整齊清潔，都是小一學生在學校必須面對的「生活功課」，父母在家應把練習機會還給孩子。

如學校課桌抽屜，孩子經常塞得亂七八糟，可透過「書背朝自己，大書住下面、小書住上面」的置物原則，以及教孩子找書時掌握「整疊拉出一半，抽出需要的那本」等小訣竅，讓抽屜井然有序。櫃子裡面也可放一個小籃子，指導孩子將小文具放籃內、大物品放籃外排好。

保持座位整潔，在家先訓練。有些學校會讓孩子負責班上或座位周遭打掃工作，若在家裡有練習拿掃把的角度與力道，掃地就不會變成「揮掃把」。中午用餐後課桌難免油膩，若在家曾練習扭轉濕抹布，清潔課桌面就能游刃有餘。

## 法寶六：等待與耐性，需同步成長

幼稚園到小學，也是從「立即獲得」到「學習等待」的過程。

幼稚園有兩位老師，較能周全顧及全班情緒；但小學每班通常僅一位老師掌控，孩子必須學習有耐性「等待」老師幫忙。父母可每天花十分鐘，讓孩子練習「坐在座位上，做自己喜歡的事」，數週後漸次增加至二十分鐘，至少以三十分鐘為目標。

要改變幼小孩子行為，可掌握以下步驟：一，一次只改一件事情；二，有進步就記錄、給予獎勵；三，一開始採取低標，隨熟練度提高可提高標準；四，一項行為改好後再換下一個。父母要有至少兩星期到數月的長期抗戰心理準備，中途停止就前功盡棄了。

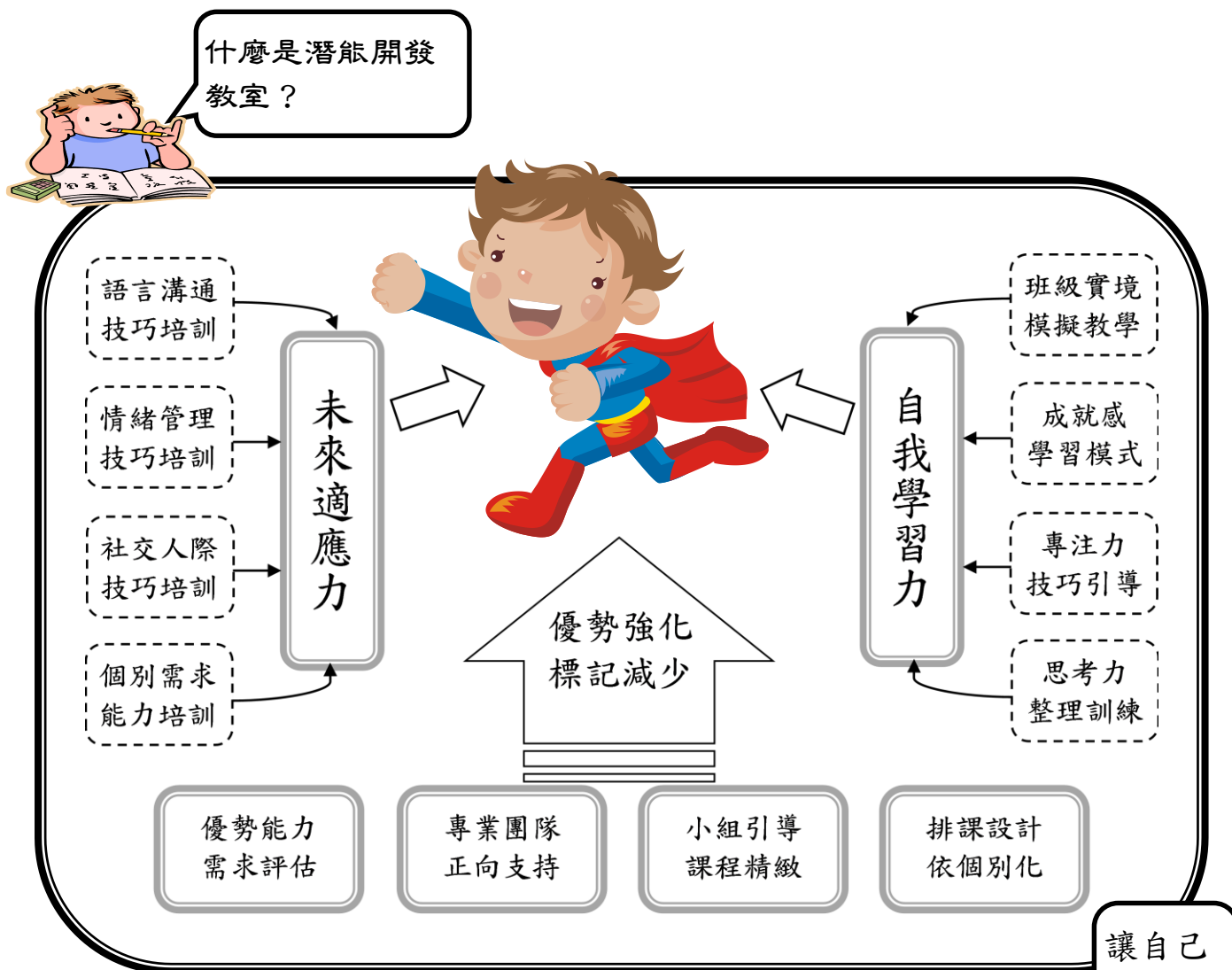
資料來源：《親子天下》，作者李佩芬

[https://www.parenting.com.tw/article/5021100?rec=i2i&from\\_id=5026907&from\\_index=4](https://www.parenting.com.tw/article/5021100?rec=i2i&from_id=5026907&from_index=4)



# 靜修國小潛能開發教室

~順著孩子的先天氣質，挖掘孩子的內在潛能~



~孩子，不是你特別

你只是需要適合自己的學習技巧

※授課費用：由政府出資，費用全免，並享有補助

※授課時段：晨光時間或原班部分上課時段

※諮詢方式：04-8320341 轉輔導室 841-843 或 潛能開發教室 864-865

※招收對象：需經縣府鑑定安置確認，具潛能開發技巧引導需求之學生

※教室位置：勤學樓西側二、三樓（原教師休息室）

~友愛無礙，歡喜同行~

# 靜修國小 111 學年度潛能開發教室簡介



## 班級概況

班級數：2 班

教室數：2 間

教師數：4 名

學生數：49 名

## 課程安排



### 學科-國語、數學

依學生需求科目、視學生程度調整課程進行適性教學。

### 特殊需求課程：

學習策略、溝通訓練、社會技巧、功能性動作訓練。

## 相關資源



### 專業團隊

依學生需求申請職能、物理、聽力、語言治療師到校服務。

### 巡迴輔導

依學生需求申請聽語障巡輔、視障巡輔、自閉症巡輔、情緒行為障礙巡輔、在家教育巡輔等教師到校進行個別化服務。

~用專業支持孩子把握學習黃金期，為孩子喝采~





# 彰化縣社會暨心理及精神衛生資源一覽表

## 一、全台社政資源專線

單位	電話	單位	電話
婦幼保護專線	113	自殺防治諮詢 安心專線	1925
緊急醫療救護專線	119	未成年懷孕專線	0800-257085
社會福利諮詢專線 (提供各項就業、就醫、就學及就養等服務諮詢)	1957	貓頭鷹監督專線 (家庭暴力暨性侵害、性騷擾相關單位)	0800-434434
各縣市張老師	1980	青少年性健康諮詢	0800-004500
各縣市生命線	1995	戒煙專線服務中心	0800-636363
兒福聯盟 「踮貢少年專線」	0800-001769	彰化縣幸福家園 關懷中心	1957 7777085

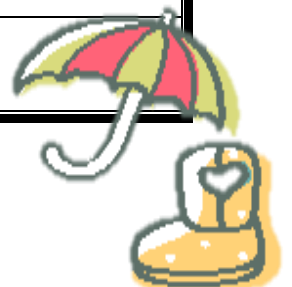
## 二、彰化縣精神醫療資源

序號	機構名稱	電話	地址	服務項目
1	彰化基督教醫院	7238595	彰化市南校街 135 號	門診、住院、急診、日間留院、居家治療、藥癮治療、家族治療
2	衛福部彰化醫院	8298686	彰化縣埔心鄉中正路二段 80 號	門診、住院、急診、日間留院、居家治療、藥癮治療、家族治療
3	敦仁醫院	7071927	彰化縣員林市員水路一段 102 巷 74 弄 99 號	門診、住院、居家治療、家族治療
4	秀傳紀念醫院	7256166	彰化市中山路一段 542 號	門診、住院、藥癮治療
5	員林基督教醫院	8381456	彰化縣員林市莒光路 456 號	門診
6	員生醫院	8339595	彰化縣員林市莒光路 359 號	門診
7	高杏診所	8347798	彰化縣員林市民生里中正路 226 號	門診
8	存寬診所	8366800	彰化縣員林市仁美里浮圳路二段 405 號	門診

### 三、彰化縣社會福利暨心理諮詢資源



序號	機構名稱	電話	服務項目
1	彰化縣社區心理衛生中心	7127839	心理衛生諮詢與心理諮商預約服務(免費)
2	自殺防治安心專線	1925	24小時心理電話諮詢(免費)
3	學生輔導諮商中心 安心專線	8357885	國中、小學生、教師及家長尋求情緒管理、壓力調適、人際關係、適性輔導、親師溝通、特殊議題等問題之電話諮詢
4	彰化縣生命線	1995	電話諮詢/預約面談(免費)
5	彰化縣張老師	1980	電話協調/心理諮詢 預約面談(免費)
6	全國家庭教育諮詢專線	4128185	家長有子女管教及家庭方面問題 週一至週五 9:00-12:00, 14:00-17:00
7	莒光派出所	8357857	婦幼保護
8	彰化縣學生輔導諮商中心	北區 04-7285236 南區 04-8360430	學生心理評估、輔導諮商與資源轉介服務(免費)
9	社會處社會救助科	777-7085	單親家庭、高風險家庭 經濟弱勢扶助
10	彰化家庭扶助中心 員林服務處	8370590	18歲以下兒童及少年電話諮詢(免費)
11	彰化縣婦女服務中心	8762967	婦幼心理協談與諮詢(免費)
12	彰化縣兒童青少年福利服務中心	8850010	兒童青少年心理協談與諮詢(免費)
13	彰化縣新移民協會	8235451	新住民關懷支持
14	彰化縣新住民家庭服務中心	7237885	新住民關懷支持、語言翻譯
15	大休息心理諮商所	0958-685119	彰化市中山路二段 920 巷 88 號 心理諮商(請先電話預約)
16	四季心心理諮商所	0966-189708	彰化縣員林市浮圳路二段 470 號 心理諮商(請先電話預約)
17	芙樂奇心理諮商所	8346028	彰化縣員林市南和街 64 號 心理諮商(請先電話預約)



# 喝水方式

準備水壺，裝滿白開水，隨身攜帶或  
放顯眼處，時常飲用，補充身體所需之水分



0大卡  
白開水



溫開水



每次 100-150cc



避免一次喝太多



小口小口慢慢喝

## 額外補充白開水時機



高溫環境



發燒、感冒



便秘、腹瀉



活動量大

## 運動後如何補充最健康

### ✓理想方式



### 喝白開水

迅速補充流失水份  
無熱量  
無化學添加物  
節省金錢

### ✗負擔方式



### 喝含糖運動飲料

1罐580ml  
運動飲料

40公克糖=



8顆方糖



彰化縣政府、彰化縣衛生局 關心您

廣告

勤洗手 · 重衛生

# 腸病毒 不會來



## 腸病毒會出現的特殊情況



手足及口腔會出現小紅疹  
(水泡)



皮膚出現小水泡紅斑疹



咽喉部出現小水泡或潰瘍

## 如何泡製消毒水



市售家用  
含氯漂白水  
(濃度約5~6%)

80~100cc  
(5匙, 1匙約15~20cc)

自來水

10公升  
(約8大瓶寶特瓶)

## 環境消毒重點

- 常接觸物體表面(門把、水龍頭、桌椅、餐桌、樓梯扶把)、玩具、寢具及書本做重點性消毒。
- 清洗完畢的物體可移至戶外, 接受陽光照射。
- 不需要大規模噴藥消毒。

## 洗手時機



看病前後



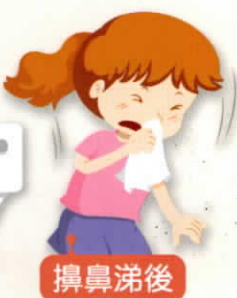
吃東西前



跟寶寶玩前



上廁所後



擤鼻涕後

## 正確洗手 遠離疾病



溼



搓



沖



捧



擦

把手弄濕

抹上肥皂, 手心、手背  
指尖及指縫搓揉20秒

把手上泡泡沖洗乾淨

用水把水龍頭沖乾淨  
並記得關水龍頭

把手擦乾或烘乾



# 黃金 72 小時

## 腸病毒防治

### 親愛的家長

大多數人在感染腸病毒後，約7至10天即能痊愈，但是有極少數的人感染腸病毒後，會出現嚴重併發症，如腦炎、腦膜炎、急性肢體痲痺症候群...等。另外，根據研究資料顯示，若家中有第二個幼兒感染腸病毒時，要特別小心注意其病情的發展，因為第二個病患所接受的腸病毒之病毒量往往較高，其嚴重程度可能提高。



目前國內對於腸病毒感染併發重症已有很好的治療方式，因此，若家中幼兒感染腸病毒時，自症狀開始後**7天內**要注意觀察病童是否出現腸病毒重症前兆病徵（如下表所列之一者），尤其在發病後**72小時**，若早期發現前兆病徵，迅速送往腸病毒重症責任醫院就醫，掌握治療黃金時間，避免病情惡化。

近期國內陸續發生感染腸病毒D68型的個案，主要經由咳嗽或打噴嚏傳染，輕症出現發燒、流鼻水、咳嗽，重症會造成肺炎、急性無力肢體痲痺及腦幹腦炎，醫師應提高警覺，如發現重症症狀，應立即至腸病毒重症責任醫院就醫。

### 自我檢查表

#### 腸病毒感染併發重症前兆病徵

有 無



#### 嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力

除了一直想睡外，病童顯得意識模糊、眼神呆滯或疲倦無力，原來活潑的小孩會變得安靜不想動，但發燒本身就會影響小孩活力，所以上述症狀的判斷應以體溫正常時的精神活力為準。



#### 肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）

通常是在睡眠中時出現被驚嚇或突然間全身肌肉收縮，隨著病情變化嚴重時，正清醒時也會出現。另外，病童可能因肌抽躍症狀而變得無法入眠。



#### 持續嘔吐

嘔吐為腦壓上升的症狀表現之一，嘔吐次數愈多愈要注意，尤其是伴隨嗜睡、活力下降，或只有嘔吐而無腹痛、腹瀉等腸胃炎症狀時，需要特別注意。



#### 呼吸急促或心跳加快

小孩安靜且體溫正常時，心跳每分鐘**120次**以上。

有以上症狀請儘速轉至本縣腸病毒重症責任醫院：

- 彰化基督教醫療財團法人彰化基督教兒童醫院
- 秀傳醫療社團法人秀傳紀念醫院
- 秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院

腸病毒相關資訊

本縣衛生局專線：

04-7115141#5102 或當地衛生所  
衛生福利部疾病管制署網站查詢，  
網址：<http://www.cdc.gov.tw>



靜思修藝 幸福啓航



51005 彰化縣員林市靜修路 74 號

74 JING-SIOU RD. YUANLIN CHANGHUA COUNTY

電話：04-8320341

傳真：04-8335084

