



2023年12月 交誼橋

☆ 幼幼主題高峰活動：12/2 (六)早上「親子野餐尋寶趣」活動登場！邀您享受周末樂趣，小寶貝信心的嫩芽，需要一起用關心、耐心和滿滿的愛心陪伴寶貝學習與成長，請您務必保留當天親子互動時間，記得與寶貝的約會，陪伴寶貝共渡溫馨快樂的親子時光喔！

☆ 冬至搓湯圓：12/22 (五)冬至就是要和你一起吃湯圓，將於12/21(四)安排讓孩子體驗搓湯圓，再請廚房阿姨幫忙煮成好吃的紅豆湯圓，讓這一天溫暖又甜蜜！

☆ 聖誕遊街特別活動：於12/25 (一)白天時段舉行，陪伴寶貝共渡溫馨快樂的聖誕佳節喔！

☆ 迎接嶄新的113年：用心的【恬馨】今年一樣也為孩子製作了精美的掛圖年曆～可愛寶貝個人獨有的可愛寫真年曆。掛在家裡，除了行事提醒外，更讓寶貝甜蜜的笑容充滿新的一年呦！





2023 年 12 月 行事曆

十八						1	2	幼：快 小：下 中：健 大：康 ：小 ：樹 ：好 ：天 ：氣 ：日 ：誌 ：好 ：上 ：場	12/5(二) 慶生會 12/22 冬至娃娃搓湯圓
十九	3	4	5	6	7	8	9		娃娃車逃生演練 台灣母語日：每週四 寢具帶回清洗：第一組 12/8, 22 第二組 12/1, 15, 29
二十	10	11	12	13	14	15	16		環境大掃除、玩具消毒：12/1、8、15、22、29 聖誕節相關聖誕活動 戶外教學：【主題延伸戶外教學活動】
二十一	17	18	19	20	21	22	23		12/25 聖誕節變裝遊街 各年齡層高峰活動 消防組訓 / 防火逃生演習
二十二	24	25	26	27	28	29	30		
二十三	31								

- * 衛生保健宣導：我會正確洗手
 - * 品德教育宣導：常說謝謝好寶寶
 - * 安全教育宣導：滑溜溜的浴室
 - * 健康教育宣導：戶外活動身體好
- ☆ 12/29 園刊 1 月出刊(公告餐點表)
- ☆ 112 學年下學期行事曆規劃
- ☆ 12/30 112 學年(下)收費辦法及減免公告

- 園務會議：12/5, 12, 19, 26
- 衛生所疑似傳染病通報系統作業
- 12/5 勞資會議
- 12/20◎12 月飲用水水質檢測
- ◎國稅局概況表
- 12/8◎活動室桌面照度測量
- 12/22◎飲用水設備維護





日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別檢核				
					根莖類	全穀	蛋類	豆魚肉	蔬菜類
12/1	五	滑蛋鮮肉 冬粉羹	糙米白飯、豬肉洋蔥燒、時蔬 蛋絲滷白菜、大骨野菜湯、水果	火腿玉米 蔬菜濃湯	✓		✓	✓	✓
12/4	一	地瓜粥 小菜	糙米白飯、紅燒肉、芹香炒豆皮 時蔬、山藥排骨湯、水果	味噌貢丸 烏龍麵	✓		✓	✓	✓
12/5	二	紫菜雲吞 湯麵	糙米白飯、三杯雞丁、番茄洋蔥燴蛋 時蔬、玉米碎肉大骨湯、水果	生日蛋糕 麥茶	✓		✓	✓	✓
12/6	三	翡翠絲瓜 蛋麵線	日式洋蔥咖哩豬肉飯 炸甜不辣 金針肉絲大骨湯、水果	皮蛋 瘦肉粥	✓		✓	✓	✓
12/7	四	南瓜蔬菜 肉末粥	糙米白飯、塔香卡啦雞、客家小炒 時蔬、番茄排骨蛋花湯、水果	養生 地瓜甜湯	✓		✓	✓	✓
12/8	五	翠綠滑蛋 豆腐羹	糙米白飯、高麗回鍋肉片、時蔬 滷油豆腐、大骨紫菜蛋花湯、水果	丸子蘿蔔 甜不辣	✓		✓	✓	✓
12/11	一	什錦湯餃	糙米白飯、馬鈴薯燒肉、香酥菜脯蛋 時蔬、冬瓜蛤仔湯、水果	高鈣吻魚 玉米粥	✓		✓	✓	✓
12/12	二	魚丸芹香 蔬菜麵	糙米白飯、香菇蒸雞、竹筍炒肉絲 時蔬、刺瓜雞湯、水果	果醬吐司 冬瓜茶	✓		✓	✓	✓
12/13	三	油豆腐 冬粉湯	糙米白飯、洋蔥乾炒香腸、時蔬 三色干絲、馬鈴薯排骨湯、水果	筍香肉羹 湯麵	✓		✓	✓	✓
12/14	四	香菇肉燥 芋頭粥	糙米白飯、左宗棠鳳梨雞、時蔬 白菜杏鮑菇、紫菜豆腐湯、水果	綠豆 西米露	✓		✓	✓	✓
12/15	五	蔬菜營養 雞蛋麵	糙米白飯、壽喜燒肉、螞蟻上樹 時蔬、蘿蔔大骨貢丸湯、水果	蛋花 雞絲麵	✓		✓	✓	✓
12/18	一	三色肉末 鹹稀飯	糙米白飯、蒜泥白肉、玉米燴三色 時蔬、南瓜排骨湯、水果	沙茶肉絲 冬粉湯	✓		✓	✓	✓
12/19	二	什錦蔬菜 湯麵	糙米白飯、三杯燒雞、時蔬 香滷豆干、瓢瓜大骨湯、水果	黑糖饅頭 豆漿	✓		✓	✓	✓
12/20	三	香菇肉絲 鹹粥	洋蔥蕃茄肉末義大利麵、炸雞捲 玉米碎肉蔬菜蛋花湯、水果	肉羹香菇 紅麵線	✓		✓	✓	✓
12/21	四	客家 湯板條	糙米白飯、糖醋雞柳、筍戎肉絲 時蔬、枸杞大骨野菜湯、水果	萵苣香菇 鮮肉粥	✓		✓	✓	✓
12/22	五	南瓜 蔬菜濃湯	糙米白飯、玉米肉丸子、時蔬 番茄燴豆腐、金針肉絲湯、水果	紅豆 湯圓	✓		✓	✓	✓
12/25	一	清粥小菜	糙米白飯、芋頭燻肉、豆干韭菜肉絲 時蔬、冬瓜蛤仔湯、水果	蘿蔔珍菇 肉羹湯	✓		✓	✓	✓
12/26	二	丸子 米苔目	糙米白飯、香菇蒸雞、香滷海帶絲 時蔬、吻魚豆腐味噌湯、水果	蘇打蔥餅 決明子茶	✓		✓	✓	✓
12/27	三	紫菜餛飩 湯麵	糙米白飯、黃金炸豬排、時蔬 紅燒甜不辣、清肺豬血湯、水果	豆皮 粗米粉湯	✓		✓	✓	✓
12/28	四	玉米吻魚 稀飯	糙米白飯、麥克雞塊、玉米炒蛋 時蔬、大骨紫菜蛋花湯、水果	紅豆 紫米粥	✓		✓	✓	✓
12/29	五	日式 關東煮	糙米白飯、洋蔥炒培根、時蔬 玉米燴三色、大黃瓜雞湯、水果	榨菜 肉絲麵	✓		✓	✓	✓

本園餐點採用國產豬肉品(餐點皆不含牛肉)

供全園師生安全供餐，請安心。 本園未使用輻射污染食品

(每日時蔬:高麗菜、青江菜、空心菜、豆苳菜、小白菜、菠菜、鵝白菜、油菜)擇一

(每日水果:芭樂、西瓜、蘋果、木瓜、鳳梨、香蕉、柳丁、橘子、柳丁、香瓜)擇一

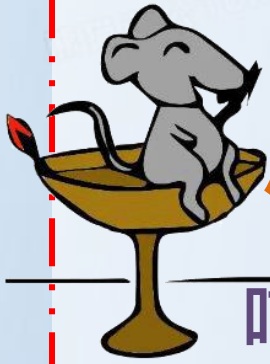
承辦人：邱翊軒

園主任：詹雅惠

園長：林庭安



兒歌《小老鼠上燈台》



小老鼠 上燈台 偷油吃 下不來

喵喵喵 貓來了 噤哩咕嚕滾下來

兒歌《下雨歌》



淅瀝淅瀝 嘩啦嘩啦 雨下來了

我的媽媽 帶著雨傘 來接我

淅瀝淅瀝 嘩啦嘩啦 啦啦啦啦

兒歌《小陀螺》



小陀螺 kolo kolo 轉呀轉

不小心 掉入池裡 怎麼辦

小魚兒 遊過來 向它問好

它要小陀螺 陪它玩一玩





台語兒歌/ 語詞

一的炒米蔥 二的炒韭菜 三的強強滾
四的炒米粉 五的吹雞圭 六的做官
七的站咧看 八的火燒山 九的做一半
十的蚵仔麵線

台語生活用語

媽媽帶我去買蚵仔麵線
爸爸帶我去買炒米粉



弟子規

兄道友 弟道恭 兄弟睦 孝在中
財物輕 怨何生 言語忍 忿自泯
或飲食 或坐走 長者先 幼者後
長呼人 即代叫 人不在 己即到



靜思語

小事不做大事難成

能善用時間的人，必能掌握自己努力的方向

你好我也好，一個人不但要看重自己，也要懂得欣賞別人

做該做的事是智慧，做不該做的事情是愚痴

《蘆花》 作者：雍裕之

夾岸復連沙，枝枝搖浪花。

月明渾似雪，無處認漁家。

【註解】①復：又。

②浪花：蘆花。

【語譯】：從小河兩岸連著沙灘都開滿了蘆花，每一枝蘆花隨風搖動，就像海上浪花翻滾。明月照耀著，整片蘆花如同一片雪，白茫茫的，讓人從中無法找到回去的路。



祝福恬馨12月小壽星

陳0鈺
何0璇



安親班壽星

楊0浩 林0蕎 林0安 遲0筑
郭0芙 候0廷 陽0靚

生日

快樂

👑小壽星們都能拿到精美的小禮物喲👑

跟著繪本，陪伴孩子一起學習成長

親子陪伴繪本- 我們的星期六

我們的星期六內容簡介今天雖然發生了很多事，卻是最棒的星期六，因為我和家人在一起！

關於親情《我們的星期六》展現不同視角的故事，這對母女期待每個星期六一起外出活動，可是原規畫的圖書館說故事取消、漂亮髮型被汽車濺起的水花淋垮了，音樂會太吵雜，最後一個規畫：看「僅此一晚」的木偶劇，卻因媽媽忘了帶票，整個星期六的計畫全泡湯。



令人洩氣的星期六 母女如何面對？

所謂「山不轉路轉」，最後母女回家自行快樂演起偶戲，以正能量扭轉這不順利的一天，母女一樣度過愉快的一天。



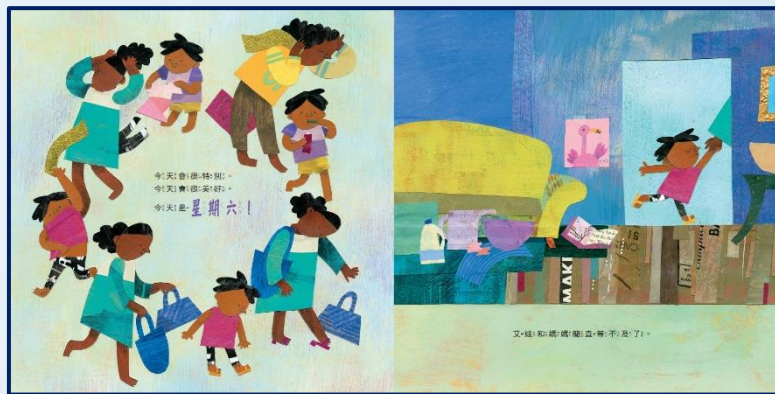


跟著繪本，陪伴孩子一起學習成長

親子陪伴繪本- 我們的星期六

我們無法決定今天順不順利，但可以掌握今天開不開心只要有彼此的陪伴，什麼事情都可以一起面對！

一本充滿正能量的溫馨故事，探索與家人共度時光的喜悅和重要性，傳達出積極樂觀的心態，讓每一天都美好！



面對一次次的期望落空，艾娃的媽媽教她靜下來、閉上眼睛、深呼吸，宛如儀式一般，再加上媽媽的保證咒語，艾娃總能一掃陰霾繼續前進，最後甚至還能反過來安慰自責的媽媽，因為她發現，最重要的是她和媽媽在一起！

艾娃的經歷就像會發生在你我身邊的故事，現實生活中經常會遇到很多不如預期的狀況，教導孩子如何轉換負面情緒，面對它、接受它、處理它、放下它，正向看待事情，才是最珍貴的能力。



養育幸福孩子 陪伴 3 感缺一不可

媽媽寶寶
MOMBABY

身為父母，都期望自己的孩子能在充滿愛的環境下健康成長
而想讓孩子擁有幸福感

「陪伴」就扮演著至關重要的角色

應建立 3 感，有父母時常陪伴的孩子，較容易擁有安全感，
情緒也相對穩定，對人也更容易理解與信任。

安全感- 理解孩子的需求

在孩子的成長過程中，父母要適時提供孩子情感、信任，積極
維護孩子的安全

讓孩子明白，不論發生什麼困難，父母的雙手會一直支撐著他。
要從孩子的心理建立安全感，必須提供孩子基本生命尊嚴、滿
足生活照料、賦予情感需求，以及給予物質支持，才能在父母
的羽翼下堅強茁壯。





支持感- 知道孩子的行為

孩子的求學過程中，會面臨諸多選擇，有時孩子不一定在每個階段，都能做出正確的決定。此時，就相當仰賴父母適時的建議、分析，以及給予支持力量，足夠讓孩子在面臨每個關卡或選擇時，能夠擁有充足的資源進行判斷。舉凡是涉及孩子的交友、學習，或是參與各類型活動等，父母當下給予的建議及回饋，都能使孩子感受到來自父母支持或協助。



歸屬感- 成為孩子的避風港

現今社會上許多青少年誤入歧途，往往都是能在同儕群體中獲得認同、或擁有歸屬感，因為每個人都希望能在人群中找到「家」的感覺。所以當孩子在學習上面臨挫折、在發展人際關係時碰壁，或是在競爭比賽中失利，都希望能獲得關心、鼓勵和安慰，而父母正是扮演這個角色的最佳人選。在孩子受挫傷心時，及時給予關懷，才能在孩子的心靈築起一座愛的避風港。



陪伴比父母想得更重要

- ◆ 給予孩子足夠的愛與時間
- ◆ 給孩子安全感和支持力量
- ◆ 認識孩子真實的內心世界
- ◆ 建立溝通的機會相互交心
- ◆ 觀察孩子行為發展的優弱
- ◆ 用心陪孩子走過喜怒哀樂



父母平時要用心觀察孩子的變化，了解孩子的優弱項，才能適時提供引導或協助，來輔助孩子朝正向發展。