



台南應用科技大學附設漢家幼兒園

2025年1月份親子園



園長媽咪的話

新的一年即將來臨，首先，我代表漢家幼兒園全體教職員，向每一位家長致上最誠摯的祝福！感謝您在過去的一年中對幼兒園的信任與支持，正是因為有您們的陪伴與肯定，我們才能夠持續茁壯，為孩子們創造更好的學習環境與成長機會。

回顧過去的一年，我們見證了每一位孩子在這片充滿愛與關懷的環境中成長與蛻變。無論是在課堂上獲得的知識，還是與同儕之間建立的友誼，都是孩子們邁向成長的重要一步。每當看到孩子們在園裡快樂地學習與玩耍，聽到他們的笑聲與成長的故事，我們都感到無比欣慰與感動。這一切的成果，離不開各位家長的支持與鼓勵，也正是您們的信任，使得我們能夠在這片土地上持續耕耘、守護孩子們的每一步成長。

在此，我要再次感謝每一位家長在過去一年的付出與合作。正因為有您們的支持，我們才能夠提供孩子們更好的學習資源與生活環境，也能夠有更多的機會進行專業發展，進一步提升教育品質。您們的每一分肯定與鼓勵，都是我們不斷進步的動力源泉。未來，我們將繼續秉持著對教育的熱忱，努力為孩子們打造一個更加安全、快樂、健康的學習環境，並且用心陪伴每一位寶貝成長。

展望新的一年，我們期待每一位孩子在漢家幼兒園這片沃土上繼續茁壯，收穫滿滿。無論是知識的成長、情感的發展，還是對生活的熱愛，我們都希望孩子們能夠在這裡找到自己的節奏與未來的方向。我們也期望孩子們在這個大家庭中，能夠與老師、同學建立深厚的情誼，學會關愛與包容，成為有愛心、有責任感的未來主人翁。

同時，我們深知家長是孩子成長過程中最重要的夥伴，您的支持與參與對於孩子的發展至關重要。我們誠懇地希望您能夠繼續與我們一起攜手合作，共同關心孩子的學習與生活，並且將漢家幼兒園的美好經驗與您身邊的親朋好友分享，邀請更多適齡的孩子加入我們這個溫暖的大家庭。

最後，感謝您一如既往的支持與信任。在這充滿希望的新年，我們衷心祝福您和您的家人健康、快樂、平安，事事順心，心想事成。讓我們一起期待更加美好的明天，攜手創造更多孩子們的幸福與精彩！

園長媽咪 陳錦雯 114.01.03

~漢家幼兒園全體同仁敬祝在新的一年-小龍納百福，新歲展鴻圖~

活動資訊報報

※114年1月份活動訊息公告，懇請家長配合：

◎114年1月15日(三)上午8：30-上午12:00，辦公室辦理113學年第2學期註冊事宜。

請家長配合於註冊當日繳費即可，如須匯款，也請於匯款完成後，將匯款帳號後五碼提供給班級老師登記，感謝家長們配合！

◎113學年第一學期結業日:114年1月23日(星期四)，當日全天上課。

113學年第二學期開學日:114年2月3日(星期一)，當日全天上課。

◎114年1月24日(五)~2月2(日)放年假，祝福大家一蛇年行大運。

【2/8(六)政府補班補課日，不上課喔！】

(親子園訊提供參考，歡迎家長上網點閱)



親子文章分享

正向教養裡的兩難：該陪伴情緒，還是建立秩序？——或許都不是！別忘了滋養親子關係！

呂怡安 臨床心理師

這個時代，正向教養儼然成為一種意識形態，似乎每位家長都在自問：「我是否足夠尊重我的孩子？」執行正向教養的好友總是說：「遇到困難時，我都是先思考，這個狀況真正想讓孩子學到的是什麼？」

想起好友的孩子，總是能自己坐著吃完飯，拿起點讀筆讀繪本半小時，聽到「危險！」就會立即暫停動作——似乎永遠那麼好溝通。而你看著地上打翻的杯盤、架上缺頁破損的書，以及嘻嘻笑從高處跳下來的孩子，你在內心吶喊：「這次我又做錯了什麼？」

回顧自己跟孩子的互動，已經溝通不下千百回，你們聊到哪些動作是危險的、如果沒有吃完飯會肚子餓，甚至愛物惜物的概念——她看來都理解了，但不意外地今晚又聽到「碰」地巨大聲響，你發現實木兒童書桌竟然翻倒在地，孩子則跌坐在旁嚇傻了，你趕緊上前看孩子是否受傷、擁抱並穩定她的心情，環顧四周一片狼藉……你再次吶喊：「我到底該怎麼做？」

奇怪的是，孩子即使看似漫不經心，或是莽撞粗魯，卻同時敏感脆弱。例如，雖然你總是專心陪他練習他最愛的足球，從不評價他的表現，而是鼓勵與看見他的努力，他卻仍然擔憂自己做得不好、不願意和大家一起踢球。培養好久的興趣眼看就要放棄，你只能嘆氣。

「我真的不能打他、罵他嗎？他做那麼多危險動作，要怎麼嚇阻才有效？」「我真的不應該訓練孩子的抗壓性嗎？萬一她長大還是繼續逃避怎麼辦？」

不管是家有注意力缺失、過動兒，或是衝動特質、耳朵關閉、動作永遠比思考快、甚至玻璃心的孩子，家長常會嘆口氣，心想：「難道我跟正向教養絕緣了嗎？我的孩子會不會因為我用錯方式而留下創傷呢？」如果你也充滿挫折，請你試著這樣做：

1. 就像你會鼓勵孩子一樣，你也要肯定自己：

請告訴自己：「我已經是我的孩子最好的父/母/家長。」

2. 教養不求完美，但求誠實：

就像你不會要求孩子完美，你也不需要要求自己的教養方法毫無差錯。只要回到你的立場，想想此時擔心的是什麼？試著坦率地與孩子分享：「剛才我生氣罵人，是因為擔心你在餐廳跑來跑去，會耽誤好不容易預約到的課程，白費我幫你安排活動的苦心，這讓我覺得很挫折。其實我只希望你開心參與活動，開心吃飯。你願意跟我一起試試看嗎？」

3. 記得永遠要先回到關係：

說真的，需要建立全家生活的秩序，但孩子很難跟大人一樣在意規矩。不過你要相信，孩子愛著你，會在意你今天心情好嗎？關心你是否覺得溫暖、被愛嗎？並且期望能幫你做些事情，例如為你端上一杯熱茶與毯子。記得給孩子溫柔，也邀請孩子給你溫暖。

4. 試著從關係中找找不適應行為的動機或因素：

神經心理學家指出，孩子的學習是建構在「互動的大腦」上。亦即大腦負責互動的區域，是認知學習的入口。他可能不喜歡某次遊戲沒被同學尊重，所以不願意進教室。她可能捨不得結束跟你玩的時光，而不願入睡。幫孩子整理這些「對關係的想法」，幫他們說出來，對孩子就是很大的幫助。

祝福你有天驚奇地發現：你對自己和孩子、孩子對你和自己的信任感都與日俱增！

文章出處：https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=90A278EBCB1E25F9&sms=6D240A18BFE99991&s=B1075976ACBFFCB6

正向管教	負向管教
告訴孩子哪些是正面的行為	只告訴孩子不可以表現甚麼行為
鼓勵或獎勵孩子的努力及好的行為表現	嚴厲回應孩子不當行為
幼兒遵守規則，是因為那是經過討論、認同的規則	幼兒遵守規則，因受到威脅及利誘
前後一致、堅定的引導模式	控制、羞辱、貶抑的手段
肯定、尊重孩子	否定、輕視孩子
傾聽與示範	拒絕

◎◎◎ 關心家人聽力狀況，快來自我檢測 ◎◎◎

1. 他常常聽不見或聽不清楚門鈴聲、電話鈴聲

2. 老是忘記您說過的話，需要一再提醒他

3. 從背後喊他，常常沒有聽到或是沒有回應

4. 在餐廳交談時，他會有跟不上或聽不清楚的狀況發生

5. 常要提醒他將電視聲音關小聲一點

6. 變得不愛出門，有社交退縮現象

7. 最近常誤解您的意思

若有4個以上的選項都打勾，也許您的家人就有輕度以上聽力問題，建議至各大醫療院所

~1月份餐點表~

私立台南家專
學校財團法人 台南應用科技大學附設臺南市漢家幼兒園 113 學年度第一學期餐點表

私立台南家專
學校財團法人 台南應用科技大學附設臺南市漢家幼兒園 113 學年度第一學期餐點表

114年1月

時間	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24
(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)	(星期五)	
上午 點心	蚵仔麵線 (蚵仔、麵線)	水果餐 (蘋果、香蕉)	麻油麵線 (豬肉絲、麵線)	水果餐 (蘋果、芭樂)	
午 餐	<u>蝦仁蛋炒飯</u> (白米+糙米、蝦仁、雞蛋、肉燥、洋蔥、高麗菜、紅蘿蔴) 排骨蔬菜湯(排骨、牛番茄、高麗菜) 水果：芭樂	<u>豬肉高麗菜水餃</u> 水餃 酸辣湯 (黑木耳、竹筍絲、白豆腐、紅蘿蔴、雞蛋) 水果：西瓜	<u>兒童餐</u> 白米+小米、新鮮雞塊、肉燥、蘆筍、紫菜蛋花湯 (紫菜、雞蛋) 水果：西瓜	<u>火鍋餐</u> 紋肉、油雞蛋、貢丸、魚漿、豆腐、香菇、豆皮、高麗菜、金針菇	年假開始
下午 點心	白豆花(黃豆)	甜甜圈 冬瓜茶	玉米濃湯 (雞蛋、玉米粒、豬絞肉)	起司餐包 香蕉牛奶	

備註：

時間	12/30	12/31	1/1	1/2	1/3
(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)	(星期五)	
上午 點心	水果餐 (芭樂、蘋果)	水果餐 (香蕉、蘋果)		水果餐 (蘋果、柳丁)	牛奶多多
午 餐	<u>什錦炒飯</u> 肉絲、洋蔥、毛豆、玉米、紅蘿蔴 三姑蛋花湯(金針菇、香菇、秀珍菇)、水果：芭樂	<u>香菇肉羹麵</u> 魚漿、香菇、竹筍絲、黑木耳、紅蘿蔴、山東白菜、油麵	元旦	<u>燒肉飯</u> 魯蛋、燒肉 海帶結、紅蘿蔴 海帶結、紅蘿蔴 空心菜 豆腐味噌鮭魚湯	<u>海產粥</u> 豬絞肉、蛤蜊 虱目魚肚、小白菜 魚板、高麗菜 蝦仁、花枝 水果：香蕉
下午 點心	綠豆湯(綠豆)	南瓜粥 (南瓜、香菇、豬肉)		綜合甜湯(芋圓、地瓜圓、紅豆綠豆、粉角、粉圓)	鹹奶油餐包 冬瓜茶

備註：



◎本園一律使用國產肉品(雞、豬、牛肉食材)。

◎每日冷熱食的點心及水果依季節變換調整，如有異動當日將公佈於餐廳公佈欄。

◎依節令調整餐點，例如：元宵節、端午節、中秋節、聖誕節等等。

114年1月

時間	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10
(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)	(星期五)	
上午 點心	果汁牛奶+果醬吐司 (草莓/葡萄果醬)	水果餐 (香蕉、蘋果)	海帶芽蛋花湯 (海帶芽、雞蛋)	水果餐 (蘋果、蓮霧)	嘉南羊乳
午 餐	<u>什錦味噌湯麵</u> 香菇、肉絲、貢丸、小白菜 水果：香蕉	<u>豬肉高麗菜水餃</u> 白米+糙米、糖醋旗魚塊、韭菜、甜不辣、高麗菜、香菇雞肉湯 (香菇、雞肉) 水果：柳丁	<u>糖醋魚塊飯</u> 白米+糙米、紅蘿蔴、炸豬肉塊、高麗菜、牛蕃茄炒雞蛋 莧菜銀魚湯 (莧菜、銀魚)	<u>煙肉套餐</u> 白米+糙米、紅蘿蔴、炸豬肉塊、高麗菜、牛蕃茄炒雞蛋 莧菜銀魚湯 (莧菜、銀魚)	<u>鍋燒意麵</u> 鍋燒意麵、豬肉絲、香菇、小白菜、高麗菜、蛤蜊、蟹肉棒 水果：香蕉
下午 點心	白豆花(黃豆)	高麗菜粥 (高麗菜、豬肉末、香菇、蚵仔)	綠豆湯(綠豆)	薯餅 冬瓜茶	可頌 蔬果汁

備註：



時間	1/13	1/14	1/15	1/16	1/17
(星期一)	(星期二)	(星期三)	(星期四)	(星期五)	
上午 點心	水果餐 (柳丁、蘋果)	水果餐 (香蕉、蘋果)	海帶芽蛋花湯 (海帶芽、雞蛋)	水果餐 (蘋果、芭樂)	統一布丁
午 餐	<u>絲瓜麵</u> 開扇麵、絲瓜、豬肉絲、蛤蜊、高麗菜、蝦仁、乾香菇	<u>地瓜飯</u> 豬肉水餃、紫菜蛋花湯 (豬肉、高麗菜、紫菜)	<u>魯肉飯</u> 白米+地瓜、紅蘿蔴炒雞蛋、百頁豆腐、白蘿蔴、香菇、油豆腐、高麗菜、蒜頭燒仔湯 (蒜頭、燒仔) 水果：柳丁	<u>魯肉飯</u> 白米+糙米、豬肉絲、白蘿蔴、香菇、小白菜、高麗菜、蛤蜊、蟹肉棒 水果：香蕉	<u>鍋燒意麵</u> 鍋燒意麵、豬肉絲、香菇、小白菜、高麗菜、蛤蜊、蟹肉棒 水果：香蕉
下午 點心	蘇打餅 愛玉檸檬 (愛玉、檸檬片)	葡萄餐包 冬瓜茶	沙琪瑪 麥茶	綜合粉料 (粉圓、粉角、粉條)	杯子蛋糕 乳酸多

備註：

◎本園一律使用國產肉品(雞、豬、牛肉食材)。

◎每日冷熱食的點心及水果依季節變換調整，如有異動當日將公佈於餐廳公佈欄。

◎依節令調整餐點，例如：元宵節、端午節、中秋節、聖誕節等等。

~聖誕活動花絮~

更多精彩照片/影片，歡迎搜尋漢家網頁與臉書 ☺

