

新竹縣北區 居家托育服務中心

同心



童心

雙季刊-NO.3 保親同心 守護童心



指導單位：衛生福利部社會及家庭署



主辦單位：新竹縣政府



承辦單位：明新學校財團法人明新科技大學

新竹縣北區 居家托育服務中心~半年刊

「斜槓 (Slash)」一詞興起於 20 世紀末至 21 世紀初，源自於美國紐約專欄作家 Marci Alboher 在著作中提出的一種工作形式。意指一個人不再只從事單一職業，而是根據自身的其他專業或興趣，發展出 2 份或以上的工作模式，因而享有多重職業與身份的生活。

在這疫情高峰時代，面臨除了如何安定自己外，更希望創造出一個新時代的選擇，在這條前往未來的路上，一路顧著根本，一路不停的與新的自己擦出火花，我們朝著這條充滿驚奇和挑戰的道路前進，並以培養托育人員專業認證及第二專長為長期目標，第二專長不僅是為了因應充滿挑戰的工作職場，更是為了當所處產業遭受天災影響時，能夠重新調整職涯規劃，進而開啟個人的斜槓人生。

本期季刊我們邀請了保母夥伴們，一同分享她們美好的斜槓生活，讓我們探索更多不同領域與興趣，面對大時代的變局，疫情給我們的最大啟示是「變是唯一的不變」。面對疫情，每位保母夥伴需要培養的是「精進力」，這不是在企業界才需要的能力，而是人人要培養的能力。

新竹縣北區居家托育服務中心

保心怡 主任

傅慧玲 督導

2022 年 06 月 30 日





目錄

- 一、補助大進擊（最新托育補助內容）……………1
- 二、你家我家，都是最完美的家（安全的環境）……………2
- 三、你說我聽，在愛裡說好話（良善的保親溝通）……………5
- 四、活出另一個精彩的自我（主題特色托育人員）……………7
- 五、你是我的神隊友（家長推薦文）……………10
- 六、訪視輔導員心得分享……………14
- 七、育兒資源就在身邊……………17
- 八、防疫一把罩……………18





補助大進擊

為了提升國人生育率，政府積極擬出對策並全面提升育兒津貼及托育補助，甚至連育嬰留職停薪者也能享有權利申請育兒補助，對身為上班族的家長們可說是一劑強心針！最新育兒補助方案分成 2021 年 8 月及 2022 年 8 月兩階段調整實施，並以胎數為定義，舉例來說第二階段育兒津貼部分，第一胎金額將從每月 3,500 元調升至 5,000 元；準公共化托育補助則是從每月 7,000 元調到 8,500 元，讓新手爸媽可以減輕負擔唷！

若您是家長, 請留意:

若針對新制托育補助、育兒津貼有任何疑問：



每日早上8點-晚上10點
手機、電話皆可以撥通

請撥打「1957」福利諮詢專線，
將有專人替您解答！

2021 年 8 月起 育兒津貼、托育補助增加

津貼提高	2021年8月起		2022年8月起	
0~未滿5歲 育兒津貼	3,500元/月	第二胎 +500元 第三胎 +1,000元	5,000元/月	第二胎 +1,000元 第三胎 +2,000元
補助增加	公共化		公共化	
0~2 歲 托育補助	4,000元/月	第二胎 +1,000元 第三胎 +2,000元	5,500元/月	第二胎 +1,000元 第三胎 +2,000元
	準公共		準公共	
	7,000元/月		8,500元/月	
繳費降低	公立	第二胎 免費 第三胎 免費	公立	第二胎 免費 第三胎 免費
2~6 歲 就學 繳費上限	1,500元/月		1,000元/月	
	非營利	第二胎 -1,000元 第三胎 免費	非營利	第二胎 -1,000元 第三胎 免費
	2,500元/月		2,000元/月	
	準公共	第二胎 -1,000元 第三胎 -2,000元	準公共	第二胎 -1,000元 第三胎 -2,000元
	3,500元/月		3,000元/月	

低收入及中低收入子女：

- 讀公立、非營利、準公共幼兒園免費
- 0至未滿2歲育兒津貼及托育補助再增加

5至未滿6歲就讀一般私立幼兒園者，依津貼額度發給就學補助



你家我家，都是最完美的家



~安全的環境~

雙薪家庭的孩子一天在家的時間有多少?在托育人員的托育地的時間又是多久呢?

其實不論是在哪裡，孩子的安全都需要你我來守護，自 103 年 12 月 1 日起為了能提

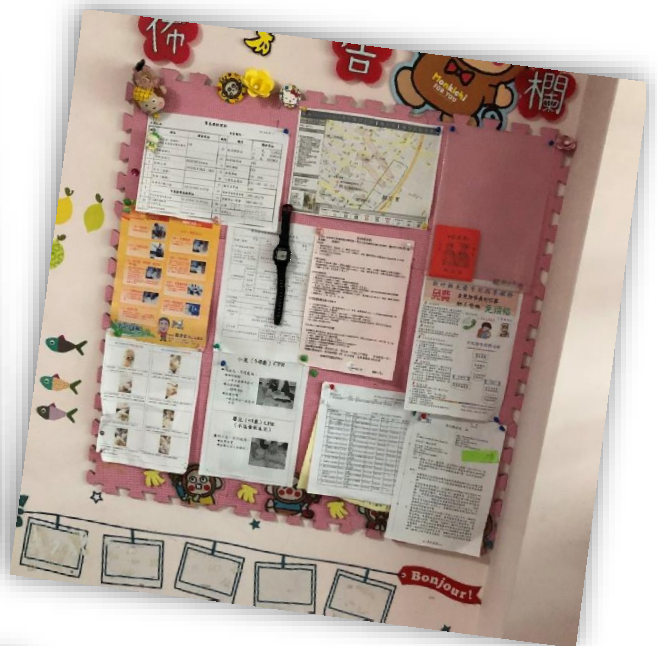
升托育的品質及並提供安全及合適的托育環境，衛生福利部社會及家庭署訂定「托育

服務環境安全檢核表」希望透過環境的檢核，帶給家長、孩子最安心、安全的環境。

<p>1. 通往室外門設有收托兒無法自行開啟之門鎖等裝置</p>	<p>2. 所有室內門備有防反鎖裝置或鑰匙</p>	<p>3. 浴室門、廚房門設有安全防護欄或隨時緊閉</p>	<p>4. 鐵捲門開關及遙控器放在收托兒無法觸碰的地方</p>	<p>5. 托育服務環境以鐵捲門作為主要出入口，鐵捲門裝有偵測到物體則立即停止之安全裝置</p>
<p>6. 陽台有堅固不易攀爬之圍欄、圍牆且高度不得小於 110 公分，十層樓以上不得小於 120 公分底部與地面間隔低於 10 公分</p>	<p>7. 陽台不可有供攀爬的橫式欄杆，且欄杆間隔需小於 6 公分或有避免鑽爬裝置</p>	<p>8. 陽台不能放置可供孩童攀爬的傢俱、玩具、花盆等雜物</p>	<p>9. 收托兒活動範圍內地板平坦，並鋪設防滑防撞軟墊</p>	<p>10. 除了正門外，另有供緊急逃生用之後門、陽台或窗戶</p>
<p>11. 逃生門(窗)圍欄維修狀況良好(例如無生鏽、鬆動等); 鑰匙置於收托兒無法取得的明顯固定位置</p>	<p>12. 逃生的通道、門窗前無堆置任何雜物保持淨空</p>	<p>13. 窗戶設有防跌落的安全裝置(收托兒無法自行開啟或加設防護欄),且在窗戶旁不放置可攀爬之物品</p>	<p>14. 窗簾拉繩長度及收線器位置為收托兒無法碰觸的高度</p>	<p>15. 樓梯欄杆完好且堅固,欄杆間距應小於 6 公分或有避免鑽爬的裝置</p>

				
16. 樓梯的臺階應鋪設有防滑或其他安全措施，以利收托兒行走及安全	17. 樓梯出入口設有高於 85 公分，間隔小於 6 公分及收托兒不易開啟之穩固柵欄	18. 傢俱及家飾（如雕塑品、花瓶、壁掛物水族箱等）平穩牢固不易滑動或翻倒	19. 傢俱無凸角或銳利邊緣或已做安全處理	20. 櫥櫃門加裝收托兒不易開啟之裝置
				
21. 摺疊桌放置在收托兒無法接觸到的地方	22. 密閉電器（如：洗衣機、烘乾機、冰箱等）或其他會造成窒息之用品，放置於收托兒無法碰觸的地方	23. 座立式檯燈、飲水機、熱水瓶、微波爐烤箱、電熨斗、電熱器、捕蚊燈等會造成燒燙傷之用品置於收托兒無法觸碰的地方	24. 電器用品放置平穩不易傾倒，其電線隱藏在收托兒無法碰觸或拉動之處	25. 插座置高於 110 公分以上，或隱蔽於傢俱後方、使用安全防護（例如加裝安全護蓋）等方式讓收托兒童無法碰觸
				
26. 電線固定或隱藏在孩子無法拉動或碰觸之處	27. 瓦斯漏氣偵測相關裝置（如瓦斯漏氣偵測器等）	28. 燃氣熱水器裝設在室外或通風良好處；燃氣熱水器裝設於室內或陽台加蓋等空氣不流通處所，應使用強制排氣式熱水器	29. 每一樓層裝置住宅用火災警報器或火警自動警報設備	30. 滅火器置於成人易取得，收托兒無法碰觸的地方
				
31. 維修工具、尖利刀器、刀劍飾品、玻璃飾品、圖釘文具等 會造成割刺傷的危險物品收納於收托兒無法碰觸的地方	32. 打火機、火柴、易燃物品等會造成燒傷的物品收納於收托兒無法碰觸的地方。	33. 繩索、塑膠袋、錢幣、彈珠、鈕扣或其他直徑 3.17 公分的物品等會造成窒息傷害的物品收納於收托兒無法碰觸的地方	34. 電池、有機溶劑清潔劑、殺蟲劑、鹼水、酒精、含酒精飲料、藥品等有毒危險物品，外瓶貼有明顯的標籤及成份，並放置於收托兒無法碰觸的地方	35. 收托兒睡床外觀無掉漆、剝落、生鏽、鬆動等狀況

				
<p>36. 收托兒睡床有穩固的防跌落措施，邊緣及圍欄做圓角處理，若有柵欄間隙應小於 6 公分</p>	<p>37. 收托兒睡床之附屬配件或自行加裝之附件穩固</p>	<p>38. 浴室地板及浴缸內有防滑措施</p>	<p>39. 緊急聯絡電話表及緊急逃生路線圖置於固定明顯處</p>	<p>40. 備有未過期急救用品之急救箱，並置放於成人易取得，收托兒無法碰觸的地方。(急救用品：體溫計、無菌紗布、無菌棉支、OK 繃、繃帶、生理食鹽水、冰枕或冰寶等)</p>



你說我聽，在愛裡說好話

~良善的保親溝通~



事先溝通彼此的期望

1. 先確認妳可接受保母同時收托的寶寶人數。2. 溝通確切的收托時間。3. 堅決不想讓寶寶接觸 3C 產品？還是對於寶寶的飲食有嚴格要求？如果已經打定主意，有無論如何都無法妥協的原則，建議一開始就跟保母詢問是否可配合。4. 孩子如果有特殊習慣、特殊需求或是過敏，請一定要讓保母知道。



當父母不在時，孩子會展現不同的樣貌

很多父母對於自己把孩子丟在保母家離開而覺得罪惡，但其實根據保母們的經驗，當父母愈快離開，孩子適應新生活反而愈快。有家長總是好奇，「為什麼孩子和保母在一起表現會比較好呢？」，那是因為保母們溫柔而堅定的溝通方式，讓孩子明確知道界線在哪裡，不能為所欲為。



請尊重保母的時間

家長有時候會在保母快下班時問他們是不是能臨時延長托育？如果偶一為之沒有關係，但若總是這樣，其實也讓保母們覺得困擾，因為家長臨時延長托育的需求，會讓保母不知道該如何安排他們自己的私人時間。針對到府托育，保母反應，家長有時候會希望保母可以提早好幾個小時到或是希望保母托育到半夜，其實這些需求都讓保母覺得困擾，更需要家長們體諒也尊重保母個人的時間安排。



信任是保親關係的基礎

家長和保母的信任關係是很重要的，其實不管是在宅或是到府保母，都不希望家長一天多次打來「查勤」或裝上攝影機時時查看托育狀況，保母需要專心照顧孩子，他們會從事保母工作，正是因為他們喜歡孩子，也很希望獲得家長們的信任。經過充分交流、討論，讓家長和保母擁有良好的關係，讓孩子即使是和保母在一起也覺得自在愉快。

<p>日期: 2016年 3月 21日 星期一</p> <p>晨間護理: 8:00-8:30 1. 觀察 2. 口腔 3. 呼吸 4. 心跳 5. 腸胃 6. 皮膚 7. 排泄 8. 活動 9. 睡眠 10. 其他</p> <p>身體狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 煩躁 <input type="checkbox"/> 嗜睡 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>飲食狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒食 <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> 泄瀉 <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>睡眠狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒睡 <input type="checkbox"/> 驚跳 <input type="checkbox"/> 啼哭 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>排泄狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 泄瀉 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>活動狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒動 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>今日活動: <input type="checkbox"/> 語言遊戲 <input type="checkbox"/> 聽音樂 <input type="checkbox"/> 故事 <input type="checkbox"/> 戶外散步 <input type="checkbox"/> 大、小肌肉遊戲 <input type="checkbox"/> 生活習慣培養 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>情緒狀況: 愉快 <input type="checkbox"/> 穩定 <input type="checkbox"/> 作氣 <input type="checkbox"/> 哭鬧 <input type="checkbox"/> 反抗 <input type="checkbox"/> 緊張焦慮</p> <p>請家長補充物品: 尿布</p> <p>家長託顧紀錄: 請保母、請顧、日期: 年 月 日 家長簽名: _____</p> <p>保母照顧紀錄: 日期: 年 月 日 保母簽名: _____</p> <p>與家長聯絡溝通: 小寶今天吃奶量不錯，尿布也換了，今天小寶吃奶量不錯，尿布也換了，今天小寶吃奶量不錯，尿布也換了...</p> <p>給保母稱呼語: 小寶最近兩天大便，都是軟軟的，很好吃的樣子，小寶最近兩天大便，都是軟軟的，很好吃的樣子...</p>	<p>日期: 2016年 3月 22日 星期二</p> <p>晨間護理: 8:00-8:30 1. 觀察 2. 口腔 3. 呼吸 4. 心跳 5. 腸胃 6. 皮膚 7. 排泄 8. 活動 9. 睡眠 10. 其他</p> <p>身體狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 煩躁 <input type="checkbox"/> 嗜睡 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>飲食狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒食 <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> 泄瀉 <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>睡眠狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒睡 <input type="checkbox"/> 驚跳 <input type="checkbox"/> 啼哭 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>排泄狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 泄瀉 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>活動狀況: 良好 <input type="checkbox"/> 不佳 <input type="checkbox"/> 拒動 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>今日活動: <input type="checkbox"/> 語言遊戲 <input type="checkbox"/> 聽音樂 <input type="checkbox"/> 故事 <input type="checkbox"/> 戶外散步 <input type="checkbox"/> 大、小肌肉遊戲 <input type="checkbox"/> 生活習慣培養 <input type="checkbox"/> 其他</p> <p>情緒狀況: 愉快 <input type="checkbox"/> 穩定 <input type="checkbox"/> 作氣 <input type="checkbox"/> 哭鬧 <input type="checkbox"/> 反抗 <input type="checkbox"/> 緊張焦慮</p> <p>請家長補充物品: 尿布</p> <p>家長託顧紀錄: 請保母、請顧、日期: 年 月 日 家長簽名: _____</p> <p>保母照顧紀錄: 日期: 年 月 日 保母簽名: _____</p> <p>與家長聯絡溝通: 小寶今天吃奶量不錯，尿布也換了，今天小寶吃奶量不錯，尿布也換了...</p> <p>給保母稱呼語: 小寶最近兩天大便，都是軟軟的，很好吃的樣子，小寶最近兩天大便，都是軟軟的，很好吃的樣子...</p>
---	---



時間	顏色	藥水	時間	毫升	劑量
:	色	cc	:		
:	色	cc	:		
:	色	cc	:		

尿布 濕紙巾 奶粉 藥精/酒精

沐浴時間 2:05 飲食時間 6:15 奶量 150cc

咳嗽 發燒

說明: 小寶在姨家滿月了，真的很謝謝姨提前收編多一個幼兒，跟媽咪色比非常耐心！這個月也看到小寶有一點一滴地進步，謝謝姨和哥、姊用愛灌溉、陪伴她！

請收下媽咪的感謝

家長簽名: _____

Thanks!

活出另一個精彩的自我

~主題特色托育人員~

孩子最愛的美味

分享人:托育人員-蕭慧櫻

我正式接觸保母這個工作是在民國 83 年剛搬到竹北時，當時自己還是全職的媽媽，為了要照顧三個小孩及增加家庭收入，因此選擇幫人帶孩子，一轉眼不知不覺就已經邁入第 16 年。



小時候我的媽媽也有幫親戚帶小孩的經驗，身為長女的我自然也就必須分擔起部份的家務工作，而且因為本身也喜歡小孩，總覺得與小朋友相處是我生活上最大的樂趣。回想過去帶孩子的經驗大致都相同，直至加入保母系統以後才多學到一些親子互動以及培養體能的方式，還有一些專業的醫療與照顧，更可以使小朋友變得活潑開朗。



我因為自己喜歡做菜，喜歡自己愛的人

吃到好吃的美食，所以考取中餐丙級證照，增強托育技能，之後透過書籍跟電視的教學自學烘焙，進而也愛上烘焙，專研烘焙，還因此報名喜愛的講師課程，參加後學到很多東西，發現還有很多事物值得去學習，在托育去上，不藏私分享自己專長，將學到的技能便應用在照顧的小孩身上，例如：造型兒童餐點，增強小孩吃飯的意願、製作生日蛋糕送給小孩、節日製作月餅、過年發糕、帶領送托幼兒製作饅頭，讓他們自己揉麵糰，刺激感官和小肌肉發展等，有空時也會烘焙健康的小餅乾，送給家長們。感覺帶孩子讓我的生活過的更加多彩多姿，孩子陪我度過無數個年頭是快樂開心的，未來我會更加努力在托育上。

不斷的學習~強壯自己

分享人:托育人員 許碧蓮

職場上競爭一直都相當激烈、汰弱擇強，是社會職場上常態，我始終相信一種職業無法長久倚賴，不如積極學習、充實內涵、強化自己，多一項專長就等於多一把寶劍，更容易創造人生不同的可能性。

我當保母也是因為早年利用閒暇時間、充實自己，去考證照，自然地就走到愛孩子的行業，我除了保母證照，還有經絡按摩證照、丙級廚師證照、太極拳教練等等的證照，好幾年前因為想健身及興趣，所以我打太極拳，越打越有興趣，我在學校裡利用課餘時間開班教小朋友 慢慢的一直到現在，我也還常常假日的時候，擔任太極拳教練，帶學生到各處比賽，並在太極這一區塊擔任評審，走出第二專長闖出一片天地剛開始教太極拳的時候，學生也是有的哭哭啼啼的，我開始發揮我第一專長，保母的強項~鼓勵、安撫小孩、陪著最可愛的孩子一起長大，讓小孩們越學越有興趣甚至比賽拿下優秀的名次。

我始終相信機會是留給準備好的人，當發覺出自己的第二專長的時候 一定要勤於耕耘、與時俱進，並設定目標努力向前，讓自己保有競爭力、斜槓自己，人生就更加精采了!



興趣，讓自己充電

分享人: 托育人員 李淑珍



在民國 85 年，我的婆婆突然中風，無法幫忙帶孩子，我只好放棄工作，照顧婆婆跟孩子，幸好當時公公身體狀況還很好，還可以幫忙，慢慢的自己小孩接二連三的到來，老公自己賺錢不夠開銷，我又不能出門賺錢，想了好多賺錢的方法。



這時剛好鄰居在找保母，我決定幫鄰居帶小孩，我就當起了保母，一方面可以照顧家人、又有收入、也可以貼補家用。還記得當時自己孩子跟鄰居孩子同時哭，真是把我嚇壞了，手忙腳亂的一手抱起一個孩子安撫，後來就駕輕就熟上手後，想要充實

自己，還去考了保母證照，加入保母系統，正式成為職業保母。

喜歡小孩的天真無邪、貼心和小孩的互動讓我忘記煩惱，所以一直沒放棄當保母，我還有一個興趣是從小就培養的「軟式網球」。這個運動

一直沒放棄過，小學、國中、高中都是校隊，代表學校出去比賽，從結

婚生子停了 10 多年，等到小孩長大後，我現在又回到球場上真的很開心，非常感謝家人的支持與體諒，球場上的揮汗廝殺，可以讓我消耗一些體力、發洩一些情緒，現在雖然有點年紀了，也有了一點小成就，我成為壯年組國手、代表國家比賽囉~

每到假日心情總是特別不一樣，因為可以到球場打球、見見球友，跟球友吃飯、聊天、到處去比賽，這會讓我通通忘記一星期的辛勞，儲備下星期回到當保母的戰備能量，我真的很建議保母夥伴們，除了工作也要有自己的興趣，假日可以放鬆一下，做自己喜歡的事~~最開心!



你是我的神隊友

~家長推薦文~

娜娜媽媽的推薦(托育人員-吳喬閔)

我最感謝的超級幫手喬閔媽媽，自娜娜出生一個多月，喬閔就照顧娜娜，因為有豐富經驗的她，使得同時有雙寶的我，一個寶寶是由婆家照顧，一個請喬閔照顧，讓我放心的回到職場好好工作，喬閔對娜娜細心的照顧，很多小細節都讓我覺得很感動，孩子每日的生活小日常一一與我分享，娜娜每一階段的發展，她都會啟發孩子，看到娜娜學習走路到自己練習吃飯及收拾玩具，每一次分享的照片及影片，我都看到娜娜非常喜歡和喬閔的互動，喬閔的手藝也非常好，節日的活動，讓孩子們更有節慶的儀式感，也謝謝她將這美好一一紀錄下來，給我做為紀念，也因為她的專業及非常好回饋，讓我了解孩子每日的飲食、身體狀況變化、學習的情形，真的是非常放心的交給喬閔媽媽的照顧，喬閔不只對娜娜及孩子們的愛心，最重要是非常有耐心及細心，讓我非常信賴她。謝謝妳！我最佳保母—喬閔。

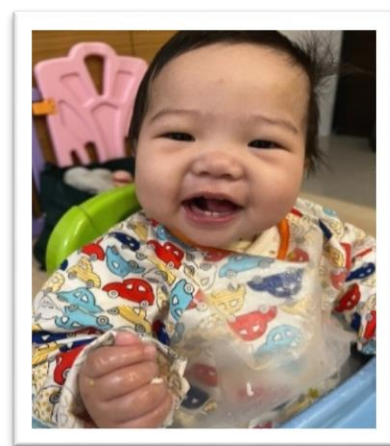


沐玳媽媽的推薦(托育人員-林怡君)



家中的兩位寶貝接連送托惟媽家第四年了，在媒合到惟媽之前，我們曾送托一位不適任的保母，那段不愉快的經驗讓我在挑選保母上更加謹慎小心，也對於要將孩子再次交付保母手中有許多的疑慮，然而這樣擔憂忐忑的心情在遇到惟媽後很快就消失了。

首先，惟媽家的托育環境乾淨整潔，孩子睡著後惟媽也是忙著整理、消毒環境好給寶貝一個舒適的成長空間，孩子醒著時，惟媽則是陪玩、唸故事、看圖卡、訓練孩子在月齡該有的發展，盡心盡力的陪伴著孩子，甚至假日逛街看到適合孩子玩的玩具也會主動購入。除了基本的托育照顧外，惟媽對於孩子的發展時程也很留意，時常與家長討論、溝通，甚至還會提醒著我們孩子何時該塗氣了、副食品該針對孩子發展做適度調整、如何面對處理孩子的情緒等等，而孩子生病情緒與食慾不佳時，惟媽也是給予十足的耐心陪伴與小心照護，孩子托育給惟媽可以說是軟硬體兼具(環境與照護)，內外兼顧。



如果說大人的判斷會有錯誤，那小孩的反應絕對是最直接的答案，每天早上送托孩子時，看著孩子開心地投入保母懷裡，眼裡滿是信任與依賴，還有手機裡傳來的照片，孩子那燦爛的笑容都讓我相信這次我真的遇到對的人了。惟媽是我們無後援雙薪家庭最強力的支柱，也因此我們才能在工作上無後顧之憂，孩子也能在用愛灌溉的環境下健康成長。謝謝惟媽這幾年的愛與用心，真心誠意的推薦這位優質的好保母。

貝貝&娜娜的媽咪的推薦(托育人員-劉妙玲)

妙玲姐是媽媽認識的一個保母介紹的，因為剛好也住在家附近，約談參觀後，覺得是一個很細心的保母，應該可以放心的把孩子送托。



妙玲姐每天仔細紀錄孩子的吃喝、睡覺活動作息，每天都拍很多照片，家長下班後可以知道孩子一天做了什麼事。天氣好的時候會帶孩子去公園放電跑跑步曬太陽，孩子很開心，家長也開心！

謝謝妙玲姐照顧家裡的兩個寶貝，尤其是第一胎很多不懂，妙玲姐會和我分享照顧寶寶的秘笈，讓我照顧寶寶越來越上手、越來越有自信。也真的很感謝妙玲姐在我



懷二胎的時候，常常叫我不擔心，去生產的時候可以幫忙照顧大寶沒有問題，真的很感動。

因為配合很久，可以放心的將二寶交給妙玲姐，二寶吃得好睡得好，孩子發展的很不錯，我和先生真的很感謝妙玲姐這段時間的照顧！

亮岑媽媽的推薦(托育人員-張素菁)

二女兒的到來是意料之外的驚喜，首要之務就是要找個可靠及有愛心的人在我們上班時擔負起照顧寶貝的重責大任，因緣際會，我們和 Vicky 相遇了，托育這段期間 Vicky 的悉心照顧不在話下，她也總是提醒我們孩子哪裡不舒服了；哪裡紅紅的；是不是有撞到；感謝她都是一直一起注意孩子的異狀，對於孩子的不適，甚至比我們更細心。孩子在阿姨家總是好胃口，阿姨準備的餐點營養又豐盛，我以為孩子這個階段頭

好壯壯、能吃得好、睡得著、就是恩典了，但在 Vicky 家小孩很忙，忙著玩好多益智玩具，開車車、滑板車、滑步車，謝謝她總是願意為孩子付出時間和心力，不怕麻煩準備了水彩體驗、科學小遊戲、生活體驗課程、原來夾抹布、擦桌子、洗水果或用水勺盛水，對小孩來說就是非常棒的訓練手部肌肉與身體協調性活動，孩子們也做得興致十足。



Vicky 讓我體會到「生活就是教育，教育無所不在」，更感人的是 Vicky 的先生也是個很愛孩子的人 孩子總是叫他阿貝，阿貝休假不是休息 而是化身為第二個看護者，他們兩人常常載著孩子到戶外踏青，跑跳曬太陽，而 Vicky 家的三個女兒寒暑假期間在家時也會陪孩子們玩，你說!孩子們是不是好幸福呢?!

每天回家看孩子們的聯絡簿，也是下班後的開心消遣，保母日記裡認真寫實記錄著每天小孩可愛、好氣又好笑的舉動和趣事，這些都是孩子們成長的珍貴紀實，是獨一無二的紀念，雖然岑岑再過幾個月就要去上小班，感念及珍惜 Vicky 一家人的照顧與愛護，相信以後我們兩家也會繼續相聚來往，因為對我們來說 Vicky 不只是保母，還是神隊友、好朋友，也像家人一般的存在著。



訪視輔導員心得分享

從托育服務中看到心感動

分享人:訪視輔導員莊惠心

進來中心服務3年，我最喜歡的工作就是到保母家或是家長家進行居家訪視輔導。

每當行政作業遇到瓶頸或是疲累時，我就會立即安排訪視輔導服務，我好喜歡到保母的托育地看看那些像天使的寶貝們。

聽聽他們無厘頭的童言童語，對著我笑嘻嘻的臉龐，用稚嫩的聲音跟我分享生活大小事，就好像我好久沒回家一樣，歡迎著我回家，看著他們不斷的一眠大一寸的長高、長肉，他們的成長變化讓我很開心、喜悅。



另外碰到需要早期療育的孩子，他們利用增能課程的輔助，他們不斷在跟自己比賽，每一次一次的進步從不會趴到會趴，不會爬到會爬、不會走到會走、不願意說話到願意說話，當下深刻感受到保母夥伴們對孩子成長的用心與辛勞付出，才能讓這些孩子們一天比一天更進步。



對我而言，孩子就像天使一樣，我喜歡收集天使的笑聲、我喜歡看著天使的羽翼越來越豐厚，看著他們可以展翅高飛的時候，我覺得我自己是最幸福的陪同者！

訪視輔導員心得分享

一份溫暖的工作

分享人:訪視輔導員劉怡婷



喂~新竹縣北區居家托育服務中心您好，一句親切的電話接聽，不知不覺已經說了近6年，還記得剛來時，是個連三節都分不清是哪三節，誤說成中秋、清明!?和過年的菜鳥，到現在能清楚且專業的與托育人員、家長應對並給予協助，可以很有自信地站在百人的托育人

員研習課拿著麥克風向托育人員宣導中心業務，從沒想過自己還有這樣的能力!對我來說，訪視輔導的部分，面對的大多是和自己母親年齡相當的托育人員，輔導的過程要拿出自己的專業知能給予他們協助與支持、一板一眼的法規的規範、嚴謹的居家托育環境安全、提高敏銳度發現孩子的需要(發展、成長)、保親間的溝通等等，要能讓保母們信服並去做改善，身為訪視輔導員的我，心中的那把尺究竟該如何拿捏?真的是需要時間與經驗累積且很挑戰的過程，若以選媳婦的俗語來說，是要能進的了廚房，出的了廳堂呢!

對我而言，我也藉由輔導員的這個身分，學習到更多對人的學習，還記得督導曾與我分享，關於我們的腳色界定，是輔導、是協助、與托育人員是平等的，不是對立和敵對的關係，我們是每位托育人員在中心的媽媽，在輔導任何托育的專業事物上均要以溫柔而堅定的態度去協助處理，事情處理完，也要關懷人，聽他們分享家庭生活遇到的酸甜苦辣(經濟壓力、夫妻溝通、身體疾病、親人離世…)、對孩子的煩憂(課業、單身、想



抱孫…)、對未來的藍圖(退休規劃)，常常聽著聽著一起笑了，或是說到傷心時，變成溫暖的臂彎陪她一起哭…，不論是苦是甜，我們都與你們同在，真心感謝他們願意與我分享，謝謝你們因為有你讓我可以變得更好。

最後，我想說，在陪伴孩子的路上，請不要忽略自己只是一個小螺絲釘的腳色，這可是上天賦予我們的責任，因為愛孩子，所以我們存在，讓我們共同學習和成長，攜手守護每一位孩子吧！



育兒資源就在身邊



親子共讀~為孩子的未來朗讀.....



資料來源:衛生福利部國民健康署



托育人員登記管理資訊網.....



資料來源:衛生福利部國民健康署



育兒親職網.....



資料來源:衛生福利部國民健康署



全國教保資訊網.....



資料來源:教育部



好客 ING.....



資料來源:客家委員會



新竹市兒童發展服務資源網.....



資料來源:新竹市政府



新竹縣、新竹市小兒科醫療資訊.....



資料來源:新竹市政府



防疫一把罩



提醒您，請配戴口罩、勤洗手…這個口號不知已呼籲了多久…你知道嗎?台灣的第一個確診個案於 2020 年 1 月 21 日開始，至今病毒株已歷經了 3 次變種(冠狀病毒→Delta → Omicron)這 8 百多天的日子，我們心牽著心，彼此打氣，勇敢面對，不再將確診邊緣化，以強大的關懷和愛相互支持，我們都不知道這場艱辛的戰役何時才會停止，唯一堅信的是「不管病毒如何變異，不變的是我們對彼此的愛」，因為這份愛讓我們擁有無限大的力量守護孩子守護家人守護自己，謝謝所有第一線的醫護人員，也謝謝每天都小心翼翼的自己，真的辛苦了!!

如果確診該怎麼辦呢?



★先詳閱就醫流程及關懷手冊，才能臨危不亂!

★一般民眾:

無論是快篩陽性、懷疑感染 COVID-19、有呼吸

道症狀，都可前往社區篩檢站、公費診所或防疫門診進行 PCR 採檢，並依症狀給予診療。

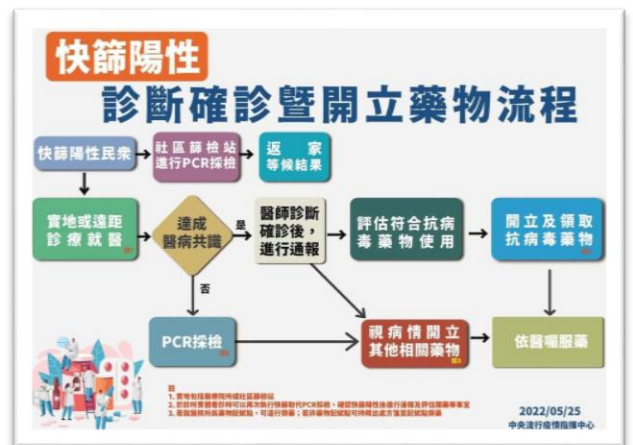
★65 歲以上、居家隔離、居家檢疫、自主防疫:

快篩陽性時可以透過視訊評估或委託親友前往防疫門診或公費診所由醫師評估後判定若為確診可請醫師評估風險因子後給藥。

★提醒您:公費診所、防疫門診、視訊評估，都需要事前預約唷!

★善加利用社區篩檢站、公費診所或防疫門診進行 PCR 採檢，並依症狀給予診療。

★竹北 3 大醫院兒科夜間急診同步服務:



若兒童、幼兒出現發燒超過 48 小時或高燒 39 度 C 以上合併發冷、冒冷汗，或是退燒後持續活動力不佳、退燒後仍持續呼吸急促、喘或胸悶胸痛，或持續嘔吐、頭痛、腹痛，或超過 12 小時未解尿、未進食，請盡速諮詢醫療團隊。

居家檢疫/隔離/照護期間注意事項

一人一室
盡量不共用衛浴
如需共用衛浴設備
請於每次使用後
進行消毒

不共餐或共用物品
請家人準備食物飲水

健康飲食



衛生福利部國民健康署-
!我的發聲! 均衡飲食_成年篇

環境篇

消毒經常觸摸處
使用稀釋後
漂白水或酒精

避免接觸同住者
特別是長者、幼兒或
免疫力低下者

佩戴口罩

居家運動



衛生福利部國民健康署-
我亦是健身房(做事篇)

注意手部衛生

出現發燒症狀
可用退燒藥
減緩不適症狀
盡量臥床
休息和飲水

資料來源:新竹縣政府衛生

兒童新冠肺炎警示症狀!! 5種情況 請諮詢醫療團隊



發燒超過48小時或
高燒 \geq 39度合併
發冷/冒冷汗



退燒後
持續活動力不佳



退燒後
仍持續呼吸急促
/喘或胸悶胸痛



持續嘔吐/頭痛/腹痛



超過12小時
未進食或未解尿

**若出現下列6種情況
請Call119或手機連上24小時緊急醫療諮詢平台**



抽搐



意識不佳



呼吸困難或
有胸凹現象



唇色發白或發紫



血氧飽和度
低於94%



肢體冰冷/
皮膚斑駁/冒冷汗

資料來源:新竹縣政府衛生局



一站式服務：診療 ▶ 確診判斷 ▶ 有症狀領藥

新竹縣醫院防疫門診服務資訊

現場掛號	現場掛號	現場掛號	現場掛號
仁慈醫院 每日 10:00~13:00 16:00~19:00	大安醫院 每日 09:00~12:00 14:00~17:00 18:00~21:00 僅提供PCR採檢服務	新仁醫院 每日 09:00~12:00 13:30~16:30 18:00~21:00 僅提供PCR採檢服務	中醫大新竹附醫 週一至週五 08:30~12:00 13:30~17:00
線上/電話預約 北榮新竹分院 成人 每日 08:30~11:30 兒童 週三 限18歲以下 08:30~11:30 電話 03-5953940	線上預約 台大生醫(竹北) 週一至週五 14:00~17:00 限3歲以上	線上/電話預約 東元綜合醫院 週一至週五 09:00~12:00 14:00~17:00 週六 08:00~10:00 電話 03-5534545 限12歲以上	採檢完24小時後 欲查詢採檢結果請至 健保快易通 下載連結



什麼是MIS-C

孩童多系統炎症徵候群

(Multisystem inflammatory syndrome in children, MIS-C)
感染COVID-19後罕見的高度炎性反應以及多器官系統損傷，
國外統計致死率可達1~2%

發生於年齡介於0-19歲，年齡層以6-12歲為多

診斷要件：有新冠病毒感染證據、發燒≥3天且實驗室檢查顯示發炎指數上升(ESR、CRP或procalcitonin)，並具至少兩項下列臨床特徵：

- 出疹，或雙側非化膿性結膜炎，或黏膜發炎
- 低血壓或休克
- 心肌功能受損，包括心包膜炎、瓣膜炎或冠狀動脈異常
- 凝血功能異常
- 急性腸胃道症狀，包括腹瀉、嘔吐或腹痛

排除其他可能導致類似臨床表現之感染(包括細菌性敗血症、毒性休克症候群)

2022/06/06

中央流行疫情指揮中心

大手拉小手 用愛豐富孩子的未來



刊物名稱：同心，童心

編印單位：新竹縣北區居家托育服務中心

主編：劉怡婷、莊惠心

編著：保心怡、傅慧玲、鄒紫玲、陳寵惠、
邱淑惠、陳暄妮、羅雅惠、張婉瑜

出版日期：111 年 6 月 30 日

新竹縣北區居家托育服務中心關心您