新竹市北區居家托育服務中心月刊

第 175 期
2022・01

發行單位：新竹市北區居家托育服務中心
發行人：彭雪貞
總編輯：劉惠菱、郭秀綢、江宜臻、孫楓棉、蔡宜珍
發行地址：新竹市和平路 142 號 6 樓
電　話：03-5253282
傳　真：03-5253283
網　址：http://www.mommybaby.org.tw
E-mail:hcitca@gmail.com

北區居家托育服務中心公告

111 年 1 月份

※12/31(五)-1/2(日)逢元旦休假日中心暫停服務，造成不便，敬請見諒。
正常上班日 111/01/03(週一)AM08:00~歡迎來電洽詢托育相關業務。
※111/1/29(週五)~111/2/6(週日) 逢農曆春節休假日中心暫停服務，造成不便，敬請見諒。

一、 北區居家托育服務中心 111 年，訪視員之責任區域如下：

訪視員郭秀綢負責第四組、第十三組、第十四組、第十五組、第十六組

訪視員江宜臻負責第三組、第五組、第六組、第七組、第十一組、第十七組

訪視員孫楓棉負責第一組、第二組、第九組、第十組

訪視員蔡宜珍(小珍)負責第八組、第十二組、第十八組

二、111 年度在職研習的課程目前正積極規畫中，詳細內容會說明與公告讓夥伴知悉!請大家等候通知!若是有任何問題請來電諮詢。

三、111 年新任的小組長名單如下:

組別	姓名	組別	姓名	組別	姓名	組別	姓名
第一組	陳文鳳	第六組	林嘉惠	第十組	曾云色	第十四組	鮑盛芬
第二組	林玉英	第七組	李雲妙	第十一組	陳燕埼	第十五組	李美花
第三組	林僑盈	第八組	廖鑄權	第十二組	李竹崴	第十六組	范少絹
第四組	劉碧霞	第九組	曾云色	第十三組	簡佩雯	第十八組	陳芊穎
第五組 第十七組	游佳忞	備註:請夥伴們配合組長的安排-111 年度的協力圈活動、親子活動、行動圖書、玩具的運作，需要團隊的配合，謝謝大家!					

四、111 年一、二月資源中心暫停開放，中心會將繪本、教具盤點及消毒整理，感謝您今年的熱情參與。111 年開放借閱時間會再公告通知，大家相約 2022 年資源中心見。謝謝大家!

五、111 年新竹市北區居家托育服務中心~托育人員體檢名冊

111 年體檢的合作醫院沒有變動-台安醫院，需要體檢的夥伴，記得可依規定時間準備體檢表單及糞便盒至台安醫院體檢!

111 年新竹市北區居家托育服務中心~工作人員、托育人員體檢名冊

序號	組別	名字	體檢日期	序號	組別	名字	體檢日期	序號	組別	名字	體檢日期
1	1	王０珠	109.08.18	27	4	林０枝	109.03.11	53	8	彭０秀英	109.03.07
2	1	彭０玲	109.01.07	28	4	林０菱	109.03.28	54	8	蘇０鎰	109.07.13
3	1	鄭０玲	109.08.01	29	5	王０華	109.02.28	55	8	高０娜	109.12.31
4	1	謝０庭	109.01.11	30	5	吳０玲	109.05.30	56	8	鄭０珊	109.07.18
5	1	陳０秋	109.09.26	31	5	古０英	109.05.30	57	8	曾０霞	109.09.30
6	1	林０基	109.08.19	32	5	黃０蓉	109.06.03	58	8	蘇０鎔	109.09.30
7	1	謝０耘	109.03.18	33	5	李０霖	109.12.11	59	8	陳０惠	109.01.18
8	1	陳０鳳	109.03.21	34	6	莊０萍	109.02.12	60	8	紀０鳳	109.12.26
9	1	陳０融	109.07.25	35	6	莊０美	109.03.07	61	8	許０慈	109.11.24
10	1	林０琳	109.01.23	36	6	連０羚	109.05.18	62	8	曾０渝	109.08.04
11	1	楊０卿	109.03.18	37	6	黃０枝	109.07.18	63	8	羅０虹	109.12.12
12	2	謝０辰	109.08.08	38	6	許０治	109.08.01	64	9	蔡０鳳	109.02.06
13	2	陳０秀	109.01.30	39	6	江０蓉	109.08.14	65	9	吳０鈴	109.02.07
14	2	周０玉	109.07.04	40	6	廖０君	109.09.19	66	9	王０香	109.08.29
15	2	郭０玲	109.07.22	41	6	楊０蕙	109.09.26	67	9	李０燕	109.10.06
16	2	周０盈	109.08.12	42	6	林０玲	109.09.26	68	9	陳０芳	109.06.06
17	3	詹０幸	109.01.18	43	6	張０惠	109.11.16	69	9	吳０梅	109.05.05
18	3	黃０誼	109.02.19	44	7	賴０君	109.04.10	70	9	陳０真	109.07.24
19	3	蔡０美	109.02.27	45	7	劉０琴	109.06.06	71	9	吳０琴	109.05.30

20	3	張０銓	109.09.04	46	7	劉０香	109.06.06	72	9	李０香	109.01.18
21	3	陳０娟	109.09.15	47	7	莊０函	109.06.06	73	9	李０芳	109.01.04
22	4	謝０華	109.12.15	48	7	曾０芸	109.09.23	74	9	洪０忠	109.08.13
23	4	林０富	109.07.07	49	7	吳０昕	109.10.24	75	9	林０燕	109.02.22
24	4	曾０崑	109.06.13	50	7	李０妙	109.10.28	76	9	林０玲	109.02.08
25	4	翁０樑	109.11.16	51	7	吳０美	109.11.02	77	10	朱０玢	109.02.25
26	4	郭０雪	109.03.04	52	8	吳０銨	109.03.07	78	10	曾０祺	109.08.01
序號	**組別**	**名字**	**體檢日期**	**序號**	**組別**	**名字**	**體檢日期**	**序號**	**組別**	**名字**	**體檢日期**
79	10	梁０珠	109.08.08	105	12	鮮０貞	109.05.09	131	18	吳０元	109.02.01
80	10	陳０定	109.08.15	106	12	劉０嫻	109.02.04	132	18	洪０村	109.09.09
81	10	徐０惠	109.07.21	107	12	蔣０花	109.05.01	133	18	陳０慧	109.10.03
82	10	陳０雲	109.09.17	108	13	陳０菁	109.03.28	134	18	陳０敏	109.07.25
83	10	曾０色	109.08.01	109	14	周０雲	109.02.27	135	18	陳０穎	109.08.08
84	11	陳０惠	109.02.22	110	14	李０嬌	109.10.17	136	18	陳０鳳	109.08.01
85	11	譚０文	109.02.25	111	14	鮑０芬	109.10.17	137			
86	11	王０香	109.03.04	112	14	曾０素卿	109.02.08	138			
87	11	林０子	109.06.06	113	14	章０玉	109.05.01	139			
88	11	陳０埼	109.07.04	114	14	郭０宜	109.05.16	140			
89	11	胡０麟	109.08.15	115	14	張０蓮	109.12.16	141			
90	11	沈０琴	109.09.26	116	15	林０慧	109.03.02	142			
91	11	鄭０琳	109.10.03	117	15	林０珠	109.03.21	143			
92	11	唐０霙	109.10.06	118	15	涂０綾	109.04.18	144			
93	11	張０蓉	109.10.14	119	15	方０鳳	109.07.25	145			
94	12	彭０芬	109.06.11	120	15	鄭０美	109.07.22	146			
95	12	彭０新	109.05.23	121	15	林０麗	109.09.15	147			
96	12	林０蘭	109.05.23	122	15	何０葉	109.09.24	148			

97	12	謝０芸	109.05.23	123	16	袁０慧	109.07.18	149			
98	12	李０崴	109.06.06	124	16	石０瓊	109.10.16	150			
99	12	鄭０霞	109.07.22	125	16	曾０秀宜	109.02.28	151			
100	12	范０榕	109.06.05	126	17	游０恣	109.02.13	152			
101	12	林０賢	109.09.04	127	17	謝０珍	109.07.02	153			
102	12	潘０瑜	109.07.15	128	17	張０淳	109.10.17	154			
103	12	周０環	109.11.17	129	17	陳０中	109.11.10	155			

六、托育人員注意事項：

(1)收托幼兒第一天起，請盡快交出【托育人員意外責任保險同意書】，並回報訪視員。

(2)一旦結束托育，請填寫【異動陳報表】以便辦理解除托育，並回報訪視員。

(3)請托育人員自行檢閱目前收托幼兒之托育契約書是否到期，收托兒之契約書若已到期，請重新簽約後交回中心，讓訪視員執行登錄契約書內容。

(4) 為配合育兒津貼及其他津貼之發放，托育補助為當月撥款。

(5) 若家長申請托育補助，請托育人員詢問是否領有育兒津貼，若有領有新竹市育兒津貼，可請家長填寫新竹市育有未滿二歲兒童育兒津貼同意註銷切結書，並附上家長雙方身分證正反影印本。

七、110 年 8 月 1 日起托育補助新制:

一、提高補助金額：110 年 8 月起增加 1,000 元、111 年 8 月起再增 1,500 元。

二、提前第 2 胎加碼：110 年 8 月起第 2 胎加發 1000 元、第 3 胎以上加發 2,000 元。

三、擴大補助對象：取消育嬰留職停薪津貼不得同時領取的規定。

如果您正在領取勞保局育嬰留職停薪津貼，自 110 年 8 月 1 日起也同時領取托育補助。

※(若您正在領取勞保局育嬰留職停薪津貼,請 8 月 1 日自行重新送補助案件至居服中心)

八、托育費用由次月撥款改為當月撥款。

新竹市北區居家托育服務中心辦公室電話：(03)525-3282　傳真(03)525-3283
服務時間：週一至週五上午08：00~12：00、下午13：00~17：00
(新竹市和平路142號6樓~北區居家托育服務中心)

新竹市北區居家托育服務中心敬啟

好文分享

寶貝愛吸手指，該阻止嗎？
幫孩子戒掉吃手手的家長指南

本文重點摘要

1. 手指好好吃？孩子在不同時期吸手指代表不同意義
2. 觀察孩子吸手指的原因，找到幫孩子戒掉壞習慣的方法
3. 可以在孩子手上塗辣椒、戴手套加快改善這壞習慣的速度嗎？

「他還是小 baby 時，看著他吸拇指安心睡著，整晚都是個美夢！但現在都這麼大了，還在吸手指，怎麼辦？」

過去的美夢逐漸變成惡夢，您的孩子也對自己的手指愛不釋「口」嗎？

手指好好吃？孩子在不同時期吸手指代表不同意義

胎兒在媽媽肚裡，懷孕 29 週時就會開始吸手指。剛出生的原始反射， 讓嬰兒反射性搜尋媽媽的奶頭或奶嘴，而能夠吸吮，這是生存的本能。

0~2 歲為發展階段的口腔期，寶寶會藉由將東西放入嘴裡，來認識自己的身體和世界，在吸吮的過程中更可以讓寶寶感到安心、滿足。吸吮手指是孩子認識自己及學習調節情緒的第一步。

隨著四肢發展進步，多數的孩子能藉由更多的方式探索環境，因此在 2~4 歲之間會自然地減少吸手指的行為，若四歲之後孩子對吸手指的需求仍大，可能會影響未來臉部骨骼、齒列的發展，一般還是會建議在恆齒生長之前 （一般是五歲）戒掉吸手指的習慣；長期吸手指會出現泡疹甚至關節變形，且長時間將手指放在嘴中，孩子即使嘴巴合起，舌頭也會前伸（ Tongue thrust ），而影響咀嚼吞嚥及語言溝通表達的清晰度。

觀察孩子吸手指的原因，找到幫孩子戒掉壞習慣的方法

超過口腔期的年紀是不是就不該再吸手指了？

口腔期孩子若未被滿足，會在未來補吃回來，其實不一定，通常孩子在四歲以前未完全戒掉吸手指的習慣都是在可接受的範圍。

突然的禁止，易導致口腔期未被滿足，未來可能會出現口腔感覺尋求的表現，反而以其他的方式來滿足口慾。

孩子為滿足口慾而吸手指，爸爸、媽媽可以這樣做：

嬰兒時期建議餵奶的速度不要急，吸吮的時間由寶寶決定；奶瓶的開口不要太大，讓寶寶有足夠的吸吮時間，才能夠滿足他口腔期的慾望。

2~3 歲建議可以用吸管吸較濃稠且安全的食物，如：奶昔、布丁，或是讓他咀嚼較硬的食物，如：切塊的芭樂、蘋果、魷魚絲，滿足孩子的感覺需求。

給予孩子臉部按摩，在牙齦處給予深壓覺，也是提供口腔感覺的好方法！

此外，當情緒感到緊張、焦慮、害怕、有壓力時，孩子也會想要吸手指。

這就像前陣子流行「嚇到吃手手」這句話，當孩子們感到緊張、焦慮、害怕甚至很累時，為了讓自己冷靜點、舒服點，便會藉由吸手指來得到慰藉。

孩子因為情緒焦慮而吸手指，爸爸、媽媽這樣做：

觀察孩子在什麼樣的情況下容易感到情緒緊繃、壓力，會開始吸手指。同理孩子的情緒，並且可藉由圖畫故事陪伴孩子調節情緒、解決困難。

教導孩子適當的情緒宣洩方式。可以和孩子一同討論趕走「情緒怪獸」的方法，如：抱緊絨毛娃娃、畫畫、捏捏黏土等方式來調節情緒。

有些孩子覺得好無聊，會吸吸手指打發時間，確實不一定每位孩子都是因為情緒因素而吸手指，只是在不知不覺中養成了無聊吸手指的這個習慣，缺少手部精細動作的操作，也會影響之後書寫功能的發展。

孩子無意識習慣吸手指，爸爸、媽媽這樣做：

多陪伴孩子玩需要動手操作的遊戲，如：捏黏土、指偶遊戲等各式遊戲。當他們全心投入在活動裡，自然不會再將手放進口中。隨著遊戲經驗的增加，孩子也不會容易覺得無聊。

鼓勵孩子一起做家事。

除了讓孩子的手指忙碌，也能夠讓孩子有勝任感，覺得「自己已經長大了，不會再像寶寶一樣吸手指了。」

牽著孩子的手一起睡覺，協助孩子改善吸手指入眠的習慣。

可以在孩子手上塗辣椒、戴手套加快改善這壞習慣的速度嗎？

多數孩子會將吃到不喜歡的東西、手被限制等結果認為是一種「處罰」，這樣反而容易造成他們心中的壓力，更加劇吸手指的狀況！因此我們只建議年紀較大，心智發展較成熟的孩子參考這方法。4 歲之後的孩子常常會避免在公共場合，而是找別人看不到的地方吸手指，表示他們了解這是一個不好的習慣。這些孩子接受提醒而改進的效果會更好！因為他們清楚知道這是協助自己改掉壞習慣的方法，是一種「提醒」而非「處罰」。

上述提到的原因可能同時出現，需顧及孩子的心理需求又擔心未來發展上的影響，確實讓家長很兩難，但放下了過度的擔心，不要反而造成孩子的壓力是最重要的！建議以循序漸進的方式陪伴孩子。

成人改變一個習慣需要花 21 天，更何況對象是一位孩子，多給他們一些時間與鼓勵，絕對能幫助他們變得更好！

本文摘自《親子天下》

作者：白欣平 職能治療師