

# 新竹市北區居家托育服務中心月刊

第 213 期

2025 · 04

發行單位：新竹市北區居家托育服務中心

發行人：玄奘大學 趙美盈

總編輯：劉惠菱、郭秀綢、李嘉薇、孫楓棉、蔡宜珍、林玉萱

發行地址：新竹市武陵路 250 巷 11 號

電話：03-5355006

傳真：03-5355022

網址：<http://www.mommybaby.org.tw>

E-mail:hcitca@gmail.com



## 北區居家托育服務中心公告

114 年 4 月份

114/04/03(週四)~114/04/06(週日)逢兒童節與民族掃墓節連假日心暫停服務，造成不便，敬請見諒。

一、114 年度 4、5 月體檢名單如下：

新竹市北區居家托育服務中心 114 年 4、5 月托育人員需體檢名單							
(114 年)四月體檢名單				(114 年)五月體檢名單			
序號	組別	名字	體檢日期	序號	組別	名字	體檢日期
1	9	黃瑪莉	112.04.08	1	16	李燕蕙	112.05.01
2	3	梁素禎	112.04.12	2	10	林怡君	112.05.13
3	12	曾靜怡	112.04.22	3	12	蘇碧雲	112.05.13
4	3	張盈楹	112.04.24	4	6	李佳怡	112.05.20
5	9	潘承吟	112.04.29	5	8	陳屏卉	112.05.20
6				6	12	范毓華	112.05.27

●、請托育人員務必於體檢日期“前”確實前往辦理體檢，您可選擇特約醫院台安診所或自行安排醫院檢查。

請參照規定項目檢查內容：

1、一般檢查及醫師學理檢查。(醫師問診、測量身高、腰圍、體重、視力、辨色力、聽力、血壓、脈搏等)

2、胸部 X 光(大片)。

3、血清檢查(A 型肝炎抗體：AntiHAV、IgM、AntiHAV IgG)

#### 4、糞便檢查(糞便培養、傷寒桿菌)

※114 年體檢的合作醫院沒有變動-台安醫院，體檢費用為 1200 元，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！

※請體檢完請當月繳交**收據、郵局封面影本(托育人員本人)**，待核銷後會入帳體檢補助 500 元。

## 二、行動圖書包

1. 可以至中心辦理借書證，鼓勵家長辦理借書證，借閱圖書，增加圖書使用率。
2. 114 年度第一次行動圖書包/行動玩具包，於會議當天發給小組長，即可開始傳閱使用。

(1)傳閱方式：由各組新任小組長領回行動圖書包/行動玩具包，請小組長規劃安

排借閱期程，以便組員輪流使用。玩具及圖書皆已消毒，使用後煩請托育人員協助消毒再傳給下位組員。

(2)傳閱日期：即日起至 4 月 30 日為止。傳閱完畢即可繳交回中心。

## 三、114 年 4.5 月份在職研習課程

場次	上課日期	領域類別	課程名稱	上課人數	上課時間	上課地點
6	4/19(六)	六	(六)基本救命術	85	★08:30-17:30	新竹市浦雅街 88 號 2 樓(光華市民活動中心 2 樓)
7	5/3(六)	六	(八)托育安全	85	09:00-12:00	
8		九	(九)職場紓壓與調理	85	13:00-16:00	
9	5/10(六)	二	(二)嬰幼兒早期療育	85	13:00-16:00	

## 114 年 5 月親職子講座課程表

日期	講座主題	時間	上課地點
5/10(六)	兒童篩檢檢核	10:00-12:00	新竹市浦雅街 88 號 1 樓(光華市民活動中心 1 樓)

### ●、課程報名方式:

#### 一、課程報名方式:

在職研習採網路報名:

▲報名網站為「托育媒合平臺」：<https://ncwisweb.sfaa.gov.tw>

報名分為二梯次，上半年度(03 月~06 月課程)於 114/02/16(日)線上報名

下半年度(07 月~11 月課程)於 114/06/15(日)線上報名

三區課程分流報名，時間如下:

北 區課程：AM 08:00



# 好文分享

## 嬰兒安全睡眠環境六大原則

嬰兒應該獨自一人、仰睡、在嬰兒床上（ABC 守則：Alone, Back, Crib）

不與大人或其他小孩共床。  
不使用枕頭、棉被、玩偶等鬆軟物品。  
始終讓寶寶「仰睡」，避免趴睡。

### 選擇穩固的嬰兒床與合適的床墊

床墊應該緊密貼合床架，不能有縫隙，避免寶寶卡住。  
如果用嬰兒床，欄杆之間距離不應超過 6 公分。  
床墊要夠硬，不能使用記憶枕或軟墊。

### 使用睡袋或穿睡衣，取代棉被

減少窒息風險，同時保暖。不要用成人被蓋住寶寶。

### 讓嬰兒與父母同房，但不同床

同房睡能減少嬰兒猝死症（SIDS）風險，也方便照顧。  
建議至少同房六個月到一歲。

### 避免使用不符合安全標準的嬰兒床或床墊組合

請勿把嬰兒放在兩張床之間、沙發縫。  
永遠不要讓嬰兒睡在可能會「滑進縫隙」的地方。

### 嬰兒安全睡眠環境加分守則

請勿把嬰兒放在兩張床之間、沙發縫。  
永遠不要讓嬰兒睡在可能會「滑進縫隙」的地方。  
定期檢查嬰兒床與床墊狀況：包括是否有鬆脫、破損、或結構問題。  
勿在寶寶身邊放手機、遙控器、包包等小物件：可能造成壓住或誤吞。  
監控寶寶的溫度與呼吸狀況：太熱也是猝死的風險因子之一。  
寶寶在成長階段要調整睡眠設備：例如會翻身後，就要移除床圍、調整床墊高度。  
寶寶因為睡眠環境不安全，失去生命，這是令人心碎的事件，每一位照顧者都應該小心，把睡眠意外的風險降到最低。

本文摘自《媽媽寶寶 mombaby》