



新竹市東區關東國民小學109學年度

小一寶貝入學各項資料彙編

資料內容	頁碼
給家長的一封信	1
學用品百寶箱	2
生活作息及服裝儀容說明	3
服裝選購通知單	3
班級家長會邀請函	4
開學日課程表	5
寶貝的視力保健~愛眼健康歌	6
寶貝的口腔保健~窩溝封填	7、8
家有小一生參考資料(1) 寶貝進入小一前父母應有的準備	9
家有小一生參考資料(2) 他的第一步~寫給小一新生的父母	10

給家長的一封信

親愛的家長：

您好！很高興能擔任您孩子的導師，我們將有兩年的時光一起陪著孩子成長，深深的期盼能夠與您攜手努力，共同為孩子編織一個溫馨快樂的童年，從今天起請多多指教喔！

孩子們剛成為小學的新鮮人，對上學充滿了羞澀、不安與好奇，我將竭盡所能，全心全意打造一個良好的學習環境，讓孩子能快樂的學習，健康的成長。希望您的孩子，能在您我的愛心和鼓勵下，健康活潑的長大。為了幫助孩子適應學校生活，以下，煩請您幫孩子注意：

一、學校學習方面

 **讓孩子學習獨立，請孩子自己做好：**

- ★ 養成早睡早起的好習慣。
- ★ 整理書包(按照功課表準備需要的課本、習作、作業本及學用品)。
- ★ 愛物惜物(將學用品貼上姓名貼或寫上名字，並珍惜物品)。
- ★ 熟記家中住址、家長電話，以便緊急聯絡。
- ★ 準時上學，放學後立刻回家。
- ★ 不帶玩具、零食、不良刊物、貴重物品或金錢到校。

 **讓孩子正面成長**

- ★ 多注意孩子的優良表現，多以具體陳述事實來讚美他。
- ★ 賞罰分明。(賞:多用讚美語句和肢體語言。罰:可用剝奪權利法，例如不能觀賞某電視節目，不能聽媽媽說故事等)

 **請孩子常與您聊聊學校的情形**

- ★ 會把學校發生的事、上課情形與您分享。

 **選購適合的書包**

- ★ 請家長為孩子選購書包時，能以輕便實用為主要考量，儘量不要選購拉桿式書包，避免造成孩子行進及上下樓梯時的不方便。

二、生活習慣方面

 **在家中吃完早餐再上學。**

 **三餐定時定量，不帶零食到學校吃。**

 **帶水壺或杯子，以開水代替飲料，有助身體健康。**

三、聯絡方式

 **利用家庭聯絡簿，並請家長每日抽空為孩子簽名、檢查作業。**

 **利用學校電話 03-5775645#班級分機**

 **利用手機導師手機**

 **如需面對面溝通，請於聯絡簿上相約面談時間。**

希望在親師密切良好的溝通中，找到對孩子最有幫助的輔導方式。孩子們是家長眼中無價的珍寶，更是老師心目中一顆顆希望的果實，期盼在親師無微不至的關懷中，每個小希望都能快樂充實的成長茁壯！

在未來的兩年中，除了在各科知識的啟迪打下穩固的基礎外，也將配合課程節令進行教學活動，拓展孩子的視野。

這些點點滴滴，除了老師的努力外，更期盼您的共襄盛舉，唯有結合您和學校的力量，才能共創美好願景，歡迎您提供寶貴意見，做為我檢討改進的指標，謝謝您，並祝您

閤家平安 快樂

一年級全體導師謹上

學用品百寶箱

小寶貝要上學囉！一起來看看要準備些什麼？

◎文具：鉛筆盒、鉛筆、橡皮擦、彩虹筆、十五公分直尺。

請家長為孩子選用鉛筆，自動鉛筆筆芯細，稍微用力就斷了剛入學的孩子難以運用自如，花時間在裝卸筆芯上，易影響學習效果。(鉛筆請每天削尖，至少準備五枝以上)。

◎安全剪刀、膠水、彩色筆等美勞用具。

建議家長可為小朋友準備一個手提工具箱。

學校置物櫃尺寸約為 34*35*35(公分)，請選購小於此尺寸的工具盒。

◎抽取式衛生紙一包。

◎小朋友的衣服及所有物品，請寫上或貼上姓名。

◎水壺。

◎短袖上衣、短褲、內褲。

◎潔牙用具：牙刷、牙膏、漱口杯。

◎餐具：8/31(一)將開始在學校用午餐，學校午餐為主食加三菜一湯，建議讓孩子帶一個大碗公和一個湯碗(要防燙)，再加上筷子和湯匙。

◎2 個口罩。

謝謝爸爸媽媽！

生活作息及服裝儀容說明

歡迎貴子弟成為關東國小的一份子，為了讓孩子能快樂的適應小學的團體生活，以下的注意事項麻煩各位家長多加配合，並能隨時與老師聯絡溝通。

1. 上學時間：每天上學時間為 7:30-7:50，7 點 50 分以後交通導護撤崗，請家長配合上學時間，以維護學生安全。
2. 東校門、西校門於交通導護撤崗後關閉，若因故較晚到校，需由北校門進入校園。
3. 放學時間為：
星期一、三、四、五中午 12:45 分放學。(用完午餐後放學)
星期二(上整天課)下午 3:45 分放學。
4. 本校路隊的選擇請以孩子過馬路次數最少為原則。
5. 本校進行門禁管制，8/31(一)早上 7:30-7:50 開放新生家長帶孩子直接進教室、當日 12:10 也開放新生家長直接到教室接孩子；其他時間若家長要進入校園，請向北校門警衛室換證。

※若您的孩子已確定參加本校課後照顧班，該班 8 月 31 日(一) 12:10 即開始，課後照顧班老師亦會 12:10 到教室接孩子，請家長放心。

※服裝規定：星期一、三、四、五可穿便服到校，星期二全校著體育服裝、運動鞋。

服裝選購通知單

各位新生家長您好：

為方便家長選購新生服裝，下表提供店家購買資訊以及本校設置攤位時間，歡迎您多加參考。

1. 8 月 24 日(一)起，可直接至店家(地址如下)套量購買。
2. 8 月 31 日(一)開學日當日在北校門及東校門川堂設攤及販售，時間 07:30-11:00。
3. 9 月 12 日(六)班親日當日在本校攤販售及提供尺寸更換。(當日新生家長不必到校，若要購買或更換尺寸再行到校即可。)
4. 學期中起，廠商門市部提供更換及增補購買服務。

※貼心叮嚀

8 月 31 日當天為新生開學活動，為節省家長們因排隊而耗費的時間，**強烈建議您提前購買或是選擇更合適的時間**前往店家選購，以免耽誤當日寶貝們參加班級活動和您寶貴的時間。

品名	單價
夏季體育上衣	\$220
夏季體育短褲	\$160
冬季體育上衣	\$270
冬季體育長褲	\$270
合計	\$920

廠商地址：

新竹體育用品企業有限公司(東寧宮對面地下室)
君承服裝公司 0910-083128 洪小姐
新竹市東門街 109 號 地下一樓
TEL: (03) 522-5439
週一~週六 10:00-20:00



班級家長會邀請函

親愛的小一家長，您好：

恭喜您，家裡的寶貝即將邁入另外一個學習旅程。為讓家長們更了解學校的辦學理念與特色，並與班級導師進行雙向溝通，誠摯的邀請您來參與我們的小一新生班級家長會，期盼結合家長與學校、老師的神奇魔力，使孩子獲得最佳的教育機會，展現最好的教育品質！請各位家長踴躍參加！

一、活動時間：109年8月22日9:00~11:00

二、活動流程

時 間	項目	活 動 內 容	活動地點	主持人
9：00 ~10：00	班級親師會	1. 班級親師懇談會：導師教學理念說明及班級經營交流。 2. 班級家長代表票選。	各班教室	各班導師
10：00 ~10：10	校務座談會	校務座談報到	禮堂	李瑞剛校長
10：10~11：00		1. 學校行政工作業務說明。 2. 綜合座談、意見交流。		

三、注意事項

- (一)為了讓家長與導師可以充分進行溝通，建議當天孩子無須到校。
- (二)班級座談至10點為止，會後請家長移駕至禮堂參與校務座談。
- (三)校務會談後統一由東校門離校。
- (四)煩請家長攜帶紙筆有利於重要事項註記。

四、小一新生家長親職講座預告

- (一)日期：9/18(五) 18:30-20:30
- (二)對象：小一新生家長
- (三)講題：陪伴的量（小一新鮮人大小事）
- (四)講師：戴雀芬心理師
- (五)地點：關愛樓視聽教室



歡迎您加入關東大家庭！！

開學日課程表

編序	時間	8月31日(一)	地點
1	7:30-7:50	1. 大手牽小手，濃濃祖孫情 （一進校門就歡迎參加喔!!） 慶祝祖父母節：歡迎祖父母陪同孩子一起到校，展開新的學習旅程 活動內容：愛的祝福、打卡拍照按個讚，如膠似漆 I love you 祖孫同享溫馨時光	北校門
	7:30-8:20	1. 新生報到、發名牌 （請小朋友到所屬班級） 2. 一拍即合小狀元 （請小朋友戴上狀元帽拍下珍貴的一刻）	一年級教室
2	7:30-11:00	新生體育服裝選購	北校門
3	8:30-9:20	◎歡樂迎新活動 ◎活動結束後請家長帶著成長的感動先行回家，12:10 再來接寶貝	禮堂
4	9:30-11:05	◎班級級務處理-導師	一年級教室
5	11:15-11:30	午餐教育	一年級教室
6	11:30-12:10	營養午餐(記得帶餐具)	一年級教室
7	12:10-	放學(請家長或安親班老師務必親自到教室接孩子)	一年級教室

- 8/31(一)迎新活動會唱跳「愛眼健康操」，請寶貝在開學前多聽多唱，來學校大家一起唱喔！（歌詞與 youtube 網址請參考下面的內容）
- 8/31(一)12:10 放學。請家長或安親班老師務必親自到教室接孩子。
- 9/1(二)15:45 放學。當天已完成放學路隊編排，請家長或安親班老師依照路隊所屬位置接送孩子。(9/2(三)-9/4(五)12:45 放學)

再次歡迎您與您的寶貝加入關東國小！

寶貝的視力保健~愛眼健康歌 趙自強

<https://youtu.be/W8JjJ337ifU> →可掃下面 QR-Code



1 2 3 4 眼睛轉轉

1 2 3 4 眼睛轉轉

Ba Ba Ba Ba Ba Ba

Ba Ba Ba Ba Ba

Ba Ba Ba Ba Ba Ba

Ba Ba Ba Ba Ba

藍藍的天 我愛看藍藍的天

青山綠水 我愛看青山綠水

看近看遠 看近看遠 看看美麗的世界

不要太累 讓眼睛休息一會

不要懷疑 若是你覺得好累

閉上眼睛 閉上眼睛 做做深呼吸

看上看下看左看右邊 眼睛轉一圈 舉手彎腰深呼吸幾遍 放鬆你的眼

遠視近視還有散光眼 離我遠一點 青菜水果不要忽略 做好視力的保健

寶貝的口腔保健~窩溝封填

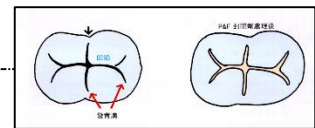


齲齒為兒童常見的健康問題，兒童的口腔健康狀況不僅會影響咀嚼、發音及美觀，甚至影響未來恆牙的生長、發育。兒童恆牙第一大臼齒的咬合面非常容易發生齲齒，占所有齲齒近 50%。國際實證研究都顯示，窩溝封填是預防咬合面齲齒最有效的方法，施作窩溝封填 2 年後，可降低大臼齒齲齒發生率約 34-51%，因此，歐美及世界許多國家都鼓勵兒童使用這服務。

台灣衛生福利部也針對小學一、二年級學生做窩溝封填的健保補助喔。

問題一：什麼是窩溝？

回答一：臼齒咬合面上有些凹凸不平的地方，比牙刷刷毛還要細小，用牙線及牙刷也不能清潔。容易堆積食物殘渣和細菌就造成蛀牙。



問題二：窩溝封填怎麼做？

回答二：牙醫師用一種特殊的材料，可以進入牙齒微小溝隙中，與牙齒緊密的接合達到很好的封填效果喔！

問題三：窩溝封填健保有補助嗎？

回答三：衛生福利部目前全面補助 **年齡條件 72 個月≤ 就醫年月-出生年月≥108 個月** 學童施作恆齒第一大臼齒窩溝封填。持健保卡至健保特約院所。

問題四：新竹地區哪些牙科診所補助施作窩溝封填呢？

回答四：窩溝封填特約牙醫診所，可自新竹市衛生局相關資料下載。如下表：

108年參加窩溝封填診所

	診所	地址	電話
1	九歌牙醫診所	新竹市東大路2段188號	5341616
2	三民牙醫診所	新竹市中央路288號	5310486
3	上上牙醫診所	新竹市中山路400號	5251383
4	上慈牙醫診所	新竹市民族路84-2號	5355655
5	大學牙醫診所	新竹市光復路2段434號	5720909
6	中心牙醫診所	新竹市北大路76號	5152786
7	王子牙醫診所	新竹市田美三街20號	5337890
8	禾一牙醫診所	新竹市西大路17號	5611691
9	先進牙醫診所	新竹市食品路417號	5228999
10	光復牙醫診所	新竹市光復路2段357號	5726508
11	全家牙醫診所	新竹市武陵路73巷6號	5409188
12	全球牙醫診所	新竹市南大路586號	5620119
13	安心牙醫診所	新竹市民生路246號1F	5312378
14	江牙醫診所	新竹市中山路253號	5223450
15	宏大牙醫診所	新竹市食品路545號	5613537
16	育賢牙醫診所	新竹市南大路830號	5621717
17	明湖牙醫診所	新竹市南大路471號	5256237
18	明皓牙醫診所	新竹市食品路222號	5618777
19	東大牙醫診所	新竹市東大路2段365號	5312087

20	東濟牙醫診所	新竹市湳雅街2-5號	5349277
21	金明牙醫診所	新竹市食品路103巷2號1F	5711899
22	冠傑牙醫診所	新竹市林森路253號3F	5238635
23	南門綜合醫院	新竹市林森路20號	5261122
24	品傑牙醫診所	新竹市東南街150號	5619665
25	珂牙醫診所	新竹市武昌街106號	5234023
26	美日牙醫診所	新竹市東門街25號	5232502
27	倨誠牙醫診所	新竹市民族路117號	5358866
28	唐牙醫診所	新竹市南大路816號	5267838
29	孫牙醫診所	新竹市西大路376號	5241665
30	崇安牙醫診所	新竹市科學園路33號	5785936
31	崇善牙醫診所	新竹市錦華街14號2F	5349447
32	康齡牙醫診所	新竹市光復路2段222號	5753033
33	陳慧貞牙醫診所	新竹市建新路34號	5723629
34	傑霖牙醫診所	新竹市西大路634號	5265995
35	博暘牙醫診所	新竹市中正路386號	5356805
36	普洛牙醫診所	新竹市建新路26號2F	5751992
37	朝春牙醫診所	新竹市內湖路49號1F	5377103
38	森源牙醫診所	新竹市光復路2段261號	5728088
39	詠美牙醫診所	新竹市鐵道路1段18號	5351153
40	雅群牙醫診所	新竹市水田街134號1F	5153492
41	園區牙醫診所	新竹市光復路1段307號	5783712
42	微笑牙醫診所	新竹市民族路158-1號1F	5152408
43	意康牙醫診所	新竹市光復路1段331-2號	6663232
44	榮浩牙醫診所	新竹市武陵路153號	5335838
45	銘燦牙醫診所	新竹市北大路160號1F	5322345
46	蔡牙醫診所	新竹市民權路59號	5323636
47	親民牙醫診所	新竹市竹光路21號	5427027
48	禮正牙醫診所	新竹市光復路1段381號	5776703
49	簡牙醫診所	新竹市民生路200號	5320790
50	懷恩牙醫診所	新竹市北大路325號	5261357
51	譚牙醫診所	新竹市武陵路2號	5333142
52	寶傑美學牙醫診所	新竹市中華路2段702號	5280377

 符合資格者僅需攜帶健保卡至牙科診所

即可接受窩溝封填的補助。

 上述為 108 年度有參加之診所名單(參考)

為減少等待時間，請先致電牙科診所預約確認。

關東國小 關心您

窩溝封填 摸彩券

班級：_____座號：_____

姓名：_____

- 目前全面補助國小 1、2 年級(72 個月≤就醫日≥108 個月，可施作恆牙第一大臼齒窩溝封填。
- 持健保卡至健保特約牙科院所洽詢施作。
- 此聯請剪下，可摸彩小禮物喔！
- 施作後請隨處蓋上牙科診所就醫章即可！！

進入小一前 父母應有的準備

恭喜各位爹地和媽咪，您的小寶貝長大了，要進入國小就讀了；這個時候您一定一則以喜，一則以憂。其實各位不用太緊張，孩子的適應能力非常強。在此提供一些幼小銜接所應注意的問題：

- 一、對孩子的功課或是行為表現，父母要抱著平常心，常常主動與 孩子的級任老師溝通(但切記：不要幫孩子找藉口)，要與導師合作，共同來幫助孩子成長。
- 二、現代以雙薪家庭居多，因此一年級小朋友下午大部分都會去安親班，在此提醒爸爸媽媽：「請慎選安親班！」以孩子的需求為考量的依據，而不要以父母的方便為選擇的條件。如果學校有開辦課後托育，對孩子及家長而言，既安全又方便，也是不錯的選擇。
- 三、讀幼兒園時，每天早上都會吃點心，所以早餐似乎不是那麼重要；上了小學一切都不同了，早上要很早到學校，也沒有點心吃了，很多小朋友十點多就肚子餓了，因此一定要讓小朋友吃飽再上學，以防孩子肚子餓。
- 四、小一課程前十週以注音符號為主，第十一週起進入國字教學，在這個時候一定要要求孩子的字體，一筆一畫工工整整，若此時不注意，以後再糾正就事倍功半了。
- 五、小學一、二年級階段，課程的安排不是很難，因此不需要花費 很長的時間幫孩子複習功課，但每天一定要讓孩子有讀書的時間，時間長短可由家長和孩子共同決定，而孩子的讀書習慣卻逐漸養成，以後孩子考試時，家長、孩子都會覺得很輕鬆。
- 六、家長凡事「教」孩子自己學著做，而不要「幫」孩子做；「幫他」容易讓孩子養成依賴及推託的藉口，因此要「教他」，而不是「幫他」。

最後一點就是，要家長務必協助檢查孩子的作業。這樣除了讓家長知道老師教學的進度之外，更能讓孩子知道錯誤，及時更正，也讓家長知道孩子上課或寫作業時是否專心，以作為和老師溝通時的參考依據。

孩子的成長只有一次，不能重來，希望大家能陪孩子一起共同成長。

他的第一步 ~ 寫給小一新生的父母

進入小學，可真是孩子生命旅程上的一大步呢！表示他要進入社會化的階段，要有系統的學習，要接受一些團體生活的約束，要有群己關係的認知，要懂得付出與忍讓，從單純的「我」，進入有「你」有「他」的生活。

親愛的家長，請不要太擔心孩子會認多少字，會算多少數學……那是「末」，不是「本」。家長要先幫孩子準備好的「功課」是：

首先，要熟悉環境。從家到學校的路，先帶他多走幾次，指出一些特別的店家招牌或建築物讓他記得。明白去學校只是把家的範圍擴大，他才不致慌亂害怕。

其次，要帶孩子在校園中熟悉設施，比如操場、教室、洗手間等，教他如何使用，如何維護。也可以親子在校園中做一些活動，玩一玩遊戲，或坐在樹下欣賞校舍，讓孩子有「跟爸爸媽媽在這裡玩過」的印象，都可以消除他的不安。

最重要的，與人交談的方式和生活常規，都要先加以說明及訓練。有些孩子可以侃侃而談，有些孩子又過分退縮，造成心理上的壓力。禮貌是很重要的，千萬別以為孩子說一些兒語或粗話是無傷大雅的，其實那是很嚴重的，會影響他的人際關係和學習成就。

此外，清潔的外表，乾淨的服裝，齊備的學用品，也是不可少的，做好這些準備，其他的就可藉由老師的專業知識、專業技能及專業態度來加以輔導、協助及照顧，讓孩子循序漸進的成長。