

花蓮縣太昌國民小學 109 學年度親職教育暨班親會活動邀請函

親愛的家長：

您好！新學期新氣象，非常歡迎您在開學初蒞校參與本活動，藉此讓您能更認識孩子未來一年的學習成長環境及學校整體規劃，以及深入了解教師們為孩子規劃的各項班級學習課程或活動，期能儘早做準備，以利適時協助孩子學習。

牙齒可以咀嚼食物、幫助說話、輔助顏面外的輪廓，並會刺激牙齦、顎骨、顏面和頸部的生長發育。但現今台灣兒童齲齒指數高達 2.5 顆，遠超出世界平均 1.67 顆，更有超過 9 成的成年人擁有不同程度的牙周問題，開始出現心血管疾病、糖尿病，甚至失智症等，以為是『年紀到了』的問題，其實大家都忽略真正的原因，可能是因為牙齒與口腔健康問題而引起。

牙齒的健康與全身的健康有牢不可分的關係，而兒童口腔保健的習慣及行為養成更是重要。因此如何建立良好的口腔衛生與健康的牙齒，已被視為最重要的健康議題。

孩子的情緒行為問題，常會使老師、家長產生許多的煩惱，而在嘗試與孩子互動的過程中，也可能會面臨到很多的小衝突、不愉快的經驗。在問題長期的累積之下，甚至會變成重複、循環的模式，此時孩子與家長都較容易感覺到厭煩與疲倦，進而影響到親子之間的關係。

對於孩子來說，好的家庭關係、親子互動，對其成長的身心健康會有較好的發展；對於家長來說，一個良好的家庭氛圍、親子關係，能使得家長的壓力減輕，並提供更好的照顧品質。

此次，親職教育講座「牙齒防護做得好，健康沒煩惱」邀請川盛牙醫診所張家硯醫師，分享造成齲齒的原因、潔牙與牙齒保健，讓我們一起保護牙齒從小開始。「親子溝通的技巧」，慈濟醫院謝明璋心理師，將提供實例及策略，帶領父母做好良好的親子溝通。讓孩子在充滿愛與關懷的環境中健康快樂地成長。活動內容詳如下表。在此，誠摯的邀請您歡迎親子共同參加！敬祝健康快樂！

花蓮縣太昌國小全體教師敬邀



●時間：109 年 9 月 19 日（六）08:30~12:30

●活動流程與地點（太昌國小）：

項目 時間	活動名稱及內容	地點	主持人
08:20~08:30	體溫測量、親師生報到	北二樓 多媒體教室	林淑萍
08:30~09:00	校務報告及宣導		吳昌華校長
09:00~11:00	親職教育暨家庭教育講座 *如何好好關心孩子 1. 牙齒防護做得好，健康沒煩惱 2. 親子溝通的技巧	北二樓 多媒體教室	郝淑芬主任 川盛牙醫診所-張家硯醫師 慈濟醫院-謝明璋心理師
11:00~12:30	親師座談與班親會	各班教室	各班導師
12:30~	賦歸	各班教室	張瑞蘭老師

●為響應環保，請自行攜帶環保杯，謝謝您的善行！



花蓮縣太昌國民小學 109 學年度親職教育暨班親會活動邀請函回條

年 班 號 學生姓名： 導師：

●請家長勾選可參加項目，並於 9/11（五）前將回條交回導師。

勾選	序	時間	活動內容
	1	08:30~11:00 親職教育講座暨家庭教育講座 *防疫期間採實名制，請確實填寫參加人數、姓名，並配戴口罩進入會場。 () 位大人參加，姓名：_____ () 位小朋友參加，姓名：_____	
	2	11:00~12:30 親師座談與班親會	
	3	很抱歉，皆無法出席，但會盡力配合學校發展計畫及班親會會議決定。	

●家長簽名： 連絡電話：