



### 活動概況

- ☆兒歌律動：太陽出來了、愛你唷、剪刀石頭布、媽媽寶貝、媽媽我愛你
- ☆主題活動：節慶的顏色、紅球計畫、觀賞崑大幼保系戲劇演出、家長入班親會
- ☆每日大肌肉活動：萬象組(單腳跨跳、大雄爬、單腳跨走)
- ☆學習區活動：毛線編織(美勞區)、賓果遊戲(語文區)、自然觀察區/萬花筒
- ☆繪本閱讀：彩色溫泉/小魯文化、白國王與黑國王/滿天星出版社

### 活動分享

隨著時間的推移，我們在上週進行了大中班的「成長旅行」，孩子們一直很期待著這一天的到來，出發當天，和孩子們再做了小叮嚀，(例如：參觀的禮儀注意事項，以及安全上的應該留意的部分…)，到達了現場，因要使用語音導覽的子母機，對於從未使用過的孩子們都是一種新鮮的嘗試，透過引導使用方式還有觸控式的螢幕讓孩子們自由探索小心使用。進入了動物廳，一入門口就看見了很大的大象及超高的長頸鹿，孩子們很開心的說比郁伶老師還要高ㄟ…為什麼長頸鹿這麼高啊?隨著老師們的腳步，逐一觀察廳內的各州動物標本，邊聽著語音導覽，邊思考，跟著到了大洋洲、亞洲、美洲…並提出自己的相關疑問(如：雲豹長得好像小貓咪，也像獵豹，只是比較小…)孩子們的觀察力確實很棒喔~在這一次的成長旅行中，比較可惜的是並沒有把全部 5 大洲的動物及海洋化石全部看完，孩子們在午餐時也紛紛詢問著還可以再來一次嗎?用餐後我們在綠油油的草地上玩起了老鷹捉小雞、唱著太陽班的班歌，孩子渡過了愉快的一天。返校討論後，我們也將視角延伸至連假追「紅球計畫」，孩子在教室內搜尋張貼出來的追紅球照片及紅球展出的地點，和大家一起分享自己追紅球的感受，晨芯說自己去看紅球時紅球破掉了，所以只能拿著紅氣球拍照片，語氣上感覺很可惜~孩子們透過這一些生活經驗，延伸進入學習區中，如：組合建構區加入小紅球、美勞區中加入紅水彩入畫…，讓我們觀察到孩子們的各種創意及想像。



大肌肉活動-萬象組



科學小實驗



崑大幼保系戲劇演出



尋找小紅球

#### ~貼心小叮嚀~

- 班上這一學期的班親會於 4/17(三)最後一場順利完成，感謝各位爸爸媽媽們的蒞臨，期待我們在未來之中能夠持續相互合作喔!
- 班上的衛生紙及濕紙巾皆已用盡，請為寶貝們準備一包衛生紙及濕紙巾來園，請寫上名字或號碼。
- 5/9(四)是小永仁女王的家庭日親子活動，需要家長們一起幫忙蒐集以下物品，或是熱情報名參加各項才藝展現的高手活動，欲知詳情可向老師詢問。
- 鑼
- 裝扮配件(拍照打卡使用)
- 說故事或才藝展現高手(爸爸、媽媽或阿公阿媽…不限)

### ~活動預告~

- 4/28(日)YMCA 園遊會活動，當天有參加演出的寶貝們，出發前請先在家中噴防蚊液、穿著藍色短袖上衣、運動鞋，於下午 15:00 在水交社一街，面對舞台的左側集合(為避免找不到，我們會將孩子的彩繪看板放置在旁)。集合前請先完成下列事項：1. 將捐券摸彩聯投入服務處的抽獎箱中 2. 請寶貝們先上完廁所喔！。

### ~家長的分享~【孩子在家中有什麼有趣的事件或假日活動，歡迎記錄分享 / 背面有親職文章】

家長簽名：

## 炎夏將至冷氣吹不停！3 至 8 歲孩子容易流鼻血 關鍵原因竟是「吹冷氣」

文章轉載自 Heho 親子

每到夏天天氣變熱開始吹冷氣後，門診中陸續出現因流鼻血而就醫的孩童。醫師分析，夏天鼻子會流血，與天氣炎熱，室內空調導致鼻腔的乾燥程度有關。當鼻腔過於乾燥時，裡面的微血管就會破裂，導致流血。柚子醫師陳木榮表示，一般來說，小寶寶比較少流鼻血，流鼻血常常發生在 3 至 8 歲的孩子，一直到進入青春期的後流鼻血的比例就會下降。「造成流鼻血的可能性很多，一般原因是挖鼻孔、過敏性鼻炎、病毒感染（感冒）、慢性鼻竇炎、異物塞入等，」陳木榮分析。少見的原因要考慮鼻腫瘤或鼻息肉、刺激物（抽菸）、鼻中隔彎曲、鼻中隔穿孔、創傷（包括兒童虐待）、血管異常、血友病、血小板功能異常、血小板低下、高血壓、白血病、肝臟疾病、藥物引起。另外，年輕人流鼻血通常與勞累、運動等有關。但若毫無徵兆經常的流鼻血，建議民眾最好去醫院進行檢查，排除鼻腔腫瘤之類的病變。

### 4 步驟正確止鼻血

**步驟 1：保持端坐姿勢，頭略往前傾**-平躺或後仰的姿勢會讓鼻血往鼻腔內流，如果流入氣管恐會嗆到引發咳嗽，如果流入胃部可能會腹漲或是嘔吐。

**步驟 2：拇指和食指用力捏住兩側鼻翼加壓止血**-壓住鼻子最下端最寬的地方，直接加壓 10 分鐘，通常就可以達到止血的效果，如果 10 分鐘放開後仍繼續流，可再加壓 10 分鐘，若第二次加壓仍無法順利止血，就需要附近的醫療院所使用止血劑的幫助。

**步驟 3：張口呼吸**-因為壓住了鼻子，所以採用張口呼吸保持呼吸通道，並且是要緩慢深呼吸來降低緊張，以避免緊張持續讓血壓升高，導致血流量增加。

**步驟 4：冰敷**-直接冰敷在鼻根、鼻頭處，也就是整個鼻子上及後頸部，讓溫度降低幫助血管收縮，減緩出血量，通常冰敷 20 分鐘後就要休息 5 分鐘，避免不適。

陳木榮提醒家長，天氣太熱吹冷氣，請記得房間裡的濕度不要太低、提醒孩子不要挖鼻孔，能夠做到上面這兩件事就可以減少部分流鼻血的機會。要減少流鼻血的次數，就要努力減少感冒以及控制鼻過敏。「我自己會在冷氣房中放一杯水，有時會拿毛巾沾溼後掛衣架上。」他建議，每天一次使用凡士林塗抹孩子的鼻腔，記得棉花棒前端白色部分進去鼻腔就好，不要戳太深。

