



親愛的家長，日安

~努力做好自身防疫，讓生活回歸正常~

疫情發生至今已超過 2 年了，戴口罩的生活也逾 2 年了，隨著疫情的發生，改變了所有人的生活方式，包括戴口罩、改由在家用餐、減少外出機會、隨時注意自身及孩子的身體狀況、保持手部個人衛生、加強店家環境消毒、增強免疫力、規律的運動，及讓自己保持平靜的心情，慢慢的讓一切恢復正常生活。當遇到確診的同學康復回園後，請引導孩子以關懷的態度面對，而不是嫌棄、害怕的態度對應，請大家用正常、溫暖的態度面對未來~



貼心叮嚀

### ◎課後才藝訊息公告~

因疫情之故，想必大家會非常擔心孩子上課之慮，學校肯定也會以防疫最高且嚴謹的態度面對，從 5/16 起課後才藝之授課老師及孩子從孩子入教室起不脫口罩、不進行喝水，全程會採適當的安全距離上課，雖然病毒無所不在，但正常作息、良好的抵抗力、安全的防疫措施，才能讓孩子健健康康，勿過多的擔憂情緒而影響孩子，這疫情非一時能夠消失，唯有保持良好的態度與習慣，才能持久抗戰這疫情。

### ◎端午節休假訊息通知~

今年的端午節為 6/3(五)，本園休園一日~

### ◎滿五歲施打疫苗訊息~

上周已發予施打 BNT 疫苗的訊息通知單，本園考量孩子施打疫苗當下會有無法預測之狀況產生及施打疫苗後需觀察孩子的身體狀況，故建議家長可利用週五或週末自行帶孩子到常去的診所施打(亦由電話詢問診所是否有配合施打兒童疫苗)，打疫苗是希望孩子有多一分防禦能力，若仍觀望是否要讓孩子施打，可諮詢熟悉的醫生，請醫生提供意見，**種子無提供團體到校施打疫苗哦!**

### ◎衛教宣導~

預防近視方法：

- 1.每日戶外活動約 120 分鐘。(疫情期間,請保持社交距離及防護措施)
- 2.用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。
- 3.早睡早起，充分的休息。
- 4.保持姿勢端正，看書距離 35 公分、看電視距離至少 3 公尺。
- 5.每年 1-2 次定期檢查視力，由眼科醫師做散瞳檢查度數變化。
- 6.均衡飲食，天天五蔬果。

孩童視力標準：

3 歲幼童多以 0.4 為標準；4 歲至 5 歲幼童多以 0.5 為標準，少數以 0.6 至 0.7 為標準；5 歲至 6 歲幼童大多以 0.6 至 0.7 為標準；超過 6 歲則以 0.7 至 1.0 為標準。