



保良局
PO LEUNG KUK



小豆苗

保良局林丁麗玲幼稚園暨幼兒園
九龍紅磡家維邨家安樓地下 電話：2364 9480 傳真：2627 0247

二零二四年十月



繪圖：趙嘉柏、李子珊
組別：高班



保良局幼兒服務宗旨：

配合社會與家庭的需要，提供多元化幼兒服務，使幼兒獲得優質的照顧及教育。

目錄

學校服務質素標準介紹	P. 3
2023-2024年度學校週年計劃	P. 4-8
駐校社工服務及親職教育專題	P. 9-11
第三屆家長教師會	P. 12-13
各班班相	P. 14-16
活動花絮	P. 17-28
EC COOK育兒新煮意：食譜分享	P. 29-32
家長感謝信	P. 33
好書推介、童心童語	P. 34
親子好介紹	P. 35
活動預告11-2月	P. 36

社會福利署

服務質素標準介紹

在社會福利署的「服務質素標準」政策下，我們在管理及提供服務方面，乃依據以下十六項原則以保持質素水平，而這些原則列出了福利服務的核心價值；

- 明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應予公開；
 - 有效管理資源，管理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素；
 - 鑑定並滿足服務使用者的特定需要；以及尊重服務使用者的權利。
- 以下將對此十六項原則作簡單介紹：

標準 1:
服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準 2:
服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準 3:
服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準 4:
所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

學校週年計劃活動

中華文化活動

親子設計中秋節環保花燈活動

透過邀請家長和幼兒一起在家製作中秋節花燈，讓幼兒在家中也感受到中秋節的氣氛，亦能認識中秋節玩燈籠是慶祝中秋節的活動之一。



「團團圓圓慶中秋」活動

透過在校舉辦親子製作月餅的活動，除了讓幼兒感受到節日的氣氛外，亦能加強家長與小朋友之間的溝通和關係，使學校、家長和小朋友都能感受到中秋節的喜慶氣氛。





中秋節提燈會

透過幼兒在學校與老師和同伴一起參與玩燈籠和吃月餅的活動，讓幼兒認識中秋節的習俗和慶祝活動，感受節日氣氛。



國慶日升旗禮

今年為中華人民共和國成立75周年，學校舉行升國旗儀式及奏唱國歌，培養幼兒對國民身份的認同。



中華文化藝術教師培訓分享會~「幼稚園的非遺教育」

學校教職員參加了與中華文化有關的教師培訓，透過培訓活動加強教師對中華文化的認識，並將知識帶進課室，從而培養幼兒欣賞中華文化的特色。



駐校社工服務



各位家長大家好，我是駐校社工林佳銘姑娘！相信家長們早前透過不同課程會認識我，現時我的駐校時間是星期一及三(上午8:30-下午5:30)，服務包括：學童及家長個別服務、學生小組、家長小組及講座及親子活動等。歡迎各位家長，親臨或致電學校(2364 9480)，或致電工作電話(9667 3126)與我傾談，期待與您的會面！

當父母 動力比技巧重要

《節錄 中大校友專題：家長教育 陳廷三博士》

骨肉相連

中國人稱子女為父母的「骨肉」，意味着子女就是父母身體的一部分，父母應如何對待自己，就應如何對待子女。父母子女雙向的依附關係，在成長之初，尤為重要。「心理學的『依附理論（attachment theory）』指出，在子女年幼之時，為他們提供可靠及即時的照顧，能讓他們建立內在運作模式（internal working model），這影響着子女成長後的人際交往，以至他們對身邊事物的求知及探索能力。研究指出，人的成長至晚年仍受這種內在運作模式所影響。因此，為人父母者，別看輕子女年幼時為引父母注意而哭鬧等行為。」陳廷三語重心長地說。當子女成年之後，這種運作模式既已固定，要再補救或改變，可能需花上更多心力。

享受當父母

當孩子呱呱墜地，小面孔由陌生變為熟悉，父母由「育兒新手」操練成「十項全能」這個漫長的學習過程中，最需要的是甚麼？陳廷三以駕車來作比喻；首先，汽車需要汽油才能啟動，這指為人父母首要有「當父母的動力」。「最不幸的孩子是有不想做其父母的人做了其父母。如果父母都很嚮往當父母的角色，由於有股動力，不會放棄，縱然他們目前仍未學會如何栽培子女(parenting)，遲早也會找到合適的方法。若父母享受當父母的角色，他的子女同樣也會樂在其中。」陳廷三說。他認為，父母栽培子女，並無「方程式」可依，因為每個孩子的特質都有分別，在某孩子身上「成功」的因素，在另一孩子身上可能並不管用；而為人父母，「動力」比「技巧」來得重要。

駐校社工服務

避免複製不幸

即使有汽油發動汽車，在啟程之前，亦應先檢驗汽車，了解機件性能，才能確保安全駕駛。陳廷三解釋說，這個檢驗汽車的過程，就是父母自己先回望已走過的人生路，透過整理過去自身的故事，避免不幸的事情複製到子女身上，這亦是家長教育重要的一環：「每個人過去都有很多不堪回首的事發生，這些回憶，既不能刪除，亦解決不了，但透過敘事的方式回望前塵，可避免不幸事件擴大及複製。」陳廷三以執拾家居來比喻這個「重整過去的過程」，記取失敗經歷，就能有較大空間讓父母去面對未來的生活；「有動力」、「準備好自己」之後，才談得上應如何照顧子女。

寧可活得精采

這當汽車可以啟動，就需要一個清晰的目標，引領前進方向，「該往何處去」涉及我們如何理解「理想人生」。「有否想過生命最美麗的時候是甚麼階段？讓一棵植物能盡情生長，就是生命最美的時候！」陳廷三肯定地說。陳廷三並不贊同「教育是為社會培養人才」的說法，因為教育並非職業先修班。他解釋：「正如我們會期望蘋果樹能結蘋果，而不會期望它長出荔枝一樣，姑勿論社會需要甚麼，為人父母者，都希望子女能盡情發揮自己，這樣的社會才會真正進步。」他相信，若能讓一個人盡情發揮所長，這個人必定能立足於社會，這種信念，是源於對生命的信心。「試想像自己若是一輛超級跑車。你寧願一生最快只開過每小時20公里，機件無損，盡享安逸生活；還是寧願跑過每小時300公里，機件勞損，卻燦爛多姿？」



駐校社工服務

姑勿論社會需要甚麼，為人父母者，都希望子女能盡情發揮自己，這樣的社會才会有真正進步。

回想在中大讀書的日子，陳廷三說最難忘的，仍是社工系林孟秋教授的一個比喻。他說：「林教授那時問我：『在天上翱翔的小鳥眼中看，我們在地上不懂飛，每個人都是『殘廢』的。』我後來細想，我們常說『健全』，還道每人也真是『全』。其實每人的configuration（配備）都有不同，也有其限制。」因此，「成敗」的關鍵全在於我們能否在限制下盡情發揮天賦而已。

讓子女少走彎路

子女年幼時，父母應像默書（dictation）一樣，老師說一句，子女照默照做，不由他們決定；長大些，父母應給予他們方向（direction），告訴他們哪個方向值得考慮，讓他自己嘗試；當孩子成年，各方面的能力都比你好，父母則提供建議（suggestion），讓他們自行考慮，這種介入比提供方向的程度輕一些；當他們再年長些，經濟能力、智力、思維都已超越你，父母則可以成為他們的墊子（cushion），好讓他們在外經歷風雨後，回到自己身邊，細聽上一輩述說自己曾走過的路，讓子女得以重拾力量，再向前行。

陳廷三小檔案

1984 香港中文大學聯合書院社會科學學士
2000 香港中文大學社會福利哲學博士
2006至今 香港中文大學香港教育研究所專業顧問
（專責家長教育、學生輔導及學校訓育課程）

https://www.alumni.cuhk.edu.hk/magazine/201109/pdf/CUAM_201109_08-09.pdf



第三屆家長教師會介紹

宗旨

為促進家長與學校之間的聯繫及溝通，建立夥伴合作關係。透過家校緊密合作，共同促進子女在學業和身心各方面健康成長。



校長介紹家長教師會架構



頒發感謝狀給第二屆家長幹事



第二屆家長教師會主席彙報財務報告

第三屆家長教師會介紹

主席
羅佩珊女士
(王家宜家長)

副主席
鄭詠珊女士
(伍紀曉家長)

副主席
錢賜賢老師

康樂
杜曉靜女士
(陳芯詠家長)

司庫
楊潤珠女士
(雍逸滔家長)

文書
劉晶晶女士
(馮令航家長)

聯絡
庄燕燕女士
(鄧嘉益家長)

司庫
何艷湄老師

文書
蔡潔文老師

聯絡
傅巧儀老師



各班班相

A組



各班班相

B組



各班班相

C組



活動花絮

高班結業禮



活動花絮

親子賣旗日



活動花絮

7-8月份生日會



活動花絮

幼兒班、低班參觀智樂遊戲萬象館



活動花絮

2024-2025年度各級課程簡介會



活動花絮

「樂樂樂無窮」親子旅行—禾田喜山種植園



活動花絮

「樂樂樂無窮」親子旅行—禾田喜山種植園



活動花絮

童心賀國慶75周年



活動花絮

勇氣大挑戰-體能篇



9-10月份生日會



活動花絮

幼兒班、低班、高班「做個盡責任的寵物主人」講座



低班、高班參觀「中央郵政中心」



活動花絮

低班參觀「陽光笑容小樂園」



活動花絮

2023-2024「保良局王月仙助學金」頒獎禮



教師運動委員會第二十九屆「表揚教師計劃」



徐碧玉主任



楊維雅老師

EC COOK 育兒新煮意：食譜分享



引言

從孕育到寶貴出生，作為父母每天都充滿驚喜和挑戰，養育孩子是父母一生學習的功課。

《E.C Cook • 育兒新煮意》的出現，不是一個偶然。保良局幼兒服務為持續優化幼兒餐膳，於 2023 年與註冊營養師合作推行「有營養膳優化計劃」。營養師為本部屬下學校舉辦多場營養與食物配搭培訓，包括中西食材入饌及幼兒營養攝取量等，由各種子學校老師合力設計新餐單，並進行試行計劃。營養師亦走訪各校實地了解進展及成效；幼兒服務部更在 2023 年集合 26 間學校的廚師舉行「廚藝薈萃」廚藝交流活動，讓廚師們暫時放下工作聚首一堂，彼此結連與分享烹調心得，提升烹調技巧，持續優化幼兒膳食。

在計劃的尾聲，我們期望透過《E.C Cook • 育兒新煮意》與家長一同分享成果。

E.C Cook 不僅是一本提供食譜的書籍，書中更以「Education」及「Caring」的角度與家長分享交流。除了與家長分享與食物相關的知識、食材營養價值、如何選擇健康的食物等，亦包括烹調小貼士，讓家長在製作過程中更加得心應手。我們更邀請專業治療師、護士、社工等提供育兒實用小點子和「小問題•大發現」，讓家長了解家中寶貴的成長與需要。

最後，我們希望《E.C Cook • 育兒新煮意》能加強大家對幼兒健康飲食的重視，為孩子的健康成長和良好習慣奠定良好的基礎。

保良局幼兒服務



EC COOK 育兒新煮意：食譜分享



蛋白雲多士

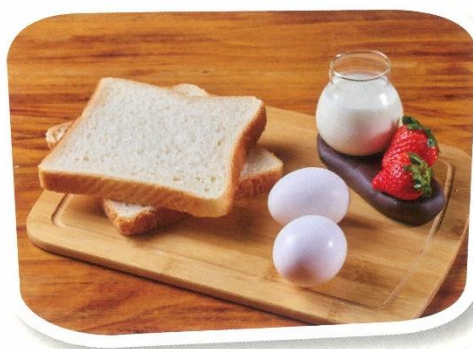
Cloud Toast

材料

厚切方包 4片
雞蛋 4隻
牛油 適量

Ingredients

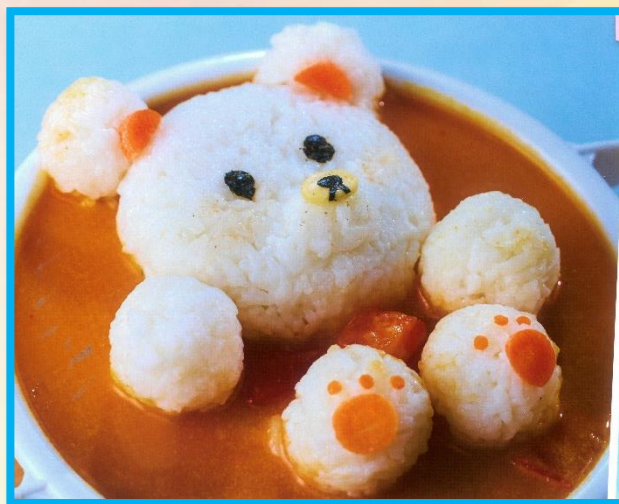
4 thick slices sandwich bread
4 eggs
butter



步驟 Steps

- 1 首先把蛋白和蛋黃分開放在兩個碗內，備一鍋水煮滾，逐隻蛋黃輕輕放入，煮熟備用。
Separate the egg whites and egg yolks into two bowls. Boil a pot of water. Gently add the egg yolks one by one, poach until done, drain and set aside.
- 2 焗爐預熱120℃。
Preheat the oven to 120°C.
- 3 用電動打蛋器把蛋白打至企身（有勾起來的形狀）。
Beat the egg whites with an electric mixer until soft peaks.
- 4 方包用焗爐烘至金黃色，塗上牛油。
Bake the bread until golden brown and spread with butter.
- 5 烤盤放上烘焙紙，把已發好的蛋白分4份舀在烤盤上，每份中間預留一個凹陷位置（待會放蛋黃），放入焗爐以120℃焗約8分鐘。
Line a baking tray with baking paper, scoop the meringue from step (3) onto the tray in 4 separate portions, leaving a hollow space in the middle of each portion (for placing the egg yolk later), and bake in the oven at 120°C for about 8 minutes.
- 6 把雲朵蛋白放在多士上，加上已煮熟的蛋黃即成。
Place the baked meringue on the toast, add the poached egg yolks and serve.

EC COOK 育兒新煮意：食譜分享



有營熊寶便當

Bear-shape Rice in Tomato Sauce with Assorted Vegetables

材料

大番茄 3個
甘筍 1條
粟米 1條
洋葱 1個
薯仔 1個
水 500毫升
白飯 1碗 (約300克)
橄欖油 2茶匙
茄汁 2湯匙
糖 2茶匙

Ingredients

3 tomatoes (big)
1 piece carrot
1 cob corn
1 onion
1 potato
500 ml water
300 g cooked white rice
2 tsps olive oil
2 tbsps ketchup
2 tsps sugar



步驟 Steps

- 1 預先煮好米飯，保溫。
Cook the rice in advance and keep it warm.
- 2 把粟米原粒起出，甘筍去皮，薯仔去皮、洋葱去衣，把材料切小粒備用。
Remove the corn kernels from the corn, peel the carrot, peel potatoes and peel the onion. Cut the carrot and onion into cubes and set aside.
- 3 鍋中加少許橄欖油，爆香洋葱，放入甘筍及粟米炒熱再加水、茄汁、糖及鹽調味。
Heat a little oil in a pot, sauté the onion, add the carrot and corn kernels. Stir-fry briefly, add water, ketchup, sugar and salt to taste.
- 4 水滾後加入番茄蓉（要切粒切碎去皮去核），蓋上蓋以慢火煮約15分鐘，熄火備用。
When the water boils, add tomatoes puree, cover and simmer over low heat for about 15 minutes, turn off the heat and set aside.
- 5 用攪拌器連湯及湯料打碎，成為濃湯，放入大碗中。
Pour the soup together with the solid ingredients into a blender. Blend until smooth.
- 6 利用熊仔印模把米飯印出熊仔造型，放入湯中。
Mould the rice with a bear mould. Place it into a large bowl. Add the soup and serve.

EC COOK 育兒新煮意：食譜分享



紫薯球雪糕

Purple Sweet Potato Ice Cream

材料

紫番薯 3隻 (約300克)
威化雪糕筒 2個
牛奶 10毫升
粟米片 適量
乾果 適量
裝飾糖 適量

Ingredients

3 purple sweet potatoes
2 wafer ice cream cones
10 ml milk
corn flakes
dried fruits
candy sprinkles



步驟 Steps

- 1 紫薯去皮切段，隔水蒸熟，用飯勺壓成紫薯蓉。
Peel the purple sweet potatoes, cut into pieces, steam until cooked, place them into a sieve and press with a plastic rice ladle to mash them.
- 2 把牛奶加入紫薯蓉中，拌勻，用保鮮盒蓋好保持衛生。
Add milk to sweet potato mash and mix well. Press the mixture lightly into a food storage container.
- 3 放入雪櫃冷藏約1小時。
Keep refrigerated for about 1 hour.
- 4 用雪糕勺把紫薯蓉挖成球狀，放入威化雪糕筒中。
Use an ice cream scoop to scoop the sweet potato mash into ball shape and place them onto the wafer ice cream cones.
- 5 最後加上粟米片、乾果或裝飾糖裝飾。
Garnish with corn flakes, dried fruits and candy sprinkles.

家長感謝信

親愛的傅老師：
很感謝您對樂樂的循循善誘及用心教導！學校營造了一個很有愛及愉快安全的環境，令樂樂可以做個開心小寶上學去！

您的每一通電話，都讓我們多了解樂樂的進度及情況，亦反映出您們的細心。短短三個多月，樂樂由未懂步行到略懂步行，由不太懂自行進食到開始慢慢掌握用餐具的技巧，由不太懂發聲到開始模仿發出“hello”、“bye”等...實在有賴您們的用心教導！還有，樂樂初上學時，是要您抱着才能入睡的...辛苦您了。幸好她之後在您的愛內，逐漸適應學校環境並自行入睡。

離別在即，萬分不捨...再次感謝您！並祝您身體健康，工作愉快，桃李滿門！



樂樂爸爸媽媽
2024年8月



To: 李老師

不經不覺 K1-K3 了，我由一個 BB 已經變成一個小朋友了 😊

JUST WANTED TO SAY

"Thank You Very Much"

一路來多得你照顧杰杰，教識他知識和生活上的禮貌，希望日後有什麼問題，請問你。

我畢業了。

戴子杰

多謝你

愛你



好書推介



兒子教曉我的事

陳錦鴻 著

書名：兒子教曉我的事

作者：陳錦鴻

陳錦鴻在《兒子教曉我的事》跟讀者分享這九年來教養兒子的心路歷程。他表示透過教養兒子和寫書，重新認識自己，清楚知道自己想要甚麼，讓自己在生活中懂得如何取捨。



故事：不少也不多[食物教育繪本]

作者：何巧嬋

Bibbie 和 Vivi 有十位特別的水朋友：五尾小金魚和五隻毛毛蝦。一天，小金魚和毛毛蝦肚餓得張大嘴巴，不斷吹着泡泡。Bibbie 和 Vivi 看見水朋友快餓壞了，就大把大把放入魚糧，水朋友也大口大口不停地吃。奇怪！怎麼小金魚不會游？怎麼毛毛蝦不會動？魚缸裏發生了什麼大災難呢？



童心童語

童童：老師，點解我星期日見到你喺商場行街啊！哈哈！

老師：係啊！你都去左嗰度行街啊？

童童：老師唔係住喺學校架咩？點解可以出街嘅？

老師：老師放工都會返屋企架！

親子好介紹



香港非物質文化遺產中心 (三棟屋博物館)

循聲覓道展覽系列一：香港節慶與民間工藝

展示非物質文化遺產（非遺）作為文化傳承的象徵，隨著時代不斷向前演進，並以嶄新、創意的方式重新演繹本地傳統文化，以聲響敲動參觀者的心靈，以吟誦傳遞前人的智慧。

是次展覽將非遺項目以四類聲音串連起來，包括「嗓」、「器」、「軀」及「景」，分別指喉嚨發聲、工具於製作過程所產生的碰撞聲、身體動作發出的聲響，以及在不同慶典場合所聽到的喧鬧聲。展品選自非遺傳承人為節日、神誕、祭典及打醮而打造的精心製作，以及其相關的材料和工具。

時間：

星期一、三至日 上午10時至下午6時

聖誕前夕及農曆年除夕 上午10時至下午5時

星期二（公眾假期除外）、農曆年初一及二休館

地點：

香港非物質文化遺產中心展覽廳

（位於香港新界荃灣古屋里二號三棟屋博物館）

免費入場



2024年11月至2025年1月活動預告

11/2024	親子活動：親子童來好玩工作坊(全園)
	賽馬會幼童健齒計劃(K1-K3)
	快樂小蜜蜂開隊(K2-K3)
	「一人一花」計劃(全園)
	親子體能同樂日(K2-K3)
	參觀獅子會自然教育中心(K3)
12/2024	立法會網上教育活動(K2-K3)
	親子活動：設計聖誕節環保吊飾(全園)
	參觀香港稻香飲食文化博物館(K3)
	陽光笑容新一代2024/25親子愛牙計劃(全園)
	聖誕節慶祝會暨11-12月份生日會(全園)
	參觀香港科學館(K3)
	參觀水知園(K1)
1/2025	參觀識「碳」館(K2)
	親子製作賀年食品(全園)
	校內年宵活動(全園)
	親子活動：製作中式傳統糕點
	親子同樂日暨開放日
	高班拍攝畢業相
	參觀香港文化博物館(K3)

各位家長如對本園服務有任何意見或建議，歡迎與本園聯絡或來函，你的意見將有助提昇本園服務質素，令服務達至臻善。多謝支持！

保良局林丁麗玲幼稚園暨幼兒園

保良局總部

聯絡人：鄒凱鈴校長

聯絡人：助理社會服務總幹事（幼兒服務）

電話：2364 9480 傳真：2627 0247

電話：2277 8219 傳真：2504 1996

電郵：ltl1kgn@poleungkuk.org.hk

電郵：ccs@poleungkuk.org.hk

地址：九龍紅磡家維邨家安樓地下

地址：香港銅鑼灣禮頓道66號

家長意見欄



學校網頁

延展服務

暫託服務

兼收計劃