

臺北市政府衛生局
「110年臺北市兒童及青少年性健康促進宣導及工作坊」
申請簡章

一、目的

- (一)提升家長於家庭場域執行性健康教育之認知能力與態度。
- (二)提升親師生對於性健康議題積極討論態度。
- (三)促進親子及年輕世代認識衛生福利部「青少年好漾館」學習資源。

二、辦理單位

- (一)主辦單位：臺北市政府衛生局。
- (二)承辦單位：雞湯來了工作室。
- (三)申請單位：臺北市幼兒園、國小、國中、高中(職)學校及兒少服務機構。

三、實施期程

110年9月6日(星期一)至11月15日(星期一)，辦理日期依承辦單位與申請單位協調訂定。

四、實施對象

臺北市幼兒園~高中職階段之親師生。

五、實施內容及說明

- (一)工作坊內容包含「互動式講座」及「專家短講」，並納入衛生福利部國民健康署「青少年好漾館」資源，提供幼兒園、國小、國中、高中(職)學校及兒少服務相關機構申請，下表針對各場次工作坊詳細說明：

場次	工作坊主題	參與對象	工作坊內容介紹
A	身體紅綠燈—身體意識與自我保護	幼兒園階段之親師生	透過繪本、影音媒材共讀與遊戲式學習活動，使幼兒建立身體意識與自我保護觀念，幫助家長引導幼兒具備正確的性健康知識與態度。在互動中促進家人關係，建立家人信任依附關係。
B	身體的奇妙旅程—生命形成與成長變化	國小階段之親師生 (<u>國小高年級</u> 之親師生優先)	藉由親子共讀、共玩等共學活動，使兒童了解生命形成與成長變化，協助家長應對兒童的性好奇，具備引導兒童尊重他人與保護自我的教養知能。

C	親子「練」愛室—人際交往與自我保護	國中階段之親師生	協助親子在活動中了解彼此對交友的態度與想法，使親子練習溝通共識，並釐清青少年對性的誤解，幫助家長引導青少年正確的性觀念，陪伴孩子面對情感與性議題。並藉由提升親子互動，使青少年在家庭的愛中學習愛人的能力。
D	親子「練」愛室—健康關係與自我負責	高中階段之親師生	使親子了解親密關係發展的相關議題，協助家長理解與應對青少年人際與親密關係之困擾，且以正向親子溝通技巧，陪伴青少年面對性與愛情，建立正確的價值觀與責任感。並提升親子互動，促進青少年在家庭的愛中學習愛人的能力。

註：各主題場次辦理至少 2 場，共辦理 12 場；每場次參與人數至少 30 人，場次有限，敬請把握機會，報名從速！

(二)工作坊採取「親子合分合」形式進行，營造親子各自的獨立學習環境，更能深入主題，以確實達到增能與吸收，下表呈現「親子合分合」之進行方式：

形式	時間	對象	內容
合場	50 分鐘	親子	互動式講座
分場	50 分鐘	家長	專家短講／互動式講座
	50 分鐘	子女	專家短講／互動式講座
合場	50 分鐘	親子	互動式講座

註：A、C、D 場次分場活動皆為家長進行專家短講、子女進行互動式講座；B 場次分場活動為家長進行互動式講座、子女進行專家短講。

六、活動經費

本計畫為臺北市政府衛生局委託雞湯來了工作室辦理，各級學校及兒少服務機構不需支付費用。

七、申請單位與承辦單位之工作分配

(一) 申請單位

1. 學員招募。
2. 提供工作坊場地（**需提供兩個場地，以進行「親子合分合」**）及相關硬體設施（如：投影設備、麥克風等）。

(二) 承辦單位

1. 工作坊內容規劃與統籌。
2. 講師邀約與協調。
3. 工作坊執行與照片拍攝。

八、報名方式

(一) 請各級學校與機構於 110 年 9 月 3 日（星期五）前填寫 [Google 表單](#) 完成報名（點擊超連結或掃描 QR code）。

(二) 承辦單位將於 110 年 9 月 10 日（星期五）前以電子郵件通知學校與機構申請結果。

(三) 各學校機構完成申請，並經承辦單位確認時間場次（以確認電子信件為準）後，如需更改時間或主題，請於兩週前更改；如因更改而有衍生費用，須由學校、機構自行負擔。



<https://pse.is/3lghcz>

九、新冠肺炎 (COVID-19) 疫情因應辦法

(一) 依據與原則：承辦單位與申請單位協調之辦理日期，需符合中央流行疫情指揮中心公布之「COVID-19 (武漢肺炎) 因應指引：公眾集會」及「臺北市疫情警戒標準及因應事項」規範（依疫情變化滾動式修正），評估活動舉辦之必要性及相關風險程度，主辦單位保有隨時修改、變更及終止本活動之權利。

本市疫情警戒標準及因應事項

1100810核定

上位原則：1.依中央規範 2.屬地方權責之限制性及擴充性事務 3.依疫情變化召開應變會議機動調整

出現境外移入導致

「零星社區感染病例」

出現「感染源不明之本土病例」

「單週出現3件以上社區群聚事件」或

「1天確診10名以上感染源不明本土病例」

「本土病例數快速增加」(14天內平均每日確

診100例以上)，且一半以上找不到傳染鏈

- 配合秋冬專案，八大場域強制佩戴口罩，勸導不聽者開罰
- 營業場所(社1)、公有場館實名/實聯制
- 室內場館如有飲食需求，應保持社交距離或使用隔板
- 針對人潮聚集戶外場所、集會或其他因場所或活動特性無法全程配戴口罩之室內場所，採人數總量管制或取消辦理
- 活動累計參與人數達5,000人以上之大型活動應訂防疫應變計畫書，並送醫研、衛生局審核，報府級防疫會議始得辦理(由2)

- 未配合口罩規定者可予以開罰
- 查檢場所轄場館(ex親子館、社教機構、活動場館)、運動場館下修容置人數，並依各場館開放(維持營運)指引辦理
- 校園場地必要時閉門
- 原則停辦室外100人、室內50人以上集會活動，如有舉辦必要且能採固定座位(梅花座)、實聯(名)制、全程戴口罩、禁止飲食，應提報防疫計畫報請醫研、衛生局審核，並報府級會議通過始可辦理核准後實施。
- 未達室外100人、室內50人，如舉辦應採固定座位(梅花座)、實聯制、全程戴口罩及禁止飲食，由主辦單位訂定防疫計畫自行檢核。

- 外出全程配戴口罩
- 活動延後或取消辦理，或依中央規定停止室內5人、室外10人以上聚會
- 公有場館、校園暫停開放，課外關閉遊藝競賽場所、教育學習場域
- 營業場所及洽公機關落實人流管制、戴口罩、保持社交距離；所有飲食店堂全場靜音，夜市、餐館、百貨公司美食地下街、早餐店禁止內用，限外帶
- 公有批發市場、公有零售市場、選集場、夜市、超市、地下街商場強制戴口罩；零售市場與超市啟動周末強制人流管制；量測體溫
- 關閉十大娛樂場所(註1)、課外關閉休閒娛樂場所
- 高中職以下、安親輔導、托嬰停課
- 啟動居家或分區辦公
- 應變醫院清空，設置戶外診療站、醫療隊、擴大開設專責病房、廣泛運用遠距診療

- 非必要不得外出，外出全程配戴口罩+社交距離
- 家戶內保持社交距離或戴口罩
- 公有場館關閉、學校停課停課，除必要防疫人員，其餘居家辦公
- 一般公車停駛，僅開放幹線公車或部分路線供必要性人員使用；捷運依中央疫情指揮中心決議配合停駛
- 活動停辦
- 擴大管制時，依嚴重度分原原則收治病患
- 設置警示封路牌面

藍色字體為8/10因應疫情警戒滾動式修正

註1：營業場所：包括商場、餐館、酒家、酒吧、檯邊咖啡茶室、遊藝場、夜店、三溫暖、電子遊戲場及網球場十人行業
註2：關閉自110年3月1日公民民參加大型集會活動關閉全部配戴口罩，除補充水分外，禁止飲食

(二)配合臺北市疫情警戒標準之相關措施，訂定完整應變辦法，落實防疫相關準備及措施：

防疫警戒 級別	因應方式
一級	1. 符合中央流行疫情指揮中心公布之「COVID-19（武漢肺炎）因應指引：公眾集會」及「臺北市疫情警戒標準及因應事項」規範則照常舉辦實體工作坊。
二級	2. 所有參與人員皆全程配戴口罩。 3. 落實實聯制、體溫量測、消毒、人流控管、總量管制、場地通風、人員間隔。
三級	1. 停止舉辦實體工作坊，工作坊內容轉為線上直播視訊。 2. 直播視訊辦法： (1) 於原定時間進行直播視訊，課程時數亦不變。 (2) 取消「親子合分合」設計，改採互動式講座 120 分鐘＋專家短講 60 分鐘。
四級	(3) 申請單位需協助使學員進入直播視訊，包含：通知學員工作坊轉為線上直播視訊、轉發線上視訊連結等。 (4) 直播視訊工具為 Google meet，由承辦單位發起。

十、聯絡方式

(一) 承辦人：張芸慈小姐。

(二) 聯絡電話：0938-965037。

(三) E-mail：trista@chickensoupfamily.com。

附件一 | 講師團隊介紹

一、互動式講座

互動式講座由雞湯來了工作室講師團隊進行帶領，全員來自「國立臺灣師範大學 人類發展與家庭學系/研究所」，擁有「教育部認證家庭教育專業人員證照」，曾獲「教育部優良家庭教育方案得獎人」，具備學術專業背景與實務現場經驗的組織，在家庭議題、親子溝通議題上具有使理論與實務產生對話與轉化的能力。曾任各縣市家庭教育中心特約講師、高中以下學校親職教育、社區親職教育祖孫代間、原住民族家庭教育方案設計/講師。曾辦理近 300 場次活動，接觸超過 3,500 位學員，並與超過 70 個公私立單位進行過合作，下表說明 109 年度承辦臺北市衛生局兒童及青少年性健康教育計畫委託辦理形式與場次：

類型	主題	形式	主題內容概述	109 年度 辦理場次	與今年預計實 施對應主題
性 健康 增能 課程	「愛」的 青春進行 曲—身體 意識與自 我保護	互動 講座	協助父母了解生命的 形成與成長的生理、心 理變化，幫助父母應對 兒童成長過程中的性 好奇，具備引導兒童尊 重他人與保護自我的 教養知能。	順興社區發 展協會、木柵 國小、螢橋國 小、蓬萊國 小、市大附小	親子「練」愛室 —人際交往與 自我保護
	「愛」的 關係交響 曲—人際 與愛戀關 係	互動 講座	協助父母了解兒童人 際關係發展之相關議 題，幫助父母以正向教 養策略建立友善、雙贏 的溝通管道，並引導兒 童以正確觀念與態度 應對人際關係發展。	石牌國小、木 柵國小、興雅 國小	親子「練」愛室 —人際交往與 自我保護
	「愛」的 關係交響 曲—人際 與愛戀關 係	互動 講座	協助父母了解親密關 係發展之相關議題，幫 助父母應對青少年人 際與親密關係之困擾， 且以正向親子溝通技 巧，引導青少年面對性 與愛情時應建立的思 考與決策能力，並且提 升親子互動，促進青少 年在家庭的愛中學習 愛人的能力。	三民國中、蘭 雅國中、景興 國中、臺北市 家庭教育中 心、鮮菓選	親子「練」愛室 —人際交往與 自我保護

類型	主題	形式	主題內容概述	109 年度 辦理場次	與今年預計實 施對應主題
	世代大對 話—人際 交往與 愛發展	共學 工作 坊	以議題對話與討論的活動形式，讓成人與孩子了解彼此對人際交往與戀愛的觀點，並透過體驗活動學習同理與雙贏溝通的技巧與重要性。	展賦教育、家 扶南港服務 中心	親子「練」愛室 —健康關係與 自我負責
	世代大對 話—親密 關係發展	共學 工作 坊	以議題對話與討論的活動形式，讓成人與孩子了解彼此對戀愛與家庭發展的觀點，且可透過生命故事的分享，提供給孩子不同視野省思愛情與家庭的意義，並透過體驗活動學習同理與雙贏溝通的技巧與重要性。	內湖高工、展 賦教育、開南 商工	親子「練」愛室 —健康關係與 自我負責
性 健康 宣 導 課 程	身體密碼 大搜查	親子 工作 坊	透過繪本、影音媒材共讀與遊戲式學習活動，讓幼兒建立身體意識與自我保護的觀念，也讓父母學習引導幼兒具備正確的性健康知識與態度。	順興社區發 展協會、果實 玩樂生活實 驗室、濱江附 幼、文修非營 利幼兒園、正 義非營利幼 兒園、文山社 大、蘭雅國小 附幼、大安小 古意歡樂園、 木見 140	身體紅綠燈— 身體意識與自 我保護
	性不性我 最行	親子 工作 坊	透過親子共讀、共作、共玩等共學活動，讓親子學習人際與性別互動之正確觀念與態度，還能增進親子關係，建立良好溝通管道。	順興社區發 展協會、市大 附小、景華里 社區辦公室	身體的奇妙旅 程—生命形成 與成長變化

二、專家短講

(一)場次 A：身體紅綠燈—身體意識與自我保護

1. 規劃邀請專家：林貞宜老師

2. 專家介紹

學歷	樹德科技大學人類性學研究所碩士
經歷	<ul style="list-style-type: none"> ● 現任臺灣國際嬰兒按摩協會理事、講師 ● 現任宏國德霖科技大學通識講座講師 ● 現任廣川醫院性治療師、性教育師、性諮詢師 ● 國小、國中、大學講座性教育師 ● 親密關係、親子關係講師 ● 廣川醫院門診、病房護理長、兼任感管師 ● 天慈護理之家護理長 ● 開元寺慈愛醫院RCW護理長兼感管師 ● 揚明養護中心護理長
特殊證照及訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● I A I M 嬰兒按摩國際證照 ● M I S P 兒童按摩國際證照 ● 臺灣性學會性治療師、性諮詢師、性教育師 ● 美國 A C S 性學執照 ● W A C S 性治療師、性諮詢師、性教育師、性教練師

(二)場次 B：身體的奇妙旅程－生命形成與成長變化

1. 規劃邀約專家：社團法人全球小紅帽協會
2. 專家介紹

團隊介紹	<p>小紅帽是一個持續關注月經貧窮、月經不平等、月經污名化等三大月經問題的非營利組織，旨在深耕解決月經問題，持續倡議與月經此一生理現象相關之權益，及推廣更全面、完整、不分性別的月經教育。</p>
團隊經歷	<ul style="list-style-type: none"> ● 2019/11 發布第一個社群倡議月經貧窮懶人包，觸及 24 萬+人 ● 2019/12 啟動第一項專案－月經故事信箱 ● 2019/12 啟動《幫你留一份》經期生理用品共享盒計畫 ● 2020/05 啟動《50/100 月經教育》計畫，並開發不分性別、適合不同年齡層的月經教育課程 ● 2020/05 發布《臺灣生理女性月經經驗問卷》調查報告（與老奶奶合作） ● 2020 Be A Doer 臺北市都市再生行動育成計畫 決選團隊 ● 2020 性別、兒童與人權關懷類 十大傑出青年

(三)場次 C：親子「練」愛室—人際交往與自我保護

1. 規劃邀約專家：吳岱穎醫師

2. 專家介紹

學歷	<ul style="list-style-type: none">● 台灣大學流行病學與預防醫學研究所博士● 長庚大學醫學士
經歷	<ul style="list-style-type: none">● 現任臺北市立聯合醫院中興院區醫務長● 現任臺北市立聯合醫院中興院區家庭醫學科主治醫師● 青少年親善門診醫師
專長領域	<ul style="list-style-type: none">● 家庭常見疾病診療● 中老年慢性疾病診療● 健康檢查● 衛教諮詢

(四)場次 D：親子「練」愛室—健康關係與自我負責

1. 規劃邀約專家：柯萱如律師

2. 專家介紹

服務單位	天晴和永法律事務所
學歷	<ul style="list-style-type: none">● 國立臺灣大學法律學系學士● 國立臺灣大學法律研究所刑法組碩士● 荷蘭阿姆斯特丹自由大學碩士級交換學生● 國立臺北教育大學心理與諮商學系研究所碩士
經歷	<ul style="list-style-type: none">● 社團法人臺灣兒少權益暨身心健康促進協會 理事● 中華民國律師公會全聯會家事及婦幼委員會 副主委● 校園、職場性騷擾暨性侵害申訴案件 調查委員● 芸光兒童與青少年性諮商中心 實習心理師● 公共電視《青春發言人》節目主持人
專長領域	家庭與婚姻事件、性侵害/性騷擾/性霸凌案件、兒少案件等

附件二 | 109 年北市衛生局家庭性健康促進活動成果分享

今年性健康教育首推「在家談性說愛」

親子共學讓家成為每個孩子的第一線堡壘

2020-12-16

性健康教育，從家庭開始！臺北市政府衛生局今（109）年將兒童及青少年性健康認知提升計畫委託「雞湯了工作室」辦理，共舉辦 36 場實體講座／工作坊，及 4 個線上推廣活動。特別的是，今年的推廣對象不只是單一的「學生衛教宣導」或「家長講座」，而是首推「跨世代共學」，讓活動現場即成為練習「談性說愛」的起點！

跨世代／親子共學，從尷尬開口到自在談性

今年跨世代共學從「適齡」概念出發，針對「青少年」、「國小兒童」、「幼兒」設計不同內容，並以增進互動、趣味遊戲、多元媒材之活動形式提升民眾參與興致，促使參與者在「做中學」中提升學習效果。



「青少年」階段以「世代大對話」為主題，邀請老師、家長和青少年共同參與課程，藉由快問快答的趣味形式，打破不同世代對彼此的誤解與迷思。當青少年發現老師、爸媽也沒那麼「古板」，師長發現孩子們也沒那麼「無知」，自然對彼此有更多的尊重，也願意多聽對方的想法。

「國小」階段從兒童最常嬉鬧的「他有沒有小雞雞？」議題出發，藉由繪本、故事改寫、溝通技巧練習，使參與親子一同在故事中檢視自己看待不同「性別」朋友的眼光，知道有些身體器官不是「我有，你沒有」，而是「我們有的本來就不一樣」。



「幼兒」階段則從孩子最愛問的「我從哪裡來？」切入，藉由繪本讓孩子了解自己怎麼來的，並在遊戲過程中習得「精子」、「卵子」、「陰莖」、「陰部」等正確名稱，藉由開口唸出來，打破避諱談性的習慣。也藉由身體紅黃綠燈的貼紙遊戲，讓親子「一起」討論出屬於每個孩子的身體界線。

教養氛圍，是能否接住孩子「性好奇」的關鍵

家是每個孩子最親近的地方，從幼兒到青少年都需要一個能夠自在討論「性」話題的家庭氛圍。雞湯來了綜整眾多科學研究，於講座中一再強調：當孩子提出關於「性」的疑問，家中的大人用什麼態度回應，是能否接住孩子未來眾多疑問的關鍵！

家長不一定要知識非常充沛，回答精細的解說，而是需要以「接納、肯定」的方式回應，並和孩子「討論」出適切的作法。如此一來，孩子會覺得自己的好奇是被家長允許的，自然會更願意與家長討論相關話題，而非只好偷偷上網找答案、問朋友。

好評回饋，95%參與者提升在家談性意願

「喜歡世代大對話，因為可以更了解對方的想法」、「最印象深刻的是故事繪本環節，很清楚如何跟小孩談性別不同」、「老師講解到我們平時都沒敢和小朋友討論的事情，讓我們知道如何和小朋友溝通和教育性知識，很滿意」……都是參與者在活動後寫下的好評回饋。

此系列活動也針對所有場次回收參與民眾回饋，藉以評估活動成效。整體回收問卷統計，高達 95% 民眾經由活動提升在家討論「性」相關話題的意願，變得更知道如何開口，更自在也更有方法！

家庭性教育 / 親子共學篇：身體紅綠燈，創造親子自在討論身體意識的場域

2020-09-27



假日的早晨、平日的午後，一群幼兒及家長捨棄休息的時間，來到鄰近的學習據點，參加家庭性教育—親子場「身體密碼大搜查」的活動。保護自己是這群幼兒園、國小低年級的孩子重要的課題，但談「保護」之前，需讓孩子們更充分「認識」自己和他人的身體，也創造一個「開口談性」的氛圍，讓「性」不再成為親子間的禁忌話題，讓性教育能落實在家庭中。

Part1 「長大的形狀」親子共讀繪本《媽媽，我從哪裡來？》



活動一開始，便請現場大小朋友一起站起來，在遊戲節奏下比出各式各樣的動植物「年幼 VS 長大」的樣子，例如小樹 VS 大樹、小雞 VS 公雞……最後再比出嬰兒 VS 小朋友 VS 爺奶。在這個演繹生長變化的遊戲，孩子們自然體會到長大會有許多外型上的變化，紛紛說出「嬰兒很小、一直哭；小朋友會跑了；爺爺奶奶可能要拄拐杖」。



接著，現場共讀繪本《媽媽，我從哪裡來？》帶領大家進入長大過程中「看不見」的變化，從精卵結合的故事、到懷胎十月胎兒的變化、再到生產出來以後慢慢長大的歷程。讀完故事以後，透過搶答讓孩子們回顧故事中有哪些角色，「精子要游泳比賽去找卵子」、「胎兒會在子宮裡面十個月」……孩子們紛紛說。

Part2 「認識我們的身體」親子協力拼出身體器官



讀完故事後，為了讓孩子們更認識自己身體裡面「看不見的地方」有哪些器官，便將現場分成約4組小隊，由親子協力完成生理男孩、女孩的器官排列。過程中孩子們問到，「哪個是女生、哪個是男生、這個器官在右邊還是左邊…」，家長也透過和孩子共同完成任務的機會，和孩子自然而然地開始討論關於「身體」的話題。



看男女身體差異時，好多孩子們說「男生有小雞雞，可是女生沒有」，然而此時講師引導學員思考「男女的生殖器官不一樣，男生有陰莖／小雞雞，那女生有什麼？」「女生可以生小孩、有小孩的床」有一個小女生活力滿滿的說！，沒錯男生女生有的不一樣！都有獨特的功能。

Part3 「保護自己和他人」親子共同完成身體紅綠燈



在認識自己怎麼誕生、身體有哪些部位之後，就來到了「保護自己、尊重他人」的重頭戲，每對親子都拿著屬於自己的身體人形，貼上紅／黃／綠燈的貼紙，分別象徵這裡是「任何人都不能碰／經過我同意後可以碰／普通朋友都可以碰」。

過程中聽到許多家長們問孩子，「這裡你覺得媽媽可以碰嗎？」，即使是很親的家人也開啟了「詢問」的尊重。接著再讓現場孩子們共同發想如果有人要碰自己或朋友的黃燈、紅燈區，有哪些保護自己、保護朋友的方法。



在活動尾聲，忽然有位小孩問到「老師，那男生也可以穿裙子嗎？」接著，一個小孩說「老師，妳是女生，我是女生，我也穿褲子」。孩子們的聯想力總是令人驚奇也驚喜，沒錯！都可以喔，男生和女生和顏色…..紅色橘色黃色綠色藍字黑的等等都是可以的、這個不是區分男女的因素喔，重點是你喜歡、自在，就都可以。

活動結束後，家長們也在回饋單寫到：「更知道如何跟兒少談性教育了」、「希望繼續辦下去」、「能及早跟孩子討論性教育，避免往後的傷害」、「除了紅燈、綠燈，還有黃燈的思考，很細膩也很新穎」。