



《亲子周刊》
官方微信公众账号

晋江经济报亲子驿站年度会员招募启动

你是否也曾低头忙碌，抬头却发现孩子又悄悄长高了一寸？时间匆忙，当下即是陪伴的最好时光。从2016年至今，本报亲子驿站已陪伴10000多组晋江家庭走过春夏秋冬。新学期伊始，本报亲子驿站期待更多亲子家庭的加入，陪孩子遇见更美的童年。

咱厝园长有话说



晋江市实验幼儿园园长陈丽坤：
晋江实幼和晋江经济报亲子驿站共建几年来，我们真切地感受到了家长和孩子参与的积极性都是比较高的，也是比较愉悦的。亲子驿站的课程比较开放和多元，在这些活动中可以弥补孩子社会性的发展。孩子参与户外活动，可以让性格变得更加自信勇敢，在同伴互动交流中提升他们的社会交往能力，养成社会规则，也丰富他们的知识。同时，在活动中培养良好的亲子关系。



晋江市安海实验幼儿园副园长陈政：
晋江经济报亲子驿站是一个专为3-6岁儿童、家长开辟的亲子研学平台，通过这个平台，小朋友可以参加很多体验活动，比如民俗体验、非遗手作、职业体验等，亲子驿站公众号平台也会经常推送有趣的有奖互动活动，这个平台还是很不错的。

社会通识实践教育 丰富周末亲子时光

孩子的世界很小，小到只能装下你的身影；孩子的世界也很大，大到渴望探索一切未知。从2016年至今，本报亲子驿站发起通识实践、亲子阅读、户外探索等活动，让高质量的陪伴成为孩子成长中最坚实的阶梯。这里不仅是孩子的乐园，也是家长找回亲子陪伴初心的驿站。

9年来，亲子驿站累计举办4000余场高质量亲子活动，解决了父母“周末带娃去哪儿”的烦恼。现设有十大系列主题实践活动，涉及职业体验、安全教育、工厂探秘、非遗体验、农耕体验等，带领孩子走进派出所、消防站、交通局等，了解社会各行各业；在沉浸式体验中，了解家乡文化；参与拔萝卜、摘玉米等农耕体验，亲近大自然的同时，了解粮食的生长过程；体验蛋糕、青团、饼干等美食的制作方法，培养生活技能等。

打造育儿交流平台 留住多彩互动瞬间

与此同时，亲子驿站深耕亲子阅读领域，致力于帮助孩子爱上阅读。亲子驿站已连续7年在世界阅读日来临之际，推出亲子阅读节相关系列活动。同时，亲子驿站开设《亲子周刊》、亲子公众号等官方宣传平台，定期推出绘本阅读、萌娃秀、闽南童谣、主题线上互动、用报纸、公众号推文、视频号、新福建等宣传渠道，将孩子成长的精彩瞬间留存。

值得一提的是，《亲子周刊》还开通园长访谈、园本课程等报道专栏，为幼儿园教学成果展示提供有效的官方宣传平台。其开设的“育儿经”专栏备受宝妈宝爸青睐，除了分享育儿干货外，还能共同探讨、交流育儿心得。此外，亲子驿站还定期开展主题育儿沙龙，如春季如何助长、如何让孩子爱上阅读、如何营造松弛的亲子关系等，让家长在轻松的互动中学习育儿知识。

萌宠会员专属福利 还有深度研学活动

为方便亲子驿站家长轻松参与互动，本报亲子驿站特别推出掌上亲子驿站小程序，为亲子家庭提供便捷、畅快的服务体验。届时，家长可以在线完成注册、活动报名、查询活动信息、在线签到、取消报名等操作，轻松参与各类活动。此外，亲子驿站还为每个孩子精心准备了一份定制的萌宠卡通帆布包，既实用又美观，是妈妈们喜欢的实用遛娃单品。

本学年，除了常规的周末实践活动外，亲子驿站还将尝试推出深度研学系列活动，让孩子的成长扎根家乡的土壤，让知识流淌文化的血脉。届时，本报记者及专业研学老师将带领孩子真场景体验，让孩子在收获知识的同时，唤醒家园情怀。针对研学营课程，加入本学年亲子驿站的会员家庭，报名可享受会员福利价。快来加入我们，打造一段属于您与孩子的美好记忆！

家长声音



晋江市实验幼儿园园长王佳妮妈妈：

回首近两年参加亲子驿站的系列活动，点点滴滴都充满了温馨与欢笑。亲子驿站为我们打开了多彩的世界，而所有活动中，让孩子和我都印象最深、收获最大的，无疑是那次亲近自然的体验——亲子拔萝卜。当她用小手指住萝卜叶，第一次感受到将果实从泥土中拔出的那份重量与喜悦时，脸上洋溢的惊喜与成就感无比珍贵。感谢晋江经济报亲子驿站，这些活动不仅丰富了我们的假期生活，更在一次次陪伴中拉近了我们的距离，让孩子们在体验中学习，在快乐中成长。我们期待未来能参与更多精彩活动，共同创造更多美好的回忆。

晋江市第四实验幼儿园园长杨雅雯妈妈：

我第一次参加的亲子活动，就是晋江经济报亲子驿站组织的活动。他们组织的活动内容丰富、种类繁多，能让小朋友在家长的高质量陪伴中，了解到各种知识，并收获满满的快乐。亲子驿站发布的每个活动，基本上我们都会报名参加。我们制作过小蛋糕、当过小牙医、学会了急救三步法，听讲解员分享了各种各样的宝贵文物，还去参加了超好玩的五店市趣味游园活动等。参加亲子活动的这一年，孩子遇到了许多小朋友，学会了主动去和不认识的小朋友打招呼、谈话，并尝试在活动中大胆发言、上台互动。在实践中，孩子不知不觉地得到了锻炼。

晋江市第二实验幼儿园家长田成点妈妈：

参加亲子驿站这一年，两个娃参加了很多活动，包括趣味亲子跑，体验“小牙医”“小小消防员”等角色，在每一次活动中，孩子们都是参与感满满的。我们平时忙于工作，周末的亲子活动增强了父母与孩子之间的亲密感及幸福感。在父母的陪伴下，孩子面对陌生环境或者挑战时更有勇气，更富有安全感。亲子驿站组织的活动很有意义，它贴近现实生活，活动难度也符合孩子的年龄，每场活动对于家长及孩子来说都是一次难忘的回忆。这些经历很宝贵，在孩子们心中种下了很深的记忆。在此祝愿亲子驿站的活动越办越好！

晋江经济报亲子驿站名片

晋江经济报亲子驿站是晋江经济报社携手有关部门打造的官方亲子互动教育平台。专为幼儿园阶段宝宝量身定制，是集通识教育、实践锻炼、创意阅读、习惯养成、才艺展示、育儿分享、趣味互动为一体的亲子成长俱乐部。平台成立9年来，已在晋江各大主流公办幼儿园设立，累计加入1万多个本地亲子家庭，成功举办上万场社会实践亲子体验活动，在全市拥有数十个亲子实践教育基地。扫描右侧二维码，查看更多精彩内容。



如何加入亲子驿站

- 咨询加群：家长向所在幼儿园咨询相关报名事宜，并加入幼儿园的2025年度亲子驿站家长群。
- 缴费报名：亲子驿站工作人员将在群内发布小程序报名、缴费方法，费用为500元（一大一小）/每学年。
- 后续互动：成功加入后，工作人员将通过小程序及家长群进行互动，并组织线下活动的开展。



晋江经济报亲子驿站 实践基地 ——中国品牌之都·亲子推荐品牌——

攀登体育



上课地址：崇德路金融广场
攀登体育 Ascend Sports TEL:173 599 992 21

晋江市艺树实验幼儿园 开展交通安全主题活动



本报讯 日前，晋江市艺树实验幼儿园教育集团携手陈村社区共同开展“交通安全‘童’我行”主题交通安全志愿服务公益活动。该园联动家庭、社区，以趣味化形式引导幼儿在轻松氛围中掌握交通安全知识，共同为幼儿安全出行搭建高效互动平台。

活动现场，该园老师以幼儿熟悉的日常出行场景为切入点，通过讲述绘本故事《红绿灯眨眼睛》，生动形象地讲解了交通信号灯、斑马线、禁止通行标志等交通安全知识，并进行了现场互动问答环节，现场活动氛围热烈浓厚。

随后，老师还化身“交通信号灯”引导游戏，小朋友们则兴致勃勃地扮演“小汽车”。当老师喊“红灯停”，小朋友们比出方向盘模样停在原地；指令换成“绿灯行”，大家欢快向前移动，现场满是笑声与欢呼声。

该园园长蔡彩萍表示，此次“交通安全‘童’我行”活动，不仅让幼儿在趣味体验中学会了实用的交通安全知识，更推动了家园社区形成守护幼儿安全的合力。未来，他们将携手开展多样化的安全教育活动，引导幼儿从小树立交通安全意识，共同营造文明、和谐、畅通的交通环境，为幼儿的安全成长保驾护航。

青阳街道象山幼儿园 开展主题科普巡展活动

本报讯 日前，晋江市“科学家精神进校园”科普巡展活动在晋江市青阳街道象山幼儿园圆满举行。该园师生齐聚一堂，共赴科学之约，领略科学魅力。活动现场，随着动感音乐响起，阿尔法机器人编队表演在孩子们的欢呼声中隆重登场，拉开此次巡展的序幕。

“小皮球，香蕉梨，马兰开花二十一，二八二五六，二八二五七……”当熟悉的童谣响起，大班段的孩子们跳着皮筋步入舞台，唤起大家对童年的美好回忆；晋江市科技馆的两名老师分别深情讲述袁隆平、屠呦呦、“两弹元勋”邓稼先的感人故事。值得一提的是，现场还精心准备了互动实验，将深奥的科学原理变成看得见、摸得着的奇妙体验，孩子们惊叹连连。

该园园长陈玉蓉表示，此次科普巡展活动，促进了幼儿对科学的关注，满足幼儿科学探究的兴趣，希望在今后的成长道路上，孩子们能继续去思考、去实践、去探究，真正亲近科学、喜欢科学、探索科学。据悉，该园后续还将为此次“科学家精神进校园”科普巡展开展相关精彩活动。

闽南童谣秀

吴琪颖小朋友 分享闽南童谣 《古今泉州了不起》

咱厝的囡仔真正港！在阵阵稚嫩却充满自信的闽南语朗诵声中，我们仿佛进行了一场穿越古今的泉州之旅。在晋江经济报发起的晋江市第七届亲子阅读节暨闽南童谣传唱活动中，晋江市磁灶镇大埔中心幼儿园吴琪颖小朋友带来闽南童谣《古今泉州了不起》的表演，一口地道的泉州腔，念得字正腔圆、韵味十足，一起来看看！



本期嘉宾：吴琪颖
投稿作品：《古今泉州了不起》
获奖荣誉：优秀奖
幼儿园：晋江市磁灶镇大埔中心幼儿园
参与心得：琪颖妈妈告诉记者，在孩子还没上幼儿园时，就经常跟邻居爷爷奶奶念叨闽南童谣，念着念着就爱上了童谣。这次经历让孩子深切感受到乡音古韵的独特魅力，这不仅是一次简单的童谣朗诵，一颗热爱家乡的种子也在孩子稚嫩的心田生根发芽。
“每一句朗朗上口的唱词，不仅是语言的传承，更是文化与情感的纽带。”琪颖妈妈说，这份奖项属于每一位传承人，属于我们共同的闽南记忆，感谢幼儿园吴老师的悉心指导。未来，她将继续鼓励孩子做一名乡音童谣的传承人，让这份宝贵的文化遗产生生不息。



品秋天第一口蟹肉 这份科学指南请收好

亲子健康

俗话说，“秋风起，蟹脚痒”。又到品尝螃蟹的好时节，然而在孩子吃蟹的路上，总能听到一两句“绊脚音”：孩子最好不要吃蟹黄，孩子吃大闸蟹容易过敏……本期，“亲子健康”将和大家聊一聊孩子吃大闸蟹的注意事项，并分享适合孩子品尝的应季蟹黄美食菜单。如果你家孩子也是“螃蟹脑”，就快来收下这份干货吧！

可适量品尝蟹肉

“又到了吃大闸蟹的季节，每年这个时候我都会买蟹来蒸煮，蟹肉沾点酱料十分鲜甜，蟹黄就更美味了。

这道美食不仅十分可口还有营养，但是家里的长辈说孩子最好不要吃蟹。”家住许厝社区的王女士说道。

对于这个问题，不少人感到困惑：对于美味的大闸蟹，孩子是否可以大饱口福呢？据了解，大闸蟹含有丰富的蛋白质，能够帮助身体组织生长和修复，其富含的钙、磷、铁、锌、硒等矿物质有助于强化骨骼、增强免疫力、防止贫血，此外还含有维生素B1、B2、B12等，有助于提高身体的免疫力。

如果孩子喜欢吃大闸蟹，家长可以先取一点蟹肉给孩子吃，如没有产生身体不适或过敏现象，再给

孩子适当吃些蟹肉。对于过敏体质的孩子，吃多了蟹肉可能会诱发皮疹等问题。从中医的角度来说，螃蟹属于寒性食物。对于肠胃不好的孩子来说，进食过多可能会出现腹痛、腹泻、腹胀等症状。对此，建议在吃完螃蟹后喝些温水，促进身体新陈代谢。

在品尝大闸蟹时，建议家长给孩子把好“入口关”，蟹腿、蟹心、蟹胃、蟹肠等部位藏有排泄物、细菌和泥垢，建议家长将以上部位及螃蟹壳剔除后再给孩子吃。此外，建议孩子以吃蟹肉为主，因为蟹膏、蟹黄脂肪含量较高，建议少吃。

蟹肉蘸酱外，还可以解锁哪些吃法呢？下面，介绍三道以蟹肉为“主角”的应季食物，既美味又有营养，很适合给孩子吃。

蔬菜蟹肉海鲜粥：备好适量的蟹肉、大米、虾、芹菜、西兰花，将食材清洗干净，西兰花、芹菜切成小碎块，生姜切丝，螃蟹隔水蒸熟后取出蟹肉；大米放入砂锅加入适量清水后慢慢熬煮成软饭，接着再加入蟹肉、虾肉慢慢搅拌；当粥熬煮到软稠时加入西兰花、芹菜及适量调味即可。

蟹黄豆腐：提前备好适量的豆

腐、螃蟹、虾仁、鸡蛋，将豆腐切成厚片，螃蟹去壳取蟹肉蟹黄，鸡蛋打散备用；锅中倒油烧热，爆炒姜片，再加入蟹肉、虾仁炒香，慢慢加入豆腐，注入清水（盖过豆腐）；最后加入盐调味，起锅前撒上葱花，即可出锅。

蟹肉小馄饨，备好面粉、螃蟹、瘦肉、胡萝卜，将螃蟹清洗干净蒸熟后取出蟹肉剁碎备用；瘦肉和胡萝卜剁成碎末备用；面粉和匀，做成片状；将所有食材搅拌在一起，加入少量盐、糖、生油、蚝油搅拌；取适量食材包成小馄饨，将小馄饨放入烧开的水中滚煮再加少许紫菜即可出锅。

蟹肉小馄饨，备好面粉、螃蟹、瘦肉、胡萝卜，将螃蟹清洗干净蒸熟后取出蟹肉剁碎备用；瘦肉