



《亲子周刊》

官方微信公众

亲子驿站

探秘“火焰蓝” 非遗品闽味

亲子实践课堂乐趣多

实景课堂长知识,亲子体验乐翻天。近日,本报亲子驿站陆续推出特色主题研学活动,带领萌娃走进消防站学安全、探秘非遗做美食。孩子们在趣味体验中学习安全知识,动手制作非遗美食、领略闽南文化魅力;在亲子陪伴中收获知识、提升能力,度过一段难忘的周末研学时光。

探秘非遗美食

萌娃 DIY 深沪水丸

近日,晋江市第七实验幼儿园、晋江市第九实验幼儿园、晋江市星星实验幼儿园、晋江市青阳街道清华幼儿园、池店镇桥南中心幼儿园、池店镇启梦幼儿园、池店镇海丝幼儿园等亲子驿站的亲子来到青阳深沪美食研学实践点——阿阔拳头旗舰店进行了一场“探秘非遗美食”DIY 活动,现场非遗美食传承人不仅带大家了解深沪美食的历史,更有现场 DIY 水丸及品尝活动。

活动一开始,小朋友们换上围裙,戴上帽子,化身“小厨师”,在阿阔拳头创始人阿阔的讲解下,了解深沪美食的历史和种类,“拳头”大家,现场非遗美食传承人不仅带大家了解深沪美食的历史,更有现场 DIY 水丸及品尝活动。

这一次,小朋友们体验的是发菜丸的制作。只见工作人员在桌子上摆上一盆温水,以及一盆鱼肉猪肉混合的肉泥,然后在肉泥上加入一小把的发菜。“我们要先将肉泥和发菜搅拌均匀才可以进行下一步。”小朋友们看着眼前的发菜好奇地说:“这个发菜好像头发啊!”在老师的讲解下,小朋友们才知道,这个发菜能让丸子的风味更鲜甜。

到了动手环节,小朋友们排着队洗完手后,便迫不及待地



亲子健康

孩子提前发育咋办?

听听咱厝医生的建议

“孩子才9周岁多,乳发了怎么办?”“哪些症状能够明确孩子早熟了?”本期,“亲子健康”栏目针对孩子生长发育过程中较常碰到的问题,采访了晋江市妇幼保健院主治医师蔡雪晶。她结合临床经验与家长分享一些实用的干货,有需要的家长不要错过啦!

话题

“孩子过早发育家长很焦虑”

“我女儿现在9周岁多,这段时间明显感觉胸部有点发育。我感觉挺焦虑的,好像自己当年也没那么早发育。再看看孩子身边的同龄人,似乎也有部分人开始穿上小背心。”家住格林春天的许女士焦虑地说道,这段时间她密切关注孩子的生长发育,甚至带娃到生长发育科检测骨龄、预测身高。直到医生说“这属于正常的青春期发育”时,她这才松了一口气。

蔡雪晶告诉记者,女孩青春期开始启动时间是7岁半后,在这之后会陆续开始出现乳房发育的情况。9周岁开始发育,属于正常的青春期时间。在专业检测后,如果孩子的身高符合遗传范围或者在正常标准差内,骨龄评估与孩

子年龄匹配,那就属于正常的青春发育期。

“家长在看到孩子发育后就会紧张,担心过早发育影响最终身高。”蔡雪晶分享道,医学上判定孩子性早熟的标准主要有以下几方面:首先,是女孩7岁半之前、男孩9周岁前出现第二性征,或者女孩10周岁来月经;其次,骨龄超过生活年龄2岁及以上;第三,性激素水平及其彩超评估符合青春期范围。符合以上3个任一标准,就可以诊断为真性性早熟。蔡雪晶补充道,性早熟还分为假性性早熟、真性性早熟。其中,真性性早熟又分为快速进展型性早熟和缓慢型性早熟,不同类型的性早熟医生给出的临床治疗方案也不同。

建议

“专业检查后科学干预”

那么,如果发现家里的孩子开始发育了,家长该怎么做呢?蔡雪晶建议,家长可以先根据性早熟的定义,区分孩子有没有性早熟。或者,如果孩子的身高在同龄人当中比较突出,也需要注意是正常年龄青春期启动,还是第二性征及其骨龄进展速度快身高增长速度高于同龄人。如果把握不准,建议到晋江市妇幼保健院6楼生长发育科室请医生帮忙检查。

“如有出现中枢性性早熟(真性性早熟),建议进行科学干预,并及时调整生活饮食和作息。如果终身身高评估低于遗传身高,又或者月经来潮时间提前孩子没有心理准备,以及考虑远期妇科疾病的风险等综合考虑后需要干预治疗,建议干预一线药物:促性腺激素释放激素类似物(Gn-RHa)。”蔡雪晶提醒道,还有一部分性

早熟比如单纯乳房早发育、阴毛早现等现象,骨龄评估在正常范围内,月经初潮时间在正常范围内,对终身身高没影响,多数无需药物治疗。家长可以密切监测孩子身高、性征及骨龄变化,必要时可中成药缓解症状。但是若进展快、骨龄明显超前,转为中枢性早熟,再启动药物干预。

在饮食方面,尽量不要让孩子吃人参、鹿茸、蜂王浆、参类补品、牛初乳、成人保健品等,不吃反季节蔬果、过度催熟的水果(尽量应季),少吃油炸食品、高脂快餐、含糖饮料、甜品,控制体重,避免肥胖(肥胖是性早熟高危因素)。保证营养摄入均衡,尽量食用饲养周期长的肉类,如羊牛肉,减少冷冻鸡肉的摄入。此外,避免电子产品使用时间过长,多运动助长,控制体重,延缓骨龄进展。

零距离探秘“火焰蓝”

亲子解锁安全技能

上周末,本报亲子驿站组织晋江市实验幼儿园嘉天下分园、晋江市艺树实验幼儿园、梅岭街道桂华中心幼儿园、晋江市紫帽镇中心幼儿园及紫帽镇第二中心幼儿园的部分亲子走进晋江市长兴路消防站,开启一场沉浸式消防研学体验活动。孩子们近距离观摩各类消防车辆、认识专业救援装备、体验灭火实操,在真实场景中消防、懂安全。

活动现场,消防员耐心带领大家参观各类功能各异的消防“硬核装备”。孩子们认识了抢险救援消防车、一七五压缩空气泡沫车、水罐消防车等常规执勤车辆。针对不同救援场景,消防员细致讲解了云梯消防车、可直达30层高楼登高平台消防车的高层救援用途,同时展示了水域救援冲锋舟、地震救援破拆机器人等特种救援设备。此外,大家还近距离观察学习了各类室外消防器材的功能与使用方法。

最受小朋友期待的莫过于水枪实操体验。孩子们亲身感受灭火水枪,现场欢呼声不断,参与热情高涨。家长苏熠彬妈妈表示,这次活动非常有意,孩子在家喜欢玩玩具水枪,今天第一次体验真实的灭火水枪,全程特别激动,不仅收获了知识,更懂得了感恩与敬畏。

在研学过程中,消防站警铃两次紧急响起。接到出警指令后,消防员迅速整装,火速出警。紧张迅速的出警画面,让在场的家长和孩子真切地感受到消防工作的紧张与艰辛。“大家亲眼见证消防员时刻待命、随时出征的工作状态,深刻体会到平安背后是‘火焰蓝’的默默坚守与无畏付出,真正做到百闻不如一见。”不少家长认为,此次消防站研学活动让孩子们走出课堂、走进一线,既普及了消防安全知识,也提升了自我保护能力。



晋江市实验幼儿园

举行家校社“教联体”启动仪式



本报讯 日前,晋江市实验幼儿园2026年学前教育宣传月暨家校社“教联体”启动仪式顺利举行。该园教联体共建单位代表、嘉宾、新任家委会成员及教职工共同参与活动。

此次活动在《婴仔慢慢大》《坐火车云晋江》等节目的精彩上演中拉开帷幕。孩子们充满童真童趣的表演,赢得在场观众的阵阵掌声。随后,各共建单位代表共同上台,正式启动学前教育宣传月及家校社“教联体”,标志着该园协同育人工作迈入新阶段。此外,在场人员还共同观看宣传片《守护童真底色,点亮五彩童年》,感受幼儿园在数字环境下守护童真、陪伴成长的所思与所行。

启动仪式后,该园家长学堂同步开讲。国家二级心理咨询师林锋带来“关系多些温度,陪伴少点疲惫——屏幕时代的亲子陪伴技巧”专题讲座,结合现

实案例,分享实用亲子陪伴方法,帮助家长缓解育儿焦虑,提升家庭教育能力。

园长陈丽坤表示,幼儿园将以本次活动为契机,搭建家园社协同育人平台,凝聚教育合力,坚守儿童立场,以科学理念护航幼

儿健康成长。未来,该园将以“润养有方 成长有力”为引领,深化多方协作,持续开展科学育儿指导与家园共育活动,以协同之力赋能幼儿成长,推动学前教育高质量发展。

坐火车云晋江



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



篮球 体适能

跳绳 跑酷



上课地址: 崇德路金融广场

攀登体育 Ascend Sports

TEL:173 599 992 21

喜韵闽南润童心

晋江六幼教联体

共建仪式举行



本报讯 5月26日上午,晋江市第六实验幼儿园“喜韵闽南·斗阵来迺迺”学前教育宣传月启动。活动聚焦“共同守护数字时代的童年”,汇聚家园社多方力量,以闽南文化为纽带,以节日庆典为载体,奏响文化传承与协同育人的新乐章。

副园长洪非凡在致辞中表示,数字时代为学前教育带来新机遇与新挑战,幼儿园始终坚守育人初心,以闽南文化传习点为依托,深耕乡土文化教育,让闽南语、闽南童谣、民俗艺术走进日常、浸润童心。本次活动是落实学前教育宣传月精神的重要实践,更是深化教联体共建、推进闽南文化进校园的关键举措。幼儿园将以《相安平安桥》节目合作为新起点,联动街道、社区、共建单位与家庭,构建全方位协同育人体系,让幼儿在文化滋养中快乐成长。

活动现场,《相安平安桥》共建揭牌,家园社教联体启动依次举行。文艺展演将活动推向高潮,闽南歌曲《一只鸟仔》清脆动听,闽南童谣《讨海人》《下一站晋江》乡韵浓郁,闽南戏剧《海龙王娶亲》生动传神,舞蹈《遨游星际太空》充满童趣。孩子们用灵动的表演,展现闽南文化的独特魅力,彰显健康向上的精神风貌。

据了解,此次活动将节日庆祝、文化传承、教育共建深度融合,既为幼儿搭建展示自我的舞台,也筑牢家园社协同育人根基。未来,晋江六幼将持续深耕闽南文化特色,深化教联体共建成果,以文化润童心、以协同护成长,让优秀传统文化扎根校园,守护幼儿在数字时代拥有本真、快乐、向阳的美好童年。

晋江市星星实验幼儿园

开展应急疏散演练活动



本报讯 日前,晋江市星星幼儿园组织全体师生开展防震应急疏散演练活动,提高全体师幼应对突发事件及危险事件的自救自护能力,筑牢校园安全“防护网”。

随着第一声警报响彻整个校园,此次防震应急疏散演练正式启动。警报响起瞬间,各班教师沉着冷静、反应迅速,立即引导幼儿开展室内紧急避震。在老师的引导下,孩子们迅速做出避险动作,弯腰屈膝、降低重心、双手护头,快速躲避在教室墙角及课桌、床铺、钢琴等坚固家具旁的安全三角区域。整个过程井然有序,幼儿们听从指挥,动作规范,熟练掌握地震来临时的自我保护技巧。

短暂的室内避震结束后,第二声疏散警报准时响起,紧急撤离环节迅速展开。孩子们纷纷拿起枕头、书包等物品护住头部,在老师们的带领下,保持弯腰低姿状态,严格按照预设的逃生路线,快速、有序地撤离教室。大家遵守秩序、不推挤、不慌乱,快速远离危险区域,安全疏散至幼儿园操场空旷安全地带。随后,各班老师第一时间清点幼儿人数,并快速上报,确保全园幼儿无一遗漏、全部安全撤离。

该园副园长吴双玲表示,此次防震防暴应急演练流程规范、组织有序。通过沉浸式的实战演练,让幼儿直观、生动地掌握了地震避险、紧急疏散的基本方法,有效增强了全园师幼的安全防范意识和应急逃生能力,进一步提升了幼儿园应对突发安全事件的应急处置和统筹协调能力。下一步,该园将持续把安全教育融入一日生活,常态化开展防震、防火、防拐、防暴等各类安全应急演练,不断丰富安全教育内容与形式,为幼儿的健康快乐成长保驾护航。

本版由本报记者张清清、黄海莲采写