

## 第五篇 家庭領域—家庭照護

編製者：楊秀真

學習領域：綜合

適用年級：國中

本篇共分三個單元：每單元皆包括課文、習作、教學活動設計等三個部分。

單元一、認識塑膠的分類與使用

第一課 一則新聞的啟示

第二課 塑膠製食品容器的分類與使用

單元二、愛護家園綠生活

第三課 全球綠色運動

第四課 生活向「綠」看 一起綠生活

單元三、認識在地醫療資源與應用

第五課 便利的社區醫療資源

第六課 認識台東馬偕醫院

本篇摘要：

- 一、以學生生活經驗為重心是本課程設計的基本理念，教材編制乃依循最少限制原則，因應時事及地區性需求，結合日常生活主題，於審定教科書之外，適度補充與生活相關之最新知識。因此蒐集公部門宣導資源，再行編輯設計，並結合社區資源、多媒體教學設備及網路資源進行教學。
- 二、「認識塑膠的分類與使用」單元以自然領域課程內容結合時事議題進行教學；「愛護家園綠生活」單元是以小學自然領域的學習基礎，結合網路資源進行進階資訊的蒐集、應用，藉由對議題的關注及瞭解，將知識落實在日常生活中；「認識在地醫療資源與應用」單元則是國中健康領域教材的延伸，結合在地醫療資源做實用性的連結。此做法乃參照九年一貫課程綱要所列之領域分段能力指標，編選具縱向與橫向連結的實用性教學活動，經由各領域之相互關聯與應用，使學生能習得生活化且實用的知識，並兼顧認知、

技能及情意之統整性學習，藉以提高學習興趣及知識的可應用性。這樣做可兼顧知識的內容與求知過程，以學生為中心，強化學生自主學習的能力，引導其學習如何學習，進而培養終身學習及社會適應的能力。符合特殊需求學生所需的功能性課程，落實能力本位及社區本位課程。

三、本教材設計的三個單元中，每單元二課，含課文、學習單及教學活動設計。由於輕度智能缺損學生學習目標與一般學生相似，考量情障、學障及自閉症學生認知及社會發展上的限制，教材內容採分解與重整的方式加以調整。六課的教學內容以課文搭配教學投影片方式呈現，並使用多元媒材輔助教學。以直接教學與實際操作為主，在老師解說、示範、實際演練中學習，以零推論的概念與生活實境連結。考量學生個別差異，評量內容則可採多元評量進行，兼顧認知、技能及情意等方面，評量方式可包括紙筆評量、實際操作評量、觀察及資料蒐集整理等，藉以了解學生學習及進步情形。

四、根據三個單元的教學內容，本教材之具體教學目標包括：

- (一)培養規劃改善日常生活所需的策略與行動的能力。
- (二)認識環境的改變與破壞可能帶來的危險，探討如何保護或改善環境。
- (三)熟悉在地醫療資源，培養正確利用醫療資源的能力。

五、在教學歷程上，利用教學輔具如電腦及網路，提供學生充分練習的機會，力求達到熟練的水準，並用累積複習的方式，不斷複習教材，期而能達到以下目的：

- (一)激發主動探索和研究的的精神:激發學生之好奇心及觀察力，依學生能力及需求，逐步引導學生能夠主動操作、探索生活事務及了解自我周遭境的能力，以增進對日常生活環境的覺察力。進而能主動發現問題並展開行動，積極運用所學的知能於生活中。
- (二)適性引導學生獨立思考和解決問題:由最基本之個人生活問題解決知識、理解與應用，進而能逐步依年齡與能力推展至家庭、社區等相關問題之解決。
- (三)培養學生運用科技與資訊的能力:能正確、安全與有效率地利用科技產品，增加蒐集、研判、整合與運用資訊設施的機會，應用電腦增進目前社會所需之生活能力。
- (四)提升生涯規劃與終身學習能力: 能積極運用社會資源與發揮個人潛在能力，能因應社會與環境變遷，培養終身學習的能力，養成獨立之生活技巧。

參考資料：特殊教育課程發展共同原則及課程綱要總綱全國說明會資料

2011 年 4 月 22 日取自 <http://www.ntnu.edu.tw/spc/drlusp/home.html>

## 目 錄

### 單元一：認識塑膠的分類與使用

第一課	一則新聞的啟示·····	4
	習作(學習單)·····	6
	教學活動設計·····	7
第二課	塑膠製食品容器的分類與使用·····	9
	習作(學習單)·····	12
	教學活動設計·····	13

### 單元二：愛護家園綠生活

第三課	全球綠色運動·····	15
	習作(學習單)·····	17
	教學活動設計·····	18
第四課	生活向「綠」看 一起綠生活·····	20
	習作(學習單)·····	21
	教學活動設計·····	22

### 單元三：認識在地醫療資源與應用

第五課	便利的社區醫療資源·····	24
	習作(學習單)·····	25
	教學活動設計·····	26
第六課	認識台東馬偕醫院·····	28
	習作(學習單)·····	29
	教學活動設計·····	31

## 單元一：認識塑膠分類與使用

### 第一課 一則新聞的啟示

#### 塑化劑風暴／環保杯也含塑！衛署驗「室溫溶毒」



更新日期:2011/06/14 18:12 吳亭儀

[http://tw.rd.yahoo.com/referurl/news/logo/tvbs/SIG=10vc53r83/\\*http://www.tvbs.com.tw/index/](http://tw.rd.yahoo.com/referurl/news/logo/tvbs/SIG=10vc53r83/*http://www.tvbs.com.tw/index/)

塑化劑風暴影響台灣，現在不只食物有，用容器也得小心，衛生署最新檢驗發現，塑膠容器從回收辨識碼 3 號 pvc 聚氯乙烯、5 號 PP 聚丙烯，甚至是 6 號 PS 聚苯乙烯都會在室溫下，溶出微量塑化劑，這可讓用保鮮盒放食物，用隨行杯喝飲料的民眾嚇到了，但醫師要大家別恐慌，這些都還在國家標準 1.5ppm 裡，只要避免裝高油及酸性食物，就能降低塑化劑溶出。

衛生署發現，就算在室溫下，塑膠容器回收辨視碼 1 到 6 號材質，都會釋出微量塑化劑，檢視知名品牌隨行杯，大多是 7 號，也就是 PC 聚碳酸酯，耐溫 120-130 度，衛署這次沒驗出塑化劑。

沒有回收碼的，則是丙烯氰苯乙烯，也屬於 7 號耐熱樹脂，但隨行杯，如果是 6 號 PS 聚苯乙烯，就算能耐溫 70-90 度，衛署卻驗出微量 DEHP0.093PPM，只是會溶出塑化劑的還龍頭保鮮盒品牌，號稱能微波，用的是 5 號 PP 聚丙烯，能耐熱 100-140 度，但衛署也驗出了微量 DEHP0.82PPM，再看看其他品牌保鮮盒，翻開來都同樣是 5 號，那到底該怎麼用呀。

北榮毒物科主任楊振昌說：「最容易溶出塑化劑的，就是 3 號就是 PVC 的容器。」儘管不只熱會溶出塑化劑，但醫師要大家別恐慌，因為室溫溶出量，都還在國家標準 1.5ppm 裡，使用上只要少用高油、酸性食物，以及刮痕產生，就能夠降低塑化劑溶出劑量，避免把有毒物質吃下肚。



看看便利商店的貨架上的商品，樣樣都美味可口，飢腸轆轆的五臟廟，對著那每一項微波食品彷彿都在向他招手，好想趕快買一盒來快速微波，大快朵頤一番！在這酷熱的夏天，望著一罐罐冰涼的飲料，任選一罐一飲而盡，必定沁涼暢快，舒服極了！可是，再想一想，剛才讀完的新聞，不禁卻步了…

塑化劑彷彿真的無所不在，為了避免無謂的恐慌，就讓我們一起來認識它吧！

詳見教學 PPT 檔案：食品中塑化汙染衛教手冊 2011 年 6 月 22 日取自  
[http://www.fda.gov.tw/files/site\\_content/食品中塑化劑汙染衛教手冊.pdf](http://www.fda.gov.tw/files/site_content/食品中塑化劑汙染衛教手冊.pdf)

前往行政院衛生署起雲劑遭塑化劑汙染專區 2011 年 6 月 22 日取自  
網址 [http://www.fda.gov.tw/content.aspx?site\\_content\\_sn=2507](http://www.fda.gov.tw/content.aspx?site_content_sn=2507)

食品藥物管理局的消費者保護專線包括  
(02) 2787-8200 (20 線)、0800-285-000 (上午 7 時到下午 11 時)。

相關資訊可參閱食品藥物管理局網站 (<http://www.fda.gov.tw/>)、  
食品藥物消費者知識服務網 (<http://consumer.fda.gov.tw/>) 網頁。



## 第一課 學習單

一、是非題，請回答下列問題，正確請打「○」錯誤請打「×」

- ( ) 1. 塑化劑是不合法的食品添加物。
- ( ) 2. 塑化劑會經食品外包裝或保鮮膜之塑膠包材或容器滲出而污染食物。
- ( ) 3. 食物在微波、蒸煮、加熱時用保鮮膜包裝可確保食物不受汙染。
- ( ) 4. 塑化劑會經由呼吸、食入及皮膚吸收進入人體。
- ( ) 5. 經人體試驗研究顯示 DEHP 進入人體後，在 12~24 小時內約有一半的量  
可快速代謝藉由尿液排出體外
- ( ) 6. 化妝品雖然可能含有塑化劑，因不會食用所以可以放心使用。
- ( ) 7. 多吃蔬果、多喝開水、多運動的習慣，可加速將體內塑化劑排出。
- ( ) 8. 超商購買的便當若包裝有塑膠盒或薄膜，要避免高溫微波，或另以瓷  
器或玻璃器皿盛裝後再加熱

二、請寫(說)出衛生署推廣五多五少減塑撇步：

五多：

---

五少：

---

---

## 第一課 單元教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損之國中學生
單元名稱	一則新聞的啟示	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
教學日期									
教學者		設計者							
教學研究	教材分析：近來塑化劑的新聞造成話題，塑毒的污染在生活中無處不在，為避免造成生活的困擾，應指導學生利用管道蒐集相關資訊，並探究與生活息息相關的訊息，已獲得正確知識，排除不必要的恐慌，健康快樂過生活。 教學重點：能瞭解塑化劑新聞現象中對生活環境產生的影響的重點是什麼；能上衛生署網頁蒐集正確衛教資訊，瞭解食品中塑化劑汙染衛教手冊的內容；能將習得的正確知識，能應用在生活中。								
單 元 目 標					行 為 目 標				
1. 能瞭解塑化劑新聞現象中對生活環境產生的影響的重點是什麼					1-1 能知道塑化劑新聞現象 1-2 能知道塑化劑現象會造成環境的污染及影響身體健康				
2. 利用課餘上衛生署網頁查詢正確衛教資訊					2-1 能知道在衛生署網頁可查詢塑化劑相關資訊 2-2 能上網查詢衛生署蒐集正確衛教資訊 2-3 能查詢受塑化劑汙染商品名稱				
3. 瞭解食品中塑化劑汙染衛教手冊的內容					3-1 能回答衛教手冊的問題				
教 學 活 動						教學資源	時間	教學評量	
一、課前準備 1. 蒐集有關塑化劑新聞的報導。 2. 可請學生攜帶家中塑膠製容器，在課堂中展示。 3. 準備電腦、網路、單槍投影機、教學 PPT。 4. 指導學生上網蒐集塑化劑的相關資訊。						實物	3'	能引起學興趣 能熱烈參與討論	
二、引起動機 1. 老師拿出數種飲料，與學生討論飲料的成分與容器的材質……等。 2. 請學生分享他們所蒐集到有關塑化劑的相關資訊。									
三、發展活動 1. 配合課文內容，教師在本篇新聞報導各段中適時停頓，引導學生思考塑化劑容毒性的嚴重性，說出如果面臨新聞報導的情境時該如何因應。						課文 教學 PPT 可上網電腦	7'	能專注並回答老師的提問	

<p>2. 利用網路蒐集塑化劑資訊</p> <p>2-1 教師說明在衛生署網頁可查詢塑化劑資訊</p> <p>2-2 教師示範上網查詢衛生署蒐集正確衛教資訊，並點選「食品中塑化劑污染衛教手冊」</p> <p>3 食品中塑化劑污染衛教手冊的內容</p> <p>3-1 什麼是起雲劑？</p> <p>3-2 什麼是塑化劑？</p> <p>3-3 什麼是 DEHP？</p> <p>3-4 塑化劑在哪裡？除食品還有哪些有塑化劑？</p> <p>3-5 過受 DEHP 污染的食品或飲料就影響身體健康？</p> <p>3-6 DEHP 的毒性為何？</p> <p>3-7 進入人體的塑化劑會排出體外嗎？多久排出？</p> <p>3-8 對於塑化劑可能的危害，政府提供哪些服務？</p> <p>3-9 有哪些產品被查獲違法添加 DEHP？</p> <p>3-10 怎麼降低或避免塑化劑的暴露？</p> <p>3-11 是不是應該要驗血或驗尿，看體內有塑化劑？</p> <p>3-12 懷孕的我需不需要去接受特別產檢呢？</p> <p>3-13 我需不需要特別帶小孩去接受血液、尿液檢驗？</p> <p>3-14 哪裡可以協助解決塑化劑的疑問？</p> <p>(1)衛生署指定醫院開設健康諮詢門診 詳細醫院名單見衛生署官方網頁 起雲劑遭塑化劑污染專區 2011 年 6 月 22 日取自 <a href="http://www.doh.gov.tw/">http://www.doh.gov.tw/</a>。</p> <p>(2)食品藥物管理局的消費者保護專線包括 (02) 2787-8200 (20 線)、0800-285-000 (上午 7 時到下午 11 時)。</p> <p>(3)相關資訊可參閱： 食品藥物管理局網站 2011 年 6 月 22 日取自 (<a href="http://www.fda.gov.tw/">http://www.fda.gov.tw/</a>)、 食品藥物消費者知識服務網 2011 年 6 月 22 日取自 (<a href="http://consumer.fda.gov.tw/">http://consumer.fda.gov.tw/</a>) 網頁。</p> <p>4. 作業指導（本節結束）</p>	<p>單槍、螢幕 可上網電腦 單槍、螢幕</p> <p>教學 PPT</p> <p>學習單</p>	<p>5'</p> <p>30'</p> <p>5'</p>	<p>能專注並回答老師的提問</p> <p>能專注並回答老師的提問</p> <p>學習單</p>
---	---	--------------------------------	--



## 單元一：認識塑膠的分類與使用

### 第二課 塑膠製食品容器的分類與使用

（取材自FDA食品藥物管理局藥物食品安全週報第257期2010.08.20）

[http://www.fda.gov.tw/files/publish\\_other/藥物食品第257期.pdf](http://www.fda.gov.tw/files/publish_other/藥物食品第257期.pdf)



塑膠工業蓬勃發展讓民生用品更為多元，卻也引發一些安全上的疑慮。當使用塑膠食品容器越來越方便的時候，也面對環保及健康等領域的負面影響。








由於市面上普遍使用塑膠容器(具)，這讓生產端及使用端的正確性更顯重要。生產製造業者在生產供食品使用的塑膠容器(具)，應符合衛生署公告的「食品器具容器包裝衛生標準」中「塑膠類」相關規定，消費者在使用塑膠類食品容器(具)或包裝時，也應注意塑膠材質及特性。

一般塑膠類的材質編號及分類可分為七類，為方便辨別，在容器底部或標籤上已加註塑膠材質回收辨識碼。



使用塑膠類食品容器(具)或包裝時，要注意其塑膠材質為何，使用時也要依照各類材質所能耐受的溫度正確使用，還應避免盛裝高熱或過酸的食品，使部分可塑劑或添加物質釋出而污染食品，影響食品衛生安全。

### 常見塑膠材質、特性及耐熱溫度

塑膠材質 回收辨識碼	材質	特性	耐熱溫度 (°C)*
	聚乙烯對苯二甲酸酯 (PET)	硬度韌性佳、質輕、不揮發、耐酸鹼	60~85
	高密度聚乙烯 (HDPE)	耐腐蝕、耐酸鹼	90~110
	聚氯乙烯 (PVC)	可塑性高	60~80
	低密度聚乙烯 (LDPE)	耐腐蝕、耐酸鹼	70~90
	聚丙烯 (PP)	耐酸鹼、耐化學物質、耐碰撞、耐高溫	100~140
	聚苯乙烯 (PS)	吸水性低、安定性佳	70~90
	其他（例如：聚碳酸酯(PC)、聚乳酸(PLA)）	PC: 質輕、透明、機械强度高、耐高溫 PLA: 質輕、透明	PC: 120~130 PLA: ≒50

為了珍惜有限的地球資源，食品藥物管理局呼籲，消費者儘可能使用較為環保的餐器具或容器，如果一定要使用塑膠類食品容器（具）或包裝時，應正確及妥善使用各類塑膠類食品容器（具）或包裝，不超過溫度限制、不刮傷容器表面，以確保食用安全。



## 動動腦，想一想：



### 塑膠的主要特性有哪些？

在日常生活中隨處可見由塑膠材質所製作的塑膠產品，例如雨衣、塑膠杯及寶特瓶等，塑膠材質具有以下優點：不易導電、質輕、化學性安定、成本低等，其缺點有：不易分解、耐熱性差、低溫易變脆、承受太多負荷會產生變形



### 無垃圾分類對環境產生什麼影響？

塑膠產品含有聚乙烯、聚丙烯等化學物質，燃燒後會釋放有機氯或戴奧辛等有毒物質；其外，塑膠在自然界中因不易被自然分解，若被掩埋在土壤中則會影響土壤的透氣性，阻礙農作物生長，而水中動物誤食會導致死亡等現象。



### 如何減少塑膠袋的使用量？

- 為了減少塑膠產品的使用量，我們可以
- 1.購物時自備環保購物袋，非必要時不向商家索取塑膠袋。
  - 2.儘量做好資源分類回收動作，以減少對化石燃料的使用。
  - 3.向身旁親朋好友傳遞保護地球重要性。

## 第二課 學習單 發現各類塑膠容器的身分

一、 在日常生活中，人們使用各式各樣的塑膠容器保存生活必需品。讀完了以上課文，你是否對這些瓶瓶罐罐有了正確的認識呢？幫他們找出正確的分類，將常見容器名稱填入正確的位置。

(可參考網址 [http://www.fda.gov.tw/files/publish\\_other/藥物食品第257期.pdf](http://www.fda.gov.tw/files/publish_other/藥物食品第257期.pdf))

塑膠材質 回收辨識碼	耐熱溫度 (°C)*	常見容器名稱
 (PET)	60~85	例：寶特瓶、市售飲料瓶、食用油瓶等
 (HDPE)	90~110	
 (PVC)	60~80	
 (LDPE)	70~90	
 (PP)	100~140	
 (PS)	70~90	
 (PC) (PLA)	PC: 120~130 PLA: ≒ 50	

## 第二課單元教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損之國中學生
單元名稱	塑膠類食品容器分類與使用	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
日期									
教學		設計							
教學研究	教材分析：日常生活中塑膠食品容器的使用越來越方便的時候，也面對環保及健康等領域的負面影響，為避免因不當的使用影響了身體健康，甚至對環境造成傷害，因此教導認識塑膠並正確分類與利用是生活化的實用性教材。 教學重點：能認識塑膠製品的特性及使用限制，瞭解分類對環境產生的影響，能做到正確使用塑膠製品並分類。								
單元目標					行為目標				
1 瞭解塑膠的主要特性有哪些？					1-1 說出塑膠的優點 1-2 說出塑膠的缺點				
2 說出無垃圾分類對環境產生什麼影響？					2-1 瞭解無垃圾分類對環境產生什麼影響				
3 能做到垃圾減量					3-1 購物時能自備購物袋 3-2 能確時做好資源回收 3-3 能身體力行並加以宣導垃圾減量				
4 能依據塑膠材料辨識碼認識塑膠分類					4-1 辨識塑膠容器的分類及特性 4-2 能正確使用塑膠容器				
教學活動						教學資源	時間	教學評量	
一、課前準備 1. 可請學生攜帶家中塑膠製容器，在課堂中展示。 2. 準備電腦、網路、單槍投影機、教學 PPT。						電腦、網路、單槍投影機、教學 PPT	5'	能有興趣。 能參與討論	
二、引起動機 1. 老師拿出數種飲料，與學生討論飲料的成分與容器的材質……等。 2. 請學生從家中攜帶各式塑膠容器展示，並說明用途為何及特性。									
三、發展活動 配合課文內容，教師在各段課文中適時停頓，引導學生思考塑膠溶毒的嚴重性，說出選擇塑膠容器並能正確使用塑膠類食品容器的重要性。									
1 說出塑膠的主要特性有哪些？						課文 實物	10'	能專注學習。 口頭回答	

1-1 說出塑膠的優點		3'	能專注學習。
1-2 說出塑膠的缺點		3'	口頭回答 參與討論
2 說出無垃圾分類對環境產生什麼影響？	課文	5'	
2-1 瞭解無垃圾分類對環境產生什麼影響			
3 能做到垃圾減量	課文	9'	
3-1 購物時能自備購物袋			
3-2 能確時做好資源回收			
3-3 能身體力行並加以宣導垃圾減量	課文		
4 能依據塑膠材料辨識碼認識塑膠分類(上網操作)	可上網電腦	10'	學習單
4-1 辨識塑膠容器的分類及特性	單槍、螢幕		
4-2 能正確使用塑膠容器	課本 實物		
(本節結束)			

## 單元二：愛護家園綠生活

### 第三課 全球綠色運動

教材來源：(取材自行政院環保署兒童環保教育網) 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://www.epa.gov.tw/children/download/GreenLife/index.html>

我們每個人每個月所製造的垃圾量，大概有自己的體重那麼重，其中包含有喝完的飲料罐、用過的衛生紙、看過的報紙、塑膠袋、壞掉的玩具、太小或過時的衣服和鞋子、吃不完的食物等…一大堆！因為買了一大堆東西；然後製造出一堆垃圾，**地球上的資源因為我們的浪費而大量的減少，垃圾卻愈來愈多。**

像我們每天喝飲料的塑膠杯，是用石油提煉做成的，而我們現在每年用掉的石油量，大自然要花一百萬年才能製造出來；同時塑膠工廠還會排放廢水污染環境。如果我們每天少喝一杯飲料，少用一張衛生紙，少買一些不必要的東西，**其實垃圾可以減少很多，不但省錢又環保。**

在 21 世紀的時代，環保是現代人的重要課題，**綠色設計、綠色建築、綠色產品、綠色消費**，已經成為世界趨勢，而「綠色生活」就是在這樣的環保意識之下產生的。

美國的卡爾森女士(Rachel Carson)在 1962 年出版的《寂靜的春天》(Silent Spring)書中提到，化學物品的濫用對自然環境的傷害，喚醒了所有人的環保意識，開始要求政府採取改善行動，也促使了第一屆「地球日」(Earth Day)在 1970 年 4 月 22 日在美國舉行，這個日子被視為全世界環保運動的轉捩點。所以每年的 4 月 22 日就是「地球日」(Earth Day)。



對抗提倡大量消費的消費主義，它並不是要人們過一天不消費的生活，而是希望可以重新體驗簡單生活帶來的喜悅，讓大家明白救地球應該要從減少消費做起。

聯合國 1972 年 6 月 5 日在瑞典首都斯德哥爾摩舉行第一次人類環境會議。會議通過了著名的《人類環境宣言》及保護全球環境的「行動計劃」，並提出「爲了這一代和將來世代保護和改善環境」的口號。出席會議的 1300 名代表還建議將大會開幕日定爲「世界環境日」(World Environment Day)。

不論是「地球日」還是「世界環境日」，我們都可以發現全世界都在爲保護地球與自己唯一的家園而努力，一年 365 天，不是只有在這幾個特別的日子與活動做環保，最重要的是將這些環保的觀念，實行在生活中，這就是目前最熱門的「綠色生活」。

教學 PPT:愛護家園-綠色生活由你我做起

教材來源:行政院兒童 e 樂園網站 2011 年 6 月 22 日取自

<http://www.epa.gov.tw/children/download/GreenLife/index.html>

行政院環境保護署環境 E 學院 2011 年 6 月 22 日取自

<http://ivy5.epa.gov.tw/e-school/>





## 第三課 學習單

一、是非題，請回答下列問題，正確請打「○」錯誤請打「×」

- ( ) 1. 綠色消費就是購買商品時，選購有環保標章、環保又節能的商品。
- ( ) 2. 多蔬果少吃肉及海鮮，有利個人健康，更可減少地球破壞。 。
- ( ) 3. 燕窩、魚翅、鮑魚及野味是天然食材，多吃可以長保健康。
- ( ) 4. 寶特瓶堅固耐用，為響應環保應盡量重複使用。
- ( ) 5. 衣服儘量用乾洗可以節省水資源的浪費。
- ( ) 6. 飯後碗盤不大油膩時可用熱水清洗，可減少使用洗碗精。
- ( ) 7. 百貨公司折扣或商店出清拍賣時應多多採買物品以備不時之需。
- ( ) 8. 用充電式電池或環保電池，可減少污染。

二、請寫出家中或賣場裡有環保標章的產品：

---

三、請寫出學校或家中三項實踐綠生活的具體做法：

---

---

---

### 第三課單元教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損之國中學生
單元名稱	全球綠色運動	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
教學日期									
教學者		設計者							
教學研究	教材分析：從影片 <u>正負 2 度 C</u> 談起，因為地球面臨環境及資源的問題，環保的議題與生活息息相關，因此從個人開始，每個人都應關心、珍惜進而愛護我們的家園。 教學重點：1. 地球面臨什麼環境問題？ 2. 認識綠色消費的觀念 3. 建立綠色生活的觀念並能在生活中應用								
單 元 目 標					行 為 目 標				
1. 了解地球面臨的環境問題 2. 認識綠色消費的觀念 3. 建立綠色生活的觀念並能在生活中應用					1-1 能說出地球面臨的環境問題 2-1 能說出綠色消費的概念 2-2 能說出如何選擇綠色消費產品 3-1 能說出綠色生活的要領 3-2 在生活中應用綠色生活的要領				
教 學 活 動						教學資源	時間	教學評量	
一、課前準備 1. 老師準備 <u>正負 2 度 C</u> 影片提供學生課前觀看。 2. 老師準備教學 PPT。  二、引起興趣 從影片 <u>正負 2 度 C</u> 談起帶出地球面臨的環境問題。  三、發展活動-全球綠色運動 配合課本內容，教師在各段適時停頓，引導學生思考愛護家園要從環保做起，分段要點如下： 1. 了解地球面臨的環境問題 1-1 能說出地球面臨的環境問題  2. 能說出綠色消費的觀念 2-1 能辨識綠色與環保節能標章 2-2 能說出如何選擇綠色消費產品						教學 PPT   課文 教學 PPT  教學 PPT	5'   10' 5'  3'	能思考與分享   能專注學習與分享及討論 能了解垃圾對環境造成的污染。	

3-1 能說出綠色生活的要領 3-1-1 在食的方面 3-1-2 在衣的方面 3-1-3 在住的方面 3-1-4 在行的方面 3-1-5 在育的方面 3-1-6 在樂的方面 3-2 能在生活中應用綠色生活的要領 小結本節上課內容及作業指導 (本節結束)	教學 PPT	3' 15' 4'	能將綠色生活觀念，徹底落實於生活上。  學習單
---	--------	-----------------	-------------------------------

## 單元二：愛護家園綠生活

### 第四課 生活向「綠」看 一起綠生活

教材來源：(取材自行政院環保署兒童環保教育網) 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://www.epa.gov.tw/children/download/GreenLife/index.html>

市面流行的「哈利波特」，只要一上市就造成搶購人潮，光是第七集完結篇的全球銷售量可能超過一億二千三百萬冊，想一想這驚人的數字，這些書籍所需要的紙張用量，不知道要砍掉多少棵樹才能印製成，加拿大書商選用再生紙來印製哈利波特，不但可以讓書迷盡情購買閱讀，更兼顧環保。

所以我們要知道，造成環境污染的原因，並不是只有廠商生產產品時所造成的汙染，我們所做的消費行為，也有可能產生污染。其實，我們造成的汙染，是可以從日常生活中預防，例如：可以買一些可回收、低污染、省資源的產品，這樣就可以降低甚至消除對環境的傷害呢！

為了配合這個綠色消費的理念，讓我們能夠清楚的選擇對環境有幫助的產品，環保署特別設計了「環保標章」的制度，這個標章的圖樣所代表的涵義是「一片綠色樹葉包裹著純淨、不受污染的地球」，所以環保標章的英文名稱我們取名為「Green Mark」，這也象徵著「可回收・低污染・省資源」的環保理念喔！

「綠色生活」是目前全世界都在流行的生活方式，如果你還不知道，那就落伍了！想一想，到底要如何實行「綠色生活」呢！

## 第四課 學習單

一、請寫(說)出個人實踐減碳生活的具體做法，至少五項：

[illegible]

## 第四課單元教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損之國中學生
單元名稱	生活向綠看 一起綠生活	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
教學日期									
教學者		設計者							
教學研究	教材分析：「節能減碳」是與生活息息相關的環境保護議題，有了節能減碳的概念，還必須在日常生活中實踐，應用公部門的網路資源，結合益智遊戲寓教於樂，提高學生學習興趣，並激發自我探索及發現問題的能力。 教學重點：1. 大家一起來節能減碳 2. 環保綠生活相關網頁介紹 3. 垃圾變黃金，保特瓶流向知多少								
單 元 目 標					行 為 目 標				
1. 瞭解節能減碳的內容並落實在生活中					1-1 能說出節能減碳的內容 1-2 能在生活中落實節能減碳				
2. 認識環保綠生活相關網頁並使用					2-1 認識環保綠生活相關網頁並使用				
3. 瞭解保特瓶的回收與再生確實做好回收					3-1 能說出綠色生活的要領 3-2 瞭解保特瓶的回收與再生確實做好回收				
教 學 活 動						教學資源	時間	教學評量	
一、課前準備 1. 老師準備 <u>垃圾變黃金-寶特瓶再生</u> 影片 2. 老師準備教學 PPT。 3. 請學生蒐集綠色生活、垃圾變黃金的相關資訊。  二、引起興趣 喚起舊經驗，複習前一節關於食衣住行綠色生活的要領的內容及生活中實踐的情形  三、愛護家園-綠生活從你我做起 配合課本內容，教師在各段適時停頓，引導學生思考愛護家園要從環保做起，分段要點如下：  四、建立綠色生活的觀念並能在生活中應用 1-1 能說出節能減碳的內容 1-2 能在生活中落實節能減碳						課文	5'	能專注學習 熱烈參與討論	
							10'		
						教學 PPT	8'	將綠色生活觀念，徹底落實於	

<p>(因為有許多觀念重複之處，可重複提示，加深學生印象)</p> <p>五、生活實踐：</p> <p>2. 認識環保綠生活相關網頁並使用 (這兒有許多環保知識及遊戲，可依學生的程度、能力和需求彈性應用)</p> <p>3. 播放<u>垃圾變黃金保特瓶回收與再生</u>的影片，引導學生認識保特瓶的再生利用價值，並能確實做好保特瓶的資源回收與利用。</p> <p>4. 作業指導</p> <p>(本節結束)</p>	<p>教學 PPT</p> <p>影片</p>	<p>10'</p> <p>10'</p> <p>2'</p>	<p>生活上。</p> <p>能操作電腦</p> <p>能專注並回答問題</p> <p>學習單</p>
---	-------------------------	---------------------------------	---

## 單元三：認識在地醫療資源與應用

### 第五課 便利的社區醫療資源

就讀國中的小毛是個熱愛運動的男孩，總是利用課餘從事各項球類運動。

星期日的午後，小毛一如往常約了三五好友一起到住家附近的球場打籃球。

球友們援例先做全身的拉筋及伸展等暖身運動，以增加身體運動時的柔軟度，也可以避免拉傷。假日的午後，籃球場上激烈的競技進行著，小毛卻在天色漸暗之際不小心受了傷，造成膝蓋嚴重的擦傷。

由於膝蓋裂傷且流血不止，研判須做傷口縫合手術，小毛選擇離家不遠的外科診所就醫，一來因傷口清淤及縫合是小手術，在診所就可完成，可省去在大型醫院看診、領藥皆須排隊久候及較高額醫藥費的浪費，再者因診所門診時間較長又離家近，回診及換藥都方便許多。

診所醫生為小毛做完傷口的縫合手術後，開立用藥處方後，連同健保卡一併交給小毛，處方上有藥物種類及分量，小毛將處方箋和健保卡拿到特約藥局交給藥師，並仔細詢問藥師正確用藥方法後，才放心的回家休息。





## 第五課 學習單

一、請寫出住家附近的醫療院所至少三個

看診科別	醫療院所名稱

二、請寫出看診時必須提供給醫師參考病情的資訊

---

---

---

---

---

---

---

---

## 第五課 教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損之國中學生
單元名稱	便利的社區醫療資源	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
教學日期									
教學者		設計者							
教學研究	教材分析：了解醫療層級、處方箋及醫藥分業等相關的健保制度，連結至自己的生活經驗 教學重點： 1. 能透過生活經驗與實地觀察了解社區醫療資源 2. 能適時判斷使用社區醫療資源的時機 3. 正確瞭解醫病關係，活用安全看病七絕招								
單元目標					行為目標				
1. 能透過生活經驗與實地觀察，了解居家社區之醫療資源 2. 能適時判斷使用社區醫療資源的時機 3. 正確瞭解醫病關係，活用安全看病七絕招					1-1 能觀察並說出幾家社區醫療所  2-1 能知道醫療層級、處方箋及醫藥分業等相關的健保制度 3. 能知道安全看病七絕招並應用之				
教學活動						教學資源	時間	教學評量	
一、準備活動 引起動機： 提問：根據同學或家人在台東的就醫經驗討論如何判斷及選擇醫療院所？  二發展活動 配合課本內容，教師在各段適時停頓，引導學生思考如果面臨以下的情境時該如何選擇，分段點如下： 1. 能透過生活經驗與實地觀察，了解社區醫療資源 1-1 能說出幾家社區醫療所  2. 能知道醫療層級、處方箋及醫藥分業等相關保制度 2-1 這麼多家醫療院所要找哪一家呢？ 2-2 提醒學生在選擇醫療機構前，必須先了解自己居家附近有哪些資源可利用。 2-3 診所的看診流程有哪些？						課本	5'	能思考與回答	
							10'	能專注學習回答問題並參與討論  能思考與回答	

<p>2-4 由家庭醫師看診的好處有哪些？</p> <p>3. 正確瞭解醫病關係，活用安全看病七絕招</p> <p>3-1 絕招一 做個聰明的病人</p> <p>3-2 絕招二 安全看病講清楚</p> <p>3-3 絕招三 追求健康勤發問</p> <p>3-4 絕招四 檢查、治療問仔細，並確認檢查結果</p> <p>3-5 絕招五 聰明用藥</p> <p>3-6 絕招六 住院或手術的評估及決定</p> <p>3-7 絕招七 尋找資源協助醫療確認</p> <p>二、習作指導</p> <p>(本節結束)</p>	<p>教學 PPT</p>	<p>25'</p> <p>5'</p>	<p>能專注學習 能思考與回答</p> <p>學習單</p>
--	---------------	----------------------	------------------------------------

## 單元三：認識在地醫療資源與應用

### 第六課 認識台東馬偕醫院

教材來源:台東馬偕醫院紀念醫院 2011 年 6 月 22 日取自 <http://ttw3.mmh.org.tw/>

台東馬偕紀念醫院醫院是為了紀念加拿大籍宣教師馬偕博士而設立，醫院的理念是：「那裡有需要，就到那裡去」。因有感於東部地區民眾，若患重大疾病均需到台北或高雄等地診治，不僅延誤治療時機，且增加經濟負擔，1987 年 8 月 15 日乃於台東市鯉魚山下設立分院。

二十多年來，馬偕分院是台東縣內唯一之區域教學醫院，一直擔負著台東地區後送醫院的功能，並承辦台東區醫療網工作一如支援六所群體醫療執業中心、定期舉辦醫療講座及出版刊物，以教育當地醫師，並經常到偏遠山區、離島，或原住民部落舉辦義診。

馬偕醫院台東分院地址：台東市長沙街 303 巷 1 號

總機：(089)310150

掛號專線：(089)310195(二十四小時語音掛號)



## 第六課 學習單(一) 馬偕醫院

一、 請寫出馬偕醫院的地址

---

二、 請寫出馬偕醫院的網址

---

三、 請寫出馬偕醫院的電話掛號專線號碼

---

四、 請依序寫出醫院看診流程(填寫代號)

A 醫生看診、B 在候診區等待看診、C 掛號、D 至藥局領藥、E 批價

---

五、 請上網練習網路掛號流程，並練習查詢及取消掛號

網路掛號：

點選網路掛號 → 看診科別 → 看診醫師 → 看診時間 → 檢查所要掛號內容  
→ 輸入身分證字號 → 輸入出生年月日 → 送出

## 第六課學習單(二) 疾病症狀與就醫

說明：請就下表內陳述的疾病症狀，研判患者應就醫的科別。

(提示:可參考網頁 [http://www.doh.gov.tw/ufile/doc/民眾就醫指引手冊\(V2\).pdf](http://www.doh.gov.tw/ufile/doc/民眾就醫指引手冊(V2).pdf)  
或馬偕就醫症狀參考表網頁)

疾病症狀	應 就 醫 科 別
無法區分之疾病	例：一般內科、家庭醫學科、一般兒科
感冒	
頭痛、頭暈	
掉頭髮	
眼睛疲勞、紅、癢、疼痛	
耳朵痛、流鼻血	
胸痛	
便秘、便血	
手腳麻痺	
發育不良	

## 第六課 教學活動設計

教學領域	家庭領域-家庭照護			教學時間	總時間	節次	各節分鐘	教學對象	輕度認知功能缺損國中學生
單元名稱	台東馬偕醫院	教學來源	自編		四十五分鐘	一節	四十五分鐘		
教學日期									
教學者		設計者							
教學研究	教材分析：台東馬偕醫院是台東唯一的大型醫院，在地醫療資源的認識與應用是家庭照護中重要的一環，結合健康領域的醫療相關知識與馬偕醫院的網路系統，引導學生應用電腦查詢醫療資訊，瞭解醫療環境進而能利用便利的醫療資源。 教學重點： 1. 認識區域教學級醫院 2. 能透過網路資源了解醫療資訊並能實際操作使用								
單元目標					行為目標				
1. 認識區域教學級醫院 2. 能透過網路資源了解醫療資訊並能實際操作使用					1-1 上馬偕醫院網站查詢醫院完整醫療資訊 2-1 實際操做馬偕醫院就診掛號及各項網路流程				
教學活動						教學資源	時間	教學評量	
一、準備活動 引起動機： 提問：同學或家人在台東大型醫院的就醫經驗如何？如何判斷及選擇醫療院所？						課文  教學 PPT	3’	能思考與回答	
二、引起動機 配合課本內容，教師在各段適時停頓，引導學生思考							5’	能專注學習	
三、發展活動 配合教學投影片，學生學習重點如下： 1-1 台東馬偕醫院在哪裡 1-2 醫療現況一覽表 1-3 醫療服務內容 1-4 門診時間表 1-5 一般掛號須知 1-6 門診就醫流程 1-7 就醫症狀參考表							15’	能專注學習並回答問題	

1-8 醫師專長介紹 1-9 門診看診進度表 1-10 掛號方式初診、複診、語音、網路 1-11 各種收費方式 1-12 門診流程 1-13 領藥須知  二、能透過網路資源了解醫療資訊並能實際操作使用 2-1 實際操做馬偕醫院就診掛號及各項網路流程  三、作業指導 (本節結束)	教學 PPT 能上網電腦	15'  7'	依照老師指令 正確操作電腦  學習單
--	-----------------	---------------	-----------------------------



## 參 考 資 料

1. 特殊教育課程發展共同原則及課程綱要總綱全國說明會資料  
2011 年 4 月 22 日取自 <http://www.ntnu.edu.tw/spc/drlusp/home.html>
2.  新聞 更新日期:2011/06/14 18:12 吳亭儀  
[http://tw.rd.yahoo.com/referurl/news/logo/tvbs/SIG=10vc53r83/\\*http://www.tvbs.com.tw/index/](http://tw.rd.yahoo.com/referurl/news/logo/tvbs/SIG=10vc53r83/*http://www.tvbs.com.tw/index/)
3. 食品中塑化汙染衛教手冊 2011 年 6 月 22 日取自  
[http://www.fda.gov.tw/files/site\\_content/食品中塑化劑汙染衛教手冊.pdf](http://www.fda.gov.tw/files/site_content/食品中塑化劑汙染衛教手冊.pdf)
4. 行政院衛生署起雲劑遭塑化劑汙染專區 2011 年 6 月 22 日取自  
網址 [http://www.fda.gov.tw/content.aspx?site\\_content\\_sn=2507](http://www.fda.gov.tw/content.aspx?site_content_sn=2507)
5. 食品藥物管理局網站 2011 年 6 月 22 日取自 <http://www.fda.gov.tw/>
6. 食品藥物消費者知識服務網 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://coumer.fda.gov.tw/>
7. FDA食品藥物管理局藥物食品安全週報第257期2010.08.20取自  
[http://www.fda.gov.tw/files/publish\\_other/藥物食品第257期.pdf](http://www.fda.gov.tw/files/publish_other/藥物食品第257期.pdf)
8. 行政院環保署兒童環保教育網 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://www.epa.gov.tw/children/download/GreenLife/index.html>
9. 行政院兒童 e 樂園網站 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://www.epa.gov.tw/children/download/GreenLife/index.html>
10. 行政院環境保護署環境 E 學院 2011 年 6 月 22 日取自  
<http://ivy5.epa.gov.tw/e-school/>
11. 台東馬偕醫院紀念醫院 2011 年 6 月 22 日取自 <http://ttw3.mmh.org.tw/>
12. 民眾就醫指引手冊(V2) 2011 年 6 月 22 日取自  
[http://www.doh.gov.tw/ufile/doc/民眾就醫指引手冊\(V2\).pdf](http://www.doh.gov.tw/ufile/doc/民眾就醫指引手冊(V2).pdf)