



財團法人  
彭婉如文教基金會  
P.W.R. Foundation

# 寶寶

第冊

## 生活日誌

宛如媽媽般的照顧~

一歲以下寶寶專用



自 年 月 日起 至 年 月 日止



財團法人彭婉如文教基金會  
Peng Wan-Ru Foundation

### 寶寶小檔案

#### 寶寶基本資料：

名字：\_\_\_\_\_ 小名：\_\_\_\_\_

生日：\_\_年\_\_月\_\_日 性別：女生 男生

特殊疾病：\_\_\_\_\_

照護叮嚀：\_\_\_\_\_

#### 家長聯絡資料：

家長姓名：爸\_\_\_\_\_ 媽\_\_\_\_\_

聯絡電話：（住家）\_\_\_\_\_

（公司）爸\_\_\_\_\_ 媽\_\_\_\_\_

（手機）爸\_\_\_\_\_ 媽\_\_\_\_\_

住址：\_\_\_\_\_

緊急聯絡人：\_\_\_\_\_ 關係：\_\_\_\_\_

聯絡電話：（住家）\_\_\_\_\_（公司）\_\_\_\_\_（手機）\_\_\_\_\_

緊急事件送往醫院：\_\_\_\_\_ 醫院電話：\_\_\_\_\_

醫師姓名：\_\_\_\_\_（有指定醫師者請填寫）





# 托育人員資料

姓名：

電話：

行動電話：

地址：

登記資格：證照 相關科系 培訓班結業

所屬居家托育服務中心：

受過的相關訓練：



## 優質托育人員守則

1. 有托育服務的熱誠，並且願意接受媒合。
2. 按時填寫寶寶生活日誌。
3. 托育人員及其家人不得有虐待、疏忽等違反兒童及少年福利與權益保障法之行為。
4. 至少兩年定期一次身體健康檢查。
5. 接受居家托育服務中心的訪視與輔導。
6. 遵守衛福部社家署的收托人數規定：收托幼兒以4人為限。  
(含托育人員本人5歲以下幼兒)，其中未滿2歲者最多2人。
7. 積極參加在職訓練每年至少18小時，充實育兒新知。
8. 在托育時段內應專心托兒，不得有其他酬勞報償之兼職工作。



## 家長守則

1. 細心觀察寶寶的身體與情緒狀態。瞭解寶寶在托育地的適應狀況。
2. 用心閱讀並填寫寶寶日誌，與托育人員做聯繫溝通。
3. 與當區居家托育服務中心保持聯絡，填寫滿意度調查，作為給托育人員的建議與回饋。





# 彭婉如基金會 的理念



親愛的爸爸媽媽們，寶寶是我們生命中最好的禮物。但在照顧寶寶與工作間兩頭燒，實在是不容易的事。「照顧孩子不止是父母親的事，更是整個社會應該共同擔的責任。」這是彭婉如基金會推動「社區保母系統」的理念。

社區保母系統是一個普及、平價的托育支持系統，婉如基金會在當中擔任中介的角色，提供系統內的保母充分的管

理與支持，讓托育品質有保障。我們期待女性能成為一個安心、有尊嚴的母親，同時我們也期許自己能夠傾聽家長、保母、寶寶的需求，建立雙方暢通的溝通管道、互信的照顧關係。

寶寶日誌是我們的第一步，期待您和我們一起努力。



## 兒童照顧宣言

兒童是國家未來的主人翁，從小是否得到良好的照顧，決定了未來是否成為良好的國民。好的兒童照顧不只是父母的責任，也是社會共同的責任。作為兒童照顧的一員—父母、保母，我們深知：

兒童照顧不只是事關兒童的福祉，也關係到女性的權益。

任何托兒服務不是要取代父母，而是要支持父母，輔佐父母之不足。

兒童的最佳成長環境，不只是豐衣足食，而且是有愛、有關懷、有安全的健康環境。唯有多付出關心，才能更瞭解兒童。

培養兒童作為一個未來文明的國民應從小開始，父母是最重要的模範，保母也將成為角色學習的範本之一，未可輕忽。

快樂的童年在父母、兄弟姊妹、親友、保母的愛撫、關切、照顧、教導之下，點點滴滴累積，而且反映在少年、成人階段的行事待人上。

我們作為一個照顧者，不是讓兒童安靜、聽話、會玩、會滿足成人的期待就夠了，而是培養兒童依他們獨特的身心發展階段而成長。總之，兒童是我們的中心，父母、親友、保母將因兒童的健康、快樂而得到滿足的喜悅，只有靠大家盡心合力，才能創造兒童的最大福祉。







# 照顧承諾

## 1. 彭婉如文教基金會的承諾

婉如基金會扮演著中介角色，致力於以專業、效率、信實的服務，建立家長與保母雙方的信賴，進而促成一個互助互信的社會。婉如基金會已經成功地推動「社區保母支持系統」成為國家政策，未來還要持續研發與實驗，再將成果建議給政府，讓女人願意生小孩、小孩能夠好好長大。

彭婉如文教基金會董事  敬上

## 2. 家長的承諾

我真心地感謝保母付出愛心來照顧我的孩子，協助減輕我的照顧負擔。我願意善用這本實實日誌，作為彼此溝通的媒介，每日切實填寫溝通事項，使這本實實日誌成為我、實實和保母三方愛與成長的見證。

家長 \_\_\_\_\_ / 年 月 日

## 3. 保母的承諾

我願意真實紀錄實實每天成長的點點滴滴，幫助我更瞭解實實的需求，以適時調整照顧方式。我願意善用實實日誌，作為與家長溝通的媒介，期望實實在我的關心照顧下，健健康康、快快樂樂地長大。

保母 \_\_\_\_\_ / 年 月 日



## 兒童的生長與發展

生長：身體會隨著年齡增加而以一定的速度長大，發育狀況可由身高及體重等指標反應作為判斷依據。  
發展：心智、動作等各項能力會以一定的速度成熟，並可藉由粗動作、細動作、語言溝通、身邊處理及社會性等四大測驗標準中評斷出來。

在正常的狀況下，兒童的生長及發展在每一個年齡階段均需有一致性的進展標準，若有明顯的落後及問題，則應轉介至專科醫生作進一步的檢查，以瞭解發育遲緩的原因。

	粗動作	細動作	語言溝通	身邊處理及社會性
滿四個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 俯臥時盆骨平貼於床面，頭、胸部可抬離床面。</li> <li>· 拉扶坐起，只有輕微的頭部落後。</li> <li>· 坐姿扶持，頭部幾乎一直抬起。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 手會自動張開。</li> <li>· 常舉手作“凝視手部”</li> <li>· 當搖鈴被放到手中，會握住約一分鐘</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 轉頭偏向音源</li> <li>· 有人向他說話，會咿呀作聲</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 雙眼可凝視人物，並追尋移動之物</li> <li>· 會對媽媽親切露出微笑</li> </ul>
滿六個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 抱直時，脖子豎直，頸保持在中央</li> <li>· 會自己翻身（由俯臥成仰臥）</li> <li>· 可以自己坐在有靠背的椅</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 雙手互握在一起</li> <li>· 手能伸向物體</li> <li>· 自己會拉開在他臉上的手帕</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 哭鬧時，會自己因媽媽的撫聲而停哭</li> <li>· 看他時，會回看你的眼睛</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 他會微笑</li> <li>· 餵他吃時，會張口或用其他的動作表示要吃</li> </ul>

# 實實成長量表





# 寶寶成長量表



	粗動作	細動作	語言溝通	身邊處理及社會性
滿九個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>不須扶持，可坐穩</li> <li>獨立自己爬（腹部貼地、匍匐前進）</li> <li>坐時，會移動身體挪向所要的物體</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>將東西由一手換到另一手</li> <li>用兩手拿小杯子</li> <li>自己會抓住東西往嘴裡送</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>轉向聲源</li> <li>會發出單音（如“ㄇㄩ”、“ㄣㄩ”）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己能拿餅乾吃</li> <li>會怕陌生人</li> </ul>
滿十二個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>雙手扶著傢俱會走幾步路</li> <li>雙手拉著會移幾步</li> <li>扶著物體自己站起來</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>拍手</li> <li>會把一些小東西放入杯子</li> <li>會撕紙</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>以揮手表示“再見”</li> <li>會模仿簡單的聲音</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>叫他，他會來</li> <li>會脫帽子</li> </ul>
滿十八個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>可以走得很快</li> <li>走得很穩</li> <li>牽著他或扶著欄杆可以走上樓梯</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>會用筆亂塗</li> <li>會把瓶子的蓋子打開</li> <li>已開始較常用特定的一邊手</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>有意義的叫爸爸、媽媽</li> <li>會跟著或主動說出一個單字</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>會雙手端著杯子喝水</li> <li>替他穿衣服，會自動的伸出胳膊或腿</li> </ul>
滿二十四個月	<ul style="list-style-type: none"> <li>會自己上下樓梯</li> <li>會自己由椅子上爬下</li> <li>會踢球（一腳站立另一腳踢）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>重疊兩塊積木</li> <li>會一頁一頁的翻圖畫書</li> <li>會將杯子的水倒到另一個杯子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>能指出身體的一部份</li> <li>至少會講10個單字</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己會脫去衣服</li> <li>會打開糖果紙</li> </ul>



# 如何使用這本日誌

## 使用寶寶日誌的目的

1. 瞭解幼兒的生活與作息
2. 紀錄孩子的發展狀況
3. 銜接托育人員與父母的照顧。

## 嬰幼兒生活作息觀察與紀錄的要領

### 1. 填寫各項記錄的方式：

量化的部分：確實填寫數字、數量。

勾選的部分：若無適當選項，請於後面空格處加註。

文字紀錄部分：把握重點，做具體的描述。

如：「排便情形」--紀錄重點為大便的顏色

（如正常/偏綠/偏黑等）及狀態（如硬/稀/正常）。

「食慾」--紀錄其胃口好壞，是否有挑食的狀況，對哪種食物特別排斥。

### 2. 紀錄的撰寫原則：

- (1) 客觀的做記錄，不加主觀判斷。
- (2) 確實記錄時間。
- (3) 若遇到突發狀況要詳細記載。
- (4) 參考本日誌所附的寶寶成長量表，特別觀察幼兒發展狀況做重點紀錄，若發覺幼兒發展有明顯落後，務必提醒家長及所屬居家托育服務中心。



時間 項目	早 上						下 午						晚 上			夜間	情 況			
	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	11	12~5
喝奶 (C.C.)																				<input type="checkbox"/> 胃好 <input type="checkbox"/> 胃差 總奶量 _____ c.c.
排便																				<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 異常 <input type="checkbox"/> 紅屁股 備註：
睡眠																				<input type="checkbox"/> 安穩 <input type="checkbox"/> 不佳 總時數：
體溫 (°C)																				<input type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 異常
吃藥																				<input type="checkbox"/> 合作 <input type="checkbox"/> 不合作
換尿布																				
飲食 方面	正餐： <input type="checkbox"/> ( ) 粥 <input type="checkbox"/> ( ) 麵 <input type="checkbox"/> 其他 ( ) 配菜： <input type="checkbox"/> 肉 <input type="checkbox"/> 魚 <input type="checkbox"/> 蔬菜 <input type="checkbox"/> 蛋 <input type="checkbox"/> 豆類 <input type="checkbox"/> 其他 ( ) 點心：( )。 水果( )。 喝水：( ) C.C.																			
活動 行為	<input type="checkbox"/> 安穩 <input type="checkbox"/> 快樂 <input type="checkbox"/> 不安 <input type="checkbox"/> 哭鬧 <input type="checkbox"/> 攻擊 <input type="checkbox"/> 反抗 <input type="checkbox"/> 其他備註：																			



聯  
絡  
事  
項

請添加寶用品：尿片 衣褲 奶粉 麥粉 其他：

今日健康情況： 正常  需看醫生 \_\_\_\_\_

寶寶今日最後用餐時間：\_\_\_\_\_ 食物：\_\_\_\_\_ 量：\_\_\_\_\_

保母的小叮嚀

家長的話 ※如需托藥請務必填寫清楚用藥時間及劑量

保母簽名：

家長簽名：

