# 台灣健康聯盟　函

聯絡地址：100405 台北市中正區忠孝西路一段 6 號 11 樓
承 辦 人：汪里昂
電　　話：(02)2388-1010
傳　　真：(02)2370-0958
電子信箱：tha2024tw@gmail.com

受文者：新竹縣政府教育處

發文日期：中華民國 115 年 5 月 28 日
發文字號：台灣健康聯盟字第 1150000036 號
速別：普通件
密等及解密條件：普通
附件：一、「Team Girls! 挺女孩 教師知識培訓工作坊」計畫

主旨：敬邀貴局處所屬公私立國民中學及國民小學教師報名參加，由本聯盟辦理之「Team Girls! 挺女孩－教師知識培訓工作坊」，請查照。

說明：

一、為配合教育部推廣生理教育及落實校園性平教育，本聯盟與生理用品企業合作，共同舉辦「Team Girls! 挺女孩－教師知識培訓工作坊」進修課程。旨在提供國小及國中教師協助學生面對初經及青春期即將面臨的生理、心理及人際問題等挑戰，強化教師對月經教育的實務能力。

二、本會日前於台北辦理首場教師研習活動，成效良好，參與教師遍及各縣市，獲熱烈迴響。為持續推廣相關教學資源與經驗交流，於本年度增辦台中場次，以擴大研習效益。

三、本研習課程將於「全國教師在職進修資訊網」核發教師在職進修研習時數，惠請同意給予公假。

四、課程特色：

（一）涵蓋性別平等教育、人權教育、品德教育、生命教育、多元文化教育等諸多面向，並教授生理教育的心



教育局 115.06.-1 收文 (1)
115 76 03509 教育局

理、健康、戀愛等面向。

(二) 提供實用教學資源與活動設計靈感，強化教師對月經教育的實務能力。

(三) 釐清月經的生理與心理意涵，破除相關迷思與汙名，並認識多元生理用品，提升教學與回應學生需求的能力。

五、 課程資訊：

(一) 日期：115 年 7 月 3 日（星期五）

(二) 時間：下午 13 時 30 至 16 時 30 分（13 時開放報到）

(三) 地點：Top space 卓越商務中心台中一館 B 教室（台中市中區民族路 23 號 3 樓）

(四) 報名方式：「全國教師在職進修資訊網」線上報名。

(五) 參加對象：公私立各國中國小之健康教育課程授課教師及對課程主題有興趣之教師。

(六) 全程參與教師可獲得「Team Girls! 挺女孩」教學包（含教材包、教學手冊及學習單）及研習進修時數。

六、 相關課程內容，請參閱附件一之「Team Girls! 挺女孩教師知識培訓工作坊」計畫。

正本：臺北市政府教育局、新北市政府教育局、桃園市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、新竹縣政府教育處、苗栗縣政府教育處、彰化縣政府教育處、南投縣政府教育處、雲林縣政府教育處、嘉義縣政府教育處、屏東縣政府教育處、宜蘭縣政府教育處、花蓮縣政府教育處、臺東縣政府教育處、澎湖縣政府教育處、金門縣政府教育處、連江縣政府教育處、基隆市政府教育處、嘉義市政府教育處、新竹市政府教育處
副本：台灣健康聯盟

附件一：「Team Girls! 挺女孩－教師知識培訓工作坊」計畫

一、 課程緣起：

為提供國小及國中教師協助學生面對初經及青春期即將面臨的生理、心理及人際問題等挑戰，台灣健康聯盟舉辦「Team Girls! 挺女孩－從月經教育探討生理與性平教學的多重面向 教師知識培訓工作坊」，課程涵蓋性別平等教育、人權教育、品德教育、生命教育、多元文化教育等諸多面向，歡迎有興趣之教師踴躍報名。

二、 課程目標：

(一) 釐清月經的生理與心理意涵，破除相關迷思與汙名。

(二) 認識多元生理用品，提升教學與回應學生需求的能力。

(三) 教授生理教育的心理、健康、戀愛等面向，尤其是交友保護自己的重要觀念。

(四) 提供實用教學資源與活動設計靈感，強化教師對月經教育的實務能力。

三、 課程說明：

(一) 日期：115 年 07 月 03 日（星期五）

(二) 時間：下午 13 時 30 至 16 時 30 分（13 時開放報到）

(三) 地點：Top space 卓越商務中心台中一館 B 教室（台中市中區民族路 23 號 3 樓）

（四）報名方式：「全國教師在職進修資訊網」線上報名。

（五）研習報名網址：

https://www2.inservice.edu.tw/NAPP/CourseView.aspx?cid=5591441

（六）研習對象：公私立各國中國小之健康教育課程授課教師及對課程主題有興趣之教師。

（七）研習時數：3 小時

（八）教學資源：全程參與教師可獲得「Team Girls! 挺女孩」教學包乙份（含教材包、教學手冊及學習單）。

四、 課程師資：

（一）衛福部社家署托育人員性別講師　王依琪

（二）仁愛長庚合作聯盟醫院生殖醫學中心主任　林佳昀

五、 課程內容：

課程時程表

| 時間 | 單元名稱 | 教學內容與活動 | 教學方式 |
|---|---|---|---|
| 13:30 - 13:50 | 暖身導入：你對月經的第一印象是？ | - 利用便利貼收集教師對月經的關鍵詞與感受，展現刻板印象與情緒共鳴。<br>- 學齡段教學差異及教學回應技巧 | 啟發式提問＋數位互動工具 |
| 13:50 - 14:20 | 單元一：從身體理解月經/生理、青春期飲食指南/臨床案例分享 | - 認識月經週期、生理變化與影響<br>- 生理期/青春期健康飲食推薦<br>- 青春期發育醫學臨床案例分享 | 講授＋案例分析 |
| 14:20 - 14:40 | 單元二：生理用品知多少－如何選擇？如何教育？ | - 衛生棉、布棉、月亮杯、月經褲等介紹<br>- 示範教具：實物展示與比較<br>- 如何向學生說明「選擇權」與「尊重身體」 | 實物操作＋小組互動 |
| 15:40 - 15:00 | 單元三：月經不該是禁忌－性平教育的重要性 | - 社會對月經的隱晦與負面印象<br>- 教師如何使用尊重、非羞辱性的語言教學<br>- 「如果學生月經來了怎麼辦？」應對練習<br>- 班上會否發生性別歧視的現象以及該如何處理 | 腦力激盪＋情境演練 |
| 15:00 - 15:20 | 單元四：生理教育的多元面向－青春期大哉問 | - 青春期的健康飲食推薦<br>- 網路戀愛交友的保護措施<br>- 私密照外流的處理方式<br>- 講師彙整常見生理教學誤區<br>- 推薦教案、影片與繪本資源包 | 小組合作＋分享展示 |
| 15:20 - 16:20 | 小組活動：教學活動設計挑戰 | - 分組討論：在自己的班級如何帶入月經教育？<br>- 每組設計 1 個簡單活動（如遊戲、繪本延伸、問答牌卡）<br>- 分享與講師回饋 | 講解＋問答 |
| 16:20 - 16:30 | 結語與回饋表填寫 | 感謝與勉勵、大合照、發放回饋問卷、可提供電子教案下載方式 | - |

六、 相關聯絡方式：

（一）聯 絡 人：台灣健康聯盟　汪里昂

（二）聯絡電話：(02)2388-1010

（三）電子信箱：tha2024tw@gmail.com

（四）聯絡地址：100405 台北市中正區忠孝西路一段 6 號 11 樓