

偕同

36

2023
七月

Haai⁴ Tung⁴

教養專題 | 成長升級法寶
偕同訪談 | 與孩子談生說死

保護兒童教育遊戲 | 好壞接觸要分別
偕同活動安排 | 親子室內歷險



香港聖公會福利協會有限公司
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED



愛·孩子
學前單位社工服務

偕同

—— 陪伴家長與孩子，彼此支持成長同行。
同創共聚的空間，享受暖心親子時光。 ——

偕：原讀為「佳」，亦可讀作「孩」，服務以孩童為本，因而命名。

目錄

01-20

教養專題

成長升級法寶



21-27

偕同訪談

與孩子談生說死

保護兒童
教育遊戲

好壞接觸要分別



28

偕同活動安排

親子室內歷險



有興趣的家長可掃描此 QR Code 或按 <https://wa.me/85251939481>
加入本刊Whatsapp成為聯絡人，接收電子報資訊。

如需透過電郵收閱或索取印刷版《偕同》，請與 貴校愛孩子計劃駐校社工聯絡。

《偕同》電子報 2023年7月第三十六期

策劃及編輯：陳美如 黃惠婷 胡潔明 阮詩雅

封面插圖、漫畫設計：TMY Illustration

設計排版：李翠翹

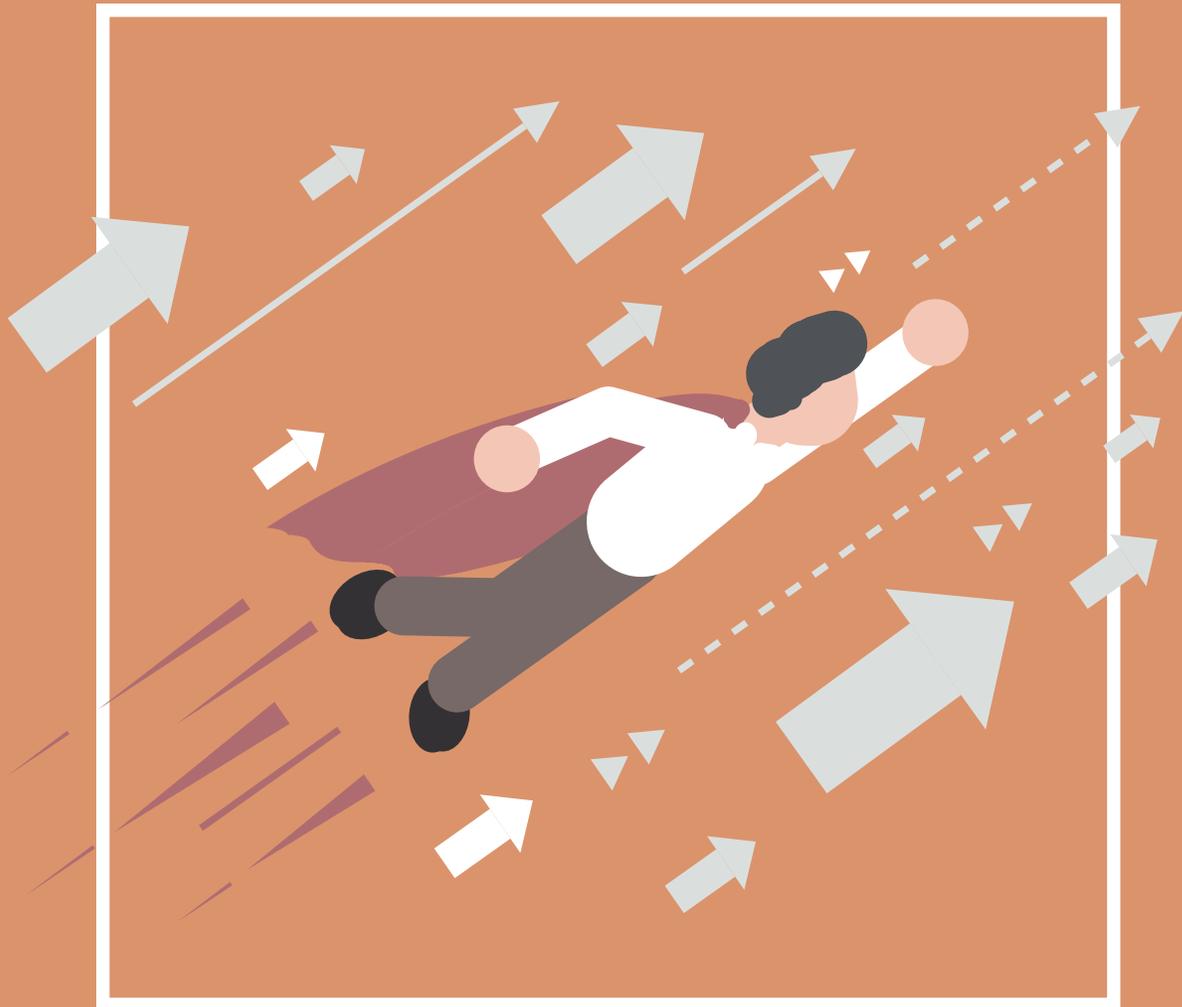
編審：鄧慧恩

香港聖公會福利協會有限公司

愛·孩子—學前單位社工服務

電話：2111 2055

地址：九龍紅磡馬頭圍道37-39號紅磡商業中心A座12樓06室



成長升級法寶

學期尾總是迎來新階段的開展，如N班升K1，K1升K2，K2升K3，K3的大哥哥大姐姐要升小學了！每年的升「呢」都是一個新挑戰，對年幼的孩子而言，家長和老師的陪伴及指導是十分重要。如何陪伴孩子適應新階段呢？一同來了解！

N班升K1班

孩子將要適應新的同學和班老師，有甚麼秘訣？

孩子面對新環境(新課室)、新老師、新同學，免不了需要一段適應的時間。與此同時，其實家長亦陪伴孩子，一起面對這個轉變，與孩子同行。家長可以多向老師了解孩子在學校的情況，與老師保持聯繫及溝通，有助於了解孩子適應學校生活的情況。此外，家長亦可以增加與孩子的個別傾談時間，讓孩子分享心情及想法，如：「返學時老師有無同你地玩(有趣的活動項目)?」「識左邊啲朋友仔?」等，透過聆聽孩子的說話，家長可以了解孩子在校情況。假如孩子未能主動分享學校的經驗，家長可透過從學校了解的資訊，引導孩子分享日常經驗。



K1班升K2班

孩子面對學習形式上的轉變，如執筆寫字，該如何準備？

家長可以透過讚賞及鼓勵，讓孩子在學習的過程中，增加成功經驗及自信心。家長亦可以調整個人期望，接納孩子在學習上的不完美(如：寫字不夠工整時，不多次要求擦掉重寫)，循序漸進地協助孩子適應學習上的轉變，讓孩子增加對寫字的興趣，提升學習動機。在執筆寫字上，需要孩子運用不同的能力，包括：手眼協調、空間感、大小肌等，家長可以透過遊戲或親子互動，讓孩子提升對書寫的興趣，如：運用不同顏色的顏料或沙，讓孩子在上面用手指寫字。



K2班升K3班

孩子功課量增加，為升小一打好基礎，如何作好銜接？

有些幼稚園會在K3時預演小一學習模式，讓孩子可以在一年間慢慢適應小一生活，避免升小學後學習模式有太大轉變而未能適應校園生活。家長可讓孩子知道新階段意味著成長為大個仔大個女，同時讓孩子明白家長會在這段時間陪伴他一起接受挑戰，增加孩子的信心。而提升孩子的執行功能，也是升小的有用技能之一，包括組織能力，情緒管理，時間管理等等。



K3升小一

對孩子的學習要求較之前提升，如學習科目增加，需要較高專注力，功課較多，溫習時間延長，如何適應？

家長對孩子在升小一初期的表現宜保持平常心，因為孩子需要時間適應新的學習模式，而且每個人的適應能力不同，切勿作出比較。家長可觀察孩子的困難，亦可以直接與孩子傾談，關心他的適應狀況。家長可以先建立孩子在學習上的規律，固定學習時間，與孩子共同製作學習時間表：做功課時先難後易，因處理困難的功課較需要精力去處理，在孩子剛做功課時較有精神及體力應付。家長的陪伴及鼓勵十分重要，在適應初期可陪伴在旁，給予建議，建立孩子解決困難的方法，待孩子掌握了技巧後，可以慢慢放手，讓他自己作嘗試，建立孩子的獨立能力。



新生上學

如孩子是新生上學，家長可參考以下方法教導上學概念，輔助適應：





學習概念：

- 1 | 學校是甚麼？
- 2 | 學校有甚麼人？
- 3 | 學校在哪兒？
- 4 | 學校有甚麼設施？
- 5 | 我在學校做甚麼？

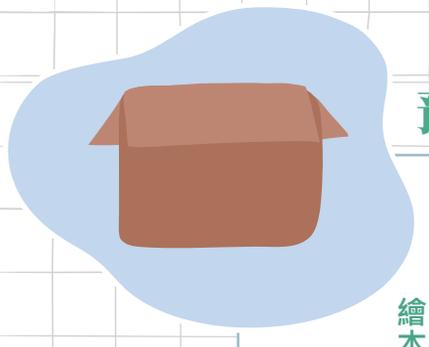


方法：

- 1 | 親自帶孩子上學，可預先試行上學路程。
- 2 | 與學校老師建立信心，並且在校門堅定與孩子說再見，承諾放學後接回並兌現。
- 3 | 參與學校適應日親子活動，回家後與孩子重溫。

執行小技巧：

- 1 | 家長投入在活動當中，為上學營造正面印象。



預備物資



學習概念：

- 1 | 過有規律的生活。
- 2 | 嘗試跟從成人指令。

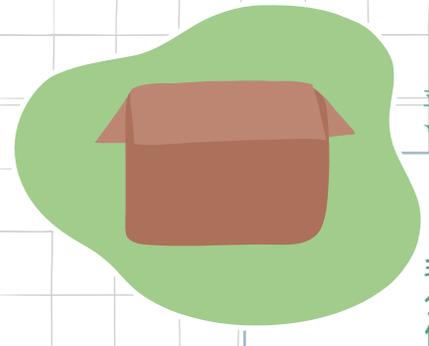


方法：

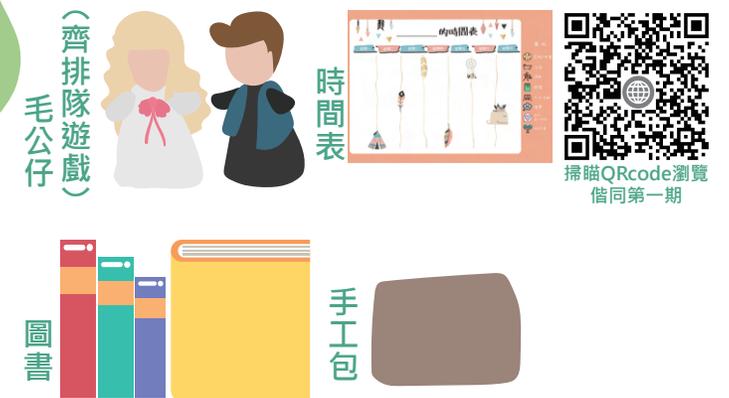
- 1 | 訂立家中作息時間表。
- 2 | 玩公仔排排隊遊戲。

管教小技巧：

- 1 | 家長在訂立規矩後，嘗試一致地執行（言出必行），並與孩子討論若不遵守規則（安靜坐下完成故事時間），需承擔恰當後果（不准玩玩具一天）。
- 2 | 一個公仔帶領列隊、指示其他公仔跟隨其後，不會走失。



預備物資





學習概念：

多實踐自理

- 1 | 嘗試完成簡單的自理項目。
- 2 | 豐富生活經驗。



家長可以這樣做

- 1 | 分拆日常自理的步驟，引導孩子自行完成（吃茶點，用杯飲水、用毛巾抹咀，收拾玩具，在馬桶上上廁所，拉書包拉鍊，放書包）。

管教小技巧：

- 1 | 善用「快、真、準」讚賞。
當孩子能完成自理步驟，家長可即時欣賞孩子的能力（快），態度真誠地肯定及準確描述孩子的行為，以加強孩子好行為的動機及持續性。
例如：你識得溫柔收拾玩具，做得好！



預備物資

繪本



兒童馬桶



書包



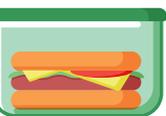
毛巾盒



水杯



食物盒



小提示一 | 幫助孩子認識學校

讓孩子從視覺及聽覺認識學校的概念，當孩子愈清晰明白學校是甚麼，如何和為甚麼上學，便可提升上學的正向感受和自信了。

小提示二 | 幫助孩子適應學校規範

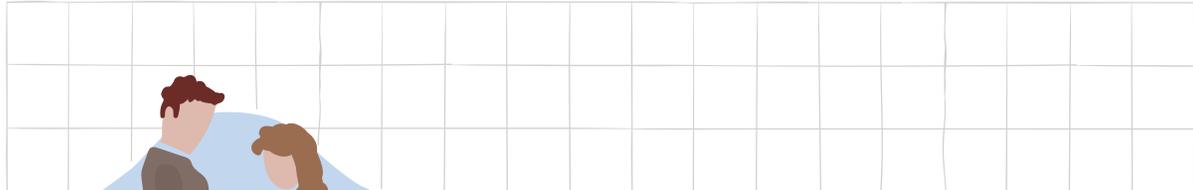
孩子在學校需要跟隨既定流程，例如：上體能課、主題課、吃茶點、遊戲時間等。孩子在家中學習跟隨指示和熟習活動的轉換，對於適應學校規範有一定幫助。

小提示三 | 訓練孩子自理能力

孩子在學校需要獨立地完成自理項目，例如：吃茶點、上廁所等，若孩子在家中已習慣「自己的事自己做」，在學校生活時，會更有信心和成功感，減低倚賴。

參考資料

衛生署家庭健康服務親職系列12——預備上學去 Preparing your kids for the new school year during COVID-19
Posted on August 7, 2020 by Ellen Greenlaw | Health and Parenting



升讀K3的孩子，即將面臨選校的問題，家長可考慮：

- 1 | 夫妻對學校的要求及共識。
- 2 | 學校教學方針或理念。
- 3 | 留意該校的學生表現（德育）。
- 4 | 學校環境：參觀學校（若未能參觀時，可到該校網站瀏覽）。
- 5 | 結識有就讀心儀學校的學生家長，向他們了解更多。
- 6 | 孩子的性格及能力。
- 7 | 留意學校數據，如：收生數字、每班學生及教師比例等。

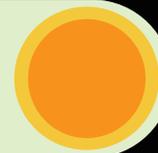


完成挑戰後在路線中的圓形內畫上哈哈笑



開始挑戰

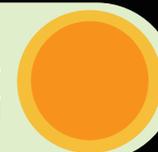
挑戰一
校園生活



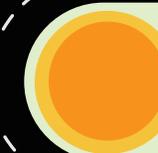
挑戰二
情緒



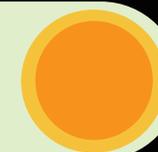
挑戰三
個人衛生的準備



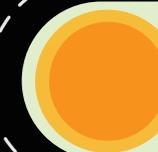
挑戰四
建立規律生活習慣



挑戰五
自理



挑戰六
專注守規



挑戰完成！長大了，到達幼稚園 / 小學

姓名：

升級級別：

挑戰一：校園生活

任務內容

完成連線後，請幼兒分享在學校開心的回憶

任務背景

讓幼兒勾起校園生活的片段，上學是一件開心愉快的事，有老師有同學，一同遊戲、唱歌等

小提示

與子女回顧熟悉經驗，讓幼兒找回對學校的熟悉感

在家裡可以跟幼兒角色扮演，模擬上學的情況

挑戰二：情緒

任務內容

家長可先透過繪本或遊戲與幼兒認識不同的情緒。之後，幼兒揀選準備重返校園的心情卡，分享自己的想法或原因

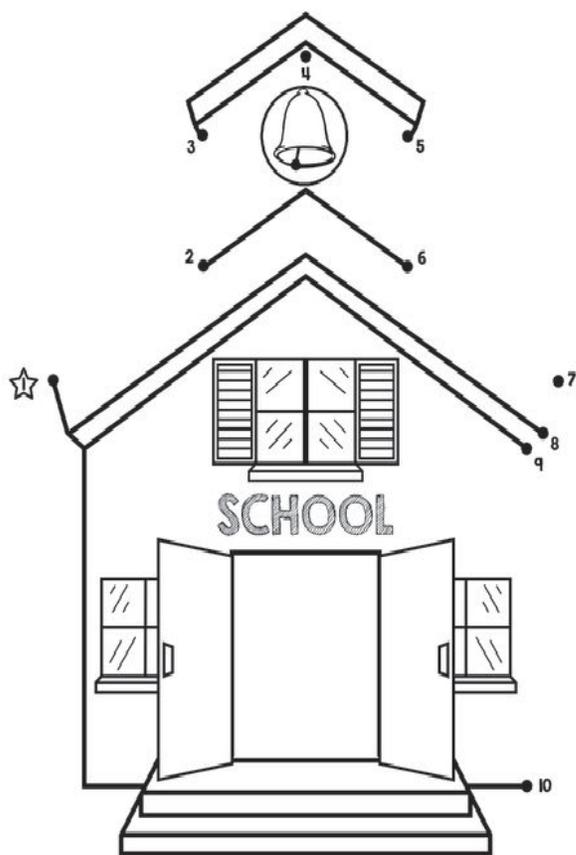
任務背景

每個人對於上學有不同反應，家長可利用不同的情緒圖卡，教導幼兒分辨不同的情緒、了解幼兒對於重返校園的想法、心情、感受及作出回應

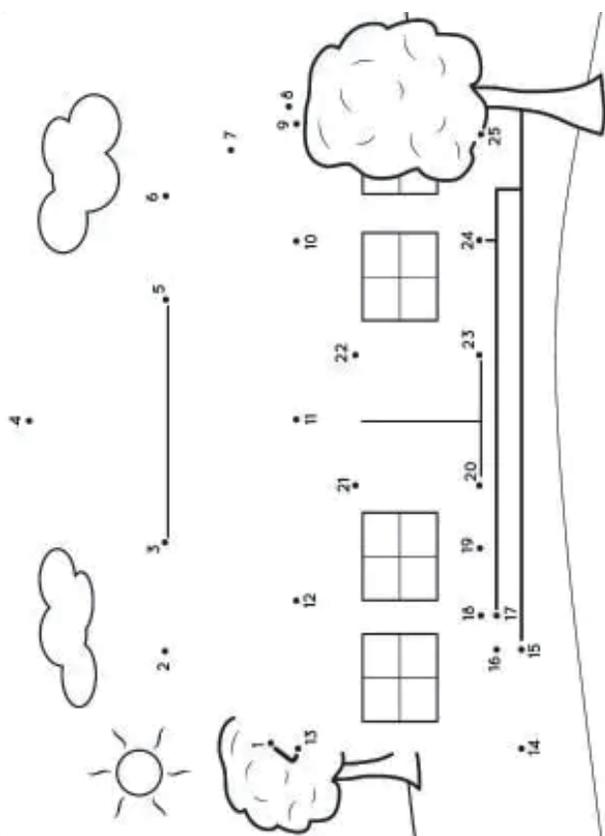
小提示

家長引導幼兒說出情緒背後的原因，例如：「你覺得好開心，因為可以見到老師、同學」「你覺得擔心，因為好驚沒有朋友一起玩...」家長同理孩子的感受，並一同尋找解決方法，例如：爸爸媽媽給予孩子一個擁抱、深呼吸、找爸爸媽媽傾訴心情

難度一



難度二



(把頁面橫放)

初階



高階



家長與幼兒共同觀看以下故事及進行情緒遊戲，並與幼兒就復課探索其不同的情緒：

A. 繪本閱讀：



《小紅傘》



《大野狼診所》



《還能多擠一個人嗎？》

B. 親子遊戲：情緒圖卡對對碰



《偕同》親子教養影片
第二十一集
【親子假期玩住學·上】

挑戰三：個人衛生的準備

任務內容

家長為幼兒剪下拼圖。
幼兒完成拼圖

任務背景

讓幼兒知道新學年，
仍要保持個人衛生

例如：如果咳，要戴上
口罩，勤洗手

小提示

家長可以向小朋友預告
學校環境

挑戰四：建立規律生活習慣

任務內容

家長與幼兒訂立每天時間表，如幼兒能按目標時間完成活動，獲得1個✓。幼兒在當天獲得5個✓，家長可在睡前給予幼兒獎勵，如擁抱，及用言語表達欣賞

任務背景

1. 讓幼兒習慣有規律流程；
2. 調整幼兒的作息時間，早睡早起，讓幼兒有充足的體能及力量，應付課堂的活動

小提示

家長可循序漸進與幼兒調整作息時間，例如：由晚上十時半睡覺，可先調整為十時，達成後再循序漸進至九時等

難度一



難度二



家長可掃描QR Code
下載拼圖



A 家長可掃描QR Code索取時間表：



B 時間表的實踐心得：



C 在家運動的好推介，可參考「愛·孩子 遊戲時光」影片：



挑戰五：自理

任務內容

幼兒完成收拾書包。
(水杯、毛巾盒、食物盒、功課袋、口罩、外套)

任務背景

教導幼兒準備上學需要的用品，自己收拾書包。培養幼兒的自理能力

小提示

幼兒有能力跟從指示把物品放回書包，家長從旁提點便可

收拾完成後，家長可以給予讚賞，肯定幼兒的努力



挑戰六：專注守規

任務內容

完成「找不同」遊戲

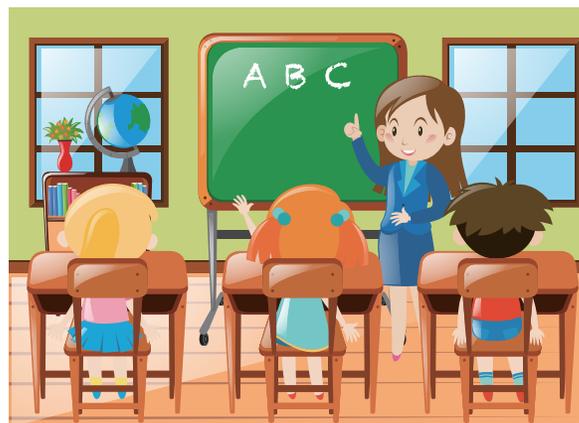
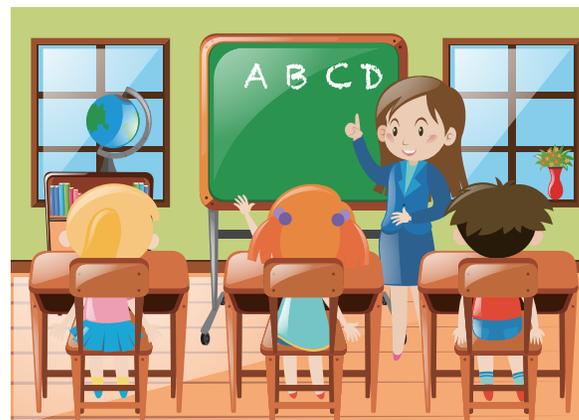
任務背景

提升幼兒的專注時間，以應付日後課堂的學習

小提示

與幼兒重溫課堂規矩，幫助幼兒重整紀律，在家中也嘗試輪候、分享、安坐在自己的座位等

難度一

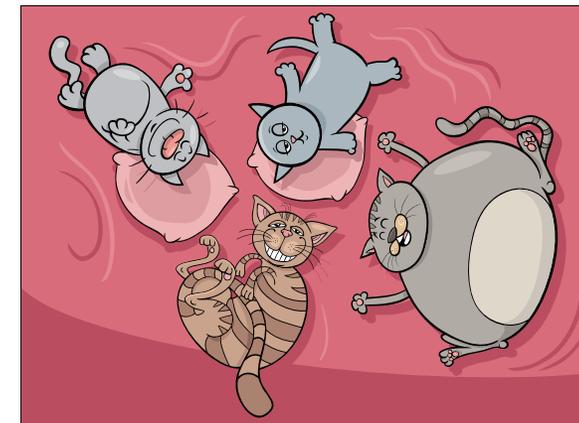
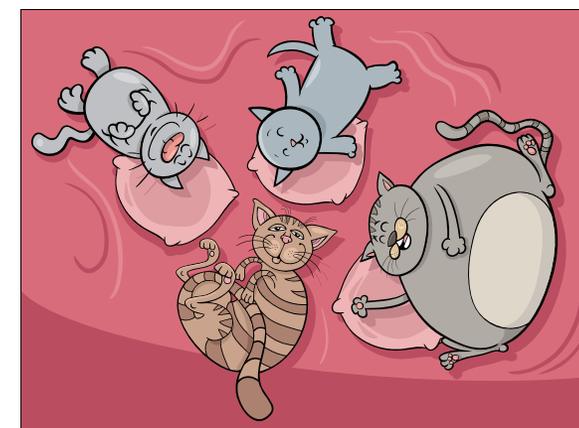


圈出○五個不同之處

答案：



難度二



圈出○六個不同之處

答案：



分享區（孩子自由畫）

主題建議：對於暑假的想像／升班的期待

分享區（家長回饋）

建議：欣賞孩子的表達或想像，肯定孩子的感受

暑假好去處

類別 1：放電玩樂



智樂遊戲萬象館

由非牟利機構「智樂兒童遊樂協會」設立的「遊戲萬象館」，以兒童主導 (Child-led) 概念設計，注重從遊樂設施中，培養出小朋友的感官發展，包括木製小積木，訓練小朋友的小肌肉及組織能力，更有遊戲發明室，內有簡單的工具，讓小朋友自行發掘各種工具的樂趣，啟發他們的創意力。另外，有Messy play的區域，讓小朋友盡情玩樂探索，玩得盡興。

地點：大埔太和邨亨和樓地下117-128室

收費：單次入場120元至160元不等

官方網頁



類別 2：增廣見聞



嘉道理農場

嘉道理農場是香港一個環境保育教育中心及植物園，除了有花園、溫室等可以參觀之外，可以觀賞到很多不同種類的動物，如昆蟲、野豬、騾和豹貓等，沿途亦有不少山水美景。

地點：香港新界大埔林錦公路

收費：12至59歲：HK\$50

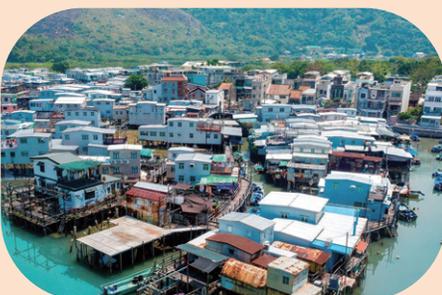
4至11歲：HK\$25

4歲以下：免費

官方網頁



類別 3：認識香港文化



大澳漁村

大澳是香港最古老的漁村之一，被譽為「東方威尼斯」，是遠離繁囂城市的好去處。密密麻麻的水中棚屋和縱橫交錯的水道，令這個充滿獨特風情的小漁村，彷彿世外桃源的樂土。在大澳，你可以坐遊覽船出海看中華白海豚；購買大澳豐富的特產，如蝦醬、鹹魚和海味帶走作伴手禮；到懷舊餐廳一嚐傳統美食和街頭小食；沿着大澳郊遊徑步行20分鐘，即可到達風景秀麗的虎山觀景台，讓你一睹對岸乃至港珠澳大橋的壯闊景色，一起感受這個鄉郊地方獨有的風味！

地點：大嶼山，由東涌乘巴士前往，或屯門乘搭渡輪

收費：免費遊覽，個人消費及活動費用另計

備註：詳情可瀏覽官方網頁

暑假計劃

請家長與孩子運用以下表格，分別寫或畫下對於暑假運用的想法，之後互相分享出來，開放地聆聽對方的想法，再共同訂立可行的暑期目標。

暑假願望 (孩子的想法)

例子：想每日都去公園玩久一點

暑假計劃／期望 (家長)

例子：想孩子嘗試一項新興趣

共同暑假目標

例子：1 每日去公園 1 小時

2 孩子選擇一項新興趣：羽毛球，_____ (日期)開始上羽毛球班

孩子簽署：_____

家長簽署：_____

偕同訪談 | 與孩子談生說死

分享嘉賓：



香港聖公會福利協會
安寧服務總監 陳慕寧姑娘



賽馬會「友晴同路」社區支援服務
項目經理 崔家豪先生

受訪者：



文文媽媽(化名) 希希媽媽(化名)



花草、動物及人類均有生命週期，由出生、成長、衰老到死亡是必經階段。任何年齡的人都有機會面對生與死，如近期發生的社會事件，雖不是親身的經歷，但孩子卻能接收到「死亡」的信息。家長應什麼時候及如何和孩子談論死亡，讓他們對死亡建立正確的價值觀呢？今期我們邀請了兩位曾和孩子談及死亡的家長分享相關經驗，同時亦有幸能獲得聖公會安寧服務部的服務總監陳姑娘及「友晴同路」項目經理崔Sir和我們分享專業資訊。

與孩子解釋死亡的經驗



文文媽媽：由嘗試提起到避而不談

在孩子1歲左右，我們曾和孩子分享聖經故事「耶穌釘十字架」，孩子開始對死亡有很多疑問：點解耶穌會死？這隻雞是否會死？孩子的反應常常會直接跳去死亡，如：「下，咁佢死咗未架？」很多問題我們未必招架到，我們有時會避而不談。

孩子即將踏入5歲，這幾年來家長嘗試讓孩子認識死亡，但對於「死亡」二字，孩子似乎感到害怕，家長未知可如何處理。



專家：先處理心情，後處理事情

家長的出發點很好，讓孩子提早有心理準備認識死亡。然而家長都會出現緊張的情緒，面對離別，即使家長有較多生活經驗，都未必會理解或可解答所有疑問，家長不妨與孩子共同經歷這些第一次。

每個人面對危機處理，交感神經會出現「fight · flight · freeze」。當孩子新接觸到「死亡」這個概念原來會從他的生命中取走一些東西，孩子會感到害怕。家長應「先處理心情，後處理事情」。家長可以先理解及明白自己對死亡的感受，再去形容孩子感受會容易得多。家長亦可以覺察自己的身體感受，記錄下來，孩子慢慢會學習家長情緒表達 / 安慰說話的方法。

家長未必完全能掌握為情緒命名，可以用情緒面譜去提高對不同情緒的察覺，再去想想有什麼事情出現生氣 / 擔心的情緒？



希希媽媽：該說多少？

在2021年，外婆因病離世，家長平時沒有與孩子談及「死亡」這個課題。在面對至親離世，媽媽感到難過，但會避免在孩子面前哭泣。家長亦擔心在孩子這個年齡是否適合談論「死亡」，孩子會擔心媽媽是否也會突然離世，然而家長未知如何向孩子解釋這些疑問。

兩年過去，媽媽學懂正面向孩子解釋「婆婆回了天家」，孩子明白並表示「記得婆婆教他讀書寫字、婆婆現時住在我的心裏面」。有時孩子亦會輕描淡寫地去講這些議題。媽媽擔心自己有些說話來不及與孩子說，於是會與孩子作心理準備：「如果有一日媽媽不在這個世界，你就...」孩子的情緒會突然低落，夜晚開始會偷偷啜泣，爸爸提醒媽媽避免與孩子說太多。



為誰而講？如何講？

我們有共同人性(Common Humanity)，在面對離別時，每個人都會有感受，所以家長要尊重自己在面對離別時的需要，給予自己被照顧的時間與空間。

媽媽每樣都想和小朋友說，但媽媽有否想過你的說話是為自己還是為孩子而說呢？若媽媽想預早為孩子留下一些說話，可以嘗試錄影或用紙紀錄，日後有需要時讓孩子觀看。

另外，孩子面對死亡的議題而封閉自己或輕描淡寫屬正常情況，或者與孩子講未來時他們會擔心：「我長大了，你就會死」，然後出現難過的情緒。家長可以先問孩子的願望和感受，因著共同人性，媽媽其實和孩子可以有一樣的感覺，讓孩子明白：媽媽也想和他一起更長的時間。

在日常生活中進行生死教育

家長可以用繪本或種植植物作為例子，讓孩子明白生命週期，發芽、開花、生葉及枯萎，與孩子一同觀察及了解其感受。家長可以每晚與孩子有親子時間，每人可以問3個問題，當中未必一定要提供答案，家長容許自己答「不知道」，未必即時有答案，因未必每樣事情都有答案，可與孩子一同尋找。

結語

「分離」似乎是一個令人傷感的話題，近如上學與父母的離別、升小學後與熟悉的幼稚園同學分離、親友移民等。「離世」一事難免讓人感覺沉重，然而生命的出現與流逝亦常出現在我們身邊，正因為它的沉重與突然，提醒我們更應及早認識這個過程，讓孩子日後在面對相關情況時，幫助其梳理情緒。家長不妨在自己準備好的狀態下，與孩子循序漸進地「談生論死」。



與學前孩子談「生死」的方法

為情緒命名：

家長可以講出孩子的感受，如：你覺得好傷心/你好掛住....，從而提升幼兒對其情緒的察覺能力，讓孩子感到被明白及被接納



身體／行為表徵：



孩子舒緩情緒的方法：



資源介紹：

繪本是讓孩子認識新概念的小助手，亦是治療孩子的工具，以下是一些有關「生死教育」的繪本。



網上資源：



保護兒童教育遊戲



😊 好壞 😞 接觸要分別

遊戲玩法：

1. 請親子一起觀察以下6幅圖片，是好接觸還是壞接觸？
2. 如果是好接觸，請在圖片右方的 😊 填上顏色；
如果是壞接觸的話，請在 😞 填上顏色（答案在下方）

The six panels illustrate various types of contact:

- Panel 1: Two girls shaking hands. (😊)
- Panel 2: A boy pulling a girl's hair. (😞)
- Panel 3: A girl sticking her tongue out at a boy. (😞)
- Panel 4: A girl kicking a boy. (😞)
- Panel 5: A boy and girl hugging. (😊)
- Panel 6: Two boys high-fiving. (😊)



(答案)

遊戲解說

-好壞接觸要分別-



好的接觸

是會令人感到安心和開心；例如：



壞的接觸

是令人感到不舒服和不妥；



兒童自我保護專區：

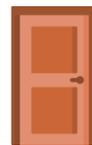
在幼兒階段，孩子正在建立對於自己的身體和其他人身體的認知，並且學習察覺對於他人接觸的感受。家長可以在家教導孩子以下內容：

1 認識身體部位的名稱及功用

2 尊重自己和別人的身體，建立界線



私人部位要保護！例如：胸部、屁股、陰莖 / 陰部，平時我們應穿好衣服，不要被其他人看，自己也不應看其他人的身體；觸摸別人的身體更不可以，也不可以被觸摸！



我們換衣服、洗澡和上廁所的時候，要關好門和窗簾，以保護自己！



看見或被看見身體部分 / 聽到一些涉及私人部分的語句，我們可以勇敢講出自己的感受：「我不喜歡！」



當我們遇到「壞接觸」時，要大叫「唔好！」並走開，去到安全的地方；告訴可信任的大人（例如：父母、老師、社工）。

護兒教育區

1) 當家長教導孩子認識身體部位時，講故事、動畫或利用毛公仔教導孩子認識私人部位的正確名稱：胸部、臀部、陰莖和陰部，外家長可以透過亦可以教導男孩子和女孩子的私人部位有所不同。家長教導時亦不需要覺得尷尬，以平常心，開放和認真的態度，因為教導小朋友正確性知識應從小開始，例如：男孩子會去男廁，女孩子會去女廁，就是基本的性教育。



2) 在日常生活中，家長可以陪伴孩子建立和加強保護自己的意識，例如：在換衣服、洗澡和上廁所的時候，要關好門和窗簾，避免讓其他人看到自己的身體；在公眾地方/他人面前不應隨便裸露自己的身體。

家長亦可以按孩子的認知能力，與孩子討論身體界線紅黃綠燈。紅燈：即任何人都不能碰的身體部位，不論多麼親密的人（家人/老師）都不可以觸碰，包括：私人部位、大腿等；除了協助孩子洗澡/上廁所時，有機會由家長或照顧者觸碰到外，其他時間都不應被觸碰到私人部位。黃燈：即較親近的人在你同意下可以觸碰的身體部分，包括：頭和臉、腰部和腹部；綠燈：即認識但不太熟悉的人和你同意下可以觸碰的身體部分，包括：肩膀和手腳。

3) 教導子女尊重自己和別人的身體，不論孩子還是成人都有身體自主權，我們都有權拒絕任何人不合理的觸摸或要求。家長亦可以利用日常例子，教導孩子分辨「好接觸」和「壞接觸」，並且多鼓勵子女表達自己感受和感覺，告訴孩子相信自己感覺，如果覺得不舒服，就可以叫停。



4) 如果孩子不幸遇到「壞接觸」或性傷害時，孩子可能會分享一些主觀的感受和想法。家長應該保持冷靜，建議抱信任態度，採用非批判的態度耐心聆聽孩子的感受，以鼓勵孩子真誠表達，不宜輕視孩子的感受（例如：告訴孩子對方只是逗著玩）。當孩子向你求助時，表示孩子非常信任你，家長可以告訴孩子「不是你的錯！」，並且讚賞孩子很勇敢。家長將內容記下後，向學校社工尋求協助。

網上資源：



《偕同》漫畫語音系列



家計會《德德家家親子性教育卡通動畫》

抽獎結果公佈 | 親子室內歷險

就著第三十四期的抽獎（禮物為親子室內歷險），以下是得獎的幼兒姓名及家長聯絡電話首四個號碼（排名不分先後）：

幼兒姓名	家長聯絡電話首四個號碼
吳泓叻	6373
巫文迪	9582
歐陽建霖	6150
潘明璇	6716
毛子睿	8491
黃梓浩	9069
巫汶諾	6198
羅卓樺	6388
盧梓添	9853
陳恩琳	9788

活動日期：24.7.2023

活動時間：14:15-17:00

活動地點：荃灣Triangle Plus樂園

偕同團隊已個別聯絡參加者，請準時出席活動。



第三十六期「偕同」問卷

好壞接觸要分清!

