

## 114年臺南市學校環境教育推動成果

課程名稱	環境永續 X 月經教育	實施日期	114年5月21日
教學目標	透過結合月經教育與環境永續議題，讓學生從生活經驗出發，了解環境永續的基本概念與實踐方式，建立對月經用品的環境影響之認知，促進環保意識，引導學生正確認識月經，打破迷思與偏見，建立正向性別態度與環保意識。		
進行方式	<p>1. 講座引導： 由主婦聯盟台中分會會長以「環境永續與月經平權」為題，結合圖文、影片與數據，深入淺出地介紹月經用品的選擇與其對環境的影響。</p> <p>2. 互動討論： 採取現場提問、即時回饋、小組分享方式，鼓勵學生提出對月經議題的看法與疑問。</p> <p>3. 實物展示： 講師現場展示各式月經用品（如：衛生棉、棉條、月亮杯、月經褲等），讓學生實際了解其材質、使用方式與可回收性。</p> <p>4. 行動倡議： 鼓勵學生思考「我可以為月經平權與環境永續做什麼」，製作個人行動小卡。</p>		
成果描述	<p>1. 認識月經與生理用品種類。</p> <p>2. 理解不同用品對環境的影響。</p> <p>3. 建立正向身體態度與環境責任感。</p> <p>4. 提出可實踐的行動方案。</p>		
實施心得	<p>1. 認識月經與生理用品的基本知識，破除迷思與污名。</p> <p>2. 探討一次性與重複使用生理用品對環境的影響。</p> <p>3. 建立對「身體自主」與「永續消費」的正向態度。</p> <p>4. 具備同理與尊重他人身體經驗的態度，並思考行動實踐。</p>		
學習者心得	<p>1. 以前我以為只有「衛生棉」能用，今天才知道原來還有月亮杯、月經褲這些環保的選擇，而且長期下來對地球比較好，也比較省錢。（學生）</p> <p>2. 以前覺得月經是女生的事，現在知道其實大家都有責任讓這件事變得更正常。透過這次活動，我也知道學校有提供生理用品，那女生就不會那麼緊張了。（學生）</p>		

	<p>3. 老師說過，一片衛生棉可能要幾百年才分解完，我真的很震驚。以後我會試著改用可重複的用品，為地球做一點點努力。</p> <p>4. 講師讓我們實際操作衛生棉條放置的模型，這是我第一次了解它的使用方式，其實比想像中簡單。原來有這麼多選擇，只是我們平常都不敢問，也沒機會接觸。我覺得這樣的體驗真的很重要，讓我不再那麼害怕去嘗試。</p>	
<p>教學照片 (請提供至少2張照片並附上文字說明)</p>		
	<p>說明: 講師介紹多元生理用品</p>	<p>說明: 講師利用影片進行提問</p>
		
	<p>說明: 學生練習操作多元生理用品之放置</p>	<p>說明: 與會教師協同學生操作多元生理用品</p>