113 年度林鳳國小健康促進績優學校評選計畫佐證資料

項目：六、社區連結與合作:健康服務(11%)

6-2-1 學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行其自主健康管理(4%)

說明：學生健康護照~~自主健康管理

說明：學生健康護照~~自主健康管理

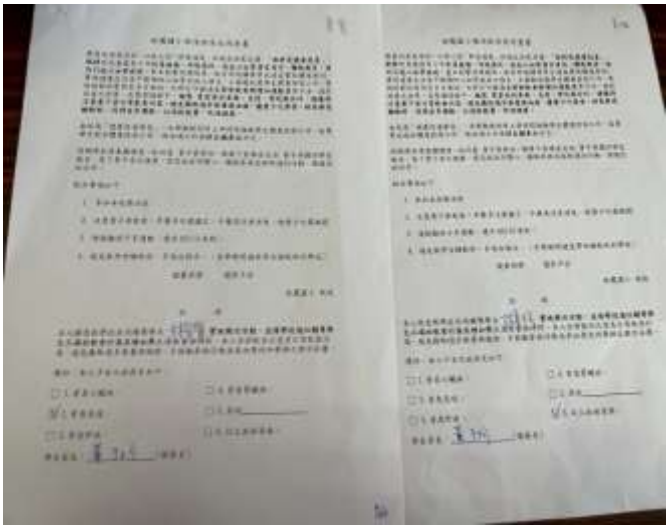
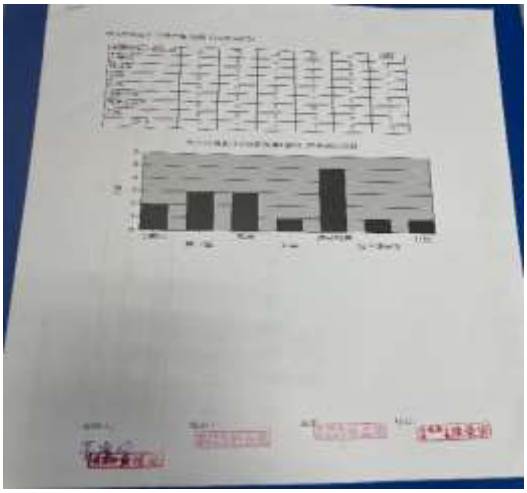
說明：提供醫療院所健檢相關資訊

說明：提供醫療院所健檢相關資訊

說明：學生健康檢查行前說明會

說明：辦理學生健康檢查說明會

說明：體重過重通知單(回條)	說明：身高不足轉介追蹤複診單
說明：視力不良轉介複診單	說明：視力不良轉介複診單
說明：口腔檢查轉介複診單	說明：口腔檢查轉介複診單

	
說明：體重過重~樂活班~家長同意書	說明：體重過重~樂活班~家長同意書
說明：樂活班~~跑步~~	說明：樂活班~~跑步~~
	
說明：特殊疾病統計	說明：特殊疾病各班會簽

臺南市六甲區林鳳國小113學年度學生健康檢查實施計畫

壹、依據：

一、中華民國 110 年 1 月 13 日總統華總一義字第 11000001491 號令修正公布「學校衛生法」。

二、中華民國 109 年 4 月 23 日教育部臺教綜(五)字第 1090034222B 號令、衛生福利部衛授國字第 1090200461 號令會銜修正發布「學生健康檢查實施辦法」。

三、中華民國 101 年 12 月 7 日教育部臺體(二)字第 1010229680B 號令修正發布「中央補助直轄市及縣(市)政府國民中小學學生健康檢查經費執行工作要點」。

四、中華民國 109 年 4 月 27 日教育部國民及學前教育署臺教國署學字第 1090044211 號函頒「高級中等以下學校學生健康檢查工作手冊」。

五、教育部國民及學前教育署 112 年 5 月 2 日臺教國署學字第 1120057454 號函。

六、臺南市政府教育局 112 年 8 月 18 日南市教安(二)字第 1121078646A 號函。

七、學校健康檢查知情同意及隱私權保護原則。

貳、目的：

一、為了解學生生長發育情形，早期發現學生體格缺點或疾病，早期治療，以維護健康。

二、指導學生正確健康知識、態度與行為，達到衛生教育的目的。

三、依據健康檢查的結果，提供教學活動的參考。

參、受檢對象：本校一及四年級學童。

肆、實施日期：113 年 9 月 20 日及 114 年 01 月 10 日。

伍、檢查項目：依據學校衛生法所訂項目辦理。

陸、實施步驟：

1、排定檢查日程：研妥每日檢查人數，由教育局配合健康檢查單位排定各校受檢日程表，通知各校配合辦理。

2、參加「學生健康檢查說明會」：由教育局召集各校訓導主任、

衛生組長及學校護理人員等參加，說明實施健康檢查工作的意義、流程、檢查方法及注意事項。

3、準備工作及實施一般檢查工作：

◎於說明會後應儘速舉辦校內之健康檢查工作協調會，由校長召集各處室主任、衛生組長、護理人員、受檢班級級任老師及有關人員參加，說明健康檢查意義及應配合事項。

◎學生之身高、體重、視力、辨色力、聽力、頭蝨，應於巡迴健康檢查前測量完成，並記載於各生健康檢查紀錄卡中；如發現疑似異常者，可在健康檢查當天請工作隊的醫師再複查。

4、巡迴健康檢查工作隊到達前，學校事先預備檢查場所、協調用具準備及通知學生家長或監護人共同指導學生，期能配合進行各項檢查。

5、健康檢查結果統計彙報：

健康檢查工作完成後，學校辦理下列事項：

◎開具檢查人數證明一式3份。

◎填寫學生健康檢查結果綜合報告兩份，針對發現有異狀的學生數加以分類統計、製表，一份由學校保存，一份執教育局，俟彙集各校統計結果後送教育部，以瞭解學生健康狀況，做為教育與衛生政策規劃參考。

6、實施健康管理作業：

◎健康檢查中發現有異狀的學生，學校依規定採取相關措施。

(1)於檢查完一個月內發出通知(單)，通知家長配合醫師建議事項就醫矯治，並進行健康輔導。

(2)於學期中繼續追蹤矯治情形，必要時協助聯繫或轉介至醫療機構做進一步檢查矯治。

(3)若發現未矯治者需個別探究原因，並視需要進行家庭訪視，如確實有困難者，得專案報請當地教育局處理。

(4)經矯治後，須將矯治結果載入其健康檢查紀錄卡『矯治記載』欄中；如有重大異常發現應告知任課教師，配合注意其活動安全。

(5)健康檢查結果及矯治成果學校製成統計表，提供教師

各項教學活動及生活輔導參考。

◎學校將學生在學期間之生長發育狀況及其健康問題的檢查、矯治、轉介、追蹤、輔導等處理情形，持續記錄於「學生健康檢查紀錄卡」中，必要時須將此健康管理結果統計彙報，做為學校衛生保健推展工作的指標。

柒、經費：由直轄市、各縣市自行編列預算籌措支應。

捌、本計畫如有未盡事宜得另行修正之。

護理師：陳秀娟　學務組長：劉淑慧　教導主任：

校長：陳榮宗

台南市六甲區林鳳國民小學學童樂活班活動計畫

壹、 緣起：近年來因為社會的改變，人民生活的富足，國人的飲食豐盛，且趨向歐美化，熱量的攝取增加。科技發達使人們靜態活動增多，這種吃得多動得少的生活型態，使國人罹患肥胖的情形逐漸普遍，不但影響健康也影響學習。

貳、 背景分析：

一、 自動化社會的今天，學童放學後大多被家長安排至課後輔導、才藝班，或被電視、手機、平板等三C產品佔據，以致於學童活動的機會減少許多。

二、 愛美是人的天性，過於肥胖容易讓人缺乏自信心。

三、 肥胖是一種警訊，它會導致高血壓、糖尿病、心臟病等慢性疾病的提早發生。

參、 活動目的：爲維護本校學生健康，鼓勵體重超過理想體重者，以適量均衡飲食及運動方式進行減重，並培養正確體型意識，學會對體重之自我監測管理，維持理想體重，營造健康學園。

肆、活動時間：本學年10月起至6月底止

伍、體重控制活動對象：全校一至六年級學生，學生BMI大於或等於肥胖指數者。

陸、體重控制措施：

一、養成規律運動習慣(體育組指導)。

二、教育宣導正確飲食觀念(營養師指導)。

三、輔導追蹤紀錄(健康中心指導)。

柒、活動進度與流程：

一、 成立體重控制推動小組，由教導主任領導小組推動本活動。

二、 健康中心依學生本學期身高、體重資料算出BMI數據，篩檢出人選。

三、 將參加學生資料建檔，每月監測學員身高、體重、BMI等資料。

四、 BMI下降0.5以上〈含0.5〉的學員給予公開獎勵。

捌、體重控制活動內容

<table>
<tr><td>時間</td><td rowspan="2">主軸</td><td>星期一</td><td>星期二</td><td>星期三</td><td>星期四</td><td>星期五</td></tr>
<tr><td>中高年級以田徑隊及扯鈴為主
8：00-8：40</td><td>跳繩</td><td>拉阻力繩</td><td>蹲走訓練</td><td>壁虎爬</td><td>向後走圈</td></tr>
<tr><td colspan="6">穿插柔軟操、馬克操、動態操、慢跑、短距離衝刺、彈跳30下、起立蹲下30下、靠牆、蹲、仰臥、扶地、核心等.....等交叉訓練</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">扯鈴小小兵</td><td>扯鈴小小兵</td><td></td><td></td><td>扯鈴小小兵
(下午3節課)</td></tr>
<tr><td>低年級
8：10-8：40</td><td colspan="2">跳繩</td><td>跳繩</td><td>跳繩</td><td>跳繩</td><td>跳繩</td></tr>
<tr><td>16：00
以後及假日</td><td colspan="6">家長與學生自主休閒或體能活動</td></tr>
</table>

備註：請家長配合督導學童運動並協助記錄每日飲食及活動內容。

玖、體重控制推動小組職掌：

一、主任委員 校長：綜理體重控制各項事宜。

二、執行秘書 教導處：推動營養教育。

三、執行小組 學務組：安排合宜的體適能活動。

營養師：進行營養教育，宣導均衡飲食。

護理師：追蹤輔導紀錄與諮詢。

拾、本計畫陳校長核准後實施，修正時亦同。

護理師：　　學務組長：　　教導主任：　　校長：

護理師 黃瓊姿　　教師兼學務主任 劉淑慧　　教師兼教導主任 蔡孟儒　　林鳳國小校長 陳榮宗