

7-1-1 學校實施正式或非正式課程、健康活動、研習訓練時，有邀請社區人士共同參與，發揮學校健康促進之影響力

1. AI 幫幫忙，G 大神也失色(在地食材- 健康食譜如何產出)



參與的社區居民和講師和主辦單位的大合照



大家學以致用



AI 教你如何健康吃



## 115全民學區數位學習

**4/25 (六)**  
AI幫幫忙 ·  
G大神也失色

- ✔ 09:30-16:00
- ✔ 生成式AI網站介紹
- ✔ AI與搜尋引擎差異
- ✔ 咒語撰寫技巧 (Prompt)
- ✔ 生活工作應用實例

**5/9 (六)**  
把生成式AI  
變成超級助理

- ✔ 09:30-16:00
- ✔ Canva影像工具介紹
- ✔ AI輔助設計功能
- ✔ 影片剪輯概念
- ✔ 短影片實作與分享

**完全免費**

**限25名**

**發給結業證書**

欲知課程詳情或報名  
請掃描右上方QR CODE  
或電洽06-5922003分機13  
教務處 設備組



**名額有限**

**快來報名!**

參加對象：本市民(成人)或於本市上班之民眾  
上課地點：安定國中電腦教室

活動簡章

## 2. 運動會趣味競賽

結合社區單位辦理健康促進趣味競賽



# 臺南市立安定國民中學 57 周年校慶運動會

## 一、開幕典禮 114 年 12 月 6 日（星期六）上午 8:30

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 1. 跆拳道表演            | 8. 表揚            |
| 2. 主席就位             | 9. 主席致詞（介紹長官、來賓） |
| 3. 運動員進場            | 10. 長官、來賓致詞      |
| 4. 大會會旗進場           | 11. 運動員宣誓        |
| 5. 全體肅立             | 12. 熱舞表演         |
| 6. 升大會會旗（來賓請復位）—唱校歌 | 13. 禮成（奏樂）       |
| 7. 向國旗暨 國父遺像行最敬禮    | 14. 運動員退場        |

## 二、運動會開始 114 年 12 月 6 日（星期六）

上午 9:30

教職員工、家長會成員、現場家長（持蛋大賽）

女生 100 公尺計時決賽  
男生 100 公尺計時決賽  
女生 400 公尺接力決賽  
男生 400 公尺接力決賽  
女生 200 公尺計時決賽  
男生 200 公尺計時決賽  
女生 800 公尺決賽  
男生 1500 公尺決賽

下午 13:30

七、八、九年級趣味競賽（兩人三腳）  
七、八、九年級趣味競賽（團體大跳繩）  
七、八、九年級男女混合大隊接力

## 三、閉幕典禮 114 年 12 月 6 日（星期六）下午 4:00

- |                  |             |
|------------------|-------------|
| 1. 典禮開始（奏樂）      | 5. 主席致詞     |
| 2. 全體肅立          | 6. 成績報告（頒獎） |
| 3. 主席就位          | 7. 降大會會旗    |
| 4. 向國旗暨 國父遺像行最敬禮 | 8. 禮成（奏樂）   |

3. 結合南安國小、西港國小、港明高中並由黃子成董事長辦理紙風車青少年反毒戲劇表演

結合南安國小、西港國小、港明高中並由黃子成董事長辦理紙風車青少年反毒戲劇表演



感謝黃子成先生



#### 4. 115.6.2 消防隊校園防災演練暨水域安全宣導

活動名稱	消防隊防災宣導暨學生 CPR AED 演練(與消防隊合作)			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
115年6月2日	參加人數	319	2	40
簡述活動內容	水域安全宣導、示範 CPR AED 並由學生親自操作演練			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
火災警報器宣導		CPR 示範		
				
指導學生演練一		指導學生演練二		

5. 衛生所進行失智友善社區講座

活動名稱	衛生所辦理失智友善社區講座			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
114年3月24日	參加人數	200	3	20
簡述活動內容	一、失智症介紹 二、失智症十大警訊 三、失智友善組織			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



失智症的認識預防及友善

失智友善社區講座課程



失智症早期十大警訊

失智症不是正常老化

## 臺南市 114 年度高級中等以下學校月經教育宣導活動計畫成果

學校	臺南市立安定國中	辦理日期	114 年 5 月 8 日
參與人數 (含親師生)	99 人 (男 59 人、女 40 人)	講述主題	Amazing You! 與你的身體對話
			
月經汙名化		月經週期	
			
保險套使用方式教學		講師和學生們的大合照	
<p>學校建議回饋：</p> <p>透過這次的宣導活動，讓學生更進一步認識自己，珍惜並尊重身體，藉由講師幽默風趣的教學，也讓學生實際操作，更加深孩子的印象，整場講座非常精彩，學生都有滿滿的收穫。</p>			

## 7. 衛生所健促宣導

活動名稱	衛生所健促宣導(與衛生所合作)			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
115年3月24日	參加人數	220	1	12
簡述活動內容	菸癮防治、性育暨愛滋病防治等健康議題宣導			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
衛生所護理師宣導		菸害宣導		
<p>臺南市立安定國民中學114學年度下學期 「菸癮防治、性教育暨愛滋病防治研習」實施計畫</p> <p>一、依據</p> <p>(一) 教育部健康促進學校推動計畫。 (二) 臺南市政府教育局推動校園菸癮防治及性教育相關政策。 (三) 本校健康促進學校年度推動計畫。</p> <p>二、目的</p> <p>(一) 提升教師對菸害與檳榔危害之認識，建立正確健康觀念。 (二) 增進教師對性教育及愛滋病防治相關知能。 (三) 強化教師於校園推動健康教育與學生輔導之能力。 (四) 建立健康促進校園環境，協助學生養成良好生活習慣。</p> <p>三、辦理單位</p> <p>(一) 主辦單位：臺南市立安定國民中學。 (二) 承辦單位：學務處體衛組。</p> <p>四、參加對象：本校全體教職員工生。</p> <p>五、研習時間：115年3月23日(星期一)13:20-15:20。</p> <p>六、研習地點：安定區圖書館。</p> <p>七、研習內容大綱</p> <p>(一) 菸癮防治教育</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 菸品與檳榔對健康之危害。</li> <li>2. 青少年吸菸與嚼食檳榔現況分析。</li> <li>3. 校園菸癮防治相關法規與政策。</li> <li>4. 菸癮防治宣導輔導策略。</li> </ol> <p>(二) 性教育議題</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 青少年身心發展與性健康教育。</li> <li>2. 性別平等與尊重身體自主權。</li> <li>3. 健康人際關係與性別互動。</li> <li>4. 校園性騷擾與性侵害預防。</li> </ol>				
宣導計畫		青少年性教育宣導		

## 8. 114 學年度 HPV 疫苗接種暨性教育/愛滋病宣導



說明:利用校務會議說明「登月計畫」目的。



說明:安定衛生所醫療團隊到本校施打 HPV 疫苗情況。



說明:安定衛生所醫師為學生施打 HPV 疫苗前診察身體狀況。



說明:安定衛生所醫療團隊到本校施打 HPV 疫苗。



說明:安定區衛生所到校宣導愛滋病防治。



說明:讓學生了解性病/愛滋病相關知識。

## 9. 健康促進宣導活動(聘請衛生所護理師)



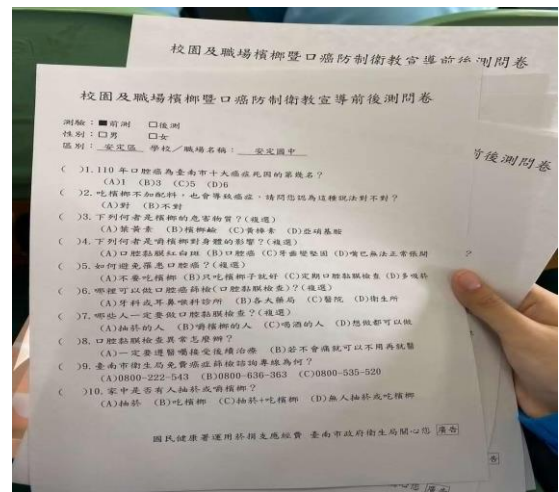
說明:由衛生所護理師講解健康相關議題。



說明:衛生所護理師利用教育讓學生在玩樂中學習到知識。



說明:利用玩樂教具學習菸害知識。



說明:菸檳防治宣導前、後測測驗卷。



說明:各類傳染病宣導。



說明:戒菸教育宣講。

# 10. HPV 疫苗施打宣導活動(聘請本校護理師、體衛組長)

臺南市安定國中 114 學年度健康促進相關活動成果表



說明:利用學生生活教育時間宣導 HPV 疫苗。



說明:利用影片告知子宮頸癌和陰莖癌根源。



說明:施打 HPV 疫苗前與同學溝通何為 HPV?



說明:HPV 疫苗及相關病毒說明。



說明:體衛組長說明月經與 HPV 相關性。



說明:利用創新實踐課程, 講解性教育與 HPV 相關內容。

# 11. 本校健康體育課程相關健促議題宣導



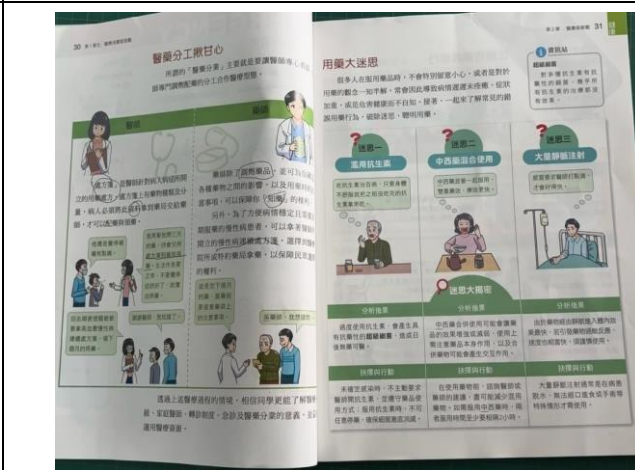
說明:利用健康與體育課時間宣導用藥安全。



說明:利用 YOUTUBE 網路宣導抗生素使用方法



說明:宣導用藥相關知識及看診注意事項。



說明:健康與體育課本用藥相關內容。



說明:利用健體課程宣導時食療重要性。



說明:營養成分攝取及注意事項。



說明：針對教師和學生 CPR 講習。



說明：消防隊到本校做家庭防災宣導活動。



說明：相關健康議題宣導—心血管疾病。



說明：用藥安全宣導搶答。



說明：聘請防護員教導學生包紮技巧。



說明：學生學習包紮技巧。