

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫

臺南市新化區大新國民小學

113 學年度學校健康體適能與飲食教育行動計畫

壹、學校基本資料

- 一、全校班級數：17班
- 二、全校學生人數：370人
- 三、全校教職員工數：58人
- 四、業務承辦人：黃○○○；聯絡電話：06-5982953#722
- 五、單位主管：蘇○○○；聯絡電話：06-5982953#720
- 六、校長：王○○○

貳、學校背景資料及現況分析

學校背景資料：

學校背景資料：

- 一、校方目前既有資源及政策
- (一)健康體適能計畫：辦理常態性班級體育競賽，提升學生經常性活動
- (二)成立運動性團隊，培養學生運動習慣

健康體適能與飲食教育行動計畫-1

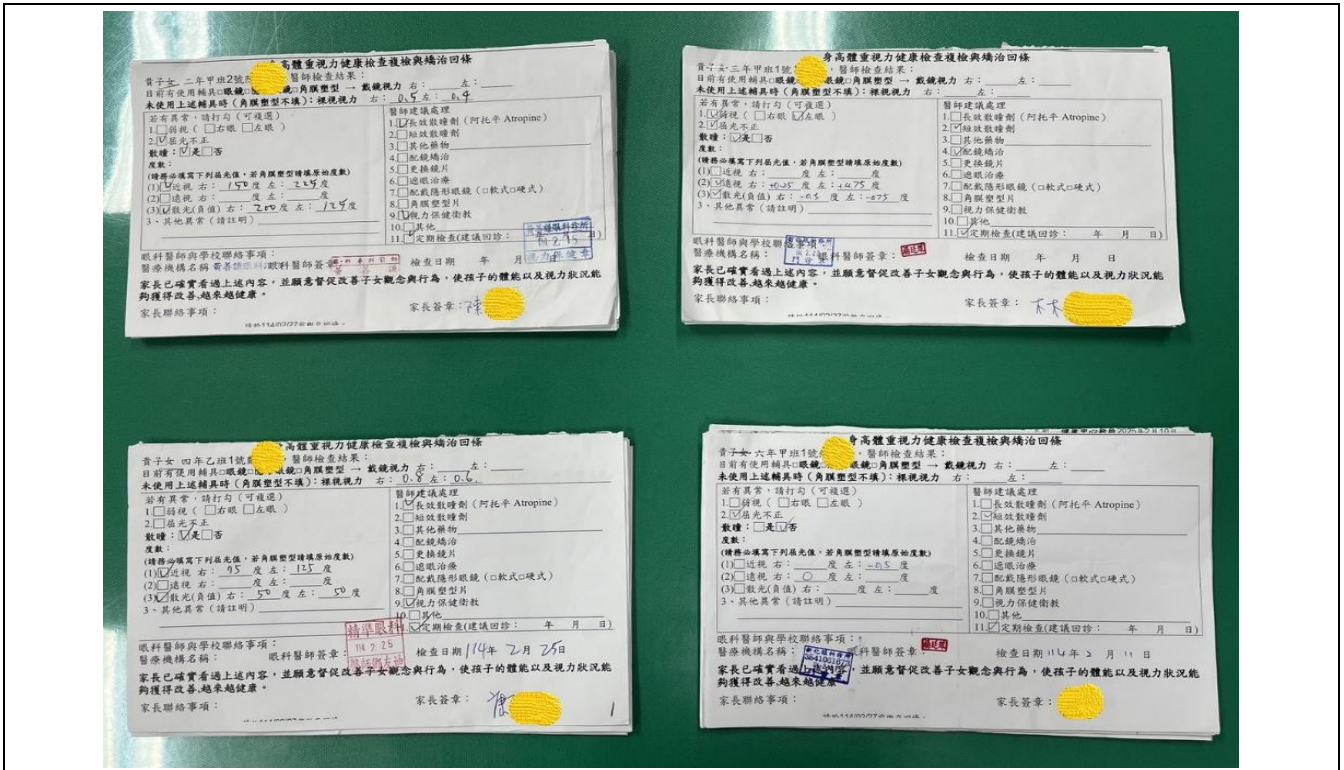
學校背景資料：

學校背景資料：

- 一、校方目前既有資源及政策
- (一)健康體適能計畫：辦理常態性班級體育競賽，提升學生經常性活動
- (二)成立運動性團隊，培養學生運動習慣
- (三)推動SH150零時體育計畫，鼓勵學生戶外活動
- (1)時間：每日掃地後的晨間時間；每日第二節下課。
- (2)場地：根據校園空間分布特性及運動性質，規畫運動地圖。
- (3)項目：依據學校現有體育器材，及學生喜好運動項目的程度，規劃運動項目有籃球、躲避球、跳繩、足球、羽球等。
- (4)實施：學生於上述規定運動時間，先行至體育器材室拿運動器材之後，再進行歸還；每天晨間打掃完進行全校運動時間，規劃跑步及跳繩運動。
- (四)運動空間
- 1.本校主要校舍有兩棟，一為南北一為東西座向。教室的通風及採光良好，照明設備普遍在合宜的範圍。
- 2.本校中庭前草原遼闊，可運用進行戶外遠眺及體適能活動。
- 3.本校校園寬廣，學生活動空間大，有利推動各項健康活動。

健康體適能與飲食教育行動計畫-2

6-2-1 辦理學生追蹤矯治工作



班級學生視力不良就醫追蹤回條

大新113學年第2學期_視力統計表(含比率)

- 一、合計人數不含視力之未測量(0筆)及無法測量(0筆)。
- 二、表內「無法取得」意指裸眼視力欄位輸入為-6(雷射治療)、-7(角膜型)、-8(戴隱形眼鏡)之代碼。
- 三、以分組人數(分男女)為比率之母數。

年級	裸視視力檢查人數															戴鏡視力檢查人數											
	合計		兩眼均達0.9				裸視視力不良人數								合計			兩眼均達0.5			矯正視力不良						
			0.5~0.8		0.1~0.4		0.1以下		無法取得		0.1~0.4		0.1以下														
計	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	男	女	男	女	男	女	男	女				
一	66	34	32	25	25	8	6	1	1	0	0	0	0	0	16	9	7	3	2	1	2	1	0	0	0	0	
比率	100	51.5	48.5	73.5	78.1	23.5	18.8	2.9%	3.1%	0%	0%	0%	0%	0%	24.2%	26.5	21.9	66	33	7%	3%	100%	100%	0%	0%	0%	0%
二	61	28	33	17	23	3	4	7	6	1	0	0	0	21	11	10	5	2	3	0	3	2	0	0	0	0	
比率	100	45.9	54.1	60.7	69.7	10.7	12.1	25%	18.2	3.6%	0%	0%	0%	34.4%	39.3	30.3	100%	40	60	0%	100%	100%	0%	0%	0%	0%	
三	71	35	36	19	18	9	9	7	9	0	0	0	0	34	16	18	6	4	2	3	1	1	1	0	0	0	
比率	100	49.3	50.7	54.3	50%	25.7	25%	20%	25%	0%	0%	0%	0%	47.9%	45.7	50%	100%	66	33	7%	3%	75%	50%	25%	50%	0%	0%
四	64	29	35	17	18	4	6	7	10	1	1	0	0	29	12	17	13	7	6	6	4	1	2	0	0	0	
比率	100	45.3	54.7	58.6	51.4	13.8	17.1	24.1	28.6	3.4%	2.9%	0%	0%	45.3%	41.4	48.6	100%	53	46	8%	2%	85.7	66.7	14.3	33.3	0%	0%
五	51	28	23	16	3	6	4	5	16	1	0	0	0	32	12	20	15	5	10	4	9	1	1	0	0		
比率	100	54.9	45.1	57.1	13%	21.4	17.4	17.9	69.6	3.6%	0%	0%	0%	62.7%	42.9	87%	100%	33	66	3%	7%	80%	90%	20%	10%	0%	0%
六	58	33	25	8	7	10	3	13	14	2	1	0	0	43	25	18	23	11	12	8	8	3	4	0	0		
比率	100	56.9	43.1	24.2	28%	30.3	12%	39.4	56%	6.1%	4%	0%	0%	74.1%	75.8	72%	100%	47	52	8%	2%	72.7	66.7	27.3	33.3	0%	0%
合計:	371	187	184	102	94	40	32	40	56	5	2	0	0	175	85	90	65	31	34	23	26	8	8	0	0		
比率	100	50.4	49.6	54.5	51.1	21.4	17.4	21.4	30.4	2.7%	1.1%	0%	0%	47.2%	45.5	48.9	100%	47	52	7%	3%	74.2	76.5	25.8	23.5	0%	0%

承辦人: 組長: 主任: 校長:

林采桐

黃柏綜

蘇春燕

王健智

全校視力統計表

6-2-1 辦理學生追蹤矯治工作

大新國小113學年度第二學期-裸眼視力不良未就醫追蹤名單

已完成	年級	班級	座號	學生	裸視右	裸視左	戴鏡右	戴鏡左	追蹤紀錄
V	一	甲	4	楊鎮華	0.8	0.8			1. 4/30致電父親表示未收到該生交付視力複檢單，故重新開立一份並提醒帶就診。 2. 5/12已繳交回條。
V	一	甲	9	林恩緯	0.8	0.6			1. 4/30致電母親提醒至眼科追蹤，表示了解。 2. 5/13已繳交回條。
V	一	丙	9	林家宇	0.9	0.8			1. 4/30致電母親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，母親表示會再撥空帶就診。 2. 5/5已繳交回條。
	二	丙	5	姜智珩	0.5	0.2			1. 4/30致電父親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，父親表示會再撥空帶就診。
	三	丙	2	陳筠尚	0.1	0.1	0.3	0.4	1. 4/30致電父親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，父親表示會再撥空帶就診。
V	三	丙	6	林詣軒	1	0.4			1. 4/30致電母親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，母親表示會再撥空帶就診。 2. 5/5已繳交回條。
V	三	丙	14	陳玉紅	0.7	0.5			1. 4/30致電父母親皆未接手機，導師表示該生隨父母返回越南，預計5月中返校。 2. 開立一份視力複檢單請導師待該生返校後，交由家長帶該生就診。 3. 5/19已繳交回條。

裸視視力不良未就醫追蹤紀錄表-1

已完成	年級	班級	座號	學生	裸視右	裸視左	戴鏡右	戴鏡左	追蹤紀錄
V	五	甲	1	陳建宇	0.8	0.8			1. 5/2致電父親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，家長表示會再撥空帶就診。 2. 5/19已繳交回條。
	五	甲	16	陳昱卉	0.1	0.2	1	1	1. 5/2致電父母及祖母皆未接聽電話，故重新開立一份視力複檢單，請導師提醒家長。
	五	乙	20	陳安吟	0.1	0.1	0.9	0.9	1. 4/30致電父親提醒至眼科追蹤，並依家長需求重新開立一份視力複檢單，家長表示會再撥空帶就診。
	六	丙	13	陳慧心	0.1	0.2			1. 4/2提醒該生須至眼科追蹤，表示了解。 2. 4/30致電父母手機皆未接聽，提醒該生須至眼科追蹤，表示了解。

護理師：

護理師林采嫻

體衛組長：

體衛組長黃柏綜

學務主任：

學務主任蘇春燕

校長：

校長王建智

裸視視力不良未就醫追蹤紀錄表-2

6-2-1 辦理學生追蹤矯治工作

大新113學年第2學期_裸視視力不良就醫率統計表(含戴鏡正常)

一、合計人數不含視力之未測量(0筆)及無法測量(0筆)。

二、C：裸眼視力受檢人數 B：裸眼視力不良人數(含戴鏡視力正常) A：分母中有診斷的人數

年級	班級	裸眼視力 受檢人數C	裸眼視力 不良人數B	不良率(B/C)	就診人數A	就診率(A/B)
一	甲	22	5	22.73%	5	100.00%
一	乙	22	4	18.18%	4	100.00%
一	丙	22	7	31.82%	7	100.00%
一年級小計		66	16	24.24%	16	100.00%
二	甲	22	8	36.36%	8	100.00%
二	乙	20	8	40.00%	8	100.00%
二	丙	19	5	26.32%	4	80.00%
二年級小計		61	21	34.43%	20	95.24%
三	甲	24	9	37.50%	9	100.00%
三	乙	22	12	54.55%	12	100.00%
三	丙	25	13	52.00%	12	92.31%
三年級小計		71	34	47.89%	33	97.06%
四	甲	20	6	30.00%	6	100.00%
四	乙	21	12	57.14%	12	100.00%
四	丙	23	11	47.83%	11	100.00%
四年級小計		64	29	45.31%	29	100.00%
五	甲	25	15	60.00%	14	93.33%
五	乙	26	17	65.38%	16	94.12%
五年級小計		51	32	62.75%	30	93.75%
六	甲	20	16	80.00%	16	100.00%
六	乙	19	14	73.68%	14	100.00%
六	丙	19	13	68.42%	12	92.31%
六年級小計		58	43	74.14%	42	97.67%
全校合計		371	175	47.17%	170	97.14%

承辦人:

護理師林采嫻

組長:

醫師黃柏綜
衛生組長

主任:

醫師蘇春燕
學務主任

校長:

校長王建智

裸視視力不良就醫率統計表

6-2-1 辦理學生追蹤矯治工作



學生口腔檢查紀錄與通知單



學生口腔檢查紀錄與通知單

6-2-1 辦理學生追蹤矯治工作

學校代號: 114633 列印日期: 2023/2/24
大新113學年一年級身體檢查結果暨矯治追蹤統計表

類別	檢查名稱	未實施人數		檢查項目結果發現狀況						實施次數及追蹤情形						
		統計		男		女		合計*		重複正常		重複異常△		未就醫		備註(及其他異常項目)
		人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	
總計	受檢學生總數	32	100%	14	100%	18	100%	32	100%	0	0%	0	0%	0	0%	
健康無異常學生數		14	100%	14	100%	0	0%	14	100%	0	0%	0	0%	0	0%	
視力	遠視	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	近視	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
牙	牙齦炎	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	牙周病	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
耳鼻喉	耳聾	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	耳鳴	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
皮膚	濕疹	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	疥瘡	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
泌尿	泌尿系感染	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	腎臟病	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
神經	腦部異常	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	神經系統異常	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
其他	其他	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	其他	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	

填表日期: 14年 2月 4日

衛生主任: 黃柏緯 醫師: 蘇春燕

一、本校實施教育前站健康篩檢之學校衛生之健康檢查「課後」追蹤矯治工作之實施情形。
二、實施對象: 一年級學生。受檢總人數: 32人。重複率: (☆+○) / (☆+○+*) * 100%。
三、健康檢查表上學期執行者本校於二月底截止上學期檢查表(一式四份): 一份留存學校備查、一份送教育局備查。
四、視力不良是指字力檢查表顯示在一個低於0.8以下(含0.8)近視、遠視、散光、斜視的判斷結果。斜視判斷結果以斜視診斷後的判斷結果。視力異常者，而以色盲檢查卡檢出顏色異常。
五、轉錄性的統計，請填寫與健康檢查表同期之第一次轉錄檢查異常性的人數。
六、近視、遠視、散光為視力不良分類診斷，並不計算矯治率。

一年級學生健康檢查矯治追蹤統計表-就醫複檢率 100%

學校代號: 114633 列印日期: 2023/2/24
大新113學年四年級身體檢查結果暨矯治追蹤統計表

類別	檢查名稱	未實施人數		檢查項目結果發現狀況						實施次數及追蹤情形						
		統計		男		女		合計*		重複正常		重複異常△		未就醫		備註(及其他異常項目)
		人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	
總計	受檢學生總數	29	100%	14	100%	15	100%	29	100%	0	0%	0	0%	0	0%	
健康無異常學生數		14	100%	14	100%	0	0%	14	100%	0	0%	0	0%	0	0%	
視力	遠視	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	近視	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
牙	牙齦炎	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	牙周病	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
耳鼻喉	耳聾	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	耳鳴	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
皮膚	濕疹	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	疥瘡	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
泌尿	泌尿系感染	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	腎臟病	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
神經	腦部異常	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	神經系統異常	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
其他	其他	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	
	其他	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	

填表日期: 14年 2月 4日

衛生主任: 黃柏緯 醫師: 蘇春燕

一、本校實施教育前站健康篩檢之學校衛生之健康檢查「課後」追蹤矯治工作之實施情形。
二、實施對象: 一年級學生。受檢總人數: 32人。重複率: (☆+○) / (☆+○+*) * 100%。
三、健康檢查表上學期執行者本校於二月底截止上學期檢查表(一式四份): 一份留存學校備查、一份送教育局備查。
四、視力不良是指字力檢查表顯示在一個低於0.8以下(含0.8)近視、遠視、散光、斜視的判斷結果。斜視判斷結果以斜視診斷後的判斷結果。視力異常者，而以色盲檢查卡檢出顏色異常。
五、轉錄性的統計，請填寫與健康檢查表同期之第一次轉錄檢查異常性的人數。
六、近視、遠視、散光為視力不良分類診斷，並不計算矯治率。

四年級學生健康檢查矯治追蹤統計表-就醫複檢率 100%

6-2-1 提供教職員健康資訊

各位老師好~

秋冬之際,正值呼吸道傳染疾病與腸胃炎肆虐之時,尤以腸病毒更甚,健康中心提醒大家平時勤洗手,適時配戴口罩,小小的防疫習慣,可以大大的保護自己與他人!

另整理腸病毒防疫宣導資訊如下,提供老師參閱,並請轉傳家長知悉,謝謝!

已讀 53
下午 1:00




「趕走腸病毒, 贏在常洗手」.pdf

已過期

檔案大小: 630KB

已讀 53
下午 1:00

學校群組訊息公告-呼吸道與腸胃道傳染病防範

 各位老師早安

天氣逐漸炎熱, 蚊蟲也開始肆虐, 今天健康中心會發放每班兩瓶防蚊液, 提供師生戶外打掃與活動之前使用, 以防範蚊蟲叮咬, 維護身體的健康, 謝

已讀 53
上午 8:33

謝 🙏

學校群組訊息公告-登革熱防治

6-2-1 提供教職員健康資訊



A.pot

轉知公文~

落實防範校園流感、腸病毒、病毒性腸胃炎等傳染病防疫措施及加強衛教宣導：

落實師生健康監測：掌握師生健康狀況，加強宣導自主

健康管理、保持良好衛生習慣，勤洗手、遵守咳嗽禮

節，如有上呼吸道症狀、發燒、嘔吐、腹瀉等，請就醫

並宣導「生病不上課、不上班」觀念及避免前往公共場

所、安親班或補習班等衛生教育工作。

https://drive.google.com/drive/folders/1won26FsbS4Seolr200M_FkXL0QzmtTjC

1140408 落實防範校園流感、腸病毒、病毒性腸胃炎等傳染病防疫措施及加強衛教宣導 - Google ...

你必須啟用 JavaScript 才能使用 Google 雲端硬碟瞭解詳情 跳到主要內容 鍵盤快速鍵 無障礙工具
意見回饋 系統已不再支援這個瀏覽器版本，請升級為支援的瀏覽器。瞭解詳情 關閉 雲端硬碟名...

學校群組訊息公告-校園傳染病防治



A.pot

https://www.cda.org.tw/cda/oral_health_detail.jsp?ocid=405

社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會

社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會

上午 11:37



A.pot

A.pot

https://www.cda.org.tw/cda/oral_health_detail.jsp?ocid=405

各位導師好

請將2025年口腔健康打卡保衛戰活動訊息轉貼到班級群組

謝謝!

上午 11:38

學校群組訊息公告-口腔保健活動訊息

6-2-1 提供教職員健康資訊

健康中心的提醒

1 10/18 (五) 上午九點流感疫苗接種，自一年級學生開始，依序至六年級，最後為教職員工。

2 要接種流感疫苗的教職員與學生，請記得攜帶健保卡。

3 接種後需休息觀察30分鐘，故建議各班調整接種後的體育競賽類活動。

已讀 53
上午 8:21

各位老師好📢

剛接獲新化衛生所臨時通知，請符合接種流感疫苗的教職員，今天早上先行填妥「流感疫苗接種同意書」，以節省明天老師們接種時間的久候。

已讀 53
上午 10:09

請拿到同意書的教職員同仁，填寫表格內的「綠色」框內容即可，請大家於1330前填妥後交回健康中心彙整，感謝大家的配合🙏

學校群組訊息公告-流感疫苗接種相關事宜

**增購流感疫苗2/20起
開放接種囉**

11類高風險對象公費接種

- ✓ 滿6個月以上至國小入學前幼兒
- ✓ 國小、國中、高中、高職、五專1-3年級學生
- ✓ 65歲以上長者
- ✓ 具有潛在疾病，符合下列條件之一者(包括(19-64歲)高風險慢性病人、BMI≥30、罕見疾病患者及重大傷病患者)
- ✓ 孕婦
- ✓ 6個月內嬰兒之父母
- ✓ 幼兒園托育人員、托育機構專業人員及居家托育人員(保母)
- ✓ 安養、長期照顧(服務)等機構之受照顧者及所屬工作人員
- ✓ 醫事及衛生防疫相關人員
- ✓ 農畜相關及動物防疫相關人員
- ✓ 55歲以上原住民族

符合接種資格者請洽各區衛生所

臺南市衛生局 | 2025.02.13

已讀 53
上午 10:38

儲存 | 另存新檔 | 分享 | 傳送至Keep筆記

已讀 53
上午 10:38

以上資訊,提供給大家,謝謝



學校群組訊息公告-增購流感疫苗已開放接種

6-2-1 提供教職員健康資訊

各位老師好~

對於近來新聞報導有關流感疫苗外觀異常事件,陸續有家長詢問與關切,故健康中心彙整資訊後說明如下:

- 1 臺南市衛生局配發的流感疫苗,10/18(五)接種當天新化衛生所到校時,學校才會知道疫苗類別
- 2 新聞報導中的該批異常疫苗,並未在臺南市使用
- 3 新化衛生所醫護人員在疫苗接種前會逐一檢視疫苗,以確保疫苗的安全性

已讀 53

✳️檢附疾病管制署的新聞稿說明如下,供大家參酌,謝謝~

https://www.cdc.gov.tw/Bulletin/Detail/rfY_tvOptUAtuzEnse0msw?typeid=9

針對基隆市政府衛生局通知主動發現1劑流感疫苗外觀異常, 疾管署已通知獲配...
首頁 新聞稿 針對基隆市政府衛生局通知主動發現1劑流感疫苗外觀異常, 疾管署
已通知獲配衛生局預防性暫停該批號疫苗, 並通報食藥署啟動機制調查釐清事...

已讀 53
上午 11:38



已讀 53
上午 7:45

學校群組訊息公告-疫苗異常事件說明與澄清



A.pot



碧娥

農業署未來會供應國小部一週2次的保久乳供學生飲用, 今日要請老師試喝統一的, 改天還會有其他廠牌。

這邊體衛組要跟導師宣導一下

本校健康體位目前「過輕」和「過重」比例偏高

請導師協助讓體重「過輕」學童在學校把乳飲品喝完

並且注意不要讓「過重」的學童幫別人喝好幾份

再麻煩導師協助

感謝配合!

上午 11:16

學校群組訊息公告-健康體位宣導

6-2-1 提供教職員健康資訊

以上各位夥伴，您是今年有符合公教健檢補助人員，若您今年有預計預約做健康檢查，請於113年12月13日(五)前預約健檢完畢，俾利年底前核銷，並於10/14(一)下班前先回報人事室，方便先控管預算，謝謝大家配合。
PS、若有任何疑問都可洽詢人事室^^

2024.10.14



蔡明芳

<https://www.tmanh.org.tw/Department/CustomPage/238>

健康醫學中心 | 公務人員健檢 - 台南市立安南醫院

台南市立安南醫院位於臺南市安南區長和路二段66號，總機電話為(06) 3553111，為改善臺南市原北門次區域醫療資源不足的問題，臺...

下午 2:12



蔡明芳



113年新公教套裝-4500+-+臺南醫院1130101.pdf

已過期

檔案大小: 105KB

下午 2:14

學校群組訊息公告-公教健檢



蔡明芳

<https://familymedicine.hosp.ncku.edu.tw/p/405-1011-194414,c24019.php?Lang=zh-tw>

四十歲以上公務人員健康檢查 - 成大醫院家庭醫學部

<p class="content-1-1" style="font-family: 標楷體; font-size: 20px; line-height: 1cm; color: rgb(51, 51, 51);"><span style="color:#ff0...

下午 2:14



蔡明芳

這三間 是同仁比較常去作檢查的醫院 提供大家參考
都可以電話先去詢問 預約 說是要「公教健檢」他們就會知道^^

下午 2:16

學校群組訊息公告-公教健檢

6-2-1 提供教職員健康資訊

春燕主任

有關目前變異新冠肺炎的報導，大家參考一下!

<https://www.youtube.com/watch?v=YZRfbZ3a7QE>



新冠病毒「性格大變」喉嚨不痛也可能染疫

新冠疫情升溫，胸腔暨重症醫師黃軒在臉書上表示，新冠病毒 2025 版...

通話並分享螢幕畫面

學校群組訊息公告-變異新冠肺炎相關報導

新冠疫情升溫中，別讓病毒找上您!



✓ 新冠 JN.1
✓ 肺炎鏈球菌疫苗

- 65歲以上可免費接種肺炎鏈球菌疫苗
- 全年齡可免費接種新冠 JN.1

臺南市政府衛生局 | 2025.05.06

台南打疫苗系統
預約系統

已讀 51
下午 1:42

提供老師參考
亦可轉傳家長

學校群組訊息公告-鼓勵接種新冠 JN.1 疫苗

6-2-1 提供教職員健康資訊

已讀 52
上午 8:03

健康中心提供Covid-19 JN.1疫苗接種衛教圖卡如下，若「未接種過」該項疫苗的教職員同仁們，可考慮預約接種，以提升自我保護力👉也請轉傳家長知悉，共同維護身體的健康❤️

已讀 52
上午 8:03

學校群組訊息公告-鼓勵接種新冠 JN.1 疫苗

已讀 50
上午 11:34

常見呼吸道病毒感染者建議事項 (衛生局版) .pdf
下載期限：~ 6月9日 上午 11:34
檔案大小：110KB

儲存 | 另存新檔 | 分享 | 傳送至Keep筆記

<轉知教育局公告>

說明：

- 一、依據本府衛生局114年5月29日南市衛疾字第1140123145號函辦理。
- 二、因應近期新冠疫情升溫，請貴校(園)強化落實相關感染管制措施之執行與宣導，將常見呼吸道感染之防治知識傳達學(幼)生及其家人與教職員工，包括生病不上班、不上課、勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節及保持空氣流通等。
- 三、檢附「常見呼吸道病毒感染者建議事項」1份(如附件)，以供衛教COVID-19輕症及無症狀篩檢陽性民眾或其他常見呼吸道病毒感染者配合相關建議事項。

已讀 50
上午 11:35

另節錄附件重點如下
提供各班老師衛教家長參考使用
謝謝~



學校群組訊息公告-常見呼吸道病毒感染者建議事項

6-2-1 推廣健康護照

指標七：推廣健康護照

一、執行方式：

- (一)二~六年級學生使用健康護照，依照其內容完成健康項目。
- (二)搭配校內獎勵制度，請導師協助每週檢查一次健康護照，完成者獎勵卡蓋一個章。

二、執行對象：二~六年級學生

三、指標目標及點數：2/3班級數實施：3點

四、預期效益：

- (一)二~六年級全數都有使用健康護照。
- (二)學生使用健康護照後，健康行為表現越來越好。

五、實際成效：

- 一、二~六年級學生都有使用健康護照。
- 二、學生健康行為表現越來越好。

推廣健康護照實施計畫



制定大新國小學生健康護照

6-2-1 推廣健康護照

親愛的家長您好~

三週多的寒假即將開始，小朋友們應該都充滿著期待吧！良好的生活習慣與正確的飲食行為，是維護個人健康重要的因素。學生在校期間可由學校老師協助建立並維持良好的生活習慣，但假期中學生較缺少規律生活的習慣，因此，期盼各位家長與孩子一起實踐『健康護照』行動，透過自主管理觀念的建立及家庭健康環境的營造，共同建立孩子健康的根基。

一、1/20-2/12 落實『健康行動紀錄表』之執行(詳閱健康護照 p.18-p.26)：

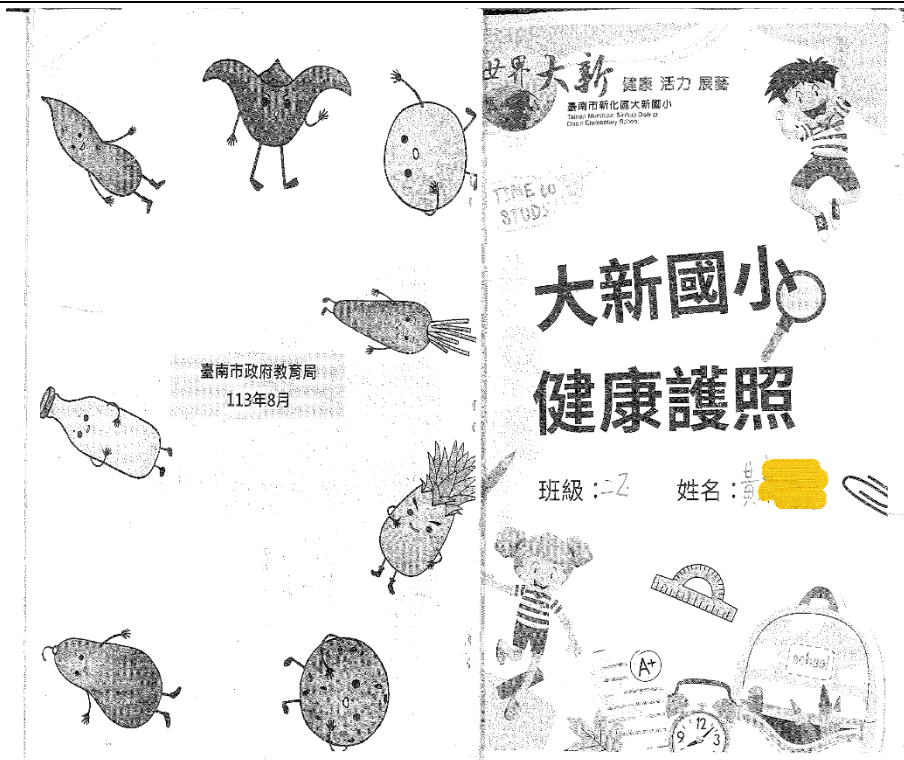
- (一) 喝足白開水：天天喝足體重*30c.c.的白開水，並完成每日水量紀錄表。
- (二) 均衡飲食：天天都有吃到六大類食物，並完成每日六大類食物紀錄表。
- (三) 天天運動 30 分鐘：天天運動、每次達 30 分鐘，並完成每日運動時間紀錄表。
- (四) 親子運動 30 分鐘：請記錄親子共同運動的日期與項目，家長完成簽名。
- (五) 不喝含糖飲料：不喝含糖飲料，並完成每日含糖飲料紀錄表。
- (六) 不吃零食：請完成每日吃零食次數紀錄表。
- (七) 不吃油炸物：油炸食品每週不超過 1 次，並完成每日油炸物次數紀錄表。
- (八) 每日完成(一)~(七)的紀錄表後，請家長於健康護照 p.26完成簽名。

二、健康護照獎勵方式：

- (一) 2/13 開學當天交回個人健康護照。
- (二) 開學後將測量孩子的身高體重，個人體位目標有進步者，每人提供 100 元獎勵金並加蓋 3 個榮譽章。(例如：體位超重=>過重、過重=>適中、過輕=>適中)

大新國小 健康中心敬上

公告健康護照使用與紀錄方式



學生健康護照紀錄

6-2-1 推廣健康護照

健康行動紀錄表

目標-喝足白開水

※理想目標：我天天都喝足(體重*30C.C.)的白開水，且隨身攜帶水壺裝白開水。

※請將每週有幾天能喝足(體重*30C.C.)的白開水，畫成折線圖，紀錄於下表中。

喝水紀錄表

學生健康護照紀錄

目標-均衡飲食

※現況分析：現在我每週有__天會「吃到」六大類食物

※理想目標：我天天都有「吃到」六大類食物。

※請將每週有幾天能「吃到」六大類食物，畫成折線圖，紀錄於下表中。

六大類食物紀錄表

目標-天天運動30分鐘

※現況分析：現在我每週有__天運動達到30分鐘。

※理想目標：我天天運動，每次達30分鐘。

※請將每週有幾天運動達到30分鐘，畫成折線圖，紀錄於下表中。

天天運動紀錄表

天天運動30分鐘，我家長一起動一動

學生健康護照紀錄

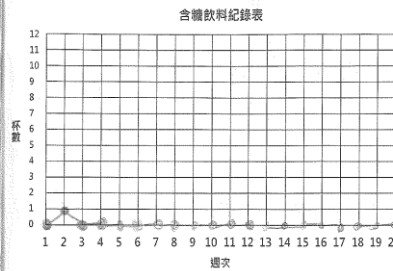
6-2-1 推廣健康護照

目標-親子運動30分鐘

日期	運動項目	時間
8/30	跳繩	35分
9/6	騎腳踏車	40分
9/13	跳繩	30分
9/20	騎腳踏車	40分
9/27	跑步	35分
10/4	跑步	33分
10/11	跳繩	35分
10/18	跳繩	30分
10/25	騎腳踏車	35分
11/1	跳繩	30分
11/8	跑步	35分
11/15	跑步	40分
11/22	跳繩	35分
11/29	跑步	30分
12/6	跳繩	35分

目標-不喝含糖飲料

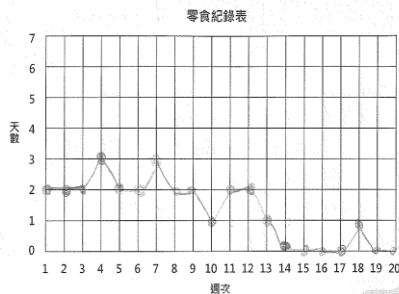
※現況分析：現在我每週會喝__杯含糖飲料。
 ※理想目標：我不喝任何含糖飲料。
 ※請將每週喝了幾杯含糖飲料，畫成折線圖，紀錄於下表中。



學生健康護照紀錄

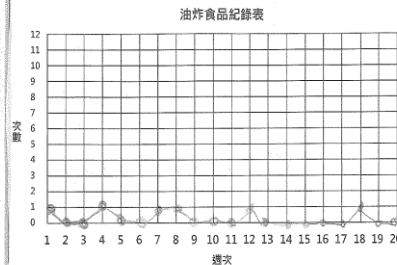
目標-不吃零食

※零食是指高油、高鹽、高糖，低營養價值的食物，多為經油炸、乾燥、醃製的食品，如蜜餞、糖果、洋芋片等。
 ※點心是指除了提供熱量外，仍有其他營養價值，如無加糖優酪乳、小魚乾、堅果種子等。
 ※請將每週吃了幾天零食，畫成折線圖，紀錄於下表中。



目標-不吃油炸物

※現況分析：現在我每週會吃__次油炸食品(薯條、炸雞、丸子等)。
 ※理想目標：我吃油炸食品每週不超過1次。
 ※請將每週吃了幾次油炸食品，畫成折線圖，紀錄於下表中。



學生健康護照紀錄

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫

(五)、營養教育部分:

1.藉由營養宣導，讓學生明白健康食物的重要性。

(1)午餐秘書搭配每月菜單附載營養常識。

(2)廚房公佈欄進行主題式營養教育文宣。

(3)護理師上下學期於學生早會各進行一次營養教育。

2.實施餐前教育，藉由導師餐前指導，提升飲食知識及惜福習慣。餐前教育每月實施二次，主題搭配午餐食物內容包含在地食材、食物營養成分、四章一Q、食物的熱量、食物的烹調、異國食物、惜福愛物等七項。

現況分析：

一、部份學生早餐或放學後點心選擇漢堡、炸雞、蛋糕、奶茶、巧克力牛奶等高油高脂飲食。

二、另有部份學生習慣不吃早餐或以餅乾零食代替；少部份表示家長忘記購買早餐。

三、班級教室分布在二到四樓，加上班班有冷氣，大部分位處高樓層的班級學生10分鐘下課時間不願意到操場或空曠處活動。

健康體適能與飲食教育行動計畫-3

參、計畫目標

一、全校學生適中體位比率由62.93%提高至64.93%以上。

二、全校學生體位過重和超重比率由25.84%降至24.84%以下。

三、體位過輕比率由11.23%降至10.23%以下。

四、體適能填報率100%且通過率50%以上，通過率與上學年度相比進步5%

五、全校班級每週實施餐前飲食教育至少1次。

六、全校超過2/3班級使用健康護照。

七、全校班級每學期實施3次餐前五分鐘專書教學。

八、全校學生午餐剩食率降低至少7%以上。

健康體適能與飲食教育行動計畫-4

85110

大新國仔
健康活力GO!

大新國小的健康

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



晨間運動-跳繩



晨間運動-跑步

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



課間運動-躲避球



課間運動-籃球

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



觀賞餐前五分鐘飲食教育影片



老師進行飲食教育課程

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



教師進行餐前 5 分鐘專書飲食教育



學生認真書寫餐前五分鐘專書之學習單

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



學校建置自有農場 推動地瓜食農教育-阡插教學



學生認真進行阡插

6-2-1 推動健康體適能與飲食教育行動計畫



學校建置自有農場 推動地瓜食農教育-採收地瓜趣

四、預期效益：

(一)全校學生適中體位比率由62.93%提高至64.93%以上。

五、實際成效：

一、全校學生體位適中率由61.19%進步到66.04%

二、目標數值提高2%以上

全校學生體位適中率明顯向上攀升