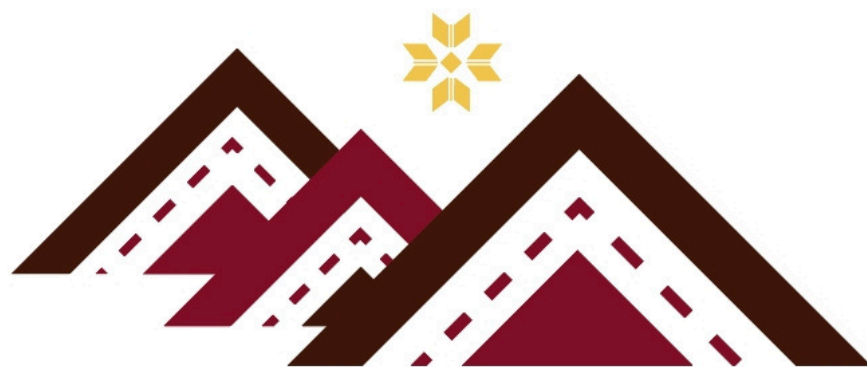


# 114學年度左鎮國民小學 健康促進學校評選



左鎮國小

Zuojhen Elementary School

## 九.向下扎根

9-1-1

連結幼兒園共同進行  
健康促進議題的推動

檔 號：

保存年限：

## 臺南市政府衛生局 函

地址：730213臺南市新營區東興路163號  
承辦人：黃培綺  
電話：6357716#262  
電子信箱：a00744@tncghb.gov.tw

受文者：臺南市左鎮區左鎮國民小學附設幼兒園

發文日期：中華民國115年1月30日

發文字號：南市衛國健字第1150014023A號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明七

主旨：本局規劃於115年3月25日（星期三）假臺南市左鎮區左鎮國民小學辦理「114學年度學齡前兒童視力篩檢試辦計畫」篩檢場次，請惠予協助通知符合篩檢資格之幼童家長，並轉知相關配合事項，請查照。

說明：

- 一、依據114學年度補助地方推動學齡前兒童視力篩檢試辦計畫辦理。
- 二、本市推動「學齡前兒童視力篩檢試辦計畫」，由專業眼科醫師入校（園）執行散瞳驗光及斜弱視篩檢，以早期發現幼童視力問題，落實視力健康把關，並減輕家長往返醫療院所之負擔。
- 三、篩檢相關資訊如下：
  - （一）篩檢時間：115年3月25日（星期三）上午9時至12時（最後報到時間為11時30分）。
  - （二）篩檢地點：臺南市左鎮區左鎮國民小學1樓藝文教室（地址：71341臺南市左鎮區中正里7號）。
  - （三）篩檢對象：108年次、109年次、110年次1/1-3/24出生之幼兒園學童。
  - （四）協辦單位：臺南市政府教育局、臺南市左鎮區左鎮國民小學附設幼兒園。

裝

訂

線



- 四、本局另行配送家長同意書及篩檢個案資料表予貴園所，請協助轉知家長篩檢相關資訊，並調查家長參加意願，於115年2月26日前完成符合資格幼童名冊之填報及上傳作業。
- 五、篩檢當日請陪同之家長或園所教師，攜帶已簽署之家長同意書及篩檢個案資料表（請事先填妥個案基本資料欄位）至現場辦理。
- 六、檢附篩檢名冊1份（請填寫黃色標示欄位），上傳網址為：<https://p.tainan.gov.tw//vg8Gz3>，請於115年2月26日前完成上傳。
- 七、請指派至少一名幼兒園之人員加入「視力篩檢試辦參加幼兒園聯繫群組」，並設定暱稱「幼兒園名稱+姓名及職稱」以便資訊即時布達，連結：<https://p.tainan.gov.tw//NeXQ84>



正本：臺南市左鎮區左鎮國民小學附設幼兒園、臺南市左鎮區光榮實驗小學附設幼兒園、臺南市私立寶貝熊幼兒園、臺南市南化區南化國民小學附設幼兒園、臺南市南化區北寮國民小學附設幼兒園、臺南市南化區瑞峰國民小學附設幼兒園  
副本：臺南市政府教育局、臺南市左鎮區衛生所

活動名稱	學齡前兒童視力篩檢			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
115年3月25日	參加人數	9	0	3
活動簡述	配合臺南市衛生局推動「學齡前兒童視力篩檢試辦計畫」，由專業眼科醫師入園執行散瞳驗光及斜弱視篩檢，以早期發現幼童視力問題，落實視力健康把關，並減輕家長往返醫療院所之負擔。			
				
說明：臺南市衛生局人員協助參加視力篩檢的幼童點散瞳劑	說明：幼兒視力篩檢			
				
說明：幼兒視力篩檢	說明：視力保健宣導			

臺南  
TAINAN  
臺南市政府衛生局  
PUBLIC HEALTH BUREAU, TAINAN CITY GOVERNMENT

感謝狀  
Certificate of Appreciation

南市衛國健字第1150066459號

茲感謝臺南市左鎮區左鎮國民小學附設幼兒園，協助辦理臺南市政府衛生局「學齡前兒童視力篩檢試辦計畫」，貢獻心力積極推動，特頒此狀，以誌謝忱。

局長李翠鳳



中華民國 115 年 6 月 15 日

This certificate is presented to The Affiliated Preschool of Tainan Municipal Zuojhen District Zuojhen Elementary School in sincere appreciation of your invaluable assistance with Tainan City Government Public Health Bureau's Vision Screening Pilot Program for Preschool Children. Your dedication and active promotion of this initiative have been instrumental to its success. We present this certificate as a token of our gratitude.

Li Tsuey-fong  
Director General  
Public Health Bureau  
Tainan City Government

說明：台南市政府衛生局頒發感謝狀



# 9-1-1 連結幼兒園共同進行健康促進推展

## 左鎮國民小學附設幼兒園視力保健宣導

學習指標

語-中-1-5-2 理解故事的角色與情節

身-中-2-3-2 熟練並維持日常生活的健康行為

身-中-2-2-1 敏捷使用各種素材、工具或器材

### 教學過程

- 1、教師透過講述「眼鏡公主」的繪本故事，讓幼兒了解愛惜眼睛、保護視力的方法，養成正確用眼習慣，攝取均衡營養，適時讓眼睛休息，就能擺脫眼鏡、找回健康好視力！
- 2、介紹如何保護眼睛的小妙招：
  - (1)充足睡眠不熬夜。
  - (2)飲食營養要均衡。
  - (3)遊戲時避免使用尖銳物品。
  - (4)定期視力檢查。
  - (5)長時間使用 3C 易傷害眼睛。
  - (6)閱讀 30 分鐘要讓眼睛休息，每天要有 120 分鐘戶外活動時間。



說明：老師講述「眼鏡公主」的故事，並請幼兒回答眼睛看不清楚會對生活造成什麼影響



說明：記得定期做視力檢查，了解目前有無近視



說明：飲食要均衡，在遊戲中了解對眼睛有幫助的食物



說明：繪本導讀，大班姐姐告訴弟弟妹妹看書要注意距離及在光線充足的地方閱讀



說明：蛋黃富含葉黃素與玉米黃素，是護眼食物，推薦幼兒多攝取



說明：每日戶外運動 120 分鐘，假日可以請家長多安排戶外活動

114 學年度左鎮國小附設幼兒園學習單 幼兒姓名：林思軒

親愛的小朋友，眼睛是我們的靈魂之窗，平時要養成好習慣，才不會變成近視眼，所以一定要好好照顧我們的眼睛囉，以下正確的護眼絕招，請把它圈起來。

<p>30 10</p> <p>用：30分；睡：10分</p>	<p>每日戶外活動 2~3小時</p>	
	<p>8~9</p> <p>每日學習 8~9小時</p>	<p>用：1小時；看：2分鐘；坐：10分鐘；站：10分鐘；保：35~45分</p>
<p>平日多吃：可溶性蛋白質、維生素A、C</p>	<p>每日定時：1~2次；視力：視力</p>	

說明：視力保健學習單



說明：閱讀 30 分鐘後記得要讓眼睛要休息，眼睛才不會疲勞

## 幼兒園推動健康促進議題：視力保健



說明：每學期檢測書桌照度，護理師指導學童應採正確坐姿，預防近視



說明：座位第一排與黑板距離 2 公尺，畫線做記號



說明：採光不良時，請總務處更換燈管



說明：藉由視障體驗活動，讓幼兒了解視障者的不便，啟發幼兒學習尊重和友善對待身障人士的態度與行為，並能好好愛護自己的靈魂之窗



說明：大班學生分享視力議題繪本



說明：教師參加視力保健增能研習

# 幼兒園推動健康促進議題：視力保健



說明：幼兒園學童參與視力保健偶戲宣導有獎徵答活動



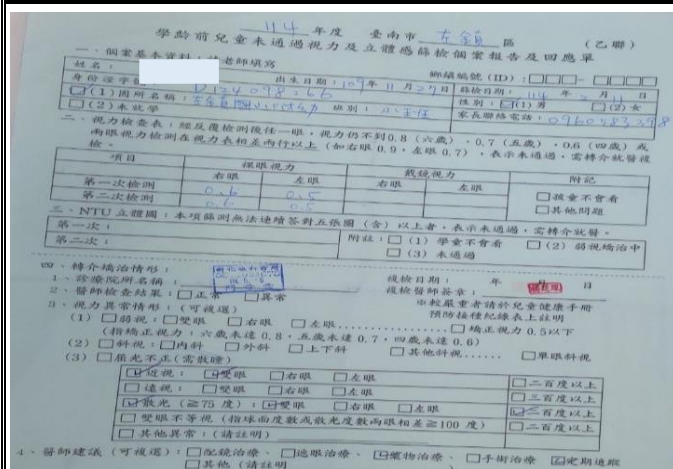
說明：透過 line 家長群組進行視力保健宣導



說明：均衡飲食，老師鼓勵學童多吃深綠色蔬菜



說明：多戶外活動，讓眼睛多休息



說明：視力不良學生轉介



說明：立體圖檢查，幫助篩檢出內斜視或單眼嚴重弱視的幼童

# 左鎮國民小學附設幼兒園 口腔衛生 宣導

學習指標	身-中-1-3-1 覺察與模仿日常生活的健康行為 社-中-1-3-1 辨識生活環境中能做或不能做的事 認-中-3-1-1 參與討論解決問題的可能方法並實際執行
------	---

## 教學過程

- 1、展示健康牙齒與蛀牙的對比圖。
- 2、幼兒分享牙齒的功用以及刷牙的重要性。
- 3、介紹造成蛀牙的原因：攝取糖分過高的飲料與糖果、餅乾等易沾黏牙齒的食物、吃完食物後未立即清潔牙齒、睡前沒有刷牙、沒有徹底清潔牙齒上的食物殘渣。
- 4、介紹潔牙的工具：牙刷、牙膏、含氟漱口水、牙線。
- 5、實際讓幼兒操作貝氏刷牙法。
- 6、牙醫師每半年蒞校進行牙齒檢查、塗氟、齲齒治療及口腔宣導。



說明：幼兒分享齲齒的經驗及感受



說明：我願意飯後及睡前都要刷牙



說明：牙醫師入班做口腔保健宣導及有獎徵答



說明：幼兒練習貝氏刷牙法



說明：大班姐姐示範刷牙技巧



說明：一起練習刷牙



說明：我每半年都有參加牙齒檢查和塗氣



說明：我的牙齒很健康，我很開心

## 幼兒園推動健康促進議題：口腔衛生



說明：幼兒園學生每半年參加口腔巡迴醫療服務(牙齒檢查、塗氟、齲齒治療)



說明：牙醫師指導口腔不良學童的家長及老師貝氏潔牙技巧



說明：牙醫師進行口腔保健知識教學



說明：學生分享齲齒的經驗及感受



說明：班親會邀請左鎮衛生所護理師蒞校向家長及學童宣導口腔保健知識



說明：友善校園週邀請左鎮衛生所護理長蒞校指導學童潔牙技巧

## 推動健康促進議題：口腔衛生



說明：教師口腔保健增能研習



說明：老師透過影片指導學童愛護牙齒，養成刷牙的好習慣



說明：老師說明齲齒的原因，飯後及睡前刷牙、少吃含糖飲料和零食、定期檢查可以預防齲齒



說明：學童練習潔牙技術



說明：台南市衛生局與牙醫師公會辦理口腔營活動，檢查學童牙齒



說明：幼童牙菌斑檢查，牙醫師請老師轉知家長需加強潔牙的位置



# 左鎮國民小學附設幼兒園 安全教育 宣導

學習指標	身-中-1-1-1 覺察身體在穩定性及移動性動作表現上的協調性 身-中-2-3-2 熟練並維持日常生活的健康行為 語-中-1-4-2 知道能使用圖像記錄與說明 社-中-1-3-1 辨識生活環境中能做或不能做的事
------	--

## 教學過程

- 1、播放關於安全教育的影片。
- 2、討論遊戲安全、防墜安全的方法。
- 3、透過實際演練方式加深印象。



說明：爬越欄杆是不對的



說明：遊戲安全指導，走橋要手扶好才不會掉下來



說明：老師指導學童使用遊戲器材要注意安全，不可嬉鬧、推擠



說明：老師叮嚀學童使用遊戲器材要注意事項及示範正確遊玩的規則



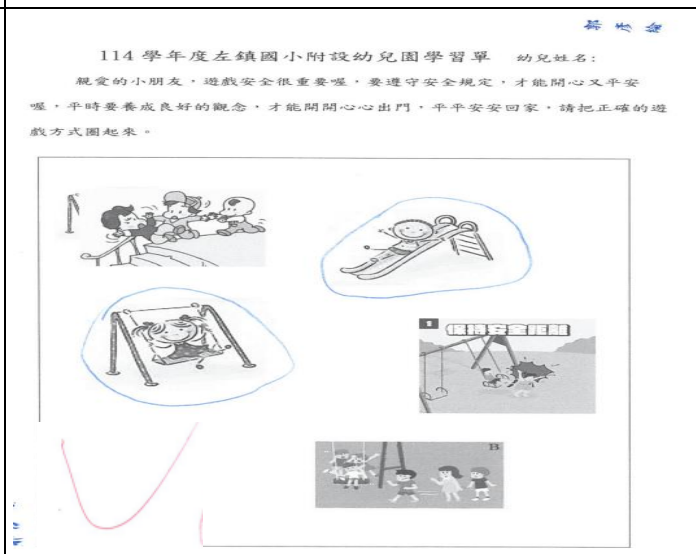
說明：安全教育大考驗



說明：左鎮衛生所護理師蒞校宣導水域安全知識



說明：老師指導學生上下樓梯時，應握緊扶手，避免推擠及奔跑



說明：安全教育學習單

# 左鎮國民小學附設幼兒園 菸檳防治 宣導

學習指標	身-中-2-3-2 熟練並維持日常生活的健康行為 社-中-1-4-1 覺察自己及與家人間的相互照顧關係 語-小-2-3-2 說出簡單的因果關係
------	---

## 教學過程

- 1、使用拒菸檳相關繪本，讓幼兒透過故事了解菸品及咀嚼檳榔對身體的危害。
- 2、老師運用「拒菸八不」口訣（不接受、不隱瞞、不尷尬、不逗留、不縱容、不硬碰、不被說服、不被激將），以角色扮演教導幼兒拒絕誘惑。
- 3、鼓勵家人拒絕抽菸、嚼檳榔共同維護身體健康。
- 4、透過聯絡簿、家庭訪視或親職講座，告知家長二手菸對兒童氣喘、咳嗽、中耳炎及智力發展的影響。
- 5、提供免費戒菸諮詢專線（0800-636363），協助有吸菸習慣的家長戒除。
- 6、透過學校與家庭合作，營造無菸檳的環境，能有效降低幼兒暴露於致癌風險，從小培養健康的生活習慣。



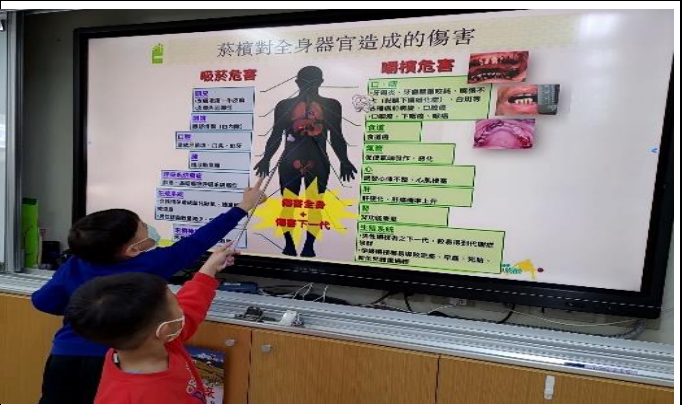
說明：菸品有很多對身體有害的物質，引導抽菸有害健康



說明：抽菸會影響呼吸系統，造成氣喘



說明：為什麼檳榔是個壞東西



說明：抽菸和嚼檳榔對身體的危害

## 幼兒園推動健康促進議題：菸檳防制



說明：與社區互動佳，參與左鎮衛生所辦理之拒菸拒檳活動



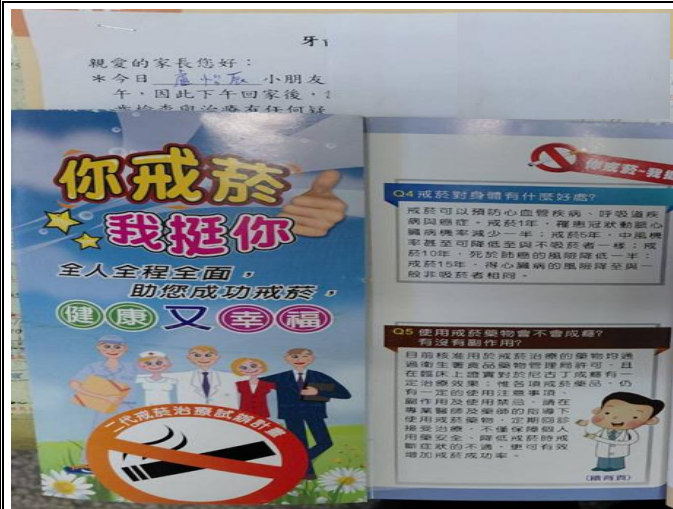
說明：結合兒童節，左鎮衛生所蒞校辦理健康知識闖關活動



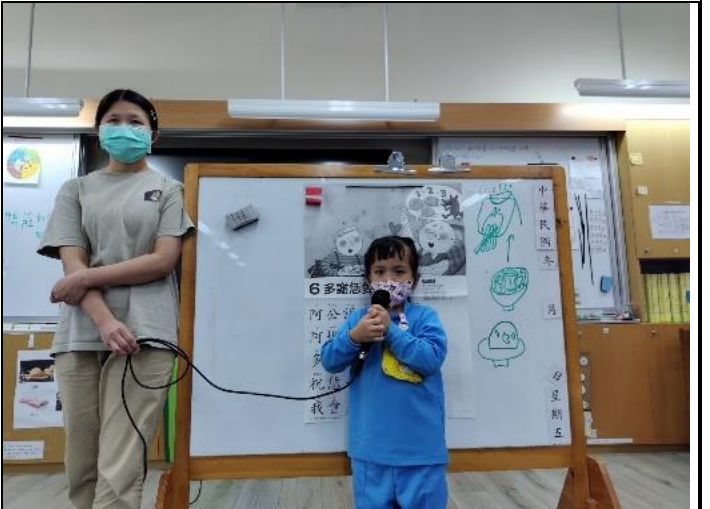
說明：老師說明抽菸對身體的傷害(肺癌)



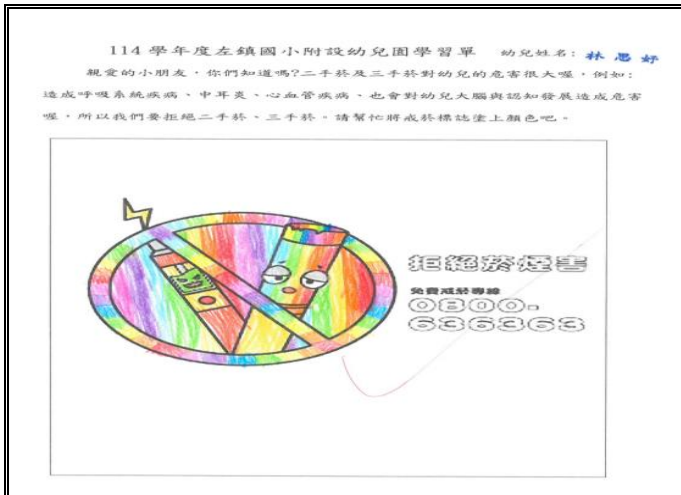
說明：菸害繪本導讀



說明：聯絡簿放置菸檳防制宣導單張



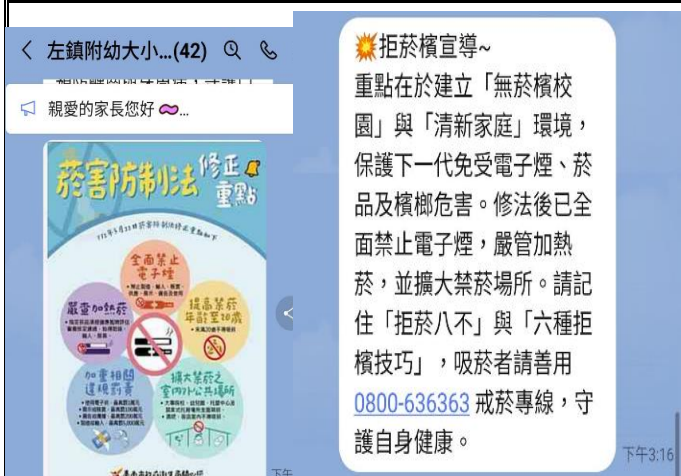
說明：學童上台分享抽菸對身體造成的傷害



說明：菸害防制學習單



說明：參與衛生所辦理菸害防制著色比賽



說明：透過 line 家長群組進行菸害防制宣導

# 左鎮國民小學附設幼兒園性教育宣導

學習指標	身-中-2-3-2 熟練並維持日常生活的健康行為 情-小-2-2-1 以表情或肢體動作表達家人、朋友或動物的情緒 社-中-1-2-1 覺察自己和他人有不同的想法、感受、需求 社-中-3-4-1 尊重他人身體的隱私部位
------	---

## 教學過程

- 1、引導孩子感知身體感覺、重視自己跟他人的身體界限。
- 2、幼兒分享不可以被別人碰觸那些身體隱私部位。
- 3、若是被別人碰觸身體隱私部位，鼓勵孩子說出自己的感受。
- 4、讓幼兒們勇敢學會說不，若不喜歡別人碰觸自己的身體時，要勇敢的說不，或是選擇離開現場，並告訴師長。



說明：胸部不可以被別人碰觸



說明：嘴巴不可以被別人碰觸



說明：被別人碰觸身體要怎麼辦呢



說明：我的身體，自己保護，鼓勵孩子說出自己的感受



說明：請學童說出身體那些部位是隱私部位



說明：老師帶學童認識身體、建立界線，保護自己，同時學會尊重他人



說明：身體隱私部位(紅燈區)是不可被他人觸摸和觀看的

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：鴨莊親子活動戶外教學，增加學童活動量



說明：戶外教學，老師指導學生認識蔬果，說明蔬果的營養



說明：校慶邀請家長參加趣味競賽



說明：學童參加校慶趣味競賽



說明：幼兒園家長參與左鎮衛生所辦理的健康闖關活動



說明：幼兒園家長參與學校辦理的防癌講座(癌症基金會講師)

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：兒童節活動，學童參加大隊接力競賽



說明：兒童節活動，學童參加趣味競賽



說明：參與區公所辦理的植樹活動



說明：參與區公所辦理之公園環境清潔工作



說明：成果發表會舞蹈演出



說明：大肌肉活動課程

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：大肌肉跨越活動課程



說明：透過 line 群組進行健康體位宣導



說明：到番茄園採番茄，吃番茄，宣導多蔬果，幫助腸蠕動預防便秘



說明：社區踏查，參觀左鎮果菜市場



說明：老師說明番茄的營養，並指導學童製作健康美味的果汁



說明：老師設計六大類食物分類遊戲，請同學示範練習

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：製作蔬果捲，加入蘋果、木瓜、小黃瓜、豆芽菜，增加一天蔬果攝取量



說明：帶領學童認識豆漿的營養，親自體驗，利用果汁機打成汁並品嚐豆漿



說明：府城媽媽蒞校進行健康飲食繪本導讀



說明：老師說明綠豆營養，學童們一起種植綠豆



說明：老師以文具用品代替零食餅乾獎勵學生



說明：結合萬聖節活動，製作營養豐富的南瓜煎餅

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：兒童節贈送飛盤及跳繩，鼓勵學童多運動



說明：老師鼓勵學童要多喝白開水，少吃零食和喝含糖飲料



說明：我愛吃蔬菜活動(把蔬菜吃光)，向同學們分享蔬菜的營養



說明：睡眠充足，每天至少睡眠8小時，避免晚睡，影響生長發育



說明：透過繪本教學，使學童了解均衡飲食及蔬果對身體的重要性，例如幫助長高、提升學習力、預防疾病



說明：學童分享喜歡的水果，認識蔬果顏色，老師提醒每天都要有食用水果的習慣

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



說明：讓幼兒認識紅、橙、黃、綠、藍紫、白色蔬果，理解不同顏色蔬果的營養與健康益處



說明：蔬果學習單



說明：均衡飲食，認識豆魚蛋肉類，品嚐健康營養的水煮蛋



說明：我愛喝牛奶課程，老師介紹奶類的營養，鼓勵學生每天攝取兩份奶類



說明：我愛喝豆漿課程，老師介紹豆類的營養，鼓勵學生均衡飲食不挑食



說明：老師陪同學生用營養午餐，教導學童均衡飲食的重要

## 幼兒園推動健康促進議題：健康體位



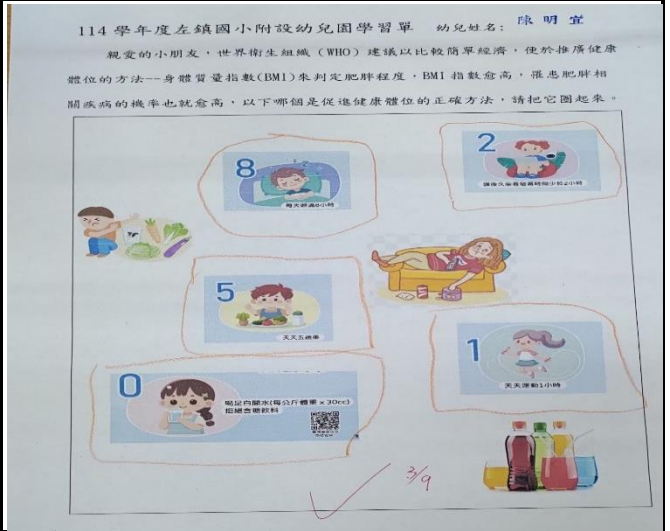
說明：參與教會聖誕晚會舞蹈演出



說明：幼兒製作水果茶凍及水果茶於母親節活動分享給家長食用



說明：幼兒製作水果茶凍及水果茶於母親節活動分享給師生食用，並向親師生介紹水果營養



說明：健康體位學習單

## 幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



在地文化由認識校園開始



愛護校園人人有責，找主任一起幫忙治療生病的樹木



認識左鎮地圖，準備出發踏查去



澄山里山豹部落採香菇



拜訪中正里蜜蜂園



岡林里體驗採收葛鬱金

幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



製作葛鬱金粉



草山里里長解說馬頭的由來



參觀草山分校



一起挖薑黃



體驗白堊地形-小玉山



了解要月橋的由來

幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



彩竹林



滾水渦



308 高地古老建築物介紹



二寮觀日亭



參觀李家古厝



岡林社區水管屋野餐

## 幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



化石館挖化石體驗活動



認識有趣的化石



社區踏查認識西拉雅圖騰



走入中正里社區，深耕在地



認識保護大家的警察局



到社區樂齡中心與爺爺奶奶同樂

## 幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



拜訪左鎮教會



參加左鎮教會聖誕活動



參與社區植樹節活動



拜訪月桃工作坊，認識在地植物月桃



拜訪郵局認識辛苦工作的郵差叔叔



一起到果菜市場買水果

## 幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



踏查左鎮蔗埕，了解左鎮蔗埕的由來



一起到左鎮蔗埕進行表演



利用美勞素材製作小火車



烏樹林休閒生活園區校外教學，讓孩子更了解火車載送甘蔗的過程



到左鎮蔗埕撿垃圾維護社區整潔



為左鎮蔗埕製作導覽圖

## 幼兒園規畫在地課程，讓孩子更認識左鎮這片土地



左鎮教會聖誕活動表演



參加左鎮教會聖誕活動



到左鎮北極殿踏查



到左鎮北極殿踏查



期末靜態作品展覽



家長參與期末成果展覽

# 左鎮國民小學附設幼兒園教師及教保員 參與『健康』相關研習證明

210	[基本訓練]兒童健康與照護：基本救命術訓練暨緊急救護情境演習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[委託辦理]臺南市政府教育局114.2.24南市教特(一)字第1140186381A號	8.0	2025/11/01	2025/11/01	臺南市新營區新營國民小學附設幼兒園
211	[安全教育]兒童遊戲場安全規範(上)	教育部_磨課師平臺	非學分班	臺教國署幼字第1110123810號	2.0	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科技教育司
212	[安全教育]兒童遊戲場安全規範(下)	教育部_磨課師平臺	非學分班	臺教國署幼字第1110123810號	2.0	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科技教育司
208	[安全教育]幼兒交通安全-幼童專用車安全宣導	教育部_磨課師平臺	非學分班	臺教國署幼字第1145601093號	1.0	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科技教育司
204	校園學生自我傷害辨識與防治處遇知能	臺南市政府教育局	非學分班	南市教秘字第1070424352號	4.0	2025/05/05	2025/08/15	臺南市政府教育局
205	[教保專業]幼兒視聽力保健暨衛生實務講座	全國教師在職進修資訊網	非學分班 (校本研習)	[自主辦理]114.05.05臺南市政府教育局南市教特(一)字第1140661461號	3.0	2025/06/21	2025/06/21	國立高師大附中

說明：亭儀老師參與健康課程研習紀錄

課程代碼	研習名稱	開始日期	結束日期	研習學校	實得時數 / 學分數
5093197	<u>[性平教育]教保相關人員兒少保護事件指定研習主題：性別平等相關政策與法令</u>	2025/08/09	2025/08/09	臺南市大內區大內國民小學附設幼兒園	3
5108112	<u>[安全教育]兒童事故傷害教育訓練計畫(上午班)</u>	2025/08/23	2025/08/23	臺南市政府衛生局	3
5177406	<u>校園學生自我傷害辨識與防治處遇知能</u>	2025/05/05	2025/08/15	臺南市政府教育局	4
5026764	<u>[基本訓練]兒童健康與照護：基本救命術訓練暨緊急救護情境演習</u>	2025/09/06	2025/09/06	臺南市立第六幼兒園	8
5423346	<u>常見呼吸照顧問題、照顧重點及緊急狀況處理</u>	2026/01/01	2026/01/31	教育部	2

說明：子芳老師參與健康課程研習紀錄

[安全教育]臺南市幼兒園 食品安全衛生輔導與飲 食教育扎根計畫說明會	全國教師在職進 非學分班 修資訊網	[委託辦理]	3.0	2025/08/18	2025/08/18	臺南市立將軍幼兒園
[基本訓練]兒童健康與照 護：基本救命術訓練暨 緊急救護情境演習	全國教師在職進 非學分班 修資訊網	[委託辦理]臺南市政府教育 局114年2月24日南市教 特(一)字第1140186381號函	8.0	2025/09/13	2025/09/13	臺南市仁德區長興國 民小學附設幼兒園
[安全教育]兒童健康與照 護：安全教育-防災安全	全國教師在職進 非學分班 修資訊網	[委託辦理]臺南市政府教育 局114年2月24日南市教 特(一)字第1140186381A 號	3.0	2025/10/18	2025/10/18	臺南市佳里區子龍國 民小學附設幼兒園

說明：月春老師參與健康課程研習紀錄

5007916	[基本訓練]兒童健康與照護： 基本救命術訓練暨緊急救護情 境演練	2025/06/28	2025/06/28	臺南市六甲區六 甲國民小學附設 幼兒園	8
5343241	[安全教育]兒童遊戲場安全 規範(上)	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科 技教育司	2
5343191	[安全教育]幼兒食藥安全--兒 童用藥安全宣導	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科 技教育司	1
5343192	[安全教育]幼兒交通安全--幼 童專用車安全宣導	2025/11/01	2025/11/30	教育部資訊及科 技教育司	1

說明：靖雅老師參與健康課程研習紀錄