

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

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	提供教職員工生健康諮詢		
日期	112.09-115.06	參加對象	教職員、家長及學生
課程內容敘述	學生上課期間的早上 7:30-8:00，中午 12:30-13:30 開放健康中心給家長保健諮詢時間，教職員及學生的諮詢時間可彈性。		
佐證資料（照片）			
			
說明：提供教職員及家長保健諮詢時間表		說明：家長詢問牙齒治療單	
			
說明：護理師與家長討論學生齲齒狀況		說明：向家長說明學生黑色棘皮症風險	
			
說明：教職同仁詢問被蚊子叮咬的腳腫狀況		說明：教職同仁詢問三高問題及量測血壓	

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

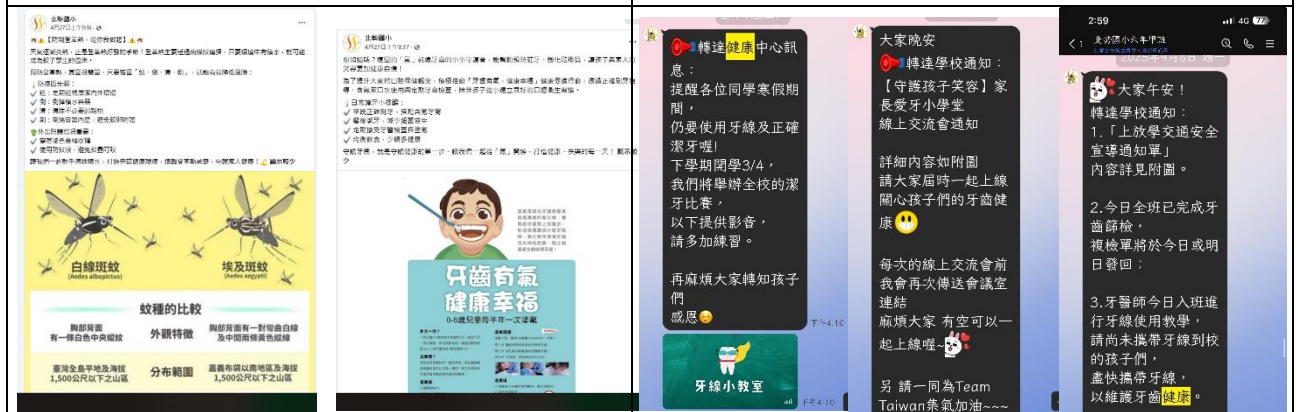
活動名稱	提供教職員工生健康資訊		
日期	112.09-115.06	參加對象	教職員、家長學生、社區民眾
課程內容敘述	透過各樣方式傳遞健康資訊給家長及社區民眾。		

佐證資料 (照片、紀錄)



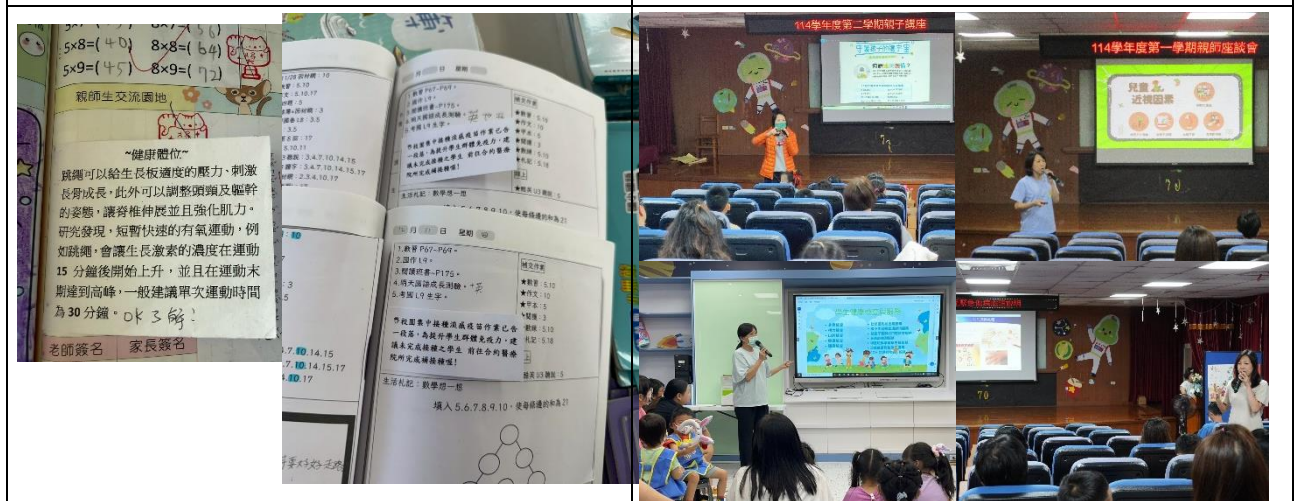
說明：檢疫站的跑馬燈傳遞健康相關資訊

說明：佈告欄張貼健康資訊海報



說明：學校臉書專頁發佈健康資訊

說明：班級 LINE 群發佈或通知健康資訊



明：聯絡簿提供家長各式健康議題資訊

說明：班親會宣導各式健康議題

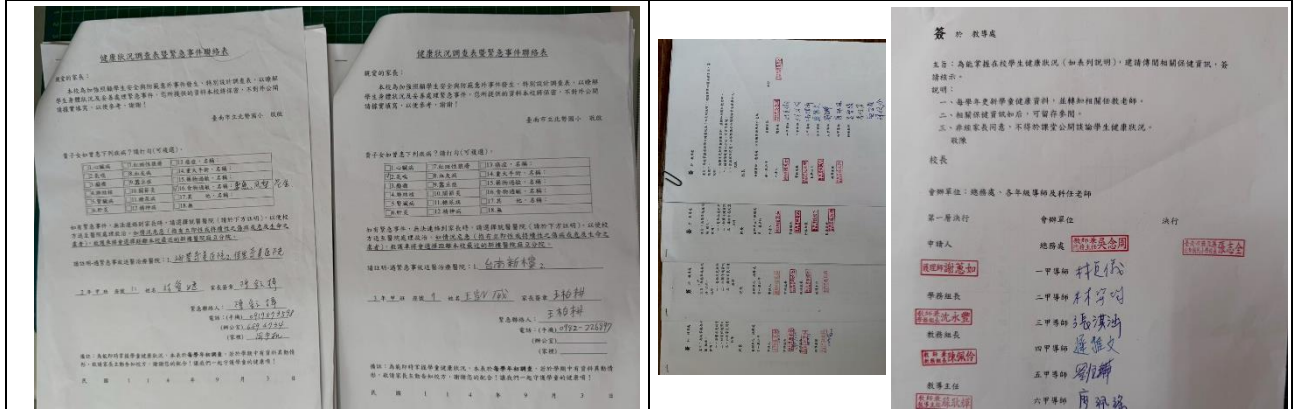
臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	辦理教職員工學生健康體適能健康管理活動		
日期	學生週間上課期間	參加對象	教職員及學生
課程內容敘述	鼓勵教職員生一同樂活，維持健康體態，每學期舉辦運動競技活動，以提升全校師生體適能。		
佐證資料（照片）			
			
說明：鼓勵教職員與學生一起熱身運動		說明：鼓勵教職員與學生一起跑步運動	
			
說明：週三排定教職員研習活動-籃球		說明：校長一起參與教職員籃球研習活動	
			
說明：北勢健身房舉辦全校飛輪競賽，以提升教職員生體適能		說明：推動學生體育性社團	

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	學生疾病照護自主管理-特殊疾病學童個案管理		
日期	112.09-115.06	實施對象	一~六年級學生
課程內容敘述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學年上學期更新「健康狀況調查表暨緊急事件聯絡表」 2. 建立特殊疾病學生名冊及收案管理，並簽會全校教職員，熟悉學生健康及緊急處理方式。 3. 不定期電訪特殊疾病之學生家長，以掌握病情。 4. 持續追蹤關懷學生在校活動情形。 		

佐證資料 (照片、計畫、名冊)



說明：每學年上學期更新「學生健康狀況調查表暨緊急事件聯絡表」，掌握學生健康狀況

說明：每學年 9 月簽會全校教職員，熟悉學生健康及緊急處理方式



說明：建立特殊疾病學生名冊，視情況列案管理。

說明：提供教職員相關健康資訊，以掌握特殊疾病學生之危機處置方式。



說明：個案管理-特殊疾病學生懷紀錄表

說明：追蹤關懷學生在校情形

北勢國小特殊疾病學生之照護辦法

壹、緣由

當校園內學生罹患心臟病、糖尿病、氣喘、癲癇等特殊疾病，可能因為未發覺，或家長隱瞞不報，或未繼續診治，或未能遵照醫囑繼續服藥，或老師不知情等，進而影響學校學習及活動，致使在校園內發病甚至「猝死」。因此設立本法作為照護原則。

貳、目的

- 一、校園內凡罹患先天性或特殊疾病的學生健康中心皆需列案管理，並依其個別需要提供診治建議或予以特別照護。
- 二、避免學生因先天性或特殊疾病由於校方不知情，而在參與不當的體能訓練或教學活動過程中發病。
- 三、罹患特殊疾病的學生若因故在校發病，校方能提供正確性、持續性、適時性和完整性的照護並記錄給予醫療單位參考，使其能及早獲得適當的診治，將其傷病程度減低甚或避免因急症而死亡。
- 四、對於能及早診治的先天性疾病，校方能運用健康檢查方法，期能早期發現潛在的疾病，適時提供正確醫療輔導，以把握治療的關鍵時期，確保學生健康成長，快樂學習的權益。

參、個案管理的原則

- 一、收案之前審慎評估，詳細建立個案檔案資料。
- 二、以人為本，兼顧身、心、社會、靈性的「全人照護」。
- 三、根據個案和家長的認知程度提供適當的護理指導。
- 四、個案照護記錄務求正確性、適時性、持續性、和完整性。
- 五、重視個案的隱私權和檔案的機密性。

肆、個案發現的管道

- 一、定期健康檢查、臨時健康檢查及平時的健康觀察。
- 二、家長所填寫的學生健康狀況調查表或曾經患過疾病的調查表。
- 三、學生傷病至健康中心，經由專業知識或經驗判斷，進而發現問題。
- 四、經由導師或其他醫療單位轉介的個案。

伍、收案和結案的基準

- 一、收案
 - (一)有重大傷病需長期追蹤診療者。
 - (二)有慢性疾病需預防再發或協同照護者。

- (三)傳染性疾病需予監測或隔離者。
- (四)有過去病史且在校曾發病需醫療照護者。
- (五)先天性缺陷需長期追蹤照護者。

二、結案

- (一)已病癒超過一年者。
- (二)家長或個案拒絕被收案者。
- (三)個案離校：如轉學、中輟、畢業。
- (四)個案死亡。

陸、個案管理的步驟

一、評估學生問題

- (一)家長會談收集身體特殊情況與原因，平時就診醫院、住址和電話號碼，藥物、食物過敏情況，並供給照護重點的衛教。
- (二)儘可能與學童主治醫師取得聯繫，設法取得該疾病最新資料。
- (三)將老師、家長或學生提供之資料加以確定。
- (四)利用身體檢查與評估技巧評估學生健康狀況。

二、確立學生健康問題

三、排定問題優先順序

四、擬定護理計畫

五、確實執行護理計畫

六、評價：護理人員應持續評價個案管理的護理效果，並隨時修正護理計畫。

柒、校園常見特殊疾病的管理

- 一、個案確立之後建立「學童特殊疾病名冊」。
- 二、對於每位特殊體質的學童，應至少每學期會談乙次，學生家長應至少每學年乙次當面或利用電話和家長會談，了解學童目前的身體狀況、是否按時就醫複查並給予健康指導。將照護紀錄在學生收案紀錄表上，可作為就醫診療的佐證和追蹤輔導的依據。
- 三、將罹患特殊疾病學生名冊會校長，訓導主任、輔導主任、體衛組長和班級導師，並妥善保管以維護個人隱私。
- 四、支會相關任課老師，避免教師不了解學童病程進展，在不知情情況下施予學童不當的活動，而誘發緊急傷病的發生或不知如何給予學童適當的緊急照顧，致使傷病危害不能減至最低。
- 五、若特殊體質的學童在校園內有傷病突發狀況，除依「緊急傷病處理原則」給予緊急救護外，事後於收案紀錄表上詳細記載突發傷病的時間和發病的經過及緊急處理的過程。
- 六、國內一般民眾普遍醫學知識皆不足，往往造成特殊體質學童的家長

緊張慌亂，尤其是學期中新發現的個案。學校可提供相關正確的醫學資訊，可避免家長道聽塗說或輕信偏方，延誤或中斷治療，對學童的身心健康造成不利的影響。

- 七、特殊體質的學童有些是不能恢復永久性的疾病如幼年型糖尿病、血友病和心臟病等，學童可能一輩子需與藥物為伍或與針劑作伴、甚至有些較嚴重的疾患需長期性進出醫院接受診療，這對學生本身和家長均屬於一種壓力源，所以校方除給予心理支持和安慰外，更應積極協助尋求外力支援如社會福利單位、社區行政單位、社區衛生機關或醫療單位，給予人力物力實質的幫助，讓學生及家長較能坦然接受疾病所帶來的不適和造成生活的不便，提昇生活的品質，讓他們更有勇氣和信心繼續完成人生未完的旅程。
- 八、特殊體質的學童有些雖平時無異狀，但若不小心誘發疾病發作則可能引發嚴重的後果如蠱豆症或氣喘等，若罹患人數較多時則可規劃團體衛教的方式給予適當的衛生教育，達到自我照護的目標。
- 九、較具有突發緊急傷病狀況或需嚴格限制活動量或需給予特別照護的特殊體質的學童，必要時可徵求校長的同意，召開學校衛生委員會，介紹個案之狀況、平時照護的重點、緊急因應措施等，避免因緊急傷病或「猝死」悲劇的發生。
- 十、特殊體質的學童在校期間與班級老師接觸最多，且其緊急傷病發生的場所、時間皆是無法預期的，學校可利用專題演講、晨會報告或書面資料提供醫學最新資訊，充實老師的醫療知識，期能共同合作使學童能獲得最適宜的照護，促進學童身心能更健康。

護理師：

學務組長：

教導主任：

校長：

護理師謝蕙如

教師兼學務組長沈永豐

教師兼教導主任蘇耿輝

臺南市麻豆區北勢國民小學校長張志全

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	體格缺點學生追蹤矯治-體位過重及超重學童之自主管理		
日期	112.09-115.06	實施對象	一~六年級過重及超重學生
課程內容敘述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學期初測量身高體重，外加每個月測量監控體位變化。 2. 體位不良學生造冊，提供教師叮嚀，並發通知單告知家長。 3. 過重及超重學生除了早運動、課間運動，外加每天下午下課跑操場 1 圈，由學生登記。 4. 每週體育課熱身跑步多 1 圈。 5. 體位過重及超重者的午餐先喝湯再吃飯菜。 6. 成立北勢健身房。 		
佐證資料（照片、實施辦法、名冊）			
			
說明：每個月測量監控過重超重之體位變化	說明：午餐先喝湯再吃飯菜，囑咐細嚼慢嚥		
			
說明：過重及超重學生每天早運動、課間運動，及下午下課跑操場 1 圈	說明：體位不良學生造冊，提供導師及體育老師監督學生運動		
			
說明：健康中心擺放彈跳床，幫助學生拉筋跳躍長高	說明：透過騎飛輪來提升過重超重學生運動樂趣		

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

活動名稱	體格缺點學生追蹤矯治-體位過輕學童之自主管理		
日期	112.09-115.06	實施對象	一~六年級過輕學生
課程內容敘述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學期初測量身高體重，外加每個月測量監控體位變化。 2. 體位過輕學生造冊，提供教師叮嚀午餐食量，並發通知單告知家長。 3. 限制零食，監督早餐進食。 4. 與家長電話會談，討論增重計畫，例如：睡前 1.5-2 小時增加宵夜餐。 		
佐證資料（照片、實施辦法、名冊）			
			
說明：每個月測量監控過輕者體位變化	說明：體位過輕學生造冊，提供導師參考		
			
說明：提供家長體位不良通知單	說明：限制零食量，拒絕不健康飲食		
			
說明：護理師監督食用早餐	說明：導師叮嚀午餐食量		

臺南市麻豆區北勢國民小學體位不良學生 輔導實施辦法

壹、依據

- 一、依據教育部學校衛生法相關規定辦理。
- 二、配合學校健康促進計畫及學生健康檢查結果辦理。

貳、目的

- 一、建立學生正確健康觀念，促進良好生活習慣。
- 二、早期發現體位異常學生，提供適切輔導與追蹤。
- 三、結合家庭、學校及社區資源，共同改善學生健康問題。
- 四、降低學生過重、過輕及肥胖問題，提升學生身心健康。

參、實施對象

本校全體學生，並以健康檢查結果顯示體位過輕、過重及肥胖學生為重點輔導對象。

肆、實施期間

每學年度辦理一次全面性體位檢測與統計，並持續進行追蹤輔導。

伍、實施內容

（一）健康檢查與篩檢

1. 配合學生健康檢查進行身高、體重及 BMI 測量。
2. 依教育部學生健康體位標準進行分類。
3. 建立學生健康資料與追蹤紀錄。

（二）健康教育宣導

1. 利用晨光時間、健康課程及班級活動宣導健康體位觀念。
2. 加強均衡飲食、規律運動及健康生活習慣教育。
3. 宣導早餐均衡攝取，避免高糖、高油及高熱量食品。
4. 午餐時間落實營養教育，鼓勵學生均衡飲食、不偏食。
5. 建議學生減少含糖飲料及高熱量零食攝取。
6. 推動零食限量原則，鼓勵以水果、牛奶等健康食品替代。
7. 提供家長健康飲食及居家運動相關資訊。

（三）個別輔導

1. 由護理師、導師及健康教師共同進行關懷與輔導。
2. 針對體位異常學生提供個別飲食與運動建議。

3. 協助學生建立規律早餐與午餐飲食習慣。
4. 輔導學生控制零食與含糖飲料攝取頻率。
5. 必要時建議家長陪同就醫追蹤。

(四) 運動促進

1. 鼓勵學生每日規律運動 30 分鐘以上。
2. 配合學校體育活動及課間活動增加身體活動量。
3. 辦理健康促進相關競賽與活動。

(五) 追蹤與評估

1. 定期追蹤學生體位變化情形。
2. 建立輔導紀錄並分析改善成效。
3. 於學期末進行成果檢討與修正。

陸、實施方式

- 一、由學務處統籌規劃辦理。
- 二、護理師負責健康檢查資料整理與追蹤。
- 三、導師協助學生生活習慣觀察與家長聯繫。
- 四、健康與體育教師協助健康教育與運動指導。
- 五、結合家長共同推動學生健康管理。

柒、獎勵方式

- 一、改善成效良好學生，得於公開場合予以表揚。
- 二、積極參與健康促進活動班級，得列入相關競賽加分參考。

捌、經費來源

由學校相關經費項下支應，必要時申請相關補助計畫辦理。

玖、預期成效

- 一、提升學生健康體位認知與自我管理能力。
- 二、改善學生不良飲食與生活習慣。
- 三、降低體位異常比例，促進學生健康成長。

拾、本辦法經校長核可後實施，修正時亦同。

護理師：

學務組長：

教導主任：

校長：

護理師謝蕙如

教師兼學務組長沈永豐

教師兼教導主任蘇耿輝

臺南市麻豆區張志全
北勢國民小學校長

臺南市 114 學年度北勢國民小學健康促進活動成果

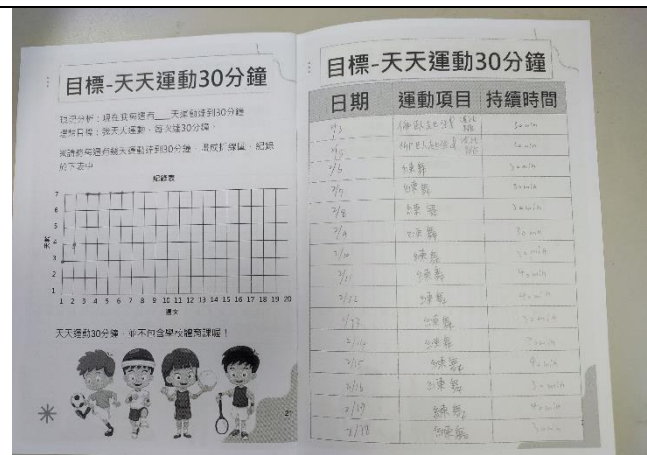
活動名稱	學生健康護照		
日期	112.09-115.06	參加對象	全體學生
課程內容敘述	透過記錄健康行動歷程，行動成果視覺化，改變看得見，更有動力朝健康邁進。		

佐證資料(照片、紀錄、實施辦法)



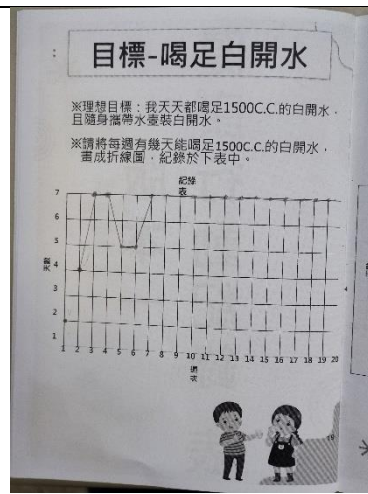
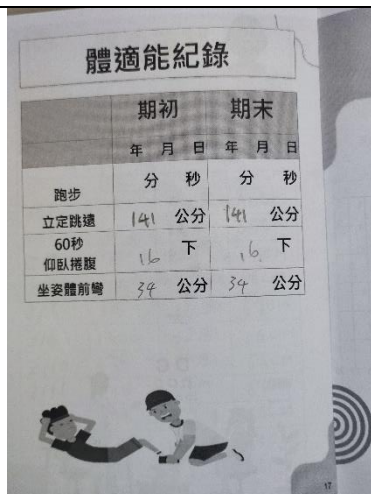
說明：低年級健康護照

說明：中年級健康護照



說明：高年級健康護照

說明：天天運動 30 分鐘紀錄



說明：學生體適能紀錄

說明：喝足白開水紀錄

臺南市麻豆區北勢國民小學學生健康護照施行辦法

一、依據

為培養學生建立正確健康觀念與良好生活習慣，促進學生身心健康發展，提升健康促進學校推動成效，特訂定本辦法。

二、目的

- (一) 培養學生自主管理健康之能力。
- (二) 建立良好飲食、運動與口腔保健習慣。
- (三) 增進學生健康知能與健康行為。
- (四) 落實健康促進學校理念。
- (五) 提升學生健康檢查異常追蹤與改善成效。

三、實施對象

本校全體學生。

四、實施內容

- (一) 健康基本資料。
 - (1) 學生基本資料。
 - (2) 身高、體重及 BMI 紀錄。
 - (3) 視力檢查紀錄。
 - (4) 口腔檢查紀錄。
 - (5) 健康檢查異常追蹤紀錄。
- (二) 健康生活習慣紀錄。
 - (1) 每日飲水量紀錄。
 - (2) 每日運動紀錄。
 - (3) 睡眠時間紀錄。
 - (4) 早餐攝取紀錄。
 - (5) 含糖飲料與零食控制紀錄。
 - (6) 餐後潔牙與使用牙線紀錄。

五、實施方式

- (一) 由學校統一製作健康護照。
- (二) 學生依規定完成健康紀錄。
- (三) 級任教師協助檢核與督導。
- (四) 健康中心定期追蹤與統整。

六、獎勵方式

- (一) 定期完成健康護照紀錄者，予以獎勵。
- (二) 健康習慣表現優良者，公開表揚。

七、附則

本辦法經校長核定後實施，修正時亦同。

學務組長：



教導主任：



校長：

