



6-3-1 配合社區健康需求，
提供社區家長或民眾相關健康資訊或服務 (4%)

內容說明簡介及執行成效

一、依據社區需求推動健康服務

本校依據社區以退休族群為主之特性，配合在地健康需求，系統性推動健康促進服務向社區延伸。首先，規劃並辦理「大手小手 Go Happy～健康活力動起來」活動，結合親師生力量，提供長者健康關懷、運動與營養指導，促進社區參與並獲得高度肯定。

二、結合公益行動，落實健康平權

其次，結合公益行動，協助發送生活及營養物資予經濟弱勢族群，落實健康平權與社會關懷。

三、建置多元管道，提供即時健康資訊

在資訊傳遞方面，建置校網健康促進專區、運用社群平台及利用本校校刊「新進之光」，即時提供多元健康資訊與活動訊息，提升社區民眾取得健康知識的便利性。

四、強化親師合作，延伸健康至家庭

同時透過親師座談、健康學習單與回條等機制，強化家庭參與，並結合迎新、親師懇談會、跨年祈福活動、跳蚤市場及校慶運動會等多元活動邀請家長及社區共同投入，將健康行動延伸至日常生活。

五、整合資源，形塑健康共同體

整體而言，本校有效整合校內外資源，持續提供社區家長與民眾多元健康服務，逐步形塑「學校—家庭—社區」之健康共同體。

一、依據社區需求推動健康服務

本校考量社區多為退休族群，規劃符合長者需求之健康促進活動。辦理「大手小手 Go Happy~健康活力動起來」，提供健康關懷、運動與營養指導，深化社區參與。



活動主題：大手小手 go happy 健康活力 動起來

活動日期：3月5日

活動地點：忠政里活動中心

活動內容：

● 音樂律動

● 音樂繪畫

● 健康講座

● 長者健康宣導講座

● 太鼓體驗

● 太鼓達人初體驗

● 健康飲食DIY

● 原雞佐莎莎醬、鳳梨檸檬冰茶

主辦單位：臺南市新營區 新進國小

協辦單位：忠政里辦公處

參加辦法：採取提前報名制，額滿提早截止(名額：30位)
報名請洽 忠政里里長 程崑謙里長



開場表演：

音樂精靈笛聲悠揚

太鼓精靈熱情洋溢

薩克斯風 🎷 如癡如醉



第一篇章：長者太鼓初體驗

特優教練指導下

大家“小蘋果”馬上上手



第二篇章：長者健康講座
學校護理師專業指導

1. 中風 FAST 特徵
3 小時內黃金救援期
2. 三高飲食控制
3. 長者跌倒如何自行爬起來
4. 銀髮增肌核心運動



第三篇章:漫典手作健康飲食

1. 雞胸肉莎莎 (食材-雞胸肉、洋蔥、生菜、牛番茄、香菜、小黃瓜、調味-檸檬汁、糖、鹽)
2. 涼麵+麻藥冷蛋、五香豆干
3. 鳳梨檸檬冰茶



二、 結合公益行動，落實健康平權

學校棒球隊課餘時間除了加緊棒球集訓外，也會結合社區公益活動，串聯親師生力量，協助發送生活及營養物資予弱勢族群，兼顧身心健康照護，落實健康平權與社會關懷。



三、 建置多元管道，提供即時健康資訊

在資訊傳遞方面，建置校網健康促進專區及運用社群平台，即時更新健康議題、講座與活動資訊，擴大社區觸及，提升社區民眾取得健康知識的便利性。

從本校校網首頁左下角可以快速連結至健康促進網站

2026暑期夏令營報名專區

無障礙標章

English Website (英文網站)

校園公告

最新發布	教務處	學務處	總務處	輔導室	人事室	
發布日期	公告標題					發布來源
2026-04-27	公告	2026年新進英語村夏令營「探索吧！小小考察團-The Grand Expedition」實施計畫				教務處
2026-04-20		重中名機頭（假位）學校辦理捐贈活動，典禮儀式暨聖堂行政中立之捐贈				人事室

教育部不迷小紅書，青春不迷途專區

反霸凌專區

國小部個資保護

幼兒園個資保護

新進棒球隊

生命教育在新進

新進愛心服務站 (JPG)

防災教育成果

環境教育與課程

健康促進網

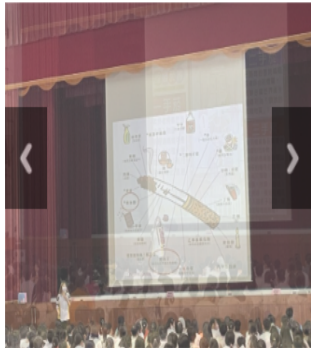
母語日網站

台南市特教中心

性別平等專區

交通安全專區

於校網左側校內成果或宣導網專區可直接連結至本校健康促進網站，方便親師生及一般民眾查閱健康相關資訊。



112學年度陽光基金會菸檳防制宣導

請輸入關鍵字

查百科



臺南 即時空氣品質資訊

2026/05/04 11:00

臺南 即時空氣品質資訊	
2026/05/04 12:00	
AQI 指標等級: PM _{2.5} 普通	61
PM _{2.5} 小時濃度 (µg/m ³)	14
PM _{2.5} 小時移動平均 (µg/m ³)	16
PM ₁₀ 小時濃度 (µg/m ³)	53
PM ₁₀ 小時移動平均 (µg/m ³)	36
O ₃ 小時濃度 (ppb)	55
O ₃ 8小時移動平均 (ppb)	37

2026-04-29 食農食魚教育之旅——與虱目魚、美生

健康促進網站

本校為辦理營養教育相關課程，特別與安南區土城國小跨校合作，以「從產地到餐桌」引導學生建立正確的飲食與健康觀念。上午於土城國小校內進行「虱目魚鬆製作」課程，蛋白質來源的重要性，再透過實際料理操作，讓學生親手參與食材處理與烹調過程。在過程，也了解少油、少鹽的健康烹調原則，進一步提升對均衡飲食的認識。藉由分組合作培養團隊合作能力與問題解決能力，同時提升對食物來源的敏感度與珍惜態度。從「吃什麼」，強化健康飲食的實踐能力。

下午則前往與麥當勞製作的美生菜菜園進行戶外教學，透過實地參訪，讓學生認識蔬了解天然食材的來源與農業生產過程。透過與農場人員的互動解說，學生能更具體理解「原則，並建立對環境永續與在地食材的認同感。」

整體活動結合飲食教育、生活技能與戶外體驗，不僅提升學生對營養均衡與健康飲食動力與內化程度，落實健康促進教育「知、情、意、行」的整合目標，培養學生良好的飲

原則，並建立對環境永續與在地食材的認同感。

整體活動結合飲食教育、生活技能與戶外體驗，不僅提升學生對營養均衡與健康飲食的知識，更透過實踐動力與內化程度，落實健康促進教育「知、情、意、行」的整合目標，培養學生良好的飲食習慣與健康生活方式。



2026/4/29 食農食魚教育之旅——與虱目魚、美生菜的邂逅

114學年度四年級營養教育講座--長高的祕方

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2026-04-27 12:42:00 發布, 已有 10 人次閱讀過



陽光基金會於

本校於115年4月24日為四年級學生辦理營養教育講座，以「長高的祕方」為主題，帶領孩子從日常飲食認識成長的關鍵元素。講師透過生動簡報與生活化案例，介紹鈣質的重要來源，如牛奶、起司等乳製品，也以適量補充深綠色蔬菜、海帶、黑芝麻等食材。除了飲食上，長高更要結合睡眠與生活習慣，讓學生了解長高不只靠吃，還需要良好的作息配合。

課程中也延伸介紹全穀雜糧及米的種類，從糙米、白米到各式雜糧，讓學生認識不同食材的營養價值與異，建立均衡飲食的概念。現場氣氛活潑，學生專心聆聽並踴躍互動，在輕鬆的氛圍中吸收實用知識。透過此次講座，學生不僅對高鈣飲食與成長發育有更清楚的認識，也學會如何在日常生活中做出更健康的飲食選擇為身體打下良好基礎。



2026/4/27 四年級營養教育講座—長高的祕方



請輸入關鍵字

查百科

臺南 即時空氣品質資訊	
2026/05/04 12:00	
AQI	普通 61
PM _{2.5}	14
PM _{2.5}	16
PM ₁₀	53
PM ₁₀	36
O ₃	55
O ₂	37

70周年校慶系列活動結合健康宣導，一起為健康加分！

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2026-03-31 11:59:00 發布, 已有 13 人次閱讀過

本校於115年3月28日舉辦七十周年校慶，活動中也結合健康促進主題，打造一系列有趣又實用的健康宣導攤位，讓學生在逛校慶的同時，也能輕鬆把健康知識帶回家！除了本校健康促進團隊精心設計的七大議題展示板外，現場更邀請衛生局及臺南市驗光師公會一同參與，帶來專業的健康資訊，更提醒民眾注意自身的健康。

活動透過闖關遊戲、圖文展示與互動體驗，引導學生主動探索，邊玩邊學，不知不覺就加深了對健康議題的認識。現場氣氛熱絡，學生踴躍參與，家長也能從中獲得實用的健康觀念，親師生一起為健康加分！透過這次活動，不僅提升學生的學習興趣與參與感，也讓健康教育走出教室、融入生活，進一步營造正向、活力滿滿的校園健康文化。



2026/3/31 70 周年校慶系列活動結合健康宣導，一起為健康加分！



2學年度陽光基金會於
防制宣導

輸入關鍵字

查百科

臺南 即時空氣品質 訊

2026/05/04 12:00

普通 61	
PM _{2.5} 濃度 (μg/m ³)	14
PM _{2.5} 數平均 (ppm ³)	16
PM ₁₀ 濃度 (μg/m ³)	53
PM ₁₀ 數平均 (ppm ³)	36
O ₃ 濃度 (ppb)	55
O ₃ 數平均 (ppb)	37

70周年校慶系列活動之聖火繞境圓滿成功！

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2026-03-27 11:45:00 發布，已有 1 人次閱讀過

為迎接本校70週年校慶，特別規劃「聖火繞境」活動，將健康促進理念融入校慶亮點，讓學生在參與中實踐運動與健康生活的重要性。活動前安排系統化訓練，包含跑步耐力、節奏控制、接力技巧及安全觀念指導，逐步提升學生心肺功能、肌耐力與身體協調能力，同時培養規律運動的習慣。

繞境當天，學生分組進行聖火接力，於戶外環境中完成長距離步跑，過程中強調補水、配速與身體狀況自我覺察，讓學生學習如何安全運動、預防運動傷害。沿途師長與社區民眾的支持，也營造出正向鼓勵的運動氛圍，提升學生參與動機與成就感。

本次活動不僅展現團隊合作與責任感，更落實「動態健康」的核心精神，讓學生從實際體驗中認識運動對身心健康的益處，進一步強化健康體適能與自我健康管理能力，為建立終身運動習慣奠定良好基礎。



2026/3/27 70 周年校慶系列活動之聖火繞境圓滿成功！



校牙醫到校宣導口腔保健

請輸入關鍵字

查百科

臺南 即時空氣品質 訊

2026/05/04 12:00

AQI 普通 61	
PM _{2.5} 小時濃度 (μg/m ³)	14
PM _{2.5} 小時數平均 (ppm ³)	16
PM ₁₀ 小時濃度 (μg/m ³)	53
PM ₁₀ 小時數平均 (ppm ³)	36
O ₃ 小時濃度 (ppb)	55
O ₃ 小時數平均 (ppb)	37

114學年度五年級生理衛生講座圓滿成功

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2026-01-16 08:27:00 發布，已有 65 人次閱讀過 / 性教育

為協助五年級學生正確認識青春期的身體變化，本校特別舉辦生理衛生講座，邀請華歌爾生理衛生講座衛教師——楊喬鈞老師蒞校分享，透過專業且貼近孩子生活的方式，引導學生以正向態度面對成長歷程中的改變。

講座中，楊老師以淺顯易懂的說明，介紹青春期常見的身體變化。包含身高體型的改變、第二性徵的出現，以及情緒起伏等現象。並提醒同學這些都是成長過程中自然且正常的一部分，不需要感到害羞或不安。老師也特別強調自我尊重與身體界線的重要性，鼓勵學生學會關心自己、尊重他人。

活動過程中，老師透過互動提問與實例分享，引導學生思考如何照顧自己的身體與心理健康。現場氣氛熱烈，學生們踴躍舉手發言，展現高度的學習興趣與投入度。講座最後安排有獎徵答活動，讓同學在輕鬆愉快的氛圍中複習重點觀念，也加深對生理衛生知識的理解。

透過此次生理衛生講座，學生不僅獲得正確的青春期知識，更學習以健康、正向的心態迎接成長的每一個階段，為未來的身心發展奠定良好基礎。



2026/1/16 114 學年度五年級生理衛生講座圓滿成功



校牙醫到校宣導口腔保健

請輸入關鍵字

查百科

臺南即時空氣品質資訊

2026/05/04 12:00

AQI 普通

61

PM _{2.5} 小時濃度 (µg/m ³)	14
PM _{2.5} 小時移動平均 (µg/m ³)	16
PM ₁₀ 小時濃度 (µg/m ³)	53
PM ₁₀ 小時移動平均 (µg/m ³)	36
O ₃ 小時濃度 (ppb)	55
O ₃ 8小時移動平均 (ppb)	37

新進國小2026跨年有愛環境教育暨健康促進體能闖關活動

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2026-01-05 11:36:00 發布，已有 4 人次閱讀過

本校於跨年活動中融入健康促進理念，規劃一系列體能與飲食兼具的互動關卡，讓學生在歡樂迎新的同時，也能動起來、學健康！活動現場設置棒球、籃球與綜合體能挑戰，透過投擲、運球與闖關任務，訓練手眼協調與身體控制能力；太鼓體驗則結合節奏與肢體律動，讓孩子在擊鼓聲中釋放活力、提升專注力。

除了體能活動外，現場亦安排飲食健康教育攤位，透過遊戲與操作活動，引導學生認識均衡飲食與正確營養觀念。整體活動氣氛熱絡，學生參與踴躍，在玩樂中自然養成運動與健康飲食的習慣。

透過跨年活動的創意結合，不僅提升學生的參與感與成就感，也讓健康促進教育更貼近生活，為新的一年開啟充滿活力與健康的好開始。



2026/1/5 新進國小 2026 跨年有愛環境教育暨健康促進體能闖關活動



新進國小社區健康服務 GO

請輸入關鍵字

查百科

臺南即時空氣品質資訊

2026/05/04 12:00

AQI 普通

61

PM _{2.5} 小時濃度 (µg/m ³)	14
PM _{2.5} 小時移動平均 (µg/m ³)	16
PM ₁₀ 小時濃度 (µg/m ³)	53
PM ₁₀ 小時移動平均 (µg/m ³)	36
O ₃ 小時濃度 (ppb)	55
O ₃	37

辦理體位異常學生抽血檢查

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2025-12-24 09:03:00 發布，已有 1 人次閱讀過

本校持續關注學生體位與健康狀況，針對健康檢查中發現之體位異常學生，進一步安排專業醫療團隊入校進行抽血檢查與健康評估，落實早期發現、早期介入之健康促進策略。

活動當日先由教師進行衛教說明，向學生解釋檢查目的與流程，降低緊張與不安情緒，建立正確的健康檢查觀念。隨後由專業護理人員進行抽血作業，過程中嚴格遵守相關安全規範，確保檢查品質與學生安全。同時，現場安排教師與工作人員陪同與關懷，提供心理支持，讓學生能在安心的環境下完成檢查。

透過此次檢測，可進一步了解學生是否存在血脂、血糖或其他代謝相關風險，作為後續健康輔導與個別化管理的重要依據。檢查結果亦將提供家長參考，協助家庭共同關注孩子的飲食、運動與生活習慣，強化學校與家庭之間的健康合作機制。

本活動不僅是單次檢查，更是健康促進教育的一環，期望透過完整的篩檢與追蹤機制，引導學生建立自我健康管理意識，培養規律運動、均衡飲食與良好生活習慣，全面提升學生身心健康與生活品質。



2025/12/24 辦理體位異常學生抽血檢查



114學年度四年級營養教育講座

請輸入關鍵字

查百科



2026/10/9

《世界視覺日——愛眼護健康》視力保健宣導活動

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2025-10-09 11:28:00 發布，已有 99 人次閱讀過 / 視力保健

本校響應「世界視覺日」，於114年10月8日至9日舉辦《愛眼護健康》主題活動，結合健康促進學校計畫，由學務處與三年四班共同策劃與執行。活動前期，學務處進入視力保健種子班級進行引導，讓學生了解世界視覺日的由來與意義，並共同討論視力保健的重要性與倡議方式。

活動當日於圖書館前「咖蛙藝廣場」登場，以海報向全校師生介紹正確用眼習慣、戶外活動的重要性與3C使用的注意事項，內容生動且貼近生活，吸引許多學生駐足聆聽。現場亦設有「愛眼護名板」，鼓勵大家以實際行動表達護眼決心，氣氛熱烈。

透過此次活動，不僅讓學生更深入理解視力保健觀念，也培養其主動倡議的能力，帶動全校形成重視視力健康的校園文化。新進國小期望藉此活動，讓「愛眼護健康」成為日常習慣，守護學童清晰明亮的視界。



2026/10/9 《世界視覺日——愛眼護健康》視力保健宣導活動



111學年度跨年有愛健康促進闖關活動

請輸入關鍵字

查百科



本校舉辦緊急傷病處理研習 圓滿成功

最新消息 / 健康促進網站 / 黃語緹 於 2025-08-28 14:17:26 發布，已有 113 人次閱讀過

開學日在及，本校舉辦「緊急傷病處理研習」，由健康中心護理師擔任主講人。此次研習以學生在校期間可能發生的意外傷害與突發疾病為重點，透過流程講解與情境演練，提升師生與社區的應變能力。

研習中介紹了完整的緊急傷病處理流程，包含安全環境評估、檢傷判斷、緊急處置及後送安排。參與的校內教師、社團老師、家長及社區民眾，皆透過模擬情境練習，熟悉黃金時間內的應變方式，並強調事故發生時親師之間的即時溝通，確保資訊正確傳達，避免不必要的焦慮。

值得一提的是，除了校內成員外，研習也邀請了社區民眾、家長、志工一同參與，展現學校與社區攜手合作的精神。大家透過討論與交流，建立更緊密的安全支持網絡。

整體而言，本次研習不僅增進了急救知能，也強化了親師合作與社區連結。未來學務處也將持續推動相關培訓，守護每一位學生的校園安全。



2025/8/28 本校舉辦緊急傷病處理研習 圓滿成功

豐富的宣導——結合健康促進七大議題，提供各議題面向的健康資訊

✚ 334 戶外FUN視 護眼行動 🗑️✎

✚ 144 兒童近視防治資源寶典 🗑️✎

✚ 385 近視是疾病 打敗惡視力 🗑️✎

✚ 1644 護眼三要六招 🗑️✎

✚ 556 學童視力保健相關事項說明與宣導影片 🗑️✎

視力保健

✚ 654 食鹽加氟預防蛀牙 🗑️✎

✚ 431 讓氟化物輕鬆地為您預防蛀牙 🗑️✎

✚ 600 從小保護牙 老來不缺牙 🗑️✎

✚ 861 牙線使用教學 🗑️✎

✚ 1070 貝氏刷牙法教學 🗑️✎

✚ 417 含氟兒童牙膏怎麼選？兒童牙醫示範這樣做買對牙膏 🗑️✎

✚ 1101 正確使用含氟漱口水，可有效降低齲齒盛行率 🗑️✎

✚ 291 刷了再睡 從齒健康 🗑️✎

✚ 542 牙刷和牙膏的選擇 🗑️✎

✚ 452 市售兒童牙膏含氟量比較 🗑️✎

✚ 139 台南市兒童塗氟及窩溝封填資源名單 🗑️✎

口腔衛生

- ✦ 196 學童健康成長密碼85210 🗑️✎

- ✦ 2690 健康體位教育五大核心能力 🗑️✎

- ✦ 294 新世代體育課-體育課好好玩 走進大自然-從身體鍛鍊到心智磨練 🗑️✎

- ✦ 365 決戰黃金成長的關鍵 🗑️✎

- ✦ 164 兒童健康體位靠三寶 - 健康飲食、身體活動、充足睡眠 🗑️✎

- ✦ 203 肥胖100問 🗑️✎

- ✦ 240 兒童可以節食減肥嗎? 健康體位飲食篇 🗑️✎

- ✦ 184 兒童及青少年健康體位動畫宣導影片 🗑️✎

- ✦ 229 我的餐盤均衡飲食衛教影片：維持健康體位的秘密 🗑️✎

- ✦ 269 「我的餐盤」均衡飲食_兒童篇 🗑️✎

- ✦ 179 跟著一起動一動:兒童體能運動 🗑️✎

健康體位

- ✦ 2 驚！電子煙含一級致癌物甲醛 🗑️✎

- ✦ 1 二手菸/煙危害大 婦幼暴露風險不容小覷 🗑️✎

- ✦ 3 衛生福利部國民健康署-菸害防制 🗑️✎

菸癮防制

- ✦ 341 吃藥不能防感冒 🗑️✎

- ✦ 331 厝邊好醫師社區好醫院及全民健保行動快易通APP 🗑️✎

- ✦ 386 全民健保行動快易通app 🗑️✎

全民健保（含正確用藥）

➤ 3 促進正向心理健康的九大元素-幸福理論PERMA PLUS 🗑️✎

➤ 1 健康臺灣、學生有go力「五正四樂」共築幸福校園4ever 🗑️✎

正向心理健康

➤ 1 性教育，爸媽知多少 🗑️✎

➤ 1 兒童&青少年性教育書籍推薦 | 讓孩子從小了解身體自主權，保護好

➤ 10 2025臺灣兒童「全面性教育」現況調查報告 🗑️✎

➤ 6 教育部告訴您【性別平等教育教什麼】 🗑️✎

性教育

消息 作品分享 常用網站 活動剪影 線上影片 設定

10/09世界視覺日

3010120 守護視界亮晶晶

健康促進網站

排序完成！(2026-05-04 14:15:41)

- 334 戶外FUN視 護眼行動 🗑️✎
- 144 兒童近視防治資源寶典 🗑️✎
- 385 近視是疾病 打敗惡視力 🗑️✎
- 1644 護眼二要六招 🗑️✎
- 556 學童視力保健相關事項說明與宣導影片 🗑️✎
- 654 食鹽加氟預防蛀牙 🗑️✎
- 431 讓氟化物輕鬆地為您預防蛀牙 🗑️✎
- 600 從小保護牙 老來不缺牙 🗑️✎
- 861 牙線使用教學 🗑️✎
- 1070 貝氏刷牙法教學 🗑️✎
- 417 含氟兒童牙膏怎麼選？兒童牙醫示範這樣做買對牙膏 🗑️✎
- 1000 正確使用含氟牙膏，可有效降低齲齒發生率 🗑️✎

112學年度小紅帽月經教育課程

請輸入關鍵字 查百科

臺南即時空氣品質資訊
2026/05/04 14:00
AQI 普通 69

多元的成果——利用網站呈現學生的學習軌跡及作品



午餐後潔牙

[查百科](#)

時空空氣品質

14:14:00

通 **69**

20

17.5

選擇作品分類 ▼

[🏠 作品分享](#)

上傳日期	作品主題
2026-05-04 14:34:00	健康促進網站 114年度正向心理健康作品
2025-12-08 14:34:00	健康促進網站 視力保健硬體書法比賽五年級組
2025-12-08 14:30:00	視力保健成果 視力保健硬體書法比賽六年級組
2024-06-04 10:55:00	健康體位成果 113學年第二學期校刊學生健康促進優秀作品
2024-05-07 11:45:00	健康促進網站 112學年度學生正向心理健康繪畫作品

學生健康促進作品分享區

114年度正向心理健康作品

作品繳交分享 / [健康促進網站](#) / 黃語緝 於 2026-05-04 14:34:00 發布，已有 0 人次閱讀過



- 1) 407陳穎芊.pdf
- 2) 507吳柔業.pdf
- 3) 601徐沛瑜.pdf
- 4) 604陳宇彤.pdf

視力保健硬體書法比賽五年級組

作品繳交分享 / [健康促進網站](#) / 黃語緝 於 2025-12-08 14:34:00 發布，已有 6 人次閱讀過

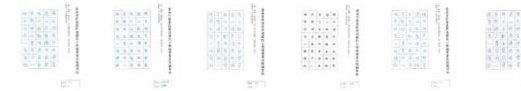


- 1) 第一名507陳福權.jpeg
- 2) 第二名501王景宇.jpeg
- 3) 第二名507蔣怡然.jpeg
- 4) 第三名502吳丞傑.jpeg
- 5) 第三名506蘇怡穎.jpeg
- 6) 第三名507尹...

[刪除作品](#)

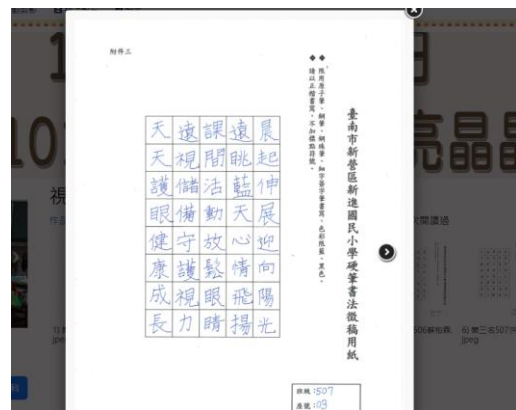
視力保健硬體書法比賽六年級組

作品繳交分享 / [視力保健成果](#) / 黃語緝 於 2025-12-08 14:30:00 發布，已有 3 人次閱讀過



- 1) 第一名602沈郁桐.jpeg
- 2) 第二名602吳秋潔.jpeg
- 3) 第二名李宜晴.jpeg
- 4) 第三名紀謙玉軒.jpeg
- 5) 第三名陳品香.jpeg
- 6) 第三名劉若...

[刪除作品](#)



健康促進相關活動剪影

選擇活動分類 分類管理 + 新增活動

活動剪影

食農食魚教育之旅——與虱目魚、美生菜的邂逅	114學年度四年級營養教育講座	114學年度臺南市新進國民小學「視力保健」硬筆書法大賞六年級組	114學年度臺南市新進國民小學「視力保健」硬筆書法大賞五年級組	114學年度《世界視覺日——愛眼護健康》
114學年度六年級月經平權暨生理衛生講座	114學年度六年級月經平權暨生理衛生講座	114學年度校園緊急傷病處理研習	113學年度尋扭蛋happy樂	健康促進校園巡迴宣導活動【年輕活力e世代，保護眼睛亮晶晶】

114學年度四年級營養教育講座

活動剪影 / 健康促進網站 / 黃語嫣 於 2026-04-24 發布，已有 26 人次閱讀過

活動日期：2026-04-24

刪除活動

114學年度《世界視覺日——愛眼護健康》

活動剪影 / 健康促進網站 / 黃語嫣 於 2025-10-13 發布，已有 68 人次閱讀過 / 視力保健

活動日期：2025-10-13

刪除活動

114學年度六年級月經平權暨生理衛生講座

活動剪影 / 健康促進網站 / 黃語嫣 於 2025-09-30 發布，已有 67 人次閱讀過

活動日期：2025-09-30 活動地點：視聽教室

刪除活動

食農食魚教育之旅——與虱目魚、美生菜的邂逅

活動剪影 / 健康促進網站 / 黃語嫣 於 2026-04-28 發布，已有 2 人次閱讀過

活動日期：2026-04-28

刪除活動 新增活動

於本校健康促進網站公告各式健康資訊及防疫訊息

2025-10-02 [活動新聞與成果](#) 114學年度六年級月經不調醫學專業講座

2025-08-28 [社大活動](#) 本校舉辦緊急疫情防疫研習 提高城

2025-06-03 [健康促進](#) 【注意！近期呼吸傳染病增加，請大家加強防

健康資訊報報

登革熱 屈公病 症狀不輕忽 就醫通報不延誤

出國旅遊注意防蚊

返國14天內請多加留意，有疑似病狀儘速就醫，並告知醫師旅遊史

國立臺灣大學醫務管理學院 TAIWAN CDC

「校園好人緣篇」動畫影片(30秒) - YouTube

影片介紹 / 觀看次數統計 / 真確網 於 2026-01-22 發布，已有 14 人讚賞此影片

08學年度視力保健宣導

164種毒物買

二、二手煙

我看你精神不濟就是它在搞鬼吧

請以下平台觀看：YouTube

原片來源：Yahoo! 網際網路新聞服務「臺灣人臉和地圖」非營利網路電子報「工學博覽」網址：<https://tw.news.yahoo.com/topic/2020health/>，提供菸害防制(含電子煙防制)各類資訊，其中：「動畫專區

宣導登革熱及屈公病防疫宣導

113學年度新進國小答喙鼓「目矚顧了好，健康無煩惱」

線上影片 / 攝影拍攝 / 活動日期 2024-12-19 發佈，已有 131 人次讚賞 / 攝影拍攝，協力拍攝

113學年度新進國小答喙鼓「目矚顧了好，健康無煩惱」

對以下平台觀看：YouTube

電子菸防制資訊

【注意！近期呼吸道感染病例增加，請大家加強防

最新消息 / 健康促進網站 / 真確網 於 2025-06-03 08:02:48 發布，已有 53 人次閱讀過

親愛的家長、同學們好：

近期校內外陸續出現多起咳嗽、喉嚨痛等呼吸道感染症狀個案，常見原因包括流感病毒、1
呼吸道感染病毒等。這些病毒透過飛沫或接觸就可能傳染，特別在人多密閉的教室或活動
快、影響範圍大。

為了維護大家健康，請務必注意以下幾點：

- ✓ 保持室內空氣流通
- ✓ 餐前便後、外出回來要徹底洗手，注意手部衛生
- ✓ 落實生病不上課，避免傳染給他人
- ✓ 生病期間請適當休息，並佩戴口罩，避免出入無法保持社交距離的場所且密閉的空間

讓我們一起做健康防線，守護校園不被病毒入侵！

更多衛教資訊請見疾管署官網：<https://www.cdc.gov.tw>

呼吸道疾病防疫資訊

視力保健答喙鼓影片

健康促進網站

- 624 食鹽加氟預防蛀牙
- 392 讓氟化物輕鬆地為您預防蛀牙
- 571 從小保護牙齒 老來不缺牙
- 612 牙線使用教學
- 1011 貝氏刷牙法教學
- 1049 正確使用含氟漱口水，可有效降低齲齒盛行率
- 549 107學年度新進國小口腔衛生專題實施計畫
- 308 戶外FUN視 護眼行動
- 357 近視是疾病 打破應視力
- 1579 護眼三寶六招
- 265 刷了再睡 從齒健康
- 312 吃藥不能防感冒
- 2595 健康體位教育五大核心能力
- 510 牙刷和牙膏的選擇
- 341 決戰黃金成長的關鍵
- 305 層層好醫師社區好醫院及全民健保行動快易通APP
- 359 全民健保行動快易通app
- 367 含氟兒童牙膏怎麼選？兒童牙膏示範這樣做對牙齒

活動剪影

114學年度臺南市新進 114學年度臺南市新進 114學年度《世界視覺 114學年度六年級月經 114學年度六
國民小學「視力保 國民小學「視力保
健」硬筆書法大賞六 健」硬筆書法大賞五
年級組 年級組

114學年度校園緊急應 113學年度華扭蓮 健康促進校園巡迴宣 113年度健康促進學校 113學年度志
處理研習 happy樂 導活動【年輕活力e世 成果觀摩暨經驗研習 育研習
代，保護眼睛亮晶 具1

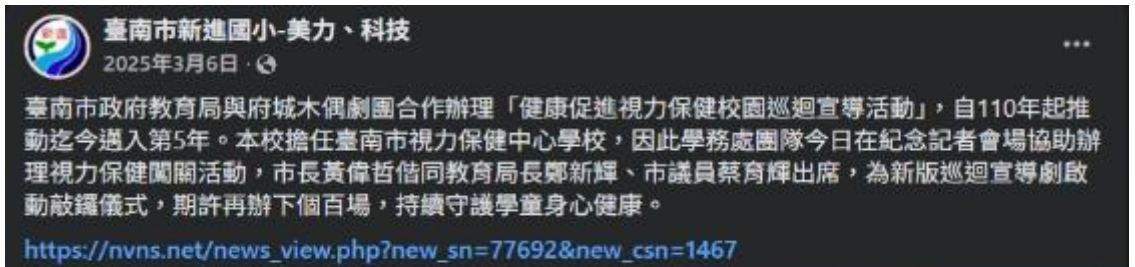
健康資訊文章分享

學校健康促進活動剪影區

利用本校臉書粉絲專頁宣導各項健康促進活動與資訊

1. 114.03.06 健康促進視力保健校園巡迴宣導活動

臺南市政府教育局與府城木偶劇團合作辦理「健康促進視力保健校園巡迴宣導活動」，自 110 年起推動迄今邁入第 5 年。本校擔任臺南市視力保健中心學校，因此學務處團隊今日在紀念記者會場協助辦理視力保健闖關活動，市長黃偉哲偕同教育局長鄭新輝、市議員蔡育輝出席，為新版巡迴宣導劇啟動敲鑼儀式，期許再辦下個百場，持續守護學童身心健康。



2. 114.06.05 六年級急救教育

六年級即將畢業，在畢業考後，健康中心護理師指導同學們一起學習「叫叫壓電」的基本急救口訣及異物哽塞的急救方式，讓 CPR 不再只是專業人員的事，而是每個人都能參與、學習、實際可施做的守護行動！

透過互動式教學與實地操作，孩子們不只學會了基礎急救知識，更在心中種下了一顆顆守護生命的種子。

#健康中心給六年級最溫馨有愛的畢業禮物-急救教育

#急救教育向下扎根

臺南市新進國小-美力、科技
2025年6月5日 · 🌐

六年級即將畢業，在畢業考後，健康中心護理師指導同學們一起學習「叫叫壓電」的基本急救口訣及異物哽塞的急救方式，讓CPR不再只是專業人員的事，而是每個人都能參與、學習、實際可施做的守護行動！
透過互動式教學與實地操作，孩子們不只學會了基礎急救知識，更在心中種下了一顆顆守護生命的種子。

#健康中心給六年級最溫馨有愛的畢業禮物-急救教育
#急救教育向下扎根



56 讚 2則留言

讚 留言 分享

最相關 ▾

頭號粉絲
林小綠
很棒的課程，好用心~
33週 讚 回覆

李承祐
看到這麼多孩子跟著認真學習與操作 真的覺得很棒
22週 讚 回覆

四、強化親師合作，延伸健康至家庭

透過親師座談、健康學習單與回條，等機制，強化家庭參與，推動健康生活實踐。結合迎新、校慶、祖孫週、跨年活動、跳蚤市場及多元活動，邀請家長與社區共同參與，將健康行動延伸至日常生活。

利用全校親師懇談會宣導各項健康促進活動與資訊



學務主任向家長說明本校健康促進作為及學生的健檢數據



導師向家長說明學校健康政策：學生健康護照、餐前五分鐘.....等

114 學年度新進國小迎新活動實施計畫

- 一、 依據：本校 114 學年度校務計畫辦理
- 二、 目的：
- (一)促進家長對學校願景與教育目標之認同與支持，進而協助校務推展。
- (二)增進親師良性互動，共同關心教育問題，培養親師充分合作的默契。
- (三)透過具教育意義的校園巡禮活動，在遊戲中導引新生融入團體生活及新的學習環境前需具備的態度。
- 三、 主辦單位：學務處
- 四、 協辦單位：教務處、輔導室、總務處、志工團
- 五、 時間：114 年 8 月 16 日(星期六)
- 六、 活動流程表：

時間	活動項目	說明	主持人	地點/備註	
08:00 08:20	相見歡	引導新生到班級教室	註冊組 志工團	勤學樓川堂- 教室	
08:20 08:30	集合	新生整隊到活動中心 參加典禮	新生 各班導師	活動中心	
08:30 09:00	迎新典禮	典禮流程詳如附件一	校長	活動中心	
09:00 11:00	09:20 10:40	校園巡禮 (新生)	活動如附件二	學務處	各關位置
	10:40 11:00	師生時間 (新生)	宣達新生上學注意事項	一年級導師	各班教室
11:00	09:10 11:00	校務簡介 親職講座 (新生家長)	1.校長致詞、會長致詞 2.校務簡介-校長 3.志工招募(志工團) 4.親職講座(9:30~11:00) 講師-元品心理所	校長 家長會長 志工團 輔導室	活動中心
	11:00-11:30	賦歸	1.整理復原 2.全體大合照	全體人員	

- 七、 工作內容及分配：如附件三。
- 八、 經費：本活動由校內相關經費支出，經費概算表如附件四。
- 九、 本計畫中工作人員於 7:30-11:30 執行工作，在不影響課務的情形下，得於二年內擇期補假四小時。
- 十、 本計畫陳校長核定後實施，若遇臺南市停班課取消辦理，修正時亦同。

承辦人

教師兼衛生組長 黃語緝

單位主管

教師兼學生事務處主任 翁慈青

校長

臺南市新營區新進國民小學校長 陳雅君

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

家長簽到表

— 1

編號	學生姓名	家長簽到	編號	學生姓名	家長簽到
1	戴惟佑	戴惟佑	17	黃鈴雲	林文怡
2	陳有顯	陳有顯	18	王子恩	劉治信
3	陳有任		19	陳韻瑄	
4	李完逸	林香敏	20	郭庭妤	陳雅慧
5	黃琮皓	黃琮皓	21	伍新潔	
6	莊鈞達		22	黃宇諾	黃茂心
7	何品叡	何展坤	23	魏妤林	王利親
8	蔡承敬		24	吳建瑄	黃曉潔
9	吳秉晏	張濤	25	莊蕾亞	
10	黃子洋		26	郭采廷	
11	莊凱莚	邱明			
12	陳秉宏				
13	倪崇岳				
14	鄭洸澤	鄭浩村			
15	吳芯宇				
16	林佑昀	曾育屏			

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

家長簽到表

— 2

編號	學生姓名	家長簽到	編號	學生姓名	家長簽到
1	沈宏霖	沈淑曉	17	沈筠倩	
2	蕭峻晏		18	蘇紫寧	
3	許爾南	許俊民	19	高玟晴	陳藝涵
4	張任廷	林怡如	20	王臣芯	張樂涵
5	陳禹諭		21	林怡岑	陳拓倫
6	范曉輝	吳以樹	22	戴顯晴	林文村
7	李佑陽		23	洪菱襄	陳毅
8	許邦宇		24	陳樂榛	任永娥
9	呂昭曼	陳雅惠	25	劉品璇	
10	張晉樞		26	沈秉業	
11	陳人雁	陳雅			
12	吳柏澤				
13	侯俊霆	侯俊霆			
14	蔡鎮輝				
15	邱蔣淪				
16	楊書忻				

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

家長簽到表

— 3

編號	學生姓名	家長簽到	編號	學生姓名	家長簽到
1	蘇竣閔	林宜迪	17	林忻釵	王怡芳
2	黃晉聿	黃晉聿	18	蔡佳博	謝芳潔
3	李臣宥	陳曉晴	19	陳律岑	謝淑娟
4	王駿宥	林嘉輝	20	林晨芯	
5	黃基惠		21	張芳瑜	田明村
6	莊偉鈞		22	鄭湘芸	蔡允燕
7	林翰勳	王煥倫	23	彭安樂	
8	王冠睿		24	黃加瑜	古淑貞
9	王冠翔		25	莊慕霞	莊慕霞
10	沈秉錫	沈秉錫	26	余元菲	楊昭庭
11	蘇禮祐	蘇禮祐			
12	葉家晉	葉家晉			
13	陳楷高				
14	施翔翹	郭雨珍			
15	江宥靜	江宥靜			
16	陳于心	陳于心			

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

家長簽到表

— 4

編號	學生姓名	家長簽到	編號	學生姓名	家長簽到
1	盧以勝	張育庭	17	王欲惠	
2	林展丞	林展丞	18	趙芯樂	林文
3	林展仲	林展仲	19	蕭芸嫻	
4	王秉介	趙芯樂	20	吳恩潔	吳恩潔
5	王邦瑀	王錫盛	21	梁亞欣	林瑞貞
6	李佑絃	李佑德	22	李沁兒	
7	陳浚原	陳普瑞	23	曾語芯	林文怡
8	劉秉鎔	邱靜娟	24	王蕙慧	劉治信
9	黃子林		25	麗星雲	
10	黃有盛		26	張芸榛	郭麗芬
11	林昀皓		27	歐芯語	
12	郭宸睿	郭宸睿	28	廖怡芯	
13	陳語露	陳映昕			
14	蕭子碩	王廷瑛			
15	蘇筠茹	沈敏棠			
16	陳可芯	陳可芯			

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

家長簽到表

— 5

編號	學生姓名	家長簽到	編號	學生姓名	家長簽到
1	林志全	許冠倫	17	鄭仔留	翁嘉偉
2	沈宥逵		18	陳瑞靜	李君滄
3	羅宥駿	羅慶芳	19	沈筠芯	
4	王士昕	吳怡貞	20	鄭翰靜	劉林瑛
5	吳承祥	吳東勳	21	王序凌	
6	陳楷淵		22	許有添	翁秉慧
7	李孟澤	李孟澤	23	許雅沂	陳瑞
8	高輝宸	高輝宸	24	林羽澄	李君淵
9	蘇奕霖	何政豪	25	黃文萱	林怡棠
10	吳少鈞	吳少鈞	26	林禹臣	林雨潔
11	吳少翔	吳少翔	27	吳以慈	
12	陳植允		28	林有昕	
13	陳牧味	沈淑			
14	毛冠雲	翁婉亦			
15	許楷軒	許永清			
16	張鈞翔	張鈞翔			

台南市新進國小 114 學年度迎新活動親職教育講座

長官貴賓及工作人員簽到表

編號	職稱	簽到	編號	職稱	簽到
33	愛心志工	林育清		林曉如	
34		陳昱振		陳思博	
35		李雅寬		李雅寬	
36		林雪蘭		黃子玲	
37		廖金恩		李淑玲	
38		莊田田		陳淑娟	
39		葉琳綺			
40		陳秋英			
41		高淑英			
42		郭婉君			
43		郭婉君			
44		許武爵			
45		丁新波			
46		賴榮美			
47		黃惠			
48		黃惠			

利用本校紙本回條、學習單宣導各項健康促進活動與資訊

新進國小學童窩溝封填及口腔健康檢查回條

班級 二年一班 座號: 11 姓名: 鍾長名

★恆牙第一大臼齒窩溝封填之牙位施作情況

16 右上第一大臼齒		26 左上第一大臼齒	
評估狀況	處置	評估狀況	處置
<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作	<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作
<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未作	<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未作
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好	
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕	

46 右下第一大臼齒		36 左下第一大臼齒	
評估狀況	處置	評估狀況	處置
<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作	<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作
<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未作	<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未作
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好	
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕	

☆口腔齲齒檢查矯治狀況

目前全口牙齒檢查結果如下圖: 請勾選檢查結果項目

C-齲齒 X-缺牙 Δ-已填補

/-待拔牙(因齲齒造成之殘根) h-乳齒待拔 咬合不正

牙齦發炎 牙結石 其他

	18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28
上				55	54	53	52	51	61	62	63	64	65			
下				85	84	83	82	81	71	72	73	74	75			
	48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38

暫時無須治療, 6個月後定期檢查

齲齒已治療完成

齲齒或其他牙科問題矯治中, 已預約下次回診

檢查醫療院所: _____ 醫師: _____ 檢查日期: 114. 3. 26

【請於114-5-30前以班級為單位交回健康中心】

新進國小學童窩溝封填及口腔健康檢查回條

班級 二年一班 座號: 3 姓名: 廖加復

★恆牙第一大臼齒窩溝封填之牙位施作情況

16 右上第一大臼齒		26 左上第一大臼齒	
評估狀況	處置	評估狀況	處置
<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作	<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作
<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未做	<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未做
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好		<input checked="" type="checkbox"/> 過去已填補, 完好	
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕	

46 右下第一大臼齒		36 左下第一大臼齒	
評估狀況	處置	評估狀況	處置
<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作	<input type="checkbox"/> 已萌出, 可施作	<input type="checkbox"/> 施作
<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未做	<input type="checkbox"/> 尚未(完全)萌出	<input type="checkbox"/> 未做
<input checked="" type="checkbox"/> 過去已填補, 完好		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 完好	
<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕		<input type="checkbox"/> 過去已填補, 脫落或蛀蝕	

☆口腔檢查矯治狀況

目前全口牙齒檢查結果如下圖: 請勾選檢查結果項目

C-齲齒 X-缺牙 Δ-已填補

/-待拔牙(因齲齒造成之殘根) h-乳齒待拔 咬合不正

牙齦發炎 牙結石 其他

	18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28
上				55	54	53	52	51	61	62	63	64	65			
下				85	84	83	82	81	71	72	73	74	75			
	48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38

暫時無須治療, 6個月後定期檢查

齲齒已治療完成

齲齒或其他牙科問題矯治中, 已預約下次回診

檢查醫療院所: _____ 醫師: _____ 檢查日期: 115. 2. 25

【請於115-05-29前以班級為單位交回健康中心】

每學期發下口腔衛教單及口檢回條, 落實每半年檢查一次口腔。

2025 健康生活寶果大挑戰

班級: 二年一班 座號: 14 姓名: 陳定家

親愛的「小」朋友:

寒假終於到囉! 快來參加「假期」, 記得保持「正」常作息、健康飲食與運動習慣! 「3010120」視力保健計畫嗎? 「用眼30分、總休息10分、每3天要在戶外活動至少120分鐘」別忘了! 3C 4電少於2! 我——位家人工作你的見識人, 試著完成「下」表的計畫「遊戲」, 從「中」學習「保」護身體的「方」法, 培養「健」康「生」活「習」慣。(備註: 辦「有」做到的「表」格塗上「喜」歡的「顏」色)

時間: 1 月 21 日 至 3 月 4 日

★我用眼30分鐘, 總休息10分鐘!	★每天喝1500CC白開水!	★每天五蔬果(三種蔬菜二份水果)(一份是「麥」頭「大」)	★我認為自己「已」有「哪」些「健」康「習」慣?
★購買食品前, 請先閱讀食品包裝上的營養標示!	★今天我「使」用3C產品「不」超過2小時!	★我「不」開「心」時, 可以「找」(媽媽)「說」話!	★每天睡足8小時!
★每天刷牙至少3分鐘!	★請家長「表」示: 我三個優點: 1. (熱心) 2. (勇敢助人) 3. (有禮貌)	★閱讀三本書: 1. (《...》) 2. (《...》) 3. (《...》)	★每天戶外活動至少120分鐘!
★和家人「分」享「完」成「健」康「習」慣「的」喜「悅」!	★「吸」管「做」到「一」般「超」級「寶」藏「回」報「的」計「分」數!	★每天「學」習「小」於「半」小時!	★「不」喝「含」糖「飲」料!

●自評: 我「完」成「了」3 樣「條」, 健「康」生「活」增「進」!

●家長的話: 可再接再厲

見證人簽名: 黃瑋儀

2025 健康生活寶果大挑戰

班級: 二年一班 座號: 14 姓名: 陳定林

親愛的「小」朋友:

寒假終於到囉! 快來參加「假期」, 記得保持「正」常作息、健康飲食與運動習慣! 「3010120」視力保健計畫嗎? 「用眼30分、總休息10分、每3天要在戶外活動至少120分鐘」別忘了! 3C 4電少於2! 我——位家人工作你的見識人, 試著完成「下」表的計畫「遊戲」, 從「中」學習「保」護身體的「方」法, 培養「健」康「生」活「習」慣。(備註: 辦「有」做到的「表」格塗上「喜」歡的「顏」色)

時間: 1 月 21 日 至 1 月 31 日

★我用眼30分鐘, 總休息10分鐘!	★每天喝1500CC白開水!	★每天五蔬果(三種蔬菜二份水果)(一份是「麥」頭「大」)	★我認為自己「已」有「哪」些「健」康「習」慣?
★購買食品前, 請先閱讀食品包裝上的營養標示!	★今天我「使」用3C產品「不」超過2小時!	★我「不」開「心」時, 可以「找」(媽媽)「說」話!	★每天睡足8小時!
★每天刷牙至少3分鐘!	★請家長「表」示: 我三個優點: 1. (認真讀書) 2. (努力學習) 3. (遵守校規)	★閱讀三本書: 1. (《...》) 2. (《...》) 3. (《...》)	★每天戶外活動至少120分鐘!
★和家人「分」享「完」成「健」康「習」慣「的」喜「悅」!	★「吸」管「做」到「一」般「超」級「寶」藏「回」報「的」計「分」數!	★每天「學」習「小」於「半」小時!	★「不」喝「含」糖「飲」料!

●自評: 我「完」成「了」10 樣「條」, 健「康」生「活」增「進」!

●家長的話: 繼續保持!

見證人簽名: 黃品君

全校寒假健康生活學習單, 學生倡議及家長回饋

406
23號

鄭文亭云

開心FUN暑假，愛eye不放假！

期待已久的暑假終於到來，在家裡休息放鬆的同時也別忘了愛護眼睛，現在就趕快拿起筆紀錄下你的護眼行動吧！

寫出你的護眼招式

我的護眼行動：

每年定期1-2次
檢查視力。

護眼6大招

- 每日戶外活動至少120分鐘。
- 3C4電小於1小時。
- 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- 讀書光線要充足，坐姿要正確。
- 均衡飲食，天天五蔬果。
- 每年定期1-2次檢查視力。

藝術視界

畫下你的護眼好習慣



新進國小學務處製作

開心FUN暑假，愛eye不放假！

期待已久的暑假終於到來，在家裡休息放鬆的同時也別忘了愛護眼睛，現在就趕快拿起筆紀錄下你的護眼行動吧！

寫出你的護眼招式

我的護眼行動：

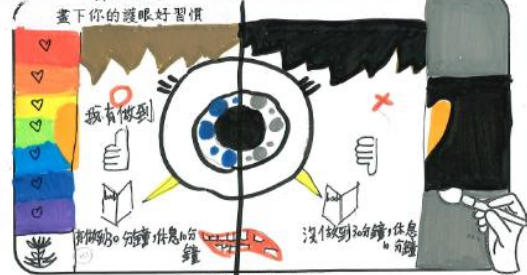
不要用眼太久，要在空閒
地方寫字、聽音樂、運動。

護眼6大招

- 每日戶外活動至少120分鐘。
- 3C4電小於1小時。
- 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- 讀書光線要充足，坐姿要正確。
- 均衡飲食，天天五蔬果。
- 每年定期1-2次檢查視力。

藝術視界

畫下你的護眼好習慣



新進國小學務處製作 401-1015

開心FUN暑假，愛eye不放假！

期待已久的暑假終於到來，在家裡休息放鬆的同時也別忘了愛護眼睛，現在就趕快拿起筆紀錄下你的護眼行動吧！

寫出你的護眼招式

我的護眼行動：

1. 用眼30分鐘，休息10分鐘，每日戶外活動至少120分鐘。

護眼6大招

- 每日戶外活動至少120分鐘。
- 3C4電小於1小時。
- 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- 讀書光線要充足，坐姿要正確。
- 均衡飲食，天天五蔬果。
- 每年定期1-2次檢查視力。

藝術視界

畫下你的護眼好習慣



新進國小學務處製作

開心FUN暑假，愛eye不放假！

期待已久的暑假終於到來，在家裡休息放鬆的同時也別忘了愛護眼睛，現在就趕快拿起筆紀錄下你的護眼行動吧！

寫出你的護眼招式

我的護眼行動：

多看綠色植物

護眼6大招

- 每日戶外活動至少120分鐘。
- 3C4電小於1小時。
- 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- 讀書光線要充足，坐姿要正確。
- 均衡飲食，天天五蔬果。
- 每年定期1-2次檢查視力。

藝術視界

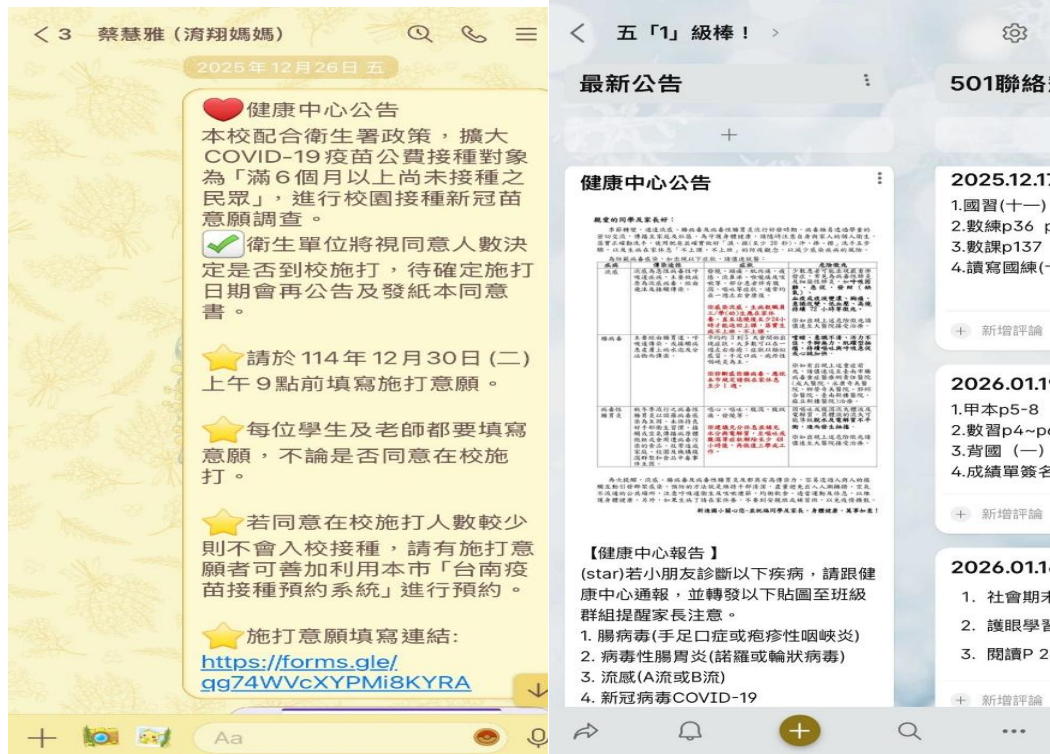
畫下你的護眼好習慣



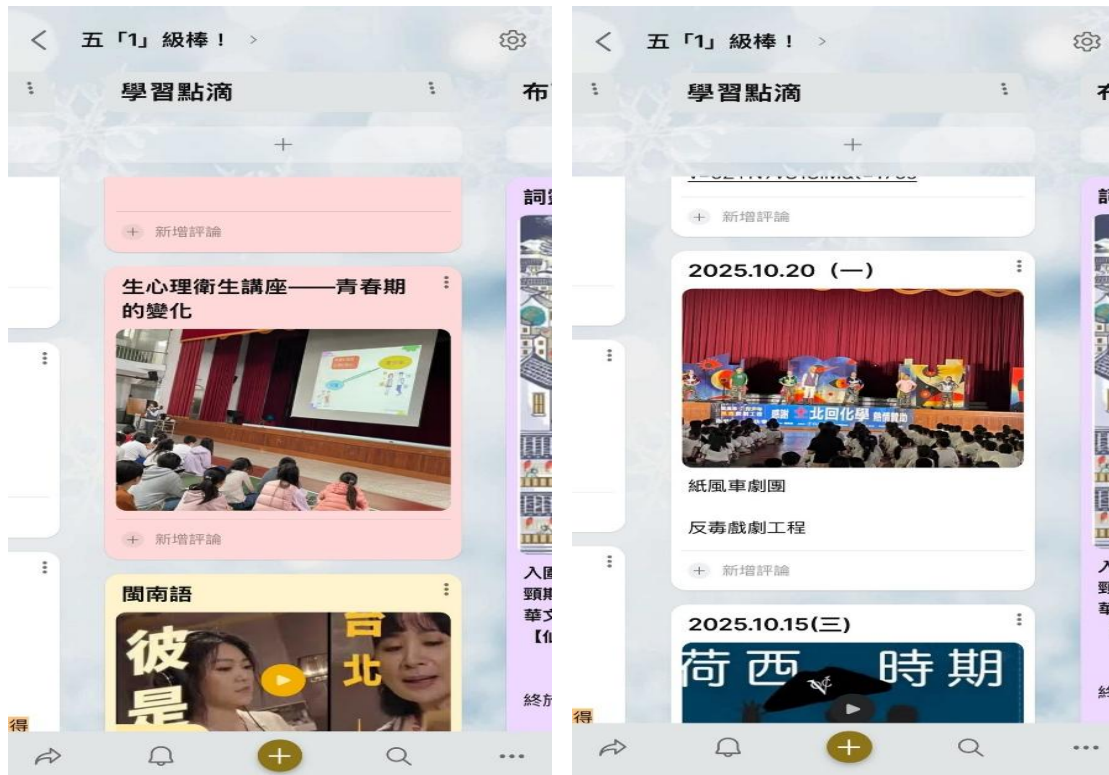
新進國小學務處製作

全校暑假健康生活學習單，學生畫出視力保健活動做法

利用班級通訊群組、班級網頁宣導各項健康促進活動與資訊



班級群組發布流感疫苗、新冠疫苗施打訊息及傳染病衛教



班級親師群組發布學生宣導講座資訊

結合迎新、親師懇談會、跨年活動、跳蚤市場、校慶、及多元活動，邀請家長與社區共同參與，將健康行動延伸至日常生活。



114.8.16 迎新活動中邀請家長共同參與，說明學校健康政策



114.9.20 親師懇談會，於活動中心及班級教室與家長互動溝通



114.12.27 親師生快閃表演邀請家長及社區民眾共同參與



114.12.31 跨年祈福活動邀請家長及社區民眾共同參與



114.12.31 跳蚤市場活動
邀請家長及社區民眾共同參與環保愛地球公益活動



115.3.28 校慶運動會邀請家長及社區共同投入，
將健康行動延伸至日常生活



115.3.28 校慶運動會中庭擺攤邀請家長及社區共同投入，進行健康議題宣導及闖關遊戲

五、整合資源，形塑健康共同體

整體而言，本校有效整合校內外資源，持續提供社區家長與民眾多元健康服務，逐步形塑「學校—家庭—社區」之健康共同體。



學校特別規畫各項課程，歡迎社區家長、學校志工一同參與
專輔心理講座-與心理師有約、
書法(週二 9:30-11:30)、
外丹功(週三 8:00-8:40)、
薩克斯風(週六 8:00-10:00)、
羽球(週四 2:00-4:00)，

