

指標 4-3-1 建置健康促進學校網站

臺南市白河區竹門國小

網路資源 ▾ 各項評鑑 ▾ 行動學習相關網站 ▾ 營養午餐食材 ▾ 資訊專區 ▾ 捐贈專區 ▾ 教學卓越區 ▾ 好站連結

健康促進學校 ▾ 資訊課程 ▾ 防疫自主學習專區 ▾ 竹門Gmail ▾ 報修專區 ▾ 114課程計畫 ▾ 台南市線上差

↑ 服務儀容規定 ▾ 學生專區 ▾ 畢業生專區 ▾ 消防防災節-114年國家防災日活動特輯 ▾ 竹門國小粉絲專頁 ▾ 新

最新榮譽榜

慶祝歡樂的兒童節
慶祝系列活動首部曲-校園觀星露營活動及健康跳繩活動順利圓滿落幕，相信孩子們會深刻的記得此次活動點滴，許多六年級孩子們第一次露營，帶著家中的棉被歡喜來到學校，運用所學，七嘴八舌的合作搭起帳篷，即使手忙腳亂，卻也笑聲陣陣。

https://www.jmes.tn.edu.tw/modules/tad_web/index.php?WebID=28

竹門報馬仔

歡樂的兒童節慶祝系列活動首部曲-校園觀星露營活動

活動寫真-星空露營及let's jump!

建立健康促進學校網站—於首頁設置連結

校園健康促進網

114學年度校園健康促進相關資料

健康成果

- 114學年度衛生保健工作報告

學校衛生政策

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

健康教學

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

學校物質環境

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

健康服務

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

學校社會環境

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

學校社區關係

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

文章選單

- 1 健康成果
- 2 學校衛生政策
- 3 健康教學
- 4 學校物質環境
- 5 健康服務
- 6 學校社會環境
- 7 學校社區關係
- 8 健康特色
- 9 學校指標

搜尋

Search for...

手機掃碼請到此頁

網站列表

- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告
- 114學年度衛生保健工作報告

114 學年度校園健康促進網放置相關資料與宣導連結

家長不可不知的事-兒童肥胖對兒童身心的影響

公告 高貴老師 - 健康中心 | 0000-00-00 | 點閱數: 4549

兒童肥胖的比較可愛????!!!

家長不可不知的事-兒童肥胖對兒童身心的影響:

1. 兒童期肥胖是導致成人肥胖症的主因之一。
2. 肥胖兒童，骨骼的生長較超前，到青春期後，骨骼不易再生長，因此成年後容易長成「矮胖」體型。
3. 肥胖兒童的免疫力差，易引起呼吸系統疾病。
4. 肥胖小女生的月經會來得比較早，乳房也較早發育。
5. 體重太重往往造成下肢負荷過大，易導致大腿痠痛；小腸經骨長期的壓迫，也常常容易發生彎曲變形的現象。
6. 肥胖兒童及青少年的死亡率高於一般人1.8倍，尤其是男性，易罹患心血管病、糖尿病（胰島素代謝異常）、痛風、高血脂、關節炎。
7. 肥胖兒童易出現「對磨疔」、「肥胖紋」等皮膚症狀。
8. 肥胖孩子常因體型而被同學嘲笑或排斥；因而缺乏自信，人際關係不佳，常有退縮、內向或孤獨的個性。
9. 肥胖易引起併發症，30歲之後的死亡率增加（肥胖兒童之成人期壽命較正常人少10年，死亡率高30%以上）；罹患高血壓、糖尿病及心臟病等慢性疾病的風險增加……等。（以上摘錄自財團法人奇美醫院柳營分院社區醫療部蕭旭峰網路資料）

為孩子的健康把關-聰明分類控制熱量：幼兒食物紅綠燈

「紅黃綠燈交通號食物分類」以均衡飲食為基礎，從三餐的飲食種類為基礎，將食物依熱量以及營養成分，加以歸類，再將「綠燈燈、紅燈燈、黃燈要小心」的概念歸納於食物中，提供給大家選擇食物的參考，除了特殊的健康狀況外，只要適量地食用，控制攝取及使用頻率，所有人都可以定出自己想要的健康。

1. 綠燈食物

含有人體必需的營養素，可促進身體健康，是每天必需進用的食物，包括低油、低鹽及低糖的五穀根莖類、奶類、蛋豆魚肉類及蔬果類，例如米飯、麵類、低脂奶、蛋

校園健康促進網放置兒童健康資訊之連結

新興毒品樣貌

公告 明耀 - 教導處 | 2026-03-18 | 點閱數: 55

如附件，

新興毒品種類日益增多，販毒者透過多元社群平台、通訊軟體及網購通路進行販售，為加強宣導毒品危害防制，教育局製作此表說明新興毒品名稱、作用及危害。



1) 常見新興毒品.pdf

校園健康促進網放置兒童健康資訊之連結

相關網站 ▾ 營養午餐食材 ▾ 資訊專區 ▾ 捐贈專區 教學卓越區 ▾ 好
自主學習專區 ▾ 竹門Gmail ▲ 報修專區 ▾ 114 課程計畫 台南市
畢業生專區 ▾ 消防防災館-114年國家防災日活動特輯 竹門國小粉絲專頁

[回模組首頁](#)

「笑氣危害大，別讓笑氣笑掉你的人生」

「笑氣危害大，別讓笑氣笑掉你的人生」，歡迎撥打 24 小時免費毒品防制諮詢專線 0800-770-885（請請您-幫幫我），臺南市政府衛生局關心您。」

校園健康促進網放置兒童健康資訊之連結