

臺南市政府教育局暨所屬學校幼兒園 114 年度職工健康檢查採購案

工作報告表

一、學校名稱：臺南市安南區長安國民小學

二、區域：永華區 新豐區 新化區 新營區 曾文區 北門區

三、健康檢查實施日期：114 年 05 月 28 日

四、出勤人力：醫師 1 名、醫檢師 2 名、護理師 5 名、設備操作人員 1 名、行政人員 4 名、放射師 1 名

五、出勤設備類別：X光車 部、聽力車 部、其他 X光車與聽力車二合一

六、工作開始時間：08 時 00 分；工作結束時間：時 分

七、承攬醫療院所出勤人力基本資料：

職稱	姓名	合格證書編號	職稱	姓名	合格證書編號
醫師	蔡政宏	填寫此區域由區醫院	行政人員	張淑如	填寫此區域由區醫院
護理師	陳美君		行政人員	葉素璇	
護理師	王富香		行政人員	林治忠	
護理師	林淑華		行政人員	林裕專	
護理師	鍾怡潔		超音波操作人員	郭永恭	
護理師	林芳瑩				
醫檢師	何雅惠				
醫檢師	黃虹諭				
放射師	謝玫芳				

八、健檢實施人數統計：

項目	全校職工健康檢查總人數(A) (造冊人數)	參與 4500 健康檢查總人數(B)	參與 3500 健康檢查總人數(C)	參與 800 健康檢查總人數(D)	未參與健康檢查總人數(E)	合計 F(F=B+C+D+E) (A 與 F 兩值應相等)
數量	44	13	16	14	1	44

九、廠商提供成人健康檢查商品券數量統計：

項目	全校健康檢查總人數 (造冊人數)(A)	商品券領取人數(100 元)(B)	商品券領取人數(50 元)(C)	未領人數(D)	合計(E=A) (E=B+C+D)
人數	44	29	14	1	44



十、出勤人力、設備照片黏貼處

<p>1 設備</p> 	<p>2 設備</p> 	<p>3 人力</p> 
<p>說明：X光車(X光車與聽力檢測合併)</p>	<p>說明：聽力車(X光車與聽力檢測合併)</p>	<p>說明：健康檢查會場</p>

十一、其他記事

無

備註：本工作報告表一式兩份，記載後由受檢學校、承攬醫院各自用印後，雙方各執乙份。

<p>受檢學校簽章</p>	<p>承攬醫院簽章</p>
<p>授權人員簽章： </p>	<p> </p>

中 華 民 國 114 年 5 月 28 日

臺南市政府教育局暨所屬學校幼兒園 114 年度職工健康檢查勞務採購案簽收單

本醫院承攬「臺南市政府教育局暨所屬學校幼兒園 114 年度職工健康檢查勞務採購」乙案，今已完成 貴校職工健康檢查共計 43 人（詳如受檢員工檢查清冊總表），並依契約規定完成：

1. 健檢日期：114 年 05 月 28 日，未逾期逾期
2. 員工個人健康檢查手冊。
補檢：健康檢查計_____人。
內含個人健康檢查紀錄表
預檢：健康檢查計_____人。
內含個人健康檢查紀錄表
3. 受檢員工檢查總表
4. 異常總清冊異常項目統計圖表各項異常統計名單
5. 十年心血管疾病風險評估資料總表風險指數統計名單
6. 資料光碟 1 份
7. 肌肉骨骼、過勞問卷 1 本

惠請 貴校辦理點驗(收)。

此致

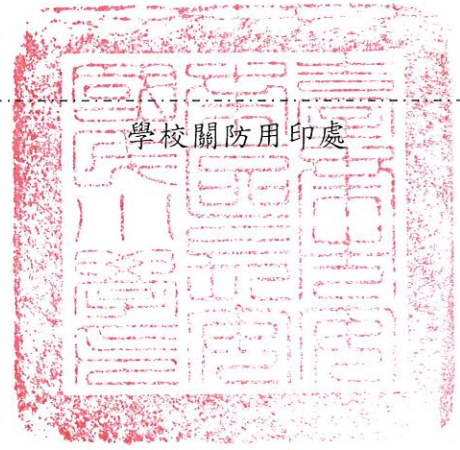
學校名稱 臺南市安南區長安國民小學

廠商名稱：慶昇醫療社團法人慶昇醫院

負責人：黃旭揚

地址：嘉義市西區新榮路 339 號

電話：05-2169000



114 年 6 月 6 日

承辦人核章	承辦處室主任核章	機關首長或授權人員核章

備註：

1. 依契約規定，簽收單之日期以「機關收文日為完成履約日」，請各校配合收文用印。
2. 依契約規定，承攬廠商應於各別學校健康檢查完畢後，於受檢日起 14 日曆天內繳交健康檢查資料。

中 華 民 國 1 1 4 年 0 6 月 0 5 日

副本

發文方式：郵寄

檔 號：

保存年限：

紙本已裝

臺南市立大成國民中學 函

地址：702005臺南市南區西門路1段306號

承辦人：黃美綺

電話：06-2630011轉602

傳真：06-2912613

電子信箱：maggie@tcjhs.tn.edu.tw

受文者：本校總務處

發文日期：中華民國115年4月9日

發文字號：大成中總字第1150013396號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨

主旨：檢送本校「臨場健康顧問服務契約書」正本1份，請查照。

說明：依據臺南市政府教育局115年3月18日南市教秘字第1150396720號函及115年3月23日南市教秘字第1150416064號函辦理。

正本：海爾斯管理顧問有限公司

副本：本校總務處

校長陳毓瑛

裝

訂

線

臺南市政府教育局推動學校職業安全衛生臨場健康服務執行計畫

一、依據：

- (一) 職業安全衛生法第 22 條。
- (二) 勞工健康保護規則第 4 條。

二、目的：

- (一) 輔導所屬學校落實法規，提供教職員工預防性醫療保健服務。
- (二) 藉由醫護人員專業介入，辨識校園環境（如辦公室、實驗室、廚房）之職業危害。
- (三) 降低教職員因工作誘發疾病（如過勞、人因傷病）之風險，營造健康職場。

三、執行單位：本局所屬各級學校及幼兒園，且學校教職員工人數（在學校投保公保、勞保者合計）在 100 人以上者。

四、臨場服務次數：

請依勞工健康保護規則第 4 條規定辦理，各校應依教職員工人數規模，與醫療機構簽訂特約醫護服務，最低次數如下：

- (一) 勞工健康服務護理師：每月至少 2 次。
- (二) 特約醫師（職醫科為主）：每年至少 2 次。
- (三) 每次臨場服務之時間應至少 2 小時。

五、執行項目：

(一) 健康管理：

- 1. 年度一般健康檢查結果之分析、分級管理與追蹤。
- 2. 高風險個案（高血壓、高血糖、高血脂等）之面談與諮詢。

(二) 職業病預防計畫（四大計畫）：

- 1. 人因性危害預防：校園辦公環境姿勢評估及改善建議。
- 2. 異常工作負荷預防：針對高壓力或高工時人員執行過勞風險評估。
- 3. 執行職務遭受不法侵害預防：建立校園職場霸凌申訴與關懷機制。
- 4. 母性健康保護：針對懷孕或產後教職員進行工作性質危害評估。

(三) 作業環境巡視及預防：進行工作現場巡查（包含化學實驗室、廚房、修繕機房），提出作業環境安全衛生設施改善規劃之建議，並採取預防及健康促進措施，進行持續關懷與追蹤。

(四) 復工與配工建議：傷病教職員復工前之適性評估與工作調整建議。

(五) 定期向雇主報告及勞工健康服務之建議。

(六)配合辦理其他經中央主管機關指定公告事項。

六、經費及用途：

- (一)原則依學校教職員工人數補助，100-199 人每校經費 8 萬元，200-299 人及 300 人以上每校經費 12 萬元。
- (二)由本局核定補助經費予學校，請學校於本年度 12 月底前辦理經費核結。
- (三)經費用途限於特約勞工健康服務之醫師、護理人員或勞工健康服務相關人員所需專業服務費及法定費用。

七、辦理方式：

- (一)學校應依勞工健康保護規則第 5 條規定，特約經勞動部認可之職業安全衛生服務機構。機構名單可至職業安全衛生署全球資訊網站 (<https://www.osha.gov.tw/48110/48207/48235/48245/158427/post>) 之職業衛生/勞工健康服務/勞工健康服務專區，予以確認。
- (二)本計畫係補助經費予學校，學校得採勞務承攬方式辦理。學校與承攬機構約定完成一定之工作，於驗收符合履約項目後，給付報酬予承攬機構。
- (三)委託辦理時，宜訂定契約，並載明其應辦理之勞工健康服務及保密協定等事項，以明確雙方權利義務，詳細內容可參考職業安全衛生署 (<https://osmp.osha.gov.tw/Home/Enterprise>) /相關文件下載/勞工健康服務契約書(範本)。
- (四)請各校定期檢視相關健康服務計畫之執行成效並留存臨場健康服務執行紀錄。

八、獎勵：依臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定辦理。

台南市大成國中體位不良個案管理表

一、基本資料：

班級： 座號： 姓名 _____ 出生年月日 100年3月26日 性別：男 女

二、體位判斷：

過輕 過重 超重

年級	體位狀況	年級	體位狀況	年級	體位狀況
七上	超重 BMI: 24.38	七上	適中 BMI: 21	九上	
七下	適中 BMI: 21.58	七下	BMI = 20.9	九下	

三、家族史 (FAMILY History) 與家庭概況

家人 (直系親屬) 體位不良：1 是【請續答第 (a. b)】 2 否

(a) 對象：1 父親 2 母親 3 父母 4 兄弟姐妹 5 其他 _____



(b) 家人重度肥胖 (BMI >= 35) 個案：1 是 2 否 稱謂： _____

經濟狀況： 富裕 小康 低收入戶 其他

主要照顧者： 父親 母親 祖父母 外祖父母 其他

管理紀錄

檢查日期	檢查數值		評值		檢查數值		評值	
	身高	體重	腰圍	臀圍	身高	體重	腰圍	臀圍
	150.6	55.1	78	94	154.6	50.0	75	92
項目	超重		適中					
飲食	<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 每天喝足白開水 (>2000)cc <input checked="" type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質		<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 每天喝足白開水 (>2000)cc <input checked="" type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質		<input type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 (5) 次 <input type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 (5) 次 <input type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 (5) 次 <input type="checkbox"/> 每天喝足白開水 (>2000)cc <input type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質			
睡眠	<input type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input checked="" type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 () 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次		<input type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input checked="" type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 () 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次		<input type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 () 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次			
運動	<input checked="" type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input checked="" type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input checked="" type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料		<input checked="" type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input checked="" type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input checked="" type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料		<input type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料			

飲食記錄	<input checked="" type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用甜食一周 (2) 次 ^{牛奶} <input checked="" type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 (1) 次 <input type="checkbox"/> 食用點心一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 () 次 <input checked="" type="checkbox"/> 吃宵夜一周 (1) 次 <input type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 () 次 <input checked="" type="checkbox"/> 外食頻率一周 (6) 次	<input checked="" type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用甜食一周 (2) 次 ^{牛奶} <input type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用點心一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 () 次 <input type="checkbox"/> 吃宵夜一周 () 次 <input type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 () 次 <input checked="" type="checkbox"/> 外食頻率一周 (6) 次	<input type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用甜食一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用點心一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 () 次 <input type="checkbox"/> 吃宵夜一周 () 次 <input type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 () 次 <input type="checkbox"/> 外食頻率一周 () 次
其他指導	含糖飲料=減糖飲用		
學生簽名	[Handwritten signature]	[Handwritten signature]	
護理師			

台南市大成國中體位不良個案管理表

一、基本資料：

班級： 座號： 姓名： 出生年月日 00 年 3 月 31 日 性別：男 女

二、體位判斷：

過輕 過重 超重

年級	體位狀況	年級	體位狀況	年級	體位狀況
七上	BMI: 20	八上	BMI: 22	九上	
七下	BMI: 24	八下	BMI: 20.2	九下	

三、家族史 (FAMILY History) 與家庭概況

家人 (直系親屬) 體位不良：1 是 【請續答第 (a. b)】 2 否

(a) 對象：1 父親 2 母親 3 父母 4 兄弟姐妹 5 其他 _____



(b) 家人重度肥胖 (BMI >= 35) 個案：1 是 2 否 稱謂： _____

經濟狀況： 富裕 小康 低收入戶 其他

主要照顧者： 父親 母親 祖父母 外祖父母 其他

管理紀錄

檢查日期	7年級		8年級		檢查數值	評值
	檢查數值	評值	檢查數值	評值		
項目	身高	160.3		165.4		
	體重	66.9	超重	60.2	適中	
	腰圍	82		80		
	臀圍	92		90		
飲食	<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 (2) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 (3) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 每天喝足白開水 (1500) cc <input checked="" type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質		<input checked="" type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 (2) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 (3) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 每天喝足白開水 (1500) cc <input checked="" type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質		<input type="checkbox"/> 天天五蔬果一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用彩虹蔬果一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用全穀雜糧一周 () 次 <input type="checkbox"/> 每天喝足白開水 () cc <input type="checkbox"/> 運動後食用優質蛋白質	
睡眠	<input checked="" type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input checked="" type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 () 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次		<input type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input checked="" type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input checked="" type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 (1) 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次		<input type="checkbox"/> 睡足8小時 (9PM前) <input type="checkbox"/> 睡眠時關燈 <input type="checkbox"/> 睡眠會中斷一周 () 次 <input type="checkbox"/> 睡眠中會做噩夢一周 () 次	
運動	<input type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料		<input checked="" type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input checked="" type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input checked="" type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input checked="" type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料		<input type="checkbox"/> 規律運動每天60分 <input type="checkbox"/> 每天戶外活動120分鐘 <input type="checkbox"/> 戶外活動會護眼 <input type="checkbox"/> 運動後不喝含糖飲料	

飲食記錄	<input checked="" type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 (2) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用甜食一周 (6) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用點心一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 (1) 次 <input type="checkbox"/> 吃宵夜一周 () 次 <input checked="" type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input checked="" type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 外食頻率一周 (1) 次	<input checked="" type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 (2) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用甜食一周 (5) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用點心一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 (1) 次 <input type="checkbox"/> 吃宵夜一周 () 次 <input checked="" type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input checked="" type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input checked="" type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 (1) 次 <input checked="" type="checkbox"/> 外食頻率一周 (1) 次	<input type="checkbox"/> 飲用含糖飲料一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用甜食一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用油炸食品一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用點心一周 () 次 <input type="checkbox"/> 食用勾芡食物一周 () 次 <input type="checkbox"/> 吃宵夜一周 () 次 <input type="checkbox"/> 記錄每天飲食 <input type="checkbox"/> 計算每天飲食熱量 <input type="checkbox"/> 每天吃早餐一周 () 次 <input type="checkbox"/> 外食頻率一周 () 次
其他指導	<p>規律運動。 減少甜食食用次數。</p>		
學生簽名			
護理師			

健康護照執行

全校參與，同時記錄學生上下學其體型變化、體適能成績等。

紀錄每周是否達成自己設定的健康目標。

全校各班繳回健康護照



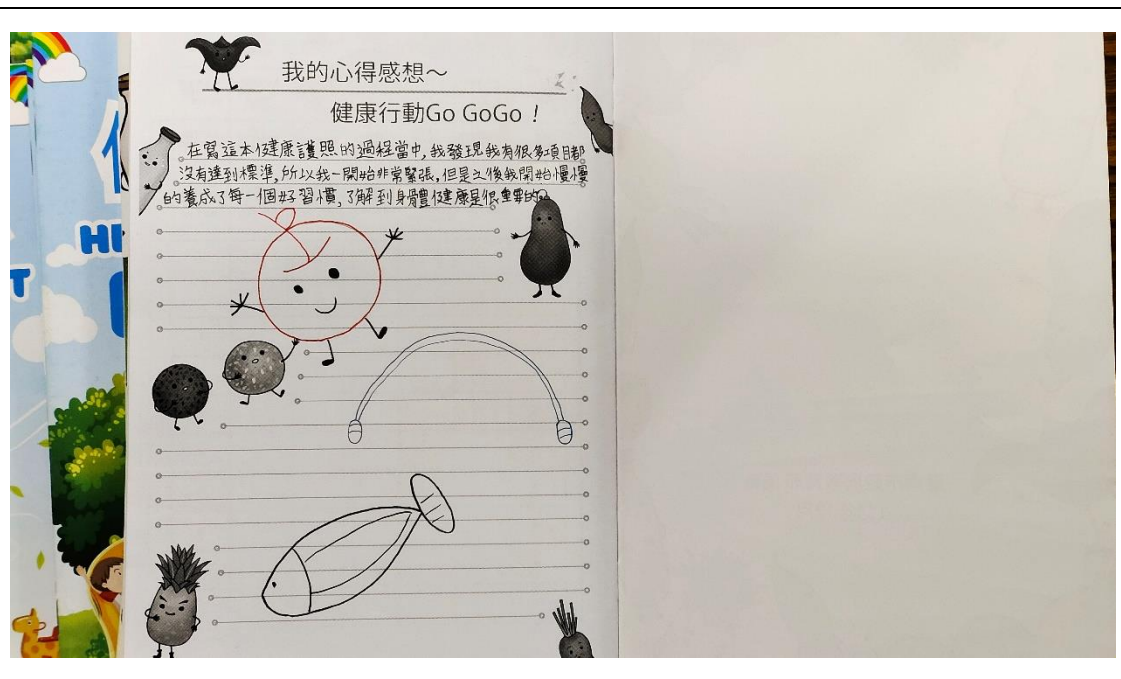
七八九年級作品



八年級作品



八年級作品



九年級作品



九年級作品

臺南市立大成國中

目標-天天運動30分鐘

現況分析：現在我每週有 3 天運動達到30分鐘
理想目標：我每天運動，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

紀錄表

天天運動30分鐘，並不包含學校體育課喔！

臺南市立大成國中

目標-天天運動30分鐘

日期	運動項目	持續時間
2/28	跑大園公園	50min
3/1	跳繩500下	35min
3/4	慢走30min	35min
3/6	慢走30min	40min
3/8	跳繩500下	30min
3/9	跑大園公園	50min
3/12	跳繩500下	35min
3/14	跳繩500下	35min
3/15	慢走30min	30min
3/19	跑大園公園	47min
3/27	慢走50min	50min
3/30	慢走50min	55min
4/5	跳繩100下	40min
4/12	慢走30min	35min
4/20	慢跑大園	40min

健康護照內容

目標-喝足白開水

※理想目標：我天天都喝足1500C.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1500C.C.的白開水，畫成折線圖，紀錄於下表中。

紀錄表

週次	天數
1	4
2	4
3	3
4	4
5	5
6	4
7	4
8	3
9	3
10	4

目標-均衡飲食

現況分析：現在我每週有5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。

紀錄表

週次	天數
1	3
2	4
3	3
4	4
5	4
6	4
7	3
8	4
9	4
10	4

健康護照內容

目標-天天運動30分鐘

現況分析：現在我每週有3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

紀錄表

週次	天數
1	3
2	3
3	3
4	4
5	3
6	3
7	4
8	3
9	3
10	4

天天運動30分鐘，並不包含學校體育課喔！

目標-天天運動30分鐘

日期	運動項目	持續時間
3/19	跳繩	30min
3/20	跳繩	25min
3/21	跑步	30min
3/22	跑步	30min
3/23	跑步	45min
3/24	跳繩	35min
3/25	游泳	25min
3/30	跑步	30min
3/31	跑步	30min
4/1	跳繩	30min
4/2	跳繩	30min
4/3	跑步	40min
4/4	跑步	40min
4/5	跑步	40min
4/6	跳繩	30min


健康護照內容

體適能紀錄

	期初	期末
	115年 月 日	年 月 日
300m 跑步	5 分 17 秒	分 秒
立定跳遠	130 公分	公分
60秒 仰臥捲腹	16 下	下
坐姿體前彎	20 公分	公分

健康行動紀錄

版本一



健康護照內容

體重控制

日期	身高	體重	腰圍
3/11	157.7	45.6	61

視力

期初	期末
(115年 月 日)	(年 月 日)
左 < 0.1	
右 < 0.1	

