

勞工健康顧問服務之結案報告

顧問機構：海爾斯管理顧問有限公司

日期：115年4月27日

事業單位名稱	臺南市立安平國民中學
事業單位地址	台南市安平區慶平路687號
契約期間	自115年9月1日起至115年12月31日止
作業人員	行政人員：男____人；女____人； 現場操作人員：男__0__人；女__0__人
作業類別與人數	一般作業人數： <u>120</u> 特別危害健康作業類別： <u>無</u> ，人數： <u> </u>

作業場所與勞動條件概況：工作流程(製程)、工作型態與時間、人員及危害特性概述

1. 工作內容：

本校教職人員工作內容為執行教職作業，其主要工作內容為備課→教案設計→授課→課程管理；此外，班級導師亦有班級經營、學生輔導以及維護班級秩序管理之工作；平時亦需參加校園相關務、校務會議、以及進修活動。

2. 工作型態與時間：

- (1) 行政人員：行政工作，部分人員兼任組長 07:00~17:00 中午休息 1.5 小時
- (2) 教職員：教職工作，管理班級。07:00~17:00 中午休息 1.5 小時，可能有加班。
- (3) 臨時人員：學校事務。

3. 人員及危害特性概述：

- (1) 物理性危害：滑倒、跌倒、燒燙傷（家政教室烤箱）。
- (2) 化學性危害：化學性灼傷（酸鹼溶劑）、粉筆灰。
- (3) 生物性危害：肺結核、新冠肺炎、呼吸道感染、蚊蟲叮咬、其他：登革熱。
- (4) 人因性危害：久站（教書）、久坐及坐姿不良(備課)。
- (5) 心理性危害：潛在職場暴力、長時間工作（加班）。

顧問服務績效評估

一、年度目標

1. 完成全校工作人員肌肉骨骼傷病調查。
2. 完成全校工作人員異常工作負荷檢核。
3. 協助完成肌肉骨骼講座一場次。
4. 協助完成醫師駐診一場次。

二、績效評估(年度目標達成率)說明

1. 完成全校工作人員肌肉骨骼傷病調查。

執行說明：達成率 100%，已完成調查，共計 66 人次完成填寫，問卷分析結果於下表詳述。

2. 完成全校工作人員異常工作負荷檢核。

執行說明：達成率 100%，已完成部分人員調查，共計 66 人次完成填寫，問卷分析結果於下表詳述。

3. 協助完成肌肉骨骼講座一場次。

執行說明：達成率 100%，已完成一場次，提供問卷分析結果給職能治療師，提供適切衛教。

4. 協助完成醫師駐診一場次。

執行說明：達成率 100%，已完成一場次，提供問卷分析結果給職能治療師，提供適切衛教。

三、歷次服務內容及成果摘要(成果影像)

主題	內容	成果或建議
現場訪視工作環境	<p>檢視本校目前地圖及教室分佈，主要行政地點位於行政大樓，此大樓包含部分一年級教室，二年級及三年級教室則分別位於不同棟。各屆導師就近於該棟休息。</p> <p>本次檢視辦公室內皆有辦公桌椅、冷氣、冰箱及文件書櫃。本次檢視校內有3台急救 AED 設置，檢視樓梯寬度達 30 公分，校園內有水池造景，尚未發現其他不適當之擺設。</p> <p>本次檢視 2 樓烹飪教室、3 樓理化教室及生物實驗室。</p> <p>本次亦至安平館執行個人健康訪視，關懷跟腱炎同仁並且評估術後預後情形。</p>	<p>工作環境：</p> <p>教師休息區座椅多為藤製座椅，可能有不符合個人身高坐姿之情形。</p> <p>部分辦公室通道小於 120-150 公分寬，教師通行時可能需側身通過。</p> <p>理化教室及生物實驗室中擺放溶劑無列冊及標示，可能有相關性危害。</p> <p>烹飪教室中有 220V 電器及刀具等廚房用具，檢視其相關電器及物品警示標示不足。</p> <p>辦公室通道建議 120-150 公分寬，提供工作者足夠通道及伸展空間，並且有利於促進員工後續執行伸展運動等活動。</p> <p>-建議設置專人管控校內使用之化學品項目並列冊於購買化學品時同時向廠商索取物質安全資料表以利風險管理。</p> <p>-烹飪教室：加強電器警示標誌，以避免不熟悉的工作者使用時意外傷害，減少可能之危害。</p>
第四季健康服務目標	<p>與窗口討論本季執行目標，已執行四大計畫為主，由於</p>	<p>114-9-2</p> <p>設定目標為完成全校工作人員肌肉骨骼傷病調查，並且於職能治療師服務前提供搜集之資料，以利健康促進講座之推展，本次與執行窗口建議可採用線上 google 表單調查，於下次臨場服務時完成表單架設，並邀請同仁線上完成填寫資料，避免紙本 key in 時間的延後。</p>
健檢資料分析	<p>本校 3 年一次健康檢查，今年為 12 月舉辦健檢，目前之健檢報告因未取得同仁之同意，故不便提供檢閱。</p>	<p>114-9-2</p> <p>提出建議本年度健檢時，請同仁簽署健康管理同意書，以利明年度執行健檢報告分析及個人健康管理。</p>
職場不法侵害風險評估	<p>教師遭受職場不法侵害之風險相對較高。但目前本校有設置心理輔導單位，此部分目前由人事主導。</p>	<p>114-9-2</p> <p>本校老師部分有肩頸酸痛之主訴，但尚無相關調查。下半年度有配合職能治療師入校辦理活動（時間未定）。</p>

健康衛教宣導	健康衛教 使用學校購入體脂計，為同仁量測數值，並提供個人衛教及建議。	114-10-2 體脂量測及個人健康諮詢：本次整理並完成體脂相關衛教單一份，已提供並請窗口（組長）宣導。
健康問卷蒐集	114-10-1 使用 google 表單線上收集健康問卷所需資訊。	114-11-1 提供問卷分析給職能治療師進行更貼近需求的健康促進活動衛教。
人因性危害預防	114-11-1 1.1 本次執行 10 月發放的線上健康問卷結果分析，線上健康問卷主要調查內容為『過勞量表』與『肌肉骨骼傷病調查』，使用 google 表單線上填寫。 ->分析上述酸痛部位人數最多的為下背或腰（23 人），其次為上背(17 人)、頸部(16 人)、左肩(16 人)、右肩(16 人)。三分痛的部位人數由多至少依序為：頸部、左肩、下背或腰、左腳踝/腳。 ->全校老師酸痛比例佔 37.8%，超出 1/3 顯示肌肉骨骼酸痛問題確實為本校工作者主要的健康問題之一。 ->下背痛為普遍常見的問題佔所有酸痛人員中的 92%；而三分痛比例人數最高的部位為頸部佔酸痛人員中 12%。	114-11-2 分析已知共計有 25 人有酸痛主述，其中發現導師的酸痛人數較多，高達 10 人，其中下背痛的比例非常高佔 9 成，其次為上背、頸部上背、右肩左腳踝。 肌肉骨骼傷病統計，提供本次分析給職能治療師進行更貼近需求的健康促進活動衛教。進一步分析並篩選肌肉骨骼高風險群（分數大於 3 分）並且進行個人健康面談評估。
過勞量表分析	過勞量表結果統計：本次統計過勞量表結果，發現填寫表單的 66 人中，工作負荷為中負荷共 27 人(佔 41%)，高負荷共 13 人(佔 19.7%)。	高負荷者，可作為明年度健康計畫主要健康管理對象。
健康諮詢	提供個人健康諮詢服務	114-10-2 本次提供員工個人健康諮詢服務，共 3 人。 114-12-1 本次醫師駐診提供員工健康諮詢服務，共 6 人 健康諮詢滿意度調查（如下圖）整體滿意度為 5.0。



認識體脂肪

體脂肪是指「人體脂肪」與「體重」之百分比。一般而言成年男性體脂肪率超過 25%，成年女性超過 30% 就是肥胖；男性體脂肪率正常值介於 15-25%，女性體脂肪率介在 20%-30%，確切的數據會因為年齡有所差別，年齡愈大體脂肪率通常會越高。

體脂肪與健康的關係

體脂肪分為皮下脂肪和內臟脂肪，而內臟脂肪是指堆積在腹腔周圍的脂肪，負責保護、支撐和固定內臟，正常的內臟脂肪數值為9%以下。若數值在 10%-14% 為肥胖，可能有脂肪肝的問題；而超過 15% 以上則為危險，需趕快減肥及就醫。

內臟脂肪超標和高血壓、糖尿病、高血脂症、動脈硬化和心血管疾病的發生有很大的關係。

年齡、體脂肪、體能與健康的關係密不可分

研究指出人體自 25 歲開始，心肺功能每年約減少 1%，年邁時心肺耐力可能只剩年輕時的一半。此外，身體組成中的體脂肪會在青年到中年期間迅速增加，肌肉量則會在中年至老年期間迅速減少。維持運動是可以延緩退化。研究文獻亦明確指出缺乏運動者與規律運動者相比，得到冠狀動脈心臟病的機率會增加 1.5-2.4 倍，發生糖尿病的機率會增加 2-4 倍，得到大腸癌的機率則會增加 2-5 倍。

養成規律運動的習慣可促進健康體能，除可減少罹患疾病的風險之外，亦可預防及延緩骨質疏鬆、高血壓與高血脂的發生。

運動生活化，越活越健康

國民健康署建議國人每天運動至少 30 分鐘，分段累積運動量，效果與一次做完一樣，不過每次至少運動 10 分鐘，例如每天應至少運動 30 分鐘，可以拆成 2 次 15 分鐘，或 3 次 10 分鐘完成。

可以多利用上下班通勤、工作場域、家務清潔，以及零碎的休息時間，將每日的運動基礎打好。

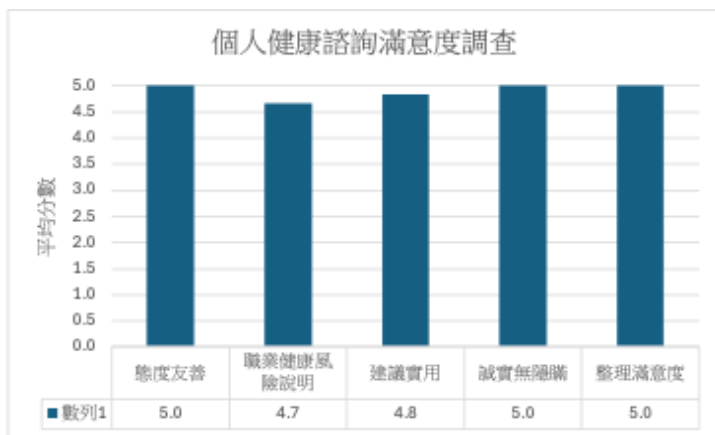
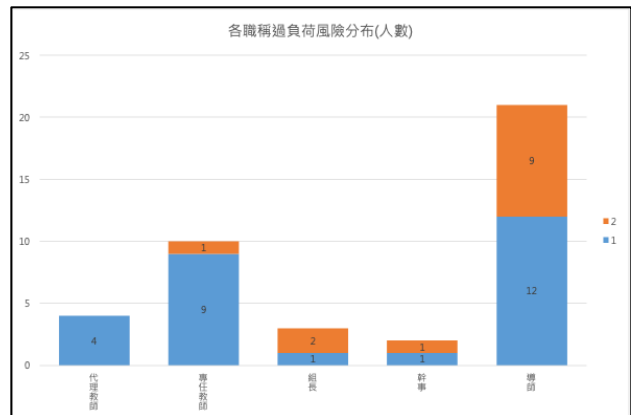
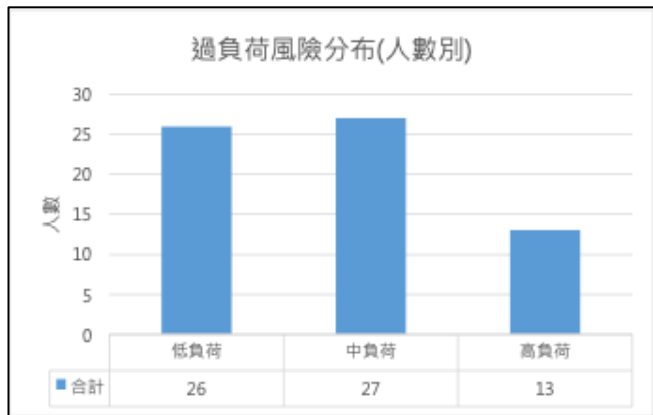
配合健康的飲食習慣，減少加工食品，保持好心情，便能重拾健康人生。

海關管理顧問有限公司 關心您

導師痠痛部位

導師痠痛部位	頸	左肩	左手肘/前臂	左手手腕	左臀/大腿	左膝	左腳/踝/腳	上背	右肩	右手肘/前臂	下背或腰	右手手腕	右臀/大腿	右膝	右腳/踝/腳
人數	7	6	4	4	5	6	7	7	7	5	9	5	5	6	6

異常工作負荷分析結果



四、整體服務結論及建議

本年度 9-12 月期間每個月提供兩場次服務，使用現場訪視蒐集資料、線上問卷調查、彙整資料並且篩選健康高風險群提供個人健康諮詢服務。調查整體服務滿意度為 5.0。

健檢資料取得：由於醫護人員缺乏同仁個人健康資料及個人健康習慣調查，故提供個人建議部分，較難提供更個別化的建議。鑑於個資法的部分，搭配年度健檢請同意健康管理的同仁簽署健康管理同意書為首要建議。

勞工健康顧問人員：吳玫瑩

專案經理：林憶珊

※結案報告簽收確認：簽收人員_____；簽收日期_____

註：本表單依法需保存五年

臺南市立安平國中 114 學年度「學生健康檢查」實施計畫

壹、依據：

- 一、中華民國 110 年 1 月 13 日總統華總一義字第 11000001491 號令修正公布「學校衛生法」。
- 二、中華民國 109 年 4 月 23 日教育部臺教綜(五)字第 1090034222B 號令、衛生福利部衛授國字第 1090200461 號令會銜修正發布「學生健康檢查實施辦法」。
- 三、中華民國 109 年 4 月 27 日教育部國民及學前教育署臺教國署學字第 1090044211 號函頒「高級中等以下學校學生健康檢查工作手冊」。
- 四、中華民國 113 年 1 月 17 日臺教授國部字第 1120181033A 號令 修正發布「中央補助直轄市及縣(市)政府國民中小學學生健康 檢查經費執行工作要點」。

貳、目的：

- 一、為了解學生生長發育情形，早期發現學生體格缺點或疾病，早期治療，以維護健康。
- 二、指導學生正確健康知識、態度與行為，達到衛生教育的目的。
- 三、依據健康檢查的結果，提供教學活動的參考。

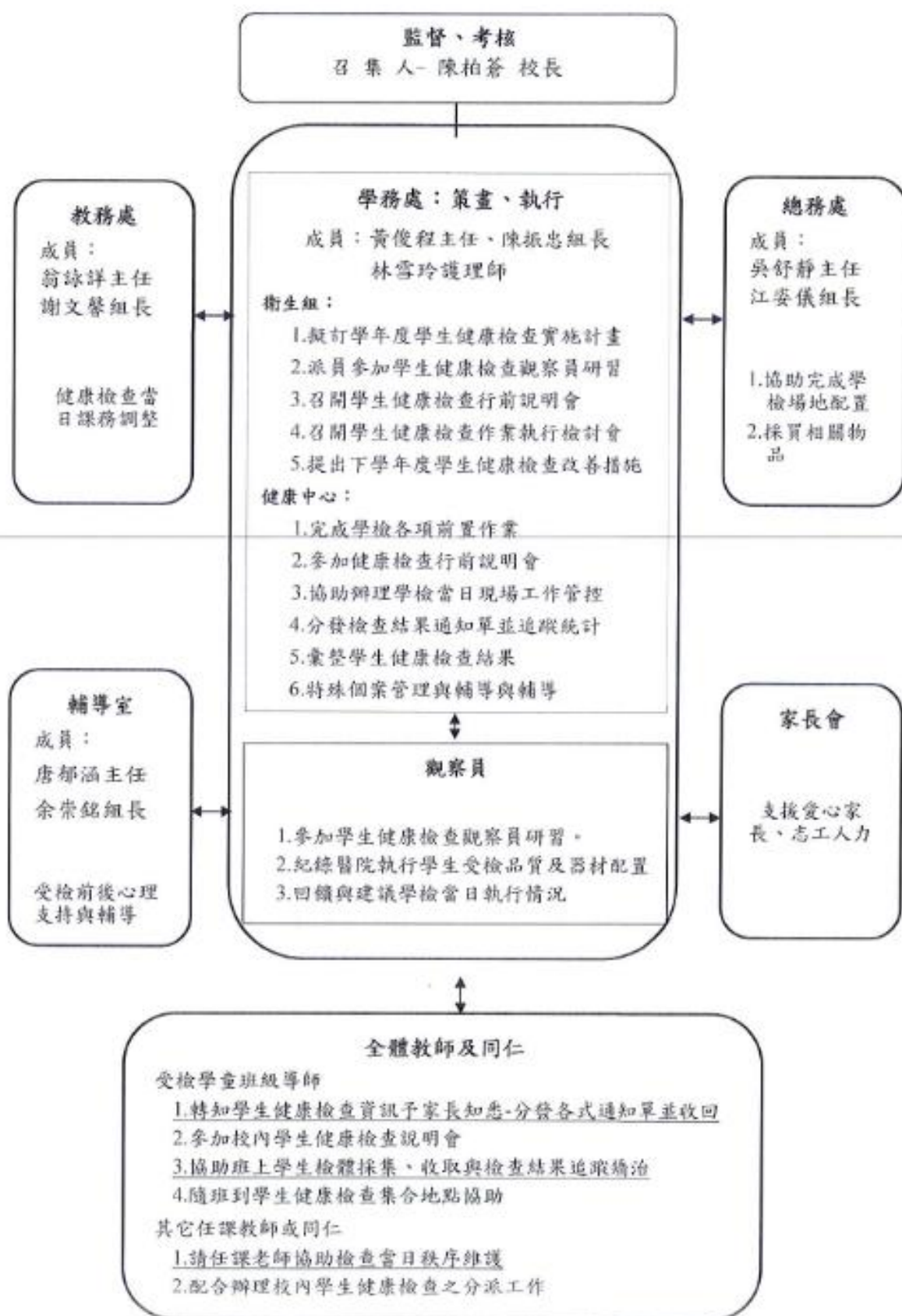
參、主辦單位：本校學務處

協辦單位：本校各處室

肆、辦理期程 (註：學生健康檢查以下稱學檢)

時間	年度	114					115				
	月份	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5
成立學檢工作小組		○									
擬定學檢工作計畫		○									
召開學檢相關會議		○	○	○							

伍、學生健康檢查工作小組工作分配圖



陸、辦理時間及地點：

一、全身性身體診察

(一) 時間：

114 年 10 月 7 日 11:00-16:00；班級數：6、人數：160。

114 年 10 月 8 日 08:00-16:00；班級數：10、人數：280。

(二) 地點：安平館

二、實驗室檢查

項目		時間	地點	班級數	人數
尿液	初檢	114 年 10 月 21 日 上午 8:00 - 8:15	健康中心	16	440
	複檢	114 年 11 月 4 日 上午 8:00 - 8:15	健康中心	初檢未繳交或結果異常者	
血液檢查		114 年 11 月 11 日 上午 08:00 - 10:00 114 年 11 月 12 日 上午 08:00 - 10:00	安平館	16	440

柒、檢查項目及執行作業

一、檢查項目：

依據學生健康檢查實施辦法第 2 條所訂「學生健康檢查基準表」，檢查項目含全身性身體診察及實驗室檢查(詳如附表 1)。

二、執行作業：

(一) 本項檢查工作執行由臺南市教育局學生健康檢查得標廠商組成健康檢查工作團隊至本校指定地點辦理。

(二) 前置及當日作業：擬定學檢計畫並成立工作小組及召開校內學檢相關會議、辦理校內學檢說明會(學生、教師及志工等)，完成場地佈置及各站協助人員工作分配，如內兒科站固定安排 1 名女性教職員工、家長或志工，並參往例執行情形規劃數名家長或志工現場協助學檢事宜。

(三) 後續作業：

1、分發學檢結果通知單，學檢異常學生應依規定採取相關措施，必要時協助聯繫或轉介至醫療機構做進一步檢查、矯治，且依序造冊，分別追蹤其就醫矯治結果；如有重大異常發現應告知導師及任課教師，配合注意相關事項，如飲食、課程調整與活動安全等。

2、針對清寒或無力就醫學生，與導師及家長聯繫確認後，填報資料並彙整成冊，提交得標廠商協助其複檢。

3、對特殊疾病者，應實施個案管理並加強輔導，密切注意其健康狀況。

(四) 注意事項：

1、檢查時間與流量：每日每組檢查時間原則上為早上 8 點至中午 12 點，下

- 午 1 點至 4 點，受檢人數以不超過 280 人(每小時受檢 40 人)為原則。
- 2、為維護學生健康及隱私權，檢查胸腹部及泌尿生殖器官時，使用屏風或遮簾以確保檢查場所之隱密性，受檢學生採一出一進之檢查方式為原則。
 - 3、學檢團隊或得標廠商工作人員涉及對學生性侵害或性騷擾情事時，學校知悉後，應依性騷擾防治法及其施行細則規定辦理。
 - 4、依傳染病防治法相關規定，得標廠商之醫護人員於檢查時發現受檢者有傳染性疾病，應立即告知受檢學校護理人員。
 - 5、家長拒絕接受檢查之項目，請家長自行帶往醫療院所受檢，並將檢查結果等相關報告交予學校護理師；如未能於期限內(1 個月)完成檢查者，電訪了解原因並協助檢查；於健檢學期內仍無法自行前往醫療院所檢查者，應將通知單回條收回訂製成冊，妥善保存。

捌、預期目標：

- 一、回條回收率可達 100%，矯治率可達 95% 以上。
- 二、當天受檢人數可達 95% 。
- 三、拒絕在校受檢者，自行就醫檢查率可達 95% 。

玖、本計畫經呈請校長核准後實施，如有未盡事宜得隨時修正公佈之。

拾、相關附件

- 附表 1、臺南市中小學學生健康檢查內容、方法、檢查用具基準
附件 2、學生健康檢查(身體診察)時間通知表
附件 3、學生健康檢查(抽血)時間通知表

護理師：

醫師兼
衛生組組長 陳振忠

代

衛生組長：

醫師兼
衛生組組長 陳振忠

學務處主任：

醫師兼
學務處主任 黃俊程

校長：

臺南市立安平
國民中學校長 陳柏蒼

附件 1、學生健康檢查工作小組會議紀錄

臺南市安平國中 114 年度學生健康檢查工作小組會議紀錄

壹、時間：114 年 10 月 2 日（星期四）上午 8 時 0 分

貳、地點：本校視聽教室

參、主席：陳校長柏蒼

肆、出席人員：如簽到單

紀

錄：陳振忠

伍、主席致詞：略

陸、業務報告：本學期一年級學生健康檢查訂於 10 月 2 日、3 日，
抽血檢查訂於 11 月 11 日、12 日，尿液檢查訂於 10 月 21
日，尿液複檢訂於 11 月 4 日，相關注意事項請參閱書面資
料，有問題可提出，由護理師說明。

肆、討論事項：

案由一：本校 114 學年度學生健康檢查實施計畫，提請討論。

說明：依據本市 114 學年度學生健康檢查實施計畫

決議：照案通過

伍、臨時動議：

陸、散會：上午 8 時 30 分

臺南市立安平國中 114 學年度健康檢查會議簽到表

時間：114 年 10 月 2 日

地點：視聽教室

職稱	簽到	備註
校長	陳柏宏	
學務主任	黃俊宏	
教務主任	翁福祥	
總務主任	吳舒靜	
衛生組長	王怡忠	
護理師	林雪玲	
1 年 1 班導師	蔣道志	
1 年 2 班導師	黃嘉芬	
1 年 3 班導師	于希禎	
1 年 4 班導師	楊煥綺	
1 年 5 班導師	高淑敏	
1 年 6 班導師	陳啟凡	
1 年 7 班導師	張秀杏	
1 年 8 班導師	林國暉	
1 年 9 班導師	謝宜月	
1 年 10 班導師	陳育光	
1 年 11 班導師	蔡佩倫	
1 年 12 班導師	莊志青	
1 年 13 班導師	賴以文	
1 年 14 班導師	王學敏	
1 年 15 班導師	劉欣元	
1 年 16 班導師	顏博君	

附件 2、學生健康檢查行前說明會紀錄

臺南市安平國中 114 年度學生健康檢查說明會紀錄

壹、說明會內容

貳、說明會辦理情形

一、辦理時間及地點：114 年 10 月 2 日於本校視聽教室

二、參加對象：各處室主任、一年級導師學生；參加人數 488 人

三、說明會照片

	
說明：校長致詞	說明：護理師說明注意事項
	
說明：行政同仁及導師參與會議	說明：全校播放健檢說明影片
	
說明：全校播放健檢說明影片	說明：全校播放健檢說明影片

附件 3、學生健康檢查各班受檢時間及人數彙整表

安平國中 114 學年度學生健康檢查各班受檢時間及人數彙整表

(114 年 10 月 02-03 日)

班級組別 (請依受檢班級實際課務)		檢查時間 檢查時間請以 班級人數*1.5 分鐘計算	班級 人數	請假 人數	受檢 人數	備註
第 1 組	第 2 組					
116	101	11 : 00-12 : 00	40	1	39	
102	103	13 : 10-14 : 40	60	0	60	
104	105	14 : 40-16 : 10	60	1	59	
106	107	08 : 00-09 : 20	55	0	55	
108	109	09 : 20-10 : 40	55	0	55	
110	111	10 : 40-12 : 00	55	1	54	
112	113	13 : 10-14 : 40	60	1	59	
114	115	14 : 40-16 : 10	60	0	60	
他校 補檢		08 : 00-08 : 30	3	0	3	
合 計			448		444	

附件 2、學生健康檢查(身體診察)時間通知表

安平國中 114 學年度 1 年級學生健康檢查(身體診察)時間通知表

(114 年 10 月 7 日)

班級組別		檢查時間	備註
第 1 組	第 2 組		
116	101	11:00-12:00	
102	103	13:20-14:40	
104	105	14:40-16:00	

(114 年 10 月 8 日)

班級組別		檢查時間	備註
第 1 組	第 2 組		
106	107	08:00-09:20	
108	109	09:20-10:40	
110	111	10:40-12:00	
112	113	13:20-14:40	
114	115	14:40-16:00	

*注意事項:

- 1.集合地點：安平館大門口
- 2.離開教室前，請同學將門窗鎖好。
- 3.學檢時程橫跨下課時間，請任課老師隨班到學生健康檢查集合地點，維持秩序。
- 4.請依上開排定時間至學生健康檢查集合地點受檢，倘因學檢現場狀況需異動檢查時間，正確時間以當天通知為準。
- 5.請張貼班上公佈欄並告知科任老師。

感謝各位老師的協助

附件 3、學生健康檢查(抽血)時間通知表

安平國中 114 學年度 1 年級學生健康檢查(抽血)時間通知表

(114 年 11 月 11 日、11 月 12 日)

時間 \ 日期	11 月 11 日	11 月 12 日
7:50 - 8:15	116、101	108、109
8:15 - 8:40	102、103	110、111
8:40 - 9:05	104、105	112、113
9:05 - 9:30	106、107	114、115

*注意事項：

1. 集合地點：安平館大門口。
2. 離開教室前，請同學將門窗鎖好。
3. 請任課老師隨班到學生健康檢查集合地點協助。
4. 本表為預估時間表，如抽血過程順利會提前通知下一個班級，以免學生空腹過久。
5. 抽血前請同學在教室等候，勿上戶外課程，或參加運動性社團，以避免低血糖暈倒。
6. 請張貼班上公佈欄並告知科任老師。

感謝各位老師的協助

附件 6、志工或家長協助學生健康檢查工作內容

志工或家長協助學生健康檢查工作內容

期程	工作內容	備註
前置作業	參加學生健康檢查志工說明會或工作說明會議	
執行當日	<p>1.請著志工背心或統一制服，並準時報到。</p> <p>2.依工作分配就定位，請將手機轉為靜音或震動。</p> <p>3.各站(除內兒科站)志工協助引導受檢學童前往下一受檢站，並提醒學童全程手持自己的健康檢查紀錄卡受檢。</p> <p>4.內兒科站志工部分：</p> <p>(1)站內：全程駐守，請勿離開，主要工作為安撫受檢學童情緒，並非擔任醫助工作。</p> <p>(2)站外：於入口外，協助受檢學童一出一進受檢，維護學童隱私並避免檢查期間干擾。</p> <p>5.其它叮嚀</p> <p>(1)執行工作期間，若需接聽電話，請離開學檢現場，勿干擾檢查作業；內兒科站站內志工請務必尋求女性志工暫代。</p> <p>(2)請勿於學檢現場大聲喧嘩或聊天。</p> <p>(3)倘對學檢現場作業有疑問或不清楚時，請向護理師反映，由護理師接續處理。</p> <p>(4)請尊重校方、學生和醫療團隊人員未經允許，勿隨意拍照。</p> <p>(5)提供建議或改進作法，可在檢查結束後或中場休息時向護理師或校方反映。</p>	

附件 7、醫檢團隊醫護人員支援報備檢核彙整表

醫檢團隊醫護人員支援報備檢核彙整表 (身體診察)

學檢站別	姓名	職稱	支援科別	報備日期	檢核結果
牙科	王崇宇	牙醫師	牙科	114/10/04	通過
	邵治年	牙醫師	牙科	114/10/04	通過
脊柱四肢	羅柏照	醫師	家醫	114/10/04	通過
	黃松明	醫師	家醫	114/10/04	通過
家醫科	羅柏照	醫師	家醫	114/10/04	通過
	董美枝	護理師	家醫	114/10/04	通過
內兒科	沈正雄	醫師	內兒科	114/10/04	通過
	李珮君	護理師	內兒科	114/10/04	通過
聽力測量	潘妍臻	醫檢師		114/10/04	通過
EKG 測量	潘妍臻	醫檢師		114/10/04	通過
血壓測量	蘭榮秀	行政		114/10/04	通過
前站	何信中	行政		114/10/04	通過
總站	黃春華	行政		114/10/04	通過
牙科	謝金玲	護理師	牙科	114/10/04	通過

醫檢團隊醫護人員支援報備檢核彙整表 (抽血)

學檢站別	姓名	職稱	報備日期	檢核結果	備註
抽血站 1	陳怡心	護理師	114/10/15	通過	
抽血站 2	金家秀	護理師	114/10/29	通過	
抽血站 3	李珮慈	護理師	114/11/10	通過	
抽血站 4	陳怡奴	護理師	114/10/27	通過	
抽血站 5	沈容岱	護理師	114/10/27	通過	
抽血站 6	鄭婷憶	護理師	114/10/15	通過	
抽血站 7					
抽血站 8					
抽血站 9					
抽血站 10					
領隊	吳英桃				
工作人員					