

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	健康體位~小小龍騎士體格檢查			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年9月12日	參加人數	6	0	3
簡述活動內容	🌱龍崎小寶貝今天要來健康中心量身高體重及視力，看看自己經過一學期後是不是有長大喔!眼睛是不是有看不清楚的情況。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：小朋友乖乖坐好等候量身高喔!		說明：我是1號~護士阿姨，我有長高嗎?		
				
說明：雖然我不愛吃飯，但我還是有長高的		說明：測量視力~比一比開口朝哪邊呢?		
				
說明：哇!弟弟好眼力，1.5超棒		說明：健康中心合影~寶貝們快樂成長 YA		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	視力保健~幼兒園教室採光			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年9月14日	參加人數	6	0	3
113年2月20日				
簡述活動內容	<p>🌱 護士阿姨到幼兒園做教室採光測量，為寶貝們的視力把關，以早期發現環境問題，立即更換燈管避免學童視力受損。</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：校護協助混齡班教室測光		說明：校護協助混齡班教室測光		
				
說明：圖書角也要測一下光線喔！		說明：幼幼班教室測光		
				
說明：老師~為什麼要測光呢？		說明：幼幼班~遊戲區測光		

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	口腔保健~幼兒園牙齒塗氟及齲齒治療			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年10月15日	參加人數	6	0	3
112年10月22日				
簡述活動內容	<p>🌱 口腔保健時間到囉!牙醫叔叔到校為所有小朋友檢查牙齒、塗氟及治療齲齒，替偏鄉的學童免費口腔健檢及衛教宣導，讓學童齲齒率降低，減輕家長的負擔。</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：寶貝好勇敢~牙醫叔叔正在抓蛀牙蟲喔!		說明：蛀牙蟲抓出來了~要把洞洞補起來		
				
說明：醫生叔叔~我很勇敢都不哭喔!		說明：牙醫叔叔輕一點~我怕痛		
				
說明：護士阿姨教導貝氏刷牙法		說明：哪位小朋友可以來示範貝氏刷牙法呢		

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	DIY 手做低糖綠豆糕			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年9月28日	參加人數	6	0	4
簡述活動內容	🌳又到了一年一度的教師節及中秋節，寶貝們動手製作了好吃又健康的低糖綠豆糕分送給全校師長，謝謝老師們辛苦的付出，祝福大家佳節愉快🍪			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：我負責將黏住的莓果分開~		說明：我力氣大可以攪拌綠豆麵粉糰		
				
說明：我來把莓果加入攪拌好的綠豆麵粉!		說明：我來做各種造型的綠豆糕!		
				
說明：綠豆糕完成^^來去分享給師長		說明：謝謝龍騎士寶貝們手做的餅乾^^		

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	龍崎校慶暨社區聯合運動大會			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年10月23日	參加人數	46	90	24
簡述活動內容	<p>終於到了期盼已久的運動會，為了在這特別的一天，展現我們滿滿的活力，寶貝們除了勤加練習精心準備的舞蹈表演及親子趣味競賽遊戲，還在遊戲紙箱上黏貼塗繪的圖片，讓紙箱充滿了專屬幼兒園的可愛風格。看到小朋友賣力地表演舞蹈、闖關活動，個個揮汗如雨，達到 85210 成效。</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：校長爸比致詞~歡迎大家來參加校慶		說明：寶貝們進場囉!跟大家打招呼~嗨!		
				
說明：跟著唱國歌~要很大聲唱ㄟ!		說明：爸爸媽媽看過來~我們跳得很賣力ㄟ!		
				
說明：媽媽加油~要用力推ㄟ^=^		說明：我們是一群快樂的龍騎士寶貝^=^		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	社區巡禮~前進龍崎 "Happy Halloween 不給糖就搗蛋"			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年10月31日	參加人數	7	0	5
簡述活動內容	<p>🌲 孩子們大聲的呼喊著"Happy Halloween 不給糖就搗蛋" 😊 沒錯，今天可是萬聖節呢! 最棒的龍崎附幼寶貝們除了提著可愛的提籃來要糖，我們也準備了精彩的舞蹈表演，除了在學校內慶祝，也到了有著慈祥的爺爺奶奶們的樂齡中心、守護大家安全的警察局、有好多好好看繪本的圖書館，表演舞蹈後孩子們還不忘呼喊著"Happy Halloween 不給糖就搗蛋"。謝謝今天大家的參與讓熱鬧的氣氛感染整個龍崎社區~ 🍁</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：校長爸比帶著寶貝們到圖書館說故事~	說明：社區爺爺牽著單車載寶貝們逛社區！			
				
說明：校長爸比~我們確定要進去警察局嗎？	說明：來到老師辦公室~獲得好多餅乾喔！			
				
說明：哥哥姊姊也給我們好多餅乾^=^	說明：小小龍騎士祝大家萬聖節快樂^=^			

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	生態教育~走馬瀨農場			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年11月3日	參加人數	46	0	15
簡述活動內容	<p>期待已久的戶外教學終於到了，今天和國小學長姐一同到走馬瀨農場戶外教學，寶貝們今天都很早起床，踩著興奮的腳步踏入校園，大家都非常興奮的上遊覽車準備出發了。到了走馬瀨寶貝們跟哥哥姊姊一起合作推牧草、製作了好玩的風車、欣賞精采的特技表演、看到一望無際綠油油的草原，寶貝們性份不已，徜徉在世外桃源般，達到了戶外遠眺護眼成效！</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：寶貝們手牽手準備上遊覽車出發囉~		說明：先來張走馬瀨農場合影吧！		
				
說明：DIY 彩繪風車~!~		說明：第一次來農場餵牛吃草~真好玩		
				
說明：一起玩大船滑梯~^~		說明：小小龍騎士一日遊成功~^~		

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	大手牽小手，鬥陣歡慶聖誕節			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年12月20日	參加人數	6	15	4
簡述活動內容	<p>🌲 龍崎樂齡學習中心今天準備了一系列精采的活動前來和幼兒一起歡慶聖誕節。孩子們和長者一起共舞，大家開心地隨著音樂左右搖擺~椅子還搖身一變，變成了「鼓」呢!孩子們拿著鼓棒對著椅子敲敲打打，譜出一段祖孫共奏的和諧樂章，最後我們還一起將造型氣球折成了愛心狀，氣氛好歡樂，推展正向心理健康成功!</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：與爺爺奶奶的耶誕同樂會開始囉~		說明：大朋友與小朋友合奏棒子舞		
				
說明：造型氣球~想想看要做甚麼造型呢?^!^		說明：把我想要的耶誕禮物寫在氣球上~		
				
說明：交換禮物時間^=^		說明：歡樂耶誕 Party 成功^=^		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	龍崎聖誕節，舞動你的青春			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年12月25日	參加人數	6	0	15
簡述活動內容	<p>🎄 又到了孩子們最喜歡的聖誕節了~ 今年和國小的哥哥姐姐開心共度過這個充滿感恩的節日，孩子們帶來了一首俏皮的聖誕舞蹈-聖誕老阿伯🎅。我們除了化身成為可愛的小小聖誕舞蹈家，還和聖誕老公公一起拍了大合照喔~👍今天在聖誕老公公的帶領下營造了歡樂和諧的校園，達到了正向心理健全身心的發展。</p>			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：幼兒園聖誕小舞者~聖誕老阿伯



說明：哥哥姊姊們要給我們掌聲喔~



說明：祝老師及學長姊聖誕節快樂~!~



說明：大合照~YA!龍崎大家庭聖誕快樂~



說明：分享聖誕糖果給學校師長^=^



說明：分享聖誕糖果給學校師長^=^

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	食農教育~開心農場，菜的世界			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年1月5日	參加人數	6	0	3
簡述活動內容	<p>🌱 在種植蔬菜前須先整地，看著眼前的土地長了許多的雜草，大家動動腦袋想一想該怎麼做呢?於是我們先拿起小鏟子在泥土上挖呀挖，再拔起小草，學校邀請農夫老師使用翻土機將土翻得鬆鬆軟軟的，摸起來真柔軟呢~接著我們便開始體驗當農夫了，開心農場開張囉!</p> <p>🌱 孩子們從一開始的害怕髒、怕蟲、怕土，到主動接觸大自然，這些點點滴滴看在老師們的眼裡更是感到無比的感動與滿足。在努力的灌溉、施肥，小芽逐漸長大，從小種子慢慢長大變成成熟的蔬果採收，這些過程孩子喜怒哀樂的神情表露無遺。最後孩子親手採收蔬果並烹煮美味的蔬菜，還分享給學校的師長及哥哥姐姐們，感受到孩子們滿足的心與感恩農夫的辛勞。</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：小小農夫~我很認真鋤草喔!		說明：老農夫教我如何播種		
				
說明：一起幫蔬菜澆水讓牠快點長大!		說明：老師教我們幫菜園鋪上網子可防蟲~		
				
說明：YA~大豐收~大家來採收蔬菜了		說明：製作玉米鬆餅分享給學校師長^=^		

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	營養教育~慶元宵 DIY 湯圓&燈籠			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年2月20日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌱🍌因應元宵節，我們除了認識「元宵節」、DIY可愛的「龍」年提燈，還使用花生醬及糯米粉滾出美味的元宵，製作時6號很認真搓呀搓，賣力地想把元宵搓圓，但發現用手揉搓後，元宵反而會散開來，元宵還是要用搖晃的方式沾黏糯米粉才可以越滾越大顆。滾完元宵後，將糯米粉分次加入熱水攪勻，就可以搓成一顆顆圓滾滾的湯圓了~</p> <p>🌱享受美味的湯圓囉~老師說:湯圓熱量很高，不能吃太多，因為是糯米做的，很容易脹氣，所以每人只吃一顆，剩下的就帶回家與爸媽分享囉~</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：DIY 搓湯圓囉~用我的小手搓出大湯圓		說明：哥哥~我來幫你包湯圓餡		
				
說明：自己包的湯圓很好吃喔~		說明：自己動手做的湯圓真的太好吃啦~		
				
說明：製作燈籠~我的燈籠很有風格喔!		說明：祝大家元宵節快樂^=^		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	健康體位~長大真好1			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年3月4日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌱元宵節後，宣告農曆春節已經結束了，人家常說的過年會長大一歲，到底什麼是長大？1號說：長大可以吃很多東西，體重會增加；2號說：長大後會說故事給別人聽，小的時候還不會；4號說：長大什麼東西都會做。到底長大可以完成什麼事？4號：長大後會寫字、會踢球、可以去上游泳課還會長高；6號：長大後會出去工作、會開車；2號：長大後可以買東西，去工作就有錢可以買東西了。</p> <p>🌱孩子們對於『長大』這一詞有許多的夢想，會想要長大後做各種現在做不到的事情，最直接感受到的是身高與體重的成長，因此我們在教室以各式不同的物品測量自己的身高(原木積木、KAPLA積木、飲料瓶、餅乾)，到後來製作『成長尺』，並固定禮拜五時間測量記錄，期末也會再次使用同樣的物品測量身高，期待寶貝們真的能夠一眠大一寸喔!!</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：回憶小時候~拿出嬰兒時期的衣服比一比		說明：小時候的衣服都不能穿了~我長大了ㄝ		
				
說明：大家利用積木幫同學量身高		說明：畫畫看~長大的我是什麼樣子呢?		
				
說明：為姐姐服務~姐姐長好高喔~		說明：我要多運動才能快快長高喔!!^_^		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	健康體位~認識自己的身體			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年3月13日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌻上一週孩子們注意到長大後身高及體重會有變化，那是否還有其他身體部位會隨著我們長大而變化呢？</p> <p>🍉只是…有什麼辦法可以紀錄我們身體部位的變化呢？</p> <p>於是在認識出生寶寶手冊、比比看與手冊上的手印腳印誰比較大後，孩子們透過用筆描繪自己的手掌和腳掌，提議著在暑假到來前，我們可以再拿出記錄下來的紙比比看，這樣子就知道自己是否有長大了！</p> <p>🍌最後透過認識與分享小時候的照片，讓孩子們自己排序從小寶寶到長大的照片，並製作屬於自己的「長大歷程」！</p>			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：我來紀錄現在的腳印大小



說明：把我的手印記錄下來



說明：YA~我的手掌恐龍完成囉！



說明：哥哥~我要把我的小手印蓋在你旁邊



說明：製作我們的成長過程



說明：YA~大家來看，我完成了!!^=^

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	衛生所健康議題宣導			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年3月14日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	龍崎衛生所到幼兒園為小朋友做健康促進議題的宣導包含:視力保健、口腔保健、聽力測驗、腸病毒預防、菸害防制、均衡飲食等,小朋友都能熱情的回饋並說明自己在家裡也都有做到勤洗手,保護眼睛不玩 3C 產品等等,讓衛生所的大姊姊非常的喜歡龍崎的小寶貝。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：小朋友眼睛是我們的靈魂之窗ㄟ~



說明：小朋友用眼30分鐘要休息10分鐘



說明：大姊姊講解聽力檢查重要性~



說明：小朋友每天都要刷牙喔！



說明：預防腸病毒要做到正確洗手7字訣



說明：小朋友每天都要均衡飲食，才能長大喔！

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	健康促進議題宣導及衛生保健服務			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年2月 113年4月	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌻 老師和護士阿姨帶著幼兒園小朋友到戶外做體能活動及健康促進議題的宣導包含:視力、口腔、健康體位，小朋友都很認真聽講並說明自己在家裡也都有做到早睡早起、還有每天飯後睡前都會刷牙及含氟錠，看電視也都只有30分鐘後就休息了。戶外活動時小朋友受傷了到保健室順便給予傷口護理教導，小朋友很好奇這些包紮用品呢!</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：小朋友85210是甚麼意思呢?		說明：「8」小朋友每天都要睡滿8小時喔!		
				
說明：「5」就是天天都要吃五蔬果		說明：「2」使用3C 產品不超過2小時!		
				
說明：「1」每天要運動30分鐘		說明：「0」零含糖飲料，多喝白開水		



說明：「3010」看卡通30分鐘就要休息10分鐘



說明：每天飯後及睡前一定要刷牙ㄟ!!



說明：刷牙可以預防甚麼呢？答對了~防蛀牙



說明：「85210」我們一定行!



說明：我們要愛護自己的眼睛和牙齒喔!



說明：護士阿姨輕輕消毒傷口喔!



說明：跟小朋友說明傷口包紮的目的



說明：好了~傷口蓋起來就不痛了~



說明：體能活動~熱身操



說明：體能活動~跑步



說明：體能活動~射飛盤



說明：體能活動~運球跑



說明：體能活動~騎三輪車



說明：體能活動：推呼拉圈競賽



說明：體能活動：跳繩

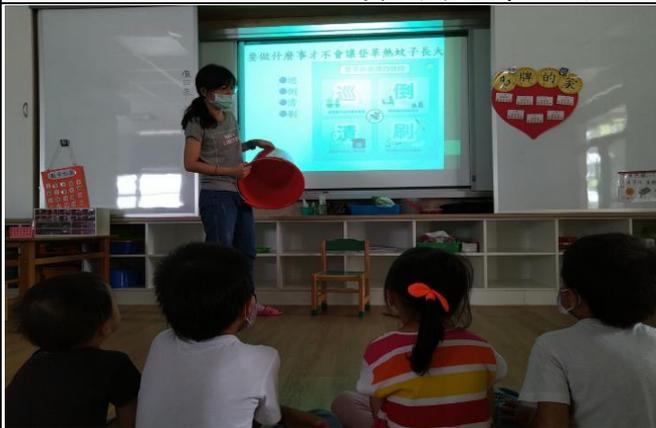


說明：人小志氣高~我要成為一名籃球高手

**臺南市112學年度
龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表**

活動名稱	校園傳染病議題衛教宣導			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
112年9月21日	參加人數	5	0	3
113年04月20日				
簡述活動內容	<p>🌻 校園傳染病宣導，包含登革熱、新冠肺炎、流感、腸病毒等，小朋友都能認真聽講並說明自己生病了會請假在家裡休息，媽媽都會用漂白水消毒家裡玩具家具等，吃東西前都有做到勤洗手，少到人潮擁擠的場所，還有按時去接種流感疫苗讓我們增強抵抗力。</p>			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：小朋友預防登革熱方法~巡倒清刷~



說明：老師教導小朋友如何倒積水容器及刷洗

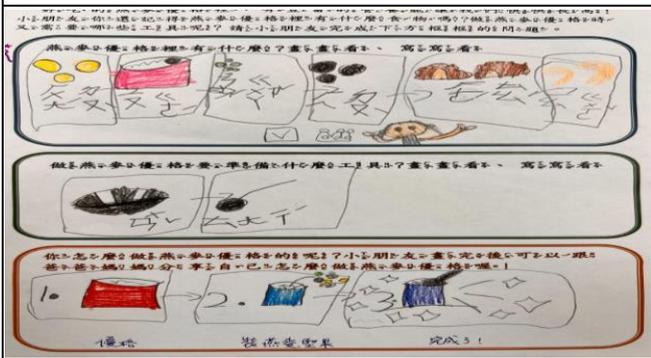


說明：新冠肺炎宣導~咳嗽時要注意甚麼?



說明：預防腸病毒要做到正確洗手喔!

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	健康體位~營養教育宣導			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年4月2日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌻 那哪些食物有蛋白質呢？哪一些又是我們說的堅果呢？在大家認識完有蛋白質的雞蛋、毛豆、優格等食物；也認識了葵花子、黑豆、黃豆、腰果、核桃等堅果後，我們決定一起製作吃了會長高的食物：蒸蛋豆腐、燕麥優格！</p> <p>🌺 孩子們在動手DIY做蒸蛋豆腐、燕麥優格時，勇敢地面對敲蛋、打蛋，也懂得如何正確地使用模具壓出可愛形狀的紅蘿蔔、使用刀子把豆腐切成小小塊——在這些歷程中，發現孩子們已經在不知不覺中變得能獨當一面了呢！</p> <p>🌿 最後為了不要忘記美味的蒸蛋豆腐、燕麥優格的製作方式，我們大家一起製作、紀錄了如何做好吃的蒸蛋豆腐和燕麥優格的海報、學習單，希望能分享給大家喔！</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：小朋友蒸蛋豆腐要準備那些材料呢？~	說明：我們先打蛋然後加水再加點鹽調味			
				
說明：我來攪拌蛋液	說明：YA~美味的蒸蛋豆腐出爐囉~			
				
說明：製作燕麥優格學習單	說明：分享蒸蛋豆腐製作過程的心得~			

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	幼兒園師生健康諮詢服務			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年4月2日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>🌻 為瞭解幼兒園師生健康狀況，特地到幼兒園關懷師生健康，有介紹血壓計、量血壓活動、拒菸檯宣導，剛開始學生不懂甚麼是血壓計？經護理師解說及示範如何量血壓後，小朋友們踴躍的說要體驗看看量血壓，原本害怕量血壓會痛的心情瞬間消失了。老師們也一同參與，並能說出自己很健康無特殊慢性疾病，營造了健康和樂的校園。</p>			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：小朋友迫不及待想要體驗量血壓~		說明：小朋友能說出已感覺到手臂緊緊的		
				
說明：小朋友說：「我的手麻麻的」		說明：YA~健康諮詢活動~成功		
				
說明：護士阿姨說明那些地方不能抽菸		說明：小朋友能分享吸到二手菸的心得~		

臺南市112學年度 龍崎國民小學附設幼兒園健康促進議題推展活動成果表

活動名稱	口腔保健~潔白牙齒亮晶晶			
活動日期	參加對象	學生	大家長	教職員工
113年4月2日	參加人數	5	0	3
簡述活動內容	<p>☀️每天午餐後就是我們潔牙的時間，每位寶貝都很主動拿出自己的潔牙工具，準備來幫牙齒洗澡囉~ 潔牙時寶貝們會主動說出要用貝氏潔牙法刷牙才乾淨，每次2顆2顆一起來回刷10下，上排牙齒刷完換下排，最後記得給老師檢查牙齒有沒有亮晶晶喔!</p>			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：午餐後師生一起餐後潔牙囉~



說明：寶貝~每顆牙齒都要來回刷10下喔!



說明：老師~我上排牙齒刷完了 🌞



說明：我是乖寶寶~我會把牙刷及牙杯歸位