

六、社區連結與合作:健康服務(11%)

2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

身高不足學生通知單

親愛的家長:貴子女二年1班1號
經本校實施健康檢查身高測量
現有疑似身高生長遲滯現象!
為維護貴子弟的健康,請帶他前往內分
泌專科醫師處進一步檢查,(若是再次
被校方通知,且未獲得確定診斷者,
建議回原醫院就診),以把握治療的關
鍵時機!
此致
貴家長

序	體重	身高不足標準	BMI	實歲	
一	108.8	18.5	110.5	15.6	7
二	111.1	19.5	110.5	15.8	7
三	112.2	19.2	110.5	15.3	7
四	114.3	20.0	116.4	15.3	8

臺南市善化區小新國民小學 健康中心敬啟2024年2月20日

就醫回條

基本資料:
臺南市善化區小新國民小學電話5837019-4911
二年1班1號
身高:114.3 公分 母親身高 公分
就醫檢查結果(本欄由醫院填寫):
就診醫院名稱: 病歷號碼: 就診日期: 年 月 日
檢查項目 內容:
身高: 公分 標的身高: 公分
體重: 公斤 出生時體重: 公斤
X光 骨齡檢查
血液: 血色素: 甲狀腺素: 生長激素: 染色體: IGF-I:
其他檢查
醫療建議事項:
1. 診斷名稱:
家族性矮小 體質性遲緩 特發性矮小 生長激素缺乏
遺傳性侏儒症 黏多糖症 軟骨發育不全 診治正常
其他診斷名稱:
家長聯絡事項: 家長簽章:

臺南市善化區小新國民小學112學年第1學期_個人疾病史_分班

二年1班

班	座號	姓名	疾病	陳述	照護
1	5	侯	蠶豆症	避免使樟腦丸、紫藥水、薄荷腦	避免使用禁忌的食品藥品(蠶豆製品、樟腦丸、紫藥水、薄荷腦、軟膏、白花油、萬金油、紅花油等,含有水楊酸、樟腦、薄荷腦等成份)
1	5	侯	其他	中樞性早熟(治療中)	
1	6	賴	其他	蕁麻疹	飲食注意,家長表示正氣清楚哪些食物不能吃,物長時間曬太陽
1	7	許	其他	近視點長效散瞳劑	

筆數:4

護理師發下通知單
佈達健康資訊及檢查通知

身高體重測量結果通知單

親愛的家長:貴子女 二年1班2號
身高體重檢查結果為:身高:126.4公分 體重:21.8公斤 建議體重22公斤
經判讀結果為:體重過輕

依據衛福部兒童及青少年肥胖定義,本學期身高、體重測量結果,發現貴子女有體位過輕傾向,需要您的關心。為了易懂易記,以 85210 做宣導,請您共同檢視、鼓勵孩子做到下列事項:

- 天天吃優質早餐(減少含糖飲料、合成果汁、調味乳、油炸食物及醬料)。
- 8: 天天睡足8小時(每晚10點前入睡)。
- 5: 天天吃5個自己拳頭大小的蔬果(3份蔬菜2份水果)。
天天吃優質蛋白(如魚、肉、蛋及黃豆製品) 約自己一手掌大小的量;
天天喝兩杯牛奶。 用水果、牛奶取代點心。
- 2: 四電(電視、電腦、電動、電話)使用時間每天少於2小時。
在餐桌前專心用餐。
- 1: 一週累積210分鐘的戶外運動(天天運動30分鐘)。
- 0: 天天喝足1500 c.c.(或體重公斤數乘以30c.c.)的白開水。
必要時可諮詢護理師、營養師或醫生。

更多的訊息請上網「學生健康體位網」<https://pace.cybers.tw/index.2.htm>

臺南市善化區小新國民小學 健康中心敬啟 2024年2月20日

家長通知單回條

家長已確實看過上述內容,並願意督促改善子女觀念與行為,使孩子的體能狀況能夠獲得改善,越來越健康。

貴子女二年1班2號

家長簽章:

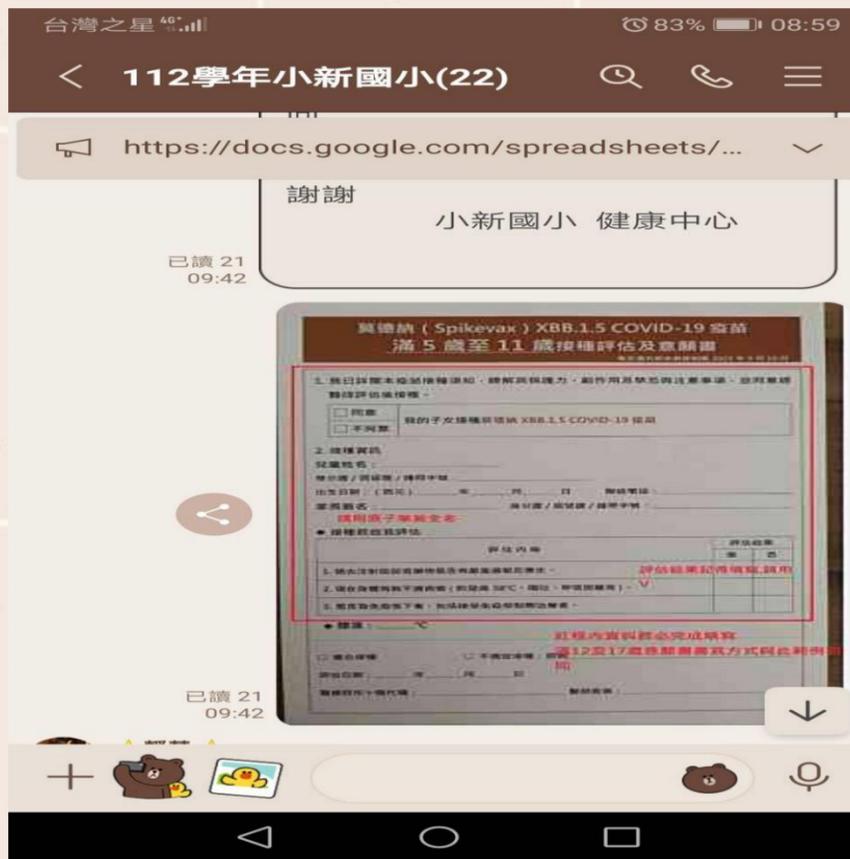
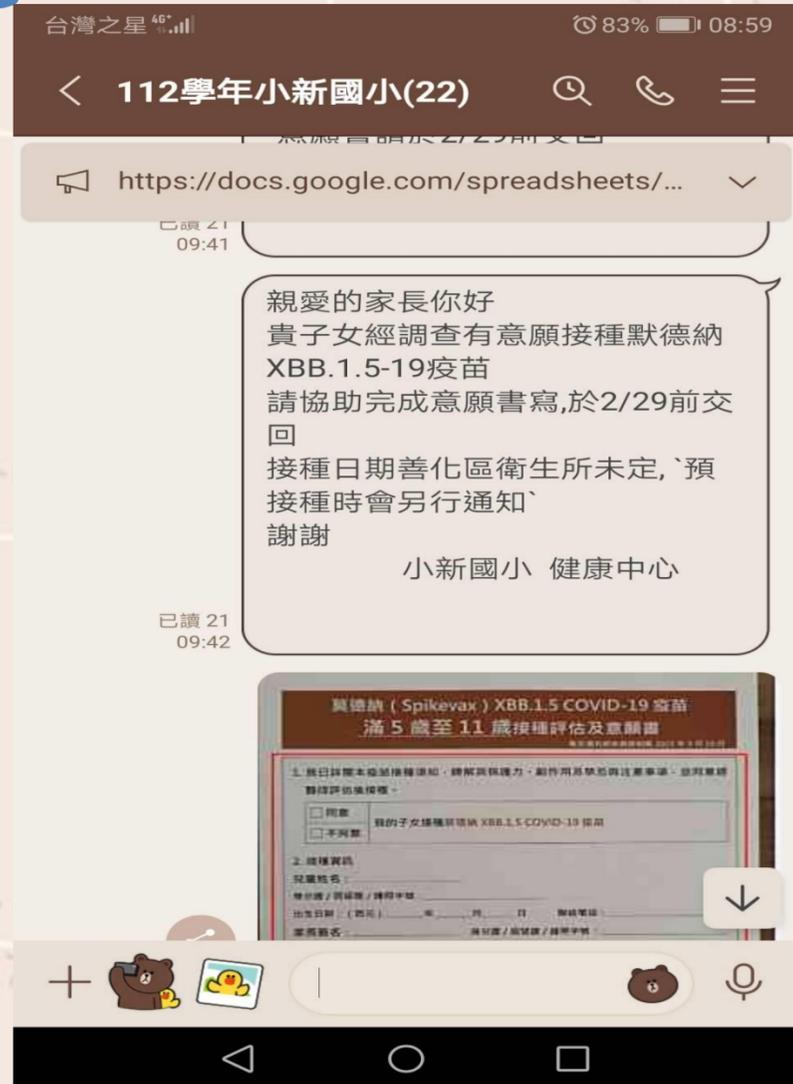
家長聯絡事項:

學生基本資料若有疑誤請於家長聯絡事項回覆

六、社區連結與合作:健康服務(11%)



2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

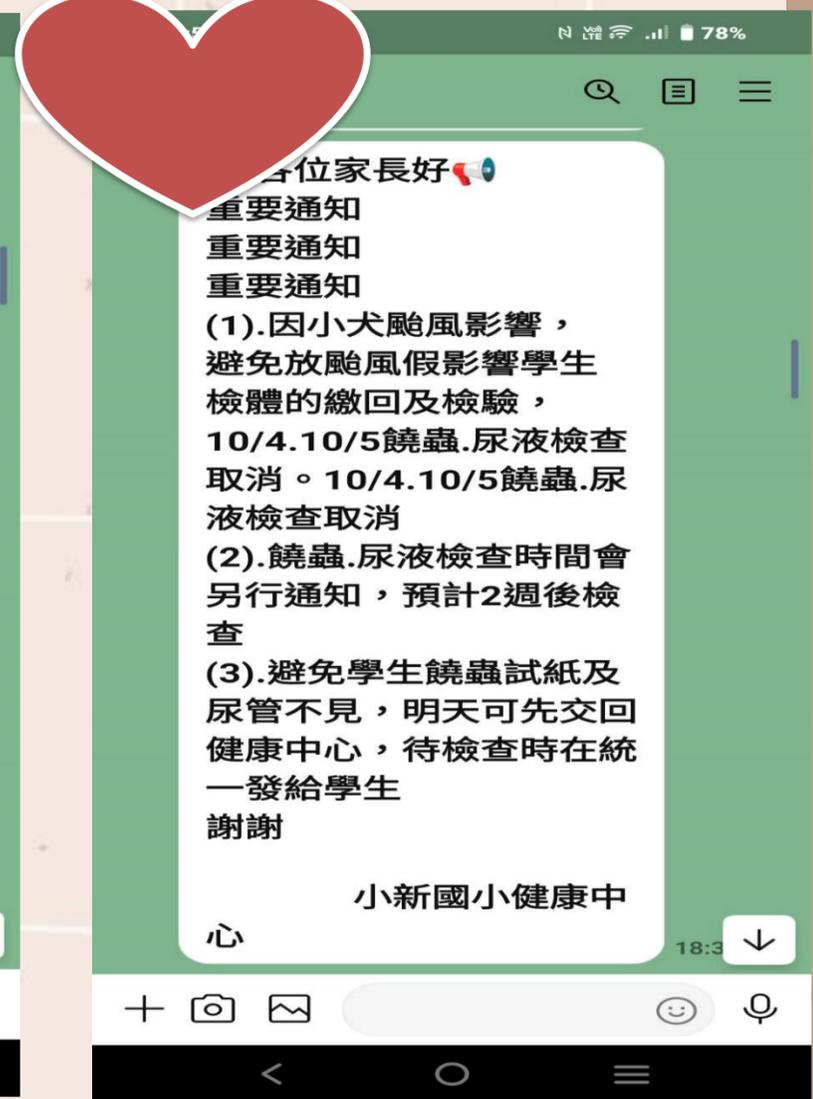
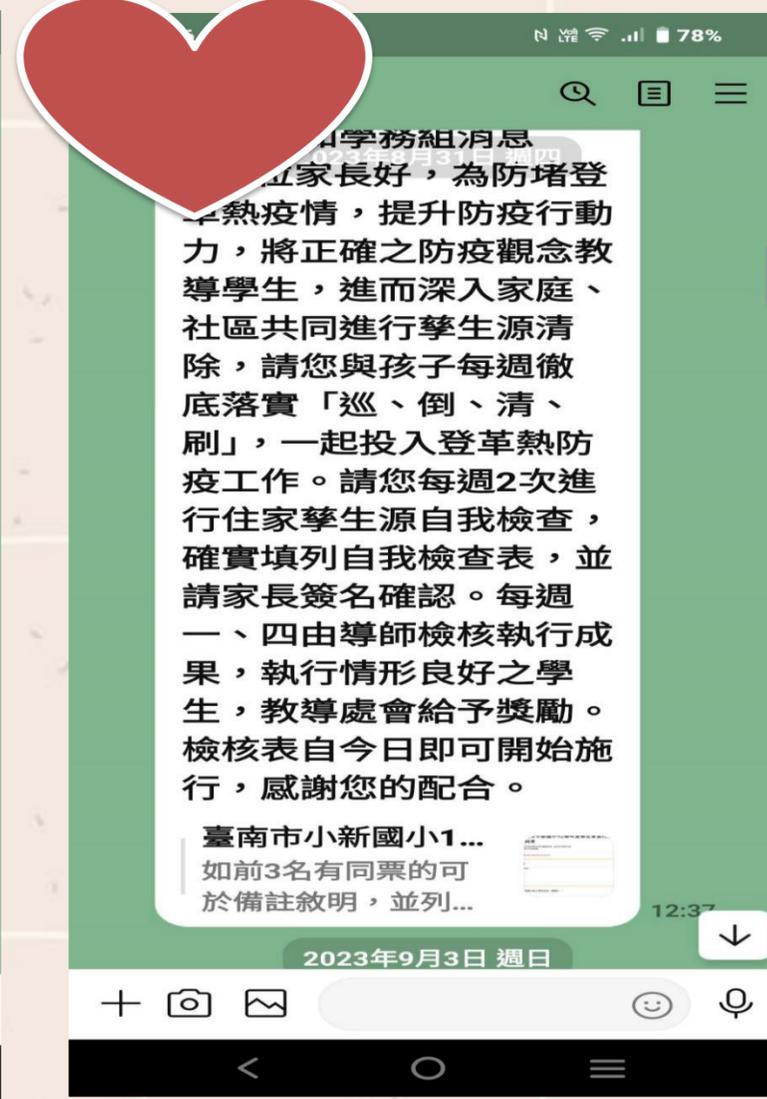
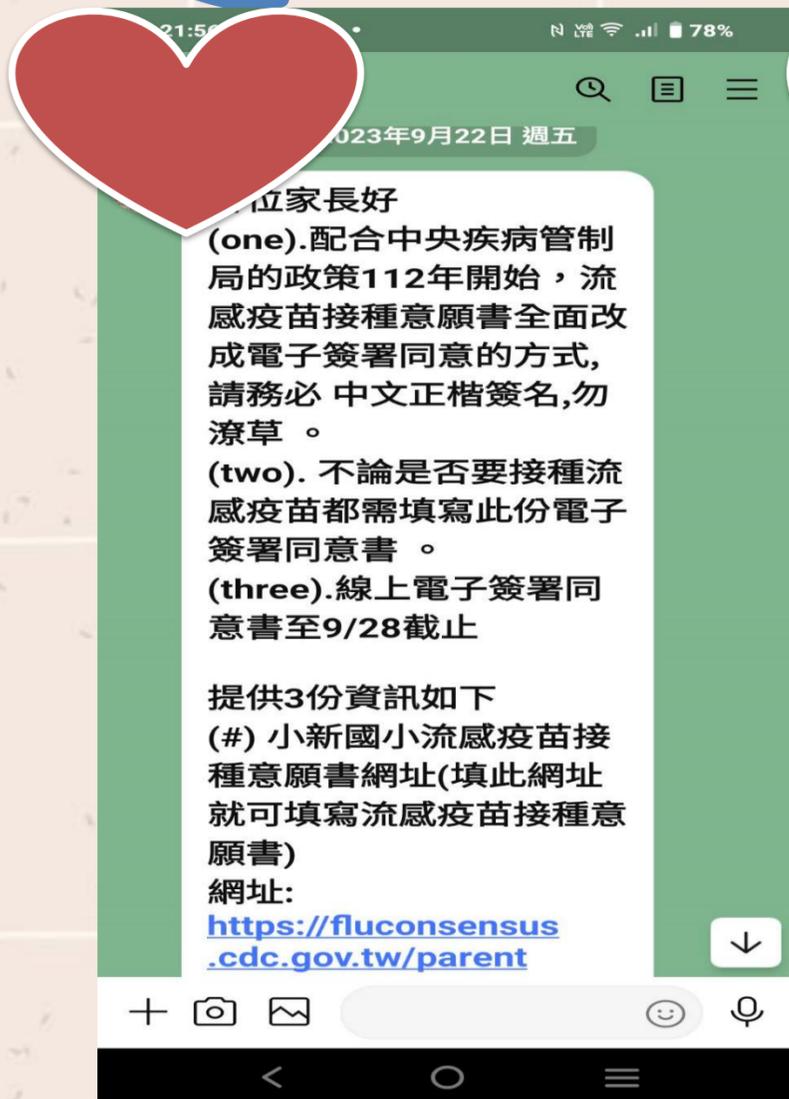


護理師於校網及群組
佈達健康資訊及檢查通知

- 2024-02-17 **公告** 小新國小新冠疫苗莫德納.1.5XBB 校園接種意願調查 (蔡佳娟 / 192 / 教導)
- 2024-01-10 **公告** 轉知台南市政府衛生局新冠 XBB.1.5 疫苗防護加一活動 (蔡佳娟 / 48 / 教導)
- 2023-12-14 **公告** 112學年度一、四年級學生健康檢查時間 (蔡佳娟 / 101 / 教導)
- 2023-12-01 **公告** 112年12月餐前5分鐘相關影片教材 (蔡佳娟 / 96 / 教導)
- 2023-11-13 **宣導** 流感疫苗接種宣導 (蔡佳娟 / 85 / 教導)
- 2023-11-01 **公告** 112學年度餐前5分鐘每月主題及11月課程內容 (蔡佳娟 / 111 / 教導)
- 2023-10-17 **公告** 112學年度一、四年級尿液、蟯蟲檢查時間 (10/18.10/19) (蔡佳娟 / 86 / 教導)
- 2023-10-03 **緊急** 原訂10/4.10/5一、四年級尿液、蟯蟲檢查取消 (蔡佳娟 / 87 / 教導)
- 2023-10-02 **公告** 112學年度上學期餐前5分鐘每月主題及10月課程內容 (蔡佳娟 / 95 / 教導)
- 2023-09-28 **公告** 112學年度一、四年級尿液、蟯蟲檢查時間 (蔡佳娟 / 282 / 教導)

六、社區連結與合作:健康服務(11%)

2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

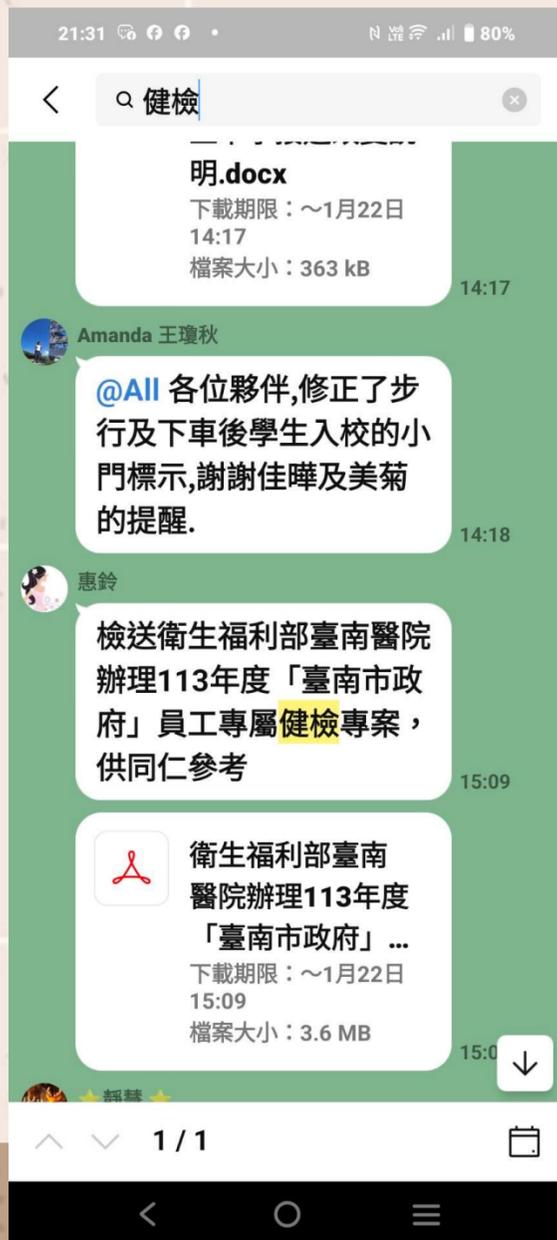


學校於校網及群組佈達健康資訊



六、社區連結與合作:健康服務(11%)

2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。



轉知臺南市政府暨所屬機關學校員工協助方案服務資源

公告 蘇惠鈴 - 人事會計 | 2024-05-14 | 點閱數：43

員工協助致力為同仁解決可能影響工作效能的問題
除建置本府內部協助措施（如心理諮商或其他專家學者諮詢服務）
亦連結外部資源供同仁選擇，人事處定期整理內、簡式健康量表及心情溫度計APP，自我情緒檢測及尋求協助資源
內容有心理、法律、醫療、財務及其他面向資源，
即時協助。

請參閱「臺南市政府暨所屬機關學校員工協助方案

人事主任向教職員 佈達健康資訊及檢查通知

轉知為促進與維護教師、教保服務人員心理健康，相關諮商服務事項

公告 蘇惠鈴 - 人事會計 | 2024-05-08 | 點閱

數：51

公告 蘇惠鈴 - 人事會計 | 2024-05-14 | 點閱

數：44

簡式健康量表及心情溫度計 APP，自我情緒檢測及尋求協助資源。

一、簡式健康量表是什麼？

簡式健康量表(Brief Symptom Rating Scale，簡稱BSRS-5)又叫心情溫度計，具備簡短、方便使用特性，包含六項問題：睡眠困難、感覺緊張、苦惱或動怒、憂鬱低落、自覺比不上別人及自殺想法之自我檢測，您可以透過得分狀況，瞭解是否已達到需要求助之狀態。

二、心情溫度計 APP 是什麼？

六、社區連結與合作:健康服務(11%)



2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。



家	功	課	項目
4.失智宣導單	甲(七)生字	國月卷訂簽	1.考成語W7-W8
5.健康護照空名	4.閱讀班書	3.甲(七)語詞	2.數、社月卷訂簽
			3.考本訂簽

臺南市政府衛生局 關心您廣告
經費由衛生福利部長照服務發展基金支應

學校運用聯絡簿及宣導單佈達健康資訊

六、社區連結與合作:健康服務(11%)



2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

臺南市善化區小新國小112學年度寒假生活須知

親愛的家長、孩子們，大家好！

寒假即將來臨，希望家長能帶著孩子妥善規劃、好好運用這段假期，除了休息之外，也能安排時間發展正當的休閒活動及興趣，以協助孩子度過一個愉快且充實的寒假。另外，年節將至，居家大掃除請特別清潔容易孳生病媒蚊的地方，做好居家「巡、倒、清、刷」的防疫工作。以下是學校提醒孩子寒假期間要注意的事項：

一、本學期末及下學期開學行事如下

日期	項目	備註
1月19日(星期五)	休業式 全校統一12:00放學	1.請家長轉知安親班於12:00到校接送孩子。 2.當日供應麵包餐盒
1月22-31日	體育團隊集訓 8:00-11:30	1.六、日暫停訓練 2.請自備水、毛巾及更換衣物
2月16日(星期五)	正式上課日、社團開始上課	正常上課，提供午餐
2月17日(星期六)	上課日	補上2月15日(週四)課程

※各項活動結束後，請家長統一從大門接送孩子。

二、轉知「市長致家長的一封信」：相關連結如後QR code圖片。

三、「校長致家長的一封信」：相關連結如後QR code圖片。

四、防疫措施：寒假外出或旅遊，請注意個人衛生習慣，外出戴口罩、勤洗手與消毒、保

防疫措施：寒假外出或旅遊，請注意個人衛生習慣，外出戴口罩、勤洗手與消毒、保持社交距離，寒假將至，請持續落實登革熱及茲卡病毒等蚊媒病相關防疫措施，相關連結如後QR code圖片。

五、鍛鍊體能：假期請持續跑步及跳繩，鍛鍊自己的體能，讓自己愈來愈健康，相關連結如後QR code圖片。

六、網路不沉迷：教育局訂定寒暑假前一週為「網路成癮防制週」，請家長加強正確使用網路宣導，並留意學生假期生活規劃、網路使用情形與安全，期能降低學生寒暑假期間網路沉迷情形，並遵守網路使用規範以免誤蹈法網，相關連結如後QR code圖片。

七、校內健康促進著色比賽：孩子的健康是學校最重視的，因此希望透過學藝競賽提升全校學生及家長重視健康促進相關議題。

八、藥物濫用防制與加強毒品防制宣導：

(一)請家長留意孩子假期間與朋友外出遊玩的狀況，並留意近年來新興混合式毒品為精美包裝，以降低施用者對於毒品的警戒性，請您與孩子留意防範。

(二)教育部推廣「寒假親子共學反毒學習單」，已公告於校網，請您與孩子可以上網參閱了解，共同反毒。

九、生活規律有計劃：早睡早起，每日按時完成寒假作業並持續貫徹餐後潔牙，落實口腔保健，並注意個人衛生(常洗手)及保健，生病時儘速就醫並在家休息，避免出入公共場所。

十、分擔家事：洗碗、掃地、拖地、洗衣、倒垃圾、照顧弟妹等。

學校運用寒假生活須知向學生及家長宣導健康促進資訊

六、社區連結與合作:健康服務(11%)



2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

小新健兒 健康紀錄

Class 401 Name [Redacted]

理想目標	目標一 均衡飲食 好習慣	目標二 喝足 1500c.c. 白開水	目標三 每週運 動 150分鐘	家長 複 評
	天天吃六大類食物， 飲料習慣少油鹽	天天常喝水 不喝含糖飲料	天天運動 每次達30分鐘	請簽
週				
1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
2	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
3	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
4	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
5	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
6	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
7	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
8	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
9	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana
10	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	Ana



學校運用健康護照鼓勵學生自主健康管理

六、社區連結與合作:健康服務(11%)



2.學校主動聯繫學生、家長、教職員工，協助進行自主健康管理(4%)。

小新國小 112 學年度全校班級學生填寫之健康護照成果照片

小新健兒 健康紀錄				
理想目標	目標一 均衡飲食 好習慣	目標二 喝足 1500c.c. 白開水	目標三 每天運動 150分鐘	家長 複評
週	天天吃六大類食物、 飲料習慣少油鹽	天天常喝水 不喝含糖飲料	天天運動 每次達30分鐘	請簽章
1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
2	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
3	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
4	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
5	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
6	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
7	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠
8	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	李美惠

101 班執行成果

小新健兒 健康紀錄				
理想目標	目標一 均衡飲食 好習慣	目標二 喝足 1500c.c. 白開水	目標三 每天運動 150分鐘	家長 複評
週	天天吃六大類食物、 飲料習慣少油鹽	天天常喝水 不喝含糖飲料	天天運動 每次達30分鐘	請簽章
1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
2	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
3	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
4	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
5	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
6	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
7	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
8	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華
9	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	司翔華

201 班執行成果

小新健兒 健康紀錄				
理想目標	目標一 均衡飲食 好習慣	目標二 喝足 1500c.c. 白開水	目標三 每天運動 150分鐘	家長 複評
週	天天吃六大類食物、 飲料習慣少油鹽	天天常喝水 不喝含糖飲料	天天運動 每次達30分鐘	請簽章
1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
2	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
3	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
4	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
5	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
6	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
7	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
8	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
9	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
10	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏

301 班執行成果

小新健兒 健康紀錄				
理想目標	目標一 均衡飲食 好習慣	目標二 喝足 1500c.c. 白開水	目標三 每天運動 150分鐘	家長 複評
週	天天吃六大類食物、 飲料習慣少油鹽	天天常喝水 不喝含糖飲料	天天運動 每次達30分鐘	請簽章
1	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
2	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
3	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
4	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
5	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
6	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
7	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
8	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
9	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏
10	5 4 3 2 1	5 4 3 2 1	15 4 3 2 1	陳政宏

301 班執行成果

回家功課				項目	日期
1	考本訂定	4	不但也能	13	年3月21日 星期四
2	甲本 P35	3	國練田		
3	P37				
4	健康護照	4	國重(五)	13	年3月22日 星期五
5	再來仙島夏(三營)	3	數羽息 P26		
6		2	閱讀(再來仙島夏)		

學校運用健康護照鼓勵學生自主健康管理