

一、實施健康護照

健康護照內容



【緣起】

黃偉哲市長上任後責成教育局，積極檢討並回應家長對臺南區免試入學制度的期待。在調降體適能項目的比重後，為了持續強化學生的體適能、養成學生運動習慣，並讓每個孩子平安健康長大，因此將體適能檢測，轉化為普及化運動和趣味化的體育教學，並結合健康飲食教育，創新推出各校的行動方案。內容重點包括：學校體育趣味化、簡易運動普及化、飲食教育在地化及健康體位創意化等面向，希望落實推動到每所學校、每個班級和學生，以養成規律運動與正確飲食的行動力，並達到「活力臺南、食在健康」的目標。

要增進學生體適能，跑步是學校最容易推行的運動項目，利用課餘或課堂時間累計跑步運動，落實學生每週在校運動時間超過150分鐘(SH150)，並推出全市性「大跑步行動方案」，包括「一學年一起馬」的個人挑戰及班際挑戰賽。另外，在健康飲食方面，全面推動班級餐前5分鐘飲食教育，鼓勵學校開發「我的餐盤」特色本位課程，搭配食農教育，讓學生從認識食物、了解營養價值、惜食感恩、減少午餐剩食比率，強化產地銷售與節能減碳的概念，將飲食知識轉變為日常生活習慣。

除了校園的全面推動，教育局長鄭新輝也呼籲家長一起來，推廣到家庭生活，培養親子運動和健康飲食，成為一輩子「吃得健康、規律運動」的好習慣。

【目錄】

緣起與目錄.....	1
安定國小健康生活守則.....	2
112學年度個人健康紀錄.....	4
上學期健康行為紀錄表.....	5
下學期健康行為紀錄表.....	6
獎勵制度.....	7
健康促進議題宣導.....	8
好用網站介紹.....	14

安定國小健康生活守則

- ◆每天睡足8小時，戶外運動30分鐘
- ◆天天五蔬果，均衡飲食好習慣
- ◆少油少鹽少零食，含糖飲料說BYE BYE
- ◆餐後、睡前要刷牙，喝足1500c.c白開水
- ◆視力保健有妙招，用眼30休息10
- ◆電視、電腦、電話、電動每天使用四電少於2小時
- ◆戲水活動不逞強，安全水域有保障
- ◆嬉戲玩耍要當心，安全規則常在心
- ◆愛整潔，勤洗手，發燒生病不上學
- ◆垃圾不落地，安定更美麗



個人健康紀錄

- 姓名：_____
- 性別：男 女
- 年齡：_____歲

健康紀錄表

	上學期	下學期
	期初(年 月 日)	期初(年 月 日)
身高	公分	公分
體重	公斤	公斤
身體質量指數(BMI)		
我的身體質量指數屬於(請圈選)	過輕 正常範圍 過重 肥胖	過輕 正常範圍 過重 肥胖
視力	左 右	左 右

身體質量指數 (BMI) 的計算：
$$\frac{\text{體重(公斤)}}{\text{身高(公尺)} \times \text{身高(公尺)}}$$

兒童及青少年生長身體質量指數 (BMI) 建議值與成人不同 以下是7-15歲的BMI對照表

年齡	男				女			
	過輕 BMI <	正常範圍 BMI 介於	過重 BMI ≥	肥胖 BMI ≥	過輕 BMI <	正常範圍 BMI 介於	過重 BMI ≥	肥胖 BMI ≥
7	13.8	13.8-17.9	17.9	20.3	13.4	13.4-17.7	17.7	19.6
8	14.1	14.1-19	19	21.6	13.8	13.8-18.4	18.4	20.7
9	14.3	14.3-19.5	19.5	22.3	14	14-19.1	19.1	21.3
10	14.5	14.5-20	20	22.7	14.3	14.3-19.7	19.7	22
11	14.8	14.8-20.7	20.7	23.2	14.7	14.7-20.5	20.5	22.7
12	15.2	15.2-21.3	21.3	23.9	15.2	15.2-21.3	21.3	23.5
13	15.7	15.7-21.9	21.9	24.5	15.7	15.7-21.9	21.9	24.3
14	16.3	16.3-22.5	22.5	25	16.3	16.3-22.5	22.5	24.9
15	16.9	16.9-22.9	22.9	26.4	16.7	16.7-22.7	22.7	25.2

(資料來源：衛生福利部國民健康署，2018/12)

上學期 我的健康行為紀錄表

每個目標 得1分	目標一 均衡飲食 天天五蔬果	目標二 每日喝定白開 水(1500c.c)	目標三 不喝 含糖飲料	目標四 每日睡前刷牙 刷牙3分鐘	目標五 每日課餘時間跑 中年級400公尺 高年級800公尺	目標六 天天運動30分鐘	累計 分數
計分方式：以當週來自評，全做到得1分囉!							
舉例	1	0	1	0	1	0	3
週數·共十週·共60分	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						
	17						
	18						
	19						
	20						
加分題 (共40分)	◆體位適中者得5分(+) ◆仰臥起坐一分鐘達30次者得5分(+) ◆跳繩一分鐘達100下者得5分(+) ◆參加10月餐前5分鐘主題小測驗者得5分(+) ◆參加11月餐前5分鐘主題小測驗者得5分(+) ◆參加12月餐前5分鐘主題小測驗者得5分(+) ◆下課遊戲時未曾受傷者得5分(+) ◆裸視視力正常者得5分(+)						總分

【自己的表現·大聲說】：_____

【家長給寶貝的鼓勵】：_____

班級：_____ 姓名：_____ 家長簽名：_____

5

下學期 我的健康行為紀錄表

每個目標 得1分	目標一 均衡飲食 天天五蔬果	目標二 每日喝定白開 水(1500c.c)	目標三 不喝 含糖飲料	目標四 每日睡前刷牙 刷牙3分鐘	目標五 每日課餘時間跑 中年級400公尺 高年級800公尺	目標六 天天運動30分鐘	累計 分數
計分方式：以當週來自評，全做到得1分囉!							
舉例	1	0	1	0	1	0	3
週數·共十週·共60分	1						
	2						
	3						
	4						
	5						
	6						
	7						
	8						
	9						
	10						
加分題 (共40分)	◆體位適中者得5分(+) ◆仰臥起坐一分鐘達30次者得5分(+) ◆跳繩一分鐘達100下者得5分(+) ◆參加3月餐前5分鐘主題小測驗者得5分(+) ◆參加4月餐前5分鐘主題小測驗者得5分(+) ◆下課遊戲時未曾受傷者得10分(+)						總分

【自己的表現·大聲說】：_____

【家長給寶貝的鼓勵】：_____

班級：_____ 姓名：_____ 家長簽名：_____

6

【健康行為紀錄表獎勵制度】

◆60分+加分題40分 = 100分

【第一學期+第二學期】之平均分數達~

◆90分以上----特優(獲得榮譽貼紙5張)

◆80-89分----(獲得榮譽貼紙4張)

◆70-79分以上----(獲得榮譽貼紙3張)

學年度結束，各班級學生健康護照由老師擇優提報，學校將頒發獎勵品鼓勵安定健康活力好學童。



7

健康體位教育之 五大 核心能力



維持良好體位全校目標
(保我210)

- 8** 睡滿8小時
- 5** 天天五蔬果
- 2** 四電少於二 用活動60分鐘
取代久坐
- 1** 天天運動30分
- 0** 喝足白開水 拒絕垃圾食物

健康體位教育之 五大 核心能力

睡滿 8 小時



睡飽飽，精神好、表現好

- 睡眠是學習的重要關鍵
- 睡眠時腦中分泌神經傳導物質，如：生長激素、血清素、正腎上腺素等
- 血清素濃度與記憶與平靜有很大關係
- 生長激素會讓小孩子長高，修補細胞損傷

一眠大一寸，睡得香，讀書才記得住

- 睡覺時會分泌生長激素
- 晚上11點到3點分泌最多
- 睡得香(快速動眼期)昨天讀的書才會存檔記起來

如何才會睡飽飽

- 教導規律的讀書習慣，安排時間
- 鼓勵學生9點以前上床睡覺
- 培養良好且規律的睡眠習慣
- 適度生活規範
- 睡前避免看電視、打電腦、玩電動



健康體位教育之 五大 核心能力

天天 5 蔬果



100大卡路量的飲食 少吃100大卡

- 1. 一杯水 (少喝一份 250 cc 含糖飲料)
- 3. 刪熱量 (少吃三分之一小包薯條、半條巧克力棒、半包牛奶糖)
- 5. 五蔬果 (三天一次麥麗糖包、蜂蜜蛋糕改為水果)
- 7. 油切 (炸排骨改油排骨、炸魚改蒸魚)
- 1/2 瓶蘋果西打 (一瓶= 350 cc)
- 1/3 杯冰淇淋 (小美冰淇淋 200 cc)
- 1/4 包泡麵
- 1 個統一布丁

午餐蔬菜吃光光

- 提供學生足量多色蔬果
- 用一拳半大小的盛勺份量
- 監督午餐打菜之蔬菜份量
- 孩童吃光蔬果才可以出去玩
- 用餐時間要滿20分鐘



健康體位教育之 五大 核心能力

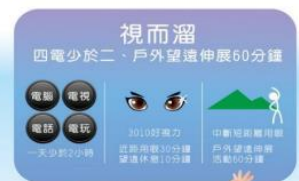
四電少於 2



看電視、玩電動、打電腦、用電話每天少於2小時

請您跟我這樣做

1. 早自習變成早運動
2. 課餘運動提供足夠運動器材
3. 農圃與課餘靜態活動改成動態運動
4. 發展下課10分鐘的動態遊戲、運動
5. 發展校本運動
6. 發展室內運動
7. 發展有聲的運動
8. 善用外場
9. 登錄運動時間
10. 動態回家作業



減少久坐

1. 督促學生下課離開坐位、走出教室、望遠、休息、伸展
2. 設計教學活動、近距離用眼限制在30分鐘內
3. 發聲、鼓勵下課時間之動態活動
4. 不鼓勵學生去網咖
5. 學校的電腦加裝螢幕旋轉軟體



健康體位教育之
五大 核心能力

天天運動 30分

3	6	7
運動三三三 疾病開關劑	舞動人生 每天活動60分鐘	爬起來
<ul style="list-style-type: none"> 一次持續30分鐘 一周三天 慢速強度，心跳緩慢輕鬆 跳繩、慢跑、快走、游泳、騎腳踏車等強度的運動 	<ul style="list-style-type: none"> 每天累積60分鐘 一周七天 快速強度，可包括 跳繩、慢跑、快走、游泳、騎腳踏車等強度的運動 	<ul style="list-style-type: none"> 減少每天久坐時間 看電視、玩電腦、打電腦、用電話、每天少於2小時
<ul style="list-style-type: none"> 總累積運動30分鐘 每日運動30分鐘 	<ul style="list-style-type: none"> 每天多走3000步 長光線間運動30分鐘 	<ul style="list-style-type: none"> 近距離用時30分鐘 戶外遠處時10分鐘

天天運動30分鐘

- 早自習變成早運動
- 課間運動提供足夠運動器材
- 農圃與課間的靜態活動改成動態運動

多運動會快樂

- 運動時分泌腦內啡，心情會變好
- 運動時會增加讓人平靜的腦波α
- 運動時會增加促進人際關係的腦波

快樂動會長高

- 肌肉的拉扯會刺激骨質生長
- 中低強度的運動(遠程跑跳碰)會刺激長高
- 長時間、過量的訓練反而讓人長不高

快樂動會聰明

- 多元刺激的運動會增加腦神經的連結
- 成熟的腦會壓抑外來不重要的干擾訊息



健康體位教育之
五大 核心能力



每天喝白開水 1500 cc以上 (6杯馬克杯)



充足飲用白開水

1. 教室人人有水杯
2. 外出人人帶水壺
3. 體育場館有足夠飲水機(直接飲用式)
4. 午餐附餐不提供含糖飲料
3. 不以含糖飲料獎勵學生

數學時間

喝足白開水，今天小朋友的杯子為 ___cc，那你要喝 ___杯才能達到 1500 cc呢？



【好用網站介紹】

臺南市學校午餐教育資訊網 <https://lunch.tn.edu.tw/>

最新消息 午餐情況 午餐與動 營養教育 菜單分享 網站連結 助力服務 午餐問卷

有誰知道，食物們五人習氣都是什麼？

臺南市學校午餐教育資訊網 <https://lunch.tn.edu.tw/>

臺南市健康體適能與飲食教育網站 <https://health.tn.edu.tw/>

最新消息 行動計畫 獲獎學校 健康護照 免費專區 網站連結

NEWS

- 2023/09/27 10月營養5分鐘【遠程與近程種子蛋...
- 2023/09/30 112學年度上學期營養5分鐘系列主題...
- 2023/09/30 112學年度健康體適能與飲食教育行...
- 2023/09/30 6月餐前5分鐘【水果類】已上架
- 2023/05/31 6月餐前5分鐘【水果類】已上架
- 2023/04/26 6月餐前5分鐘【蔬菜類】已上架

臺南市健康體適能與飲食教育網站 <https://health.tn.edu.tw/>

衛生福利部國民健康署健康九九+ <https://health99.hpa.gov.tw/>

健康九九+

講主題 找教材 健康抽測 讀專文 會員中心 更多

別碰電子煙 小心菸癮、成癮及二手煙危害

衛生福利部國民健康署健康九九+ <https://health99.hpa.gov.tw/>



安定國小各班級實施健康護照成果照片

班級：401



說明：講解健康體位五大核心能力

班級：401



說明：請學生填寫健康護照

班級：402



說明：健康餐盤說明

班級：402



說明：學生填寫健康護照

班級：403



說明：講解健康體位五大核心能力

班級：403



說明：請學生填寫健康護照

班級：501



說明：輔導學生完成健康護照的個人紀錄

班級：501



說明：學生分享健康護照撰寫的分數及心得

班級：502



說明：講解健康體位五大核心能力

班級：502



說明：請學生填寫健康護照

班級：503



說明：學生詳閱健康護照內容

班級：503



說明：每周確實填寫健康護照紀錄

二、學校主動連繫家長，協助進行自我健康管理

視力檢查複檢通知單

學童視力健康檢查結果複檢通知單

依教育部訂健康指標：視力篩檢裸視視力任一眼低於 0.9 者為視力不良，應通知家長帶往眼科複查

親愛的家長：貴子女一年1班號

本學期學校健康檢查結果為：視力不良

裸視右:0.6 裸視左:0.5

(裸視視力為眼睛未使用任何輔助工具，包括眼鏡、隱形眼鏡、角膜塑型等)

視力保健建議及注意事項：

- 一、近視是疾病，一旦近視就終生近視，若未妥善治療控制平均每年會增加 75-100 度。
- 二、近視如未加以控制，容易高度近視（度數 >500 度），而高度近視易產生早年性白內障、青光眼、視網膜剝離及黃斑病變，甚至有 10% 會導致失明。
- 三、當接到本通知單時，需至眼科醫師處接受複檢，遵照醫師指示配合矯治，並定期追蹤治療。
- 四、戶外活動每天至少 2 小時可預防近視，近距離用眼時間每 30 分鐘休息 10 分鐘，3C 電子產品每天使用總時數不超過 1 小時。
- 五、依據衛福部健保署 105 年 12 月 7 日健保醫字第 1050014351 號函，學童因視力疾病就醫，健保特約醫療機構依健保相關規定提供醫療服務。

年級	學期	裸視右	裸視左	戴鏡右	戴鏡左
一	1	0.6	0.5		
一	2	0.6	0.5		
二	1				
二	2				
三	1				
三	2				
四	1				
四	2				
五	1				
五	2				
六	1				
六	2				

安定國小健康中心敬啟 2024年5月20日

視力健康檢查複檢與矯治回條

貴子女一年1班號，醫師檢查結果：

目前有使用輔具 眼鏡 隱形眼鏡 角膜塑型 → 戴鏡視力右眼 ()、左眼 ()

未使用上述輔具時 (角膜塑型不填)：裸視視力 右：_____ 左：_____

<p>若有異常，請打勾 (可複選)</p> <p>1、<input type="checkbox"/>弱視 (<input type="checkbox"/>右眼 <input type="checkbox"/>左眼)</p> <p>2、<input type="checkbox"/>屈光不正</p> <p>散瞳：<input type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否</p> <p>度數：(請務必填寫下列屈光值，若角膜塑型請填原始度數)</p> <p>(1) <input type="checkbox"/>近視：右眼()度 左眼()度</p> <p>(2) <input type="checkbox"/>遠視：右眼()度 左眼()度</p> <p>(3) <input type="checkbox"/>散光(負值)：右眼()度</p> <p>左眼()度</p> <p>3、其他異常 (請註明) _____</p>	<p>醫師建議處理</p> <p>1、<input type="checkbox"/>長效散瞳劑 (阿托平 Atropine)</p> <p>2、<input type="checkbox"/>短效散瞳劑</p> <p>3、<input type="checkbox"/>其他藥物 _____</p> <p>4、<input type="checkbox"/>配鏡矯治</p> <p>5、<input type="checkbox"/>更換鏡片</p> <p>6、<input type="checkbox"/>遮眼治療</p> <p>7、<input type="checkbox"/>配戴隱形眼鏡 (<input type="checkbox"/>軟式 <input type="checkbox"/>硬式)</p> <p>8、<input type="checkbox"/>角膜塑型片</p> <p>9、<input type="checkbox"/>視力保健衛教</p> <p>10、<input type="checkbox"/>其他 _____</p> <p>11、<input type="checkbox"/>定期檢查 (醫師建議下次回診</p> <p>日期： 年 月 日)</p>
---	---

眼科醫師與學校聯絡事項：

醫療機構名稱： 眼科醫師簽章：

家長聯絡事項：

檢查日期 年 月 日

家長簽章：

學生基本資料若有疑誤請於家長聯絡事項回覆

身高體重測量結果通知單

親愛的家長：貴子女 一年1班 [REDACTED]
身高體重檢查結果為：身高:123.5公分 體重:39.6公斤
經判讀結果為：體重超重

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，發現貴子女體位過重或超重，需要您的關心，因為過重會影響孩子的身心健康。我們提出一些有效的方法，為了易懂易記，以 85210 做宣導，請您一同協助孩子檢視、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)。

用水果、低脂牛奶取代糕餅點心、油炸食物。

定時吃多樣、天然無加工食品，八分飽就好。

避免吃零食宵夜。

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。

細嚼慢嚥。

1： 一天累積 60 分鐘以上的運動。

下課離開教室到戶外活動，多走路上學。

飯後散步。

0： 天天喝足 1500 c.c. (或體重公斤數乘以 30c.c.) 的白開水。

不喝含糖飲料。

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/index2.htm>

安定國小 健康中心敬啟 2024年5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。

貴子女一年1班 [REDACTED]

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

三、教師利用 LINE 群組，協助學生自主健康管理

各位家長：
大家好！為方便大家及時了解孩子在校表現，知曉孩子學習情況，交流教育經驗，建此班級家長群，為更好發揮班群的正能量作用。



黃思蓉

@All 各位家長午安

近期天氣變化劇烈，外加有時天氣炎熱教室會開冷氣，建議最近先讓孩子每天帶薄外套（放書包也方便，且有些安親班也會開冷氣）

最近班上也出現不少小感冒、頭暈、肚子痛等症狀，今天已全班消毒，也請家長們多提醒孩子保護自己身體，謝謝！



4月10日(三)

各位家長：
大家好！為方便大家及時了解孩子在校表現，知曉孩子學習情況，交流教育經驗，建此班級家長群，為更好發揮班群的正能量作用。

請在表前再心齊聲。
1: 每週累積 210 分鐘的戶外運動(每天運動 30 分鐘)。
2: 天天喝足 1500 cc。(或體重公斤數乘以 30cc。)的白開水。
 必時可諮詢護理師、營養師或醫生。
更多的訊息請上網「學生健康體位網」<https://poor.cybers.tw/index2.htm>
安海國小 健康中心敬啟 2024年3月08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

家長簽名：

家長聯絡事項：

學生處本資料將會做類似的家長聯絡事項回覆，請於11303111前寄交回條。

上午 11:29

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep



黃思蓉

各位家長午安

今天發下身高體重通知單

請閱覽過後簽名，並於下星期一繳回，謝謝

上午 11:30



各位家長：
大家好！為方便大家及時了解孩子在校表現，知曉孩子學習情況，交流教育經驗，建此班級家長群，為更好發揮班群的正能量作用



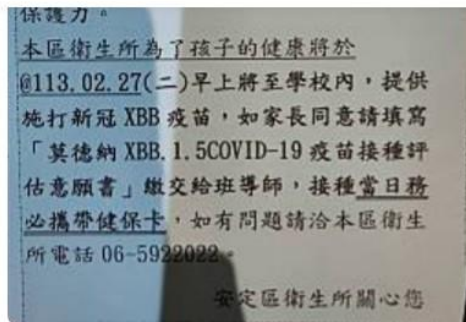
黃思蓉



上午 11:29

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep

各位家長：
大家好！為方便大家及時了解孩子在校表現，知曉孩子學習情況，交流教育經驗，建此班級家長群，為更好發揮班群的正能量作用。



上午 11:47

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep



黃思蓉

各位家長午安
今天在聯絡簿釘上藍色說明單及新冠肺炎的同意書
以上有“同意”跟“不同意”範例，麻煩填寫完畢後，全數交回，謝謝！
提醒：同意者將於2.27（二）於學校施打

上午 11:52

四、學校護理師利用 Line 群組進行腸病毒防治宣導

安定國小 (53)

🔍 📞 📄

收起聊天視窗

2/16 (五) 開學日導護通知
交通導護由 姿吟 偉宸 淑玲老師擔任，政憲主任協助巡視校園及班級。值勤時間到2/17 (六) 中午放學，下午放學由第二週導護值勤，請私賴...

雅芬(萬安、禹希)



給家長的一封信(113年).pdf

下載期限: ~ 5月29日 上午 11:05

檔案大小: 685KB

上午 11:05

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep

雅芬(萬安、禹希)

~*健康中心報告*~

轉知以下訊息

- 一、依衛生福利部疾病管制署113年5月16日新聞稿指出，目前處腸病毒流行期，且近期疫情呈持續上升趨勢，請家長持續注意預防措施及警覺腸病毒重症前兆病徵。
- 二、為加強對家長及家庭主要照顧者之腸病毒防治衛教工作，提供 *給家長一封信* 加強宣導，提醒學生及家長共同注意防範。
- 三、為因應近期腸病毒疫情及防疫，建議增加環境消毒頻率，加強監控學生健康狀況，教室應維持適當通風，評估學生左右座距間隔，叮嚀學生入班前、在校時、放學前、回家後落實勤洗手防疫及鼓勵戴口罩等相關防疫措施；並請利用「臺南市防疫小學堂」系列衛教影片，強化親師生衛生教育，教導正確防疫觀念，建立自我健康管理知能。
- 四、有關疫情資訊或相關防治措施，可參閱疾管署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) /傳染病與防疫專題/傳染病介紹/第三類法定傳染病/腸病毒感染併發重症。



三類法定傳染病/腸病毒感染併發重症。

首頁... 衛生福利部疾病管制署

Copyright © 2024 衛生福利部 疾病管制署. All rights reserved.



上午 11:18

雅芬(萬安、禹希)



上午 11:19

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep

雅芬(萬安、禹希)

請老師們協助宣導腸病毒,並轉傳'給家長一封信'至班群組~~謝謝配合!!

上午 11:26

五、衛生組提供教師宣導訊息及資源

安定國小 (53)

2/16 (五) 開學日導護通知
交通導護由 姿吟 偉宸 淑玲老師擔任，政憲主任協助巡視校園及班級。值勤時間到2/17 (六) 中午放學，

下午 2:41
儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep



維玲

公告 為確保學童健康、降低食安風險、避免食品中毒，請各位老師過目 ↓

下午 4:09



維玲



臺南市政府教育局所屬學校校園飲品及點心供應注意事項.odt

下載期限：~ 5月23日 下午 4:09

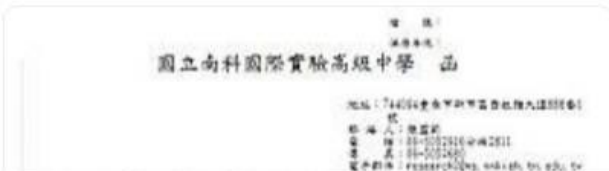
檔案大小：20KB

下午 4:09

儲存 | 另存新檔 | 分享 | Keep



維玲



安定國小 (53)



2/16 (五) 開學日導護通知
交通導護由 姿吟 偉宸 淑玲老師擔任，政憲主任協助巡視校園及班級。值勤時間到2/17 (六) 中午放學，下午放學由第二週導護



維玲

鑒於腸病毒已進入流行期，請各班老師可利用以下檔案加強宣導。(內含登革熱、腸病毒及新冠肺炎)

下午 1:42



維玲



13年校園宣導-修-確定.pdf

下載期限：~ 5月24日 下午 1:42

檔案大小：4.3MB

下午 1:42

開啟資料夾 | 分享 | Keep