

臺南市鹽水區歡雅國民小學 112 學年度健康促進學校評選說明

	項目	指標/佐證資料參考
	第二項 領導力與歸屬感	3. 結合或參與公部門(教育局、體育局、衛生、農政單位或公所等)共同辦理的健康促進議題相關活動(4%)
<u>自評: 4%</u>	健康學校政策	2-3-1佐證資料參考： > 營養教育巡迴列車;視力保健校園巡迴偶戲;食農遊學地圖;體適能與飲食教育活動;健康小學堂;普及化運動等。 佐證資料如照片、計畫、紀錄、簽到表等。

學 校 執 行 狀 況

1. 積極結合或參與公部門(教育局、體育局、衛生、農政單位或公所等)共同辦理的健康促進議題相關活動

佐證資料:

◎臺南市衛生局

2-3-1-1:110 年度臺南市學童口腔衛教育樂營成果與計畫

◎臺南市教育局

2-3-1-2:112 年 04 月食農遊學地圖-新市國小成果與簡章

◎教育部體育署

2-3-1-3:112 學年度普及化運動國中小學生跳繩接力賽成果與出賽表。

◎臺南市政府體育局

2-3-1-4:112 年幼兒運動會成果與簡章

◎臺南市新營區公所

2-3-1-5:2023 年小小奧林匹克運動會暨親子活動成果與簡章

2-3-1-6:2024 年小小奧林匹克運動會暨親子活動成果與簡章

◎臺南市鹽水區農會

2-3-1-7:112 年米食教育成果與計畫



臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	110 年度臺南市學童口腔衛教育樂營			
活動日期	參加對象	學生	社區人士	教職員工
110年11月19日	參加人數	77	15	20
簡述活動內容	藉由口腔衛教育樂營，超越牙醫診所醫師團隊入校宣導口腔保健並設有關卡分別有牙醫師檢查牙齒、教導牙線使用、潔牙方式等，學生表示這活動很好玩有趣且學習到許多牙齒保健方式。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：牙醫師宣導口腔保健		說明：牙醫師教導牙線使用		
				
說明：潔牙方式		說明：牙醫師檢查牙齒		
				
說明：塗上牙菌斑顯示劑		說明：衛生局人員說明如何填寫單子		

110 年度臺南市學童口腔衛教育樂營計畫書

壹、 依據:

臺南市 110 年度補助地方推動衛生保健工作計畫-子計畫四辦理。

貳、 緣起:

從小建立良好的口腔保健習慣，有助於兒童未來乳白齒及牙齦的生長健康，透過對預防齲齒的進一步了解，將減少兒童日後看牙醫的恐懼。

為有效提昇本市兒童口腔保健正確觀念及行為，本年度繼續針對偏區無牙醫里或有欲強化學童口腔保健意願之小學共同合作，預定舉辦 5 場次學童口腔衛教育樂營。為了讓學校可以永續經營學童口腔健康，活動由本局、學校及台南市牙醫師公會共同合作，藉由各領域專業互相合作，一同關懷學童口腔健康。活動分為兩階段，專題演講教學與動態闖關，專題演講由牙醫師擔任講師，請校方導師及校護與學童共同增能；動態闖關時，由牙醫師與師長們共同參與，爾後，建立本教材為模板，轉由學校定期自主關懷並強化學童口腔健康活動。活動藉由醫師專業評估並衛教學童貝式刷牙法及牙線的正确使用，並以知識前、後結果分析學童認知是否進步來作為成果呈現。活動後，本局將收集學童口檢結果並提供校方，與校方一同追蹤學童後續就醫狀況，使每一個齲齒學童都可以獲得治療。

參、 目標:

- 一、學童知識前後測進步。(知識考題由牙醫師於活動前提供本局印製)
- 二、發現齲齒學童，齲齒學童後續接受矯治率達 90%。

肆、主辦單位:

臺南市政府衛生局

伍、協辦單位:

台南市牙醫師公會、關廟區文和實驗小學、鹽水區歡雅國小、七股區光復生態實驗小學、佳里區通興國小、白河區仙草國小

陸、活動辦法

辦理口腔衛教育樂營 5 場，邀請協辦 5 所學校幼兒園及 1-6 年級學童及師長一同參加。

- 一、靜態：口腔保健講座三十分鐘，教導正確使用牙刷、牙線及口腔疾病預防保健。
- 二、動態課程：

1. 潔牙觀摩：由小朋友刷牙給牙醫師看，由牙醫師評估潔牙方式是否正

確，從小培養小朋友正確刷牙方式及習慣。

2. 牙線連連看：由小朋友使用牙線給牙醫師看，由牙醫師評估使用牙線技巧是否正確，培養小朋友正確使用牙線清潔的方法。
3. 潔牙小達人：小朋友潔牙後使用牙菌斑顯示劑，請牙醫師進行評分，也讓小朋友知道自己的潔牙是否正確及需加強潔牙的部分。
4. 口腔檢查：由牙醫師進行學童口腔檢查，將結果紀錄在護照內，提供家長學童目前口腔狀況，做為後續治療及定期檢查的參考。

前述 1-4 關卡闖關成功的小朋友將發給獎品

柒、日期時間及地點：

110 年口衛營場次							
日期	時間	地點	地址	學生人數	醫師人數	工作人員	學校人員
11 月 10 日 (三)	09:00-12:10	仙草國小	白河區仙草里 3 鄰 22 號	國小 27 / 幼兒園 15	4	5	20
11 月 12 日 (五)	11:30-15:50	光復生態實驗小學	七股區塩埕里塩埕 1 號	國小 33	4	5	20
11 月 19 日 (五)	11:30-15:50	歡雅國小	鹽水區歡雅里 31 號	國小 72 / 幼兒園 28	4	5	20
11 月 29 日 (一)	09:00-12:10	文和實驗小學	關廟區布袋里長文街 37 號	國小 59 / 幼兒園 20	4	5	20
12 月 2 日 (四)	09:00-12:10	通興國小	佳里區通興里埔頂 5 之 1 號	國小 45 / 幼兒園 17	4	5	20
人數總和				316	20	25	100

捌、議程表：

(一) 仙草國小、文和實驗小學、通興國小

時間	項目	負責單位
09:00-09:30	1. 場地佈置、學生在教室知識前測	國民健康科

	2. 醫師工作人員報到並討論	國小
09:30-09:40	長官致詞	
09:40-10:10	口腔衛教	台南市牙醫師公會
10:10-10:20	知識後測(10 分鐘)、關卡老師就位	國民健康科 台南市牙醫師公會 國小
10:20-12:10	動態課程 關卡內容： 潔牙觀摩－刷牙指導(1 位醫師指導) 牙線連連看－牙線使用指導(1 位醫師指導) 潔牙小達人－針對全口潔牙進行指導 (1 位醫師指導) 口腔檢查－學童口腔檢查及指導 (1 位醫師指導)	國民健康科 台南市牙醫師公會
12:10~	整隊賦歸	

(二) 光復生態實驗小學、歡雅國小

時間	項目	負責單位
11:30-13:30	1. 場地佈置、學生在教室知識前測 2. 醫師工作人員報到並討論	國民健康科 國小
13:30-13:40	長官致詞	
13:40-14:10	口腔衛教	台南市牙醫師公會
14:10-14:20	知識後測(10 分鐘)、關卡老師就位	國民健康科 台南市牙醫師公會 國小
14:20-15:50	動態課程 關卡內容： 潔牙觀摩－刷牙指導 (1 位醫師指導) 牙線連連看－牙線使用指導	國民健康科 台南市牙醫師公會

	<p>(1 位醫師指導)</p> <p>潔牙小達人－針對全口潔牙進行指導</p> <p>(1 位醫師指導)</p> <p>口腔檢查－學童口腔檢查及指導</p> <p>(1 位醫師指導)</p>	
15：50~	整隊賦歸	

玖、成效分析

- 一、分析齲齒學童，追蹤矯治情形，接受矯治齲齒學童/齲齒學童=接受矯治率，接受矯治率達 90%以上。
- 二、知識前後測成績進步。



臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	112年04月食農遊學地圖-新市國小			
活動日期	參加對象	學生	社區人士	教職員工
112年04月21日	參加人數	25	30	3
簡述活動內容	<p>首先新市國小的校長向大家引言毛豆的一生；接著由老師向大家說明毛豆生長季節與種植方式並帶大家至魚水共生的種植區讓大家體驗種植方式，後結合對面新市農會帶領大家製作毛豆料理；學生及老師說表示這是一個很好的體驗活動也能學習到不一樣的食農教育。</p> <p>佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)</p>			
				
說明：新市國小校長歡迎大家		說明：老師講說毛豆的生長		
				
說明：介紹毛豆苗與種植方式		說明：新市農會教導大家如何運用毛豆料理		
				
說明：毛豆大阪燒		說明：開心合影		

112年臺南市學校食農體驗育樂營4月活動簡章

壹、目的：

- 一、透過體驗課程帶領學童瞭解農業生產等相關知識，讓學童體驗從農場到餐桌的過程，培養惜食以減少剩食及建立與環境永續共存概念。
- 二、規劃手作課程，體驗當季當令蔬果入菜，藉以對學童進行健康飲食觀念宣導，並實行「享當季、食在地」理念。

貳、辦理單位：

- 一、主辦單位：臺南市政府教育局。
- 二、承辦單位：仁愛國小、新市國小。

參、實施對象：

- 一、平日校際營：本市所屬各國民小學中、高年級師生。
- 二、假日親子營：本市所屬各國民小學中、高年級學生與家長。

肆、活動資訊：

承辦單位	平日校際營	假日親子營
仁愛國小	112年4月11日(二) 下午 13:00-16:10	112年4月15日(六) 上午 09:00-12:10
新市國小	112年4月21日(五) 上午 08:30-13:00	112年4月22日(六) 上午 08:30-13:00

伍、報名方式：一律採線上報名，報名網址如下：

- 一、平日校際營：
 - (一)以**學校**為申請單位，由交通車到校接送。
 - (二)對象：本市所屬各國民小學中、高年級學生。

活動日期	報名資訊
仁愛國小 112年4月11日(二) 	報名網址： https://forms.gle/xGfdAWLZKZaR5huV9
	報名截止日：3/24(五)或額滿
	人數上限：30人
	承辦人/電話：李聖裕主任，06-7222227 轉 802

活動日期	報名資訊
新市國小 112年4月21日(五) 	報名網址： https://forms.gle/WgkoiyCnRvNER26N7
	報名截止日：4/13(四)或額滿
	人數上限：30人
	承辦人及電話：吳雅娟主任，06-5992895 轉 820

二、假日親子營：

- (一)開放個人申請報名且需自行至承辦學校參加活動。
- (二)對象：本市所屬各國民小學中、高年級學生與家長。

活動日期	報名資訊
仁愛國小 112年4月15日(六) 	報名網址： https://forms.gle/5rcCc4nufSBwyVtK9
	報名截止日：3/24(五)或額滿
	人數上限：30人
	承辦人/電話：李聖裕主任，06-7222227 轉 802

活動日期	報名資訊
新市國小 112年4月22日(六) 	報名網址： https://forms.gle/NtwLL6FGEtTJmrTG6
	報名截止日：4/13(四)或額滿
	人數上限：15組(每組親子各1人)
	承辦人/電話：吳雅娟主任，06-5992895 轉 820

陸、錄取方式：

- 一、有意願申請之學校或個人於**報名截止日**前報名。
- 二、平日校際營：錄取之學校於報名截止日後3個工作天內電聯通知並公

告於臺南市政府教育局資訊中心網站，未錄取學校則不另行通知。

三、假日親子營：錄取名單於報名截止日後 3 個工作天內公告於學校校網，並以電聯或電郵通知行前注意事項。

柒、其他：

一、課程表如附件。

二、活動注意事項：

(一)如有下田實作課程，請著輕便服裝並攜帶水壺、毛巾等個人用品，並注意防曬及適時補充水分。

(二)因應防疫措施，活動課程須全程配戴口罩，若有發燒、身體不適等情形請勿出席活動。

(三)基於環境保護原則，請參與人員自備餐盒、餐具及水壺。

三、如有補充或修正事項，得另予公告補充說明之。

四、倘因疫情、天然災害或不可抗拒之因素，導致活動日程及地點更動，將公告於臺南市政府教育局資訊中心網站 (<https://www.tn.edu.tw/>)。



臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動-

結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	參與 112 學年度普及化運動國中小學生跳繩接力賽			
活動日期	參加對象	學生	社區人士	教職員工
113年04月22日	參加人數	20	0	4
簡述活動內容	校內普及化運動以跳繩及跑步為主，此次利用參與接力賽方式了解學生平時訓練結果，增強學生對運動的喜歡。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：等待		說明：比賽會場		
				
說明：準備		說明：整隊		
				
說明：比賽情形		說明：比賽情形		

112 學年度教育部體育署辦理普及化運動 國中小學生跳繩接力賽參賽隊伍出場序

比賽日期：113 年 4 月 25 日上午 8：30-12：30

比賽地點：臺南市新營體育場體育館前戶外廣場

序號	四年級學校	序號	六年級學校	序號	六班小校組
1	善化區蓮潭國中小	1	善化區蓮潭國中小	1	關廟區保東國小 (六年甲班)
2	永康區三村國小	2	歸仁區歸仁國小	2	關廟區崇和國小 (六五四聯班)
3	永康區復興國小	3	關廟區關廟國小	3	關廟區深坑國小 (五年甲班)
4	永康區龍潭國小	4	永康區三村國小	4	關廟區深坑國小 (六年甲班)
5	善化區大成國小	5	永康區龍潭國小	5	關廟區新光國小 (新光國小)
6	安定區南興國小	6	新化區新化國小	6	善化區善糖國小 (五年甲班)
7	佳里區佳興國小	7	善化區茄拔國小	7	善化區小新國小 (六年一班)
8	佳里區仁愛國小	8	善化區大成國小	8	麻豆區文正國小 (五年甲班)
9	下營區下營國小	9	安定區南興國小	9	麻豆區大山國小 (五年甲班)
10	新營區新民國小	10	學甲區東陽國小	10	麻豆區港尾國小
11	白河區白河國小	11	下營區東興國小	11	佳里區埤內國小 (四年甲班)
12	東區博愛國小	12	新營區新民國小	12	西港區港東國小 (五年忠班)
13	南區新興國小	13	鹽水區鹽水國小	13	七股區三股國小 (五年甲班)
14	北區開元國小	14	柳營區柳營國小	14	七股區三股國小 (六年甲班)
15	北區大光國小	15	新營區新泰國小	15	七股區光復實小 (六年甲班)
16	安南區安順國小	16	歸仁區紅瓦厝國小	16	七股區大文國小 (五甲, 四甲)

佐證資料2-3-1-3: 112學年度教育部體育署辦理普及化運動中小學生跳繩接力賽成果與出賽表

序號	四年級學校	序號	六年級學校	序號	六班小校組
17	東區崇明國小	17	東區博愛國小	17	將軍區鯤鯓國小 (四甲·三甲)
18	北區賢北國小	18	南區省躬國小	18	將軍區鯤鯓國小 (六甲·五甲)
19	東區裕文國小	19	北區大光國小	19	北門區文山國小 (六甲 601)
		20	中西區成功國小	20	北門區雙春國小 (六年甲班)
		21	安南區安順國小	21	學甲區中洲國小 (四甲)
		22	北區賢北國小	22	學甲區中洲國小 (五甲)
序號	五年級學校	序號	七年級學校	23	學甲區宅港國小 (四年甲班)
1	善化區蓮潭國中小	1	仁德區仁德國中	24	學甲區頂洲國小 (五甲·六甲)
2	永康區三村國小	2	仁德區文賢國中	25	下營區中營國小 (五年甲班)
3	永康區龍潭國小	3	新市區新市國中	26	下營區賀建國小 (五甲·四甲)
4	善化區善化國小	4	六甲區六甲國中	27	官田區嘉南國小 (六年甲班)
5	善化區茄拔國小	5	佳里區佳興國中	28	鹽水區歡雅國小 (六年甲班)
6	善化區大同國小	6	七股區竹橋國中	29	鹽水區竹塹國小 (四·三甲)
7	善化區大成國小	7	新營區南新國中	30	鹽水區竹塹國小 (六甲)
8	安定區南興國小	8	新營區新東國中	31	鹽水區仁光國小 (四年甲班)
9	佳里區佳興國小	9	東山區東山國中	32	鹽水區仁光國小 (六年甲班)
10	佳里區仁愛國小	10	東山區東原國中	33	白河區玉豐國小 (五年甲班)
11	西港區成功國小	11	歸仁區沙崙國中	34	白河區玉豐國小 (六年甲班)
12	北門區北門國小			35	白河區內角國小 (六年甲班)



臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動-

結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	112年幼兒運動會			
活動日期	參加對象	學生	社區人士	教職員工
112年05月06日	參加人數	6	11	2
簡述活動內容	提升幼兒運動普及化，這次由體育局舉辦幼兒運動會，學生將平時進行的大肌肉活動展現出來，且經由親子間互動方式，加深家長與學童對運動的重視。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：一起合影		說明：大會操熱身		
				
說明：火車快飛		說明：倫敦鐵橋		
				
說明：親子列車		說明：活動情形		

112年幼兒運動會活動流程表(新營場)

時間：112年5月6日(星期六) 8:00~12:00

地點：新營體育場228公園前草坪

幼兒運動會主活動：8:20~10:40

活動時間	活動內容
08:20-08:50 (30分鐘)	參加園所報到、進場準備
08:50-9:00 (10分鐘)	運動員進場
09:00-09:10 (10分鐘)	開幕式
09:10-09:20 (10分鐘)	親子健康操
09:20-10:40 (80分鐘)	親子律動、趣味運動遊戲 (內容暫定) 1. 火車快飛 2. 倫敦鐵橋 3. 呼拉圈體能遊戲 4. 親子列車 5. 同在一起
活動好禮： 幼兒完成運動挑戰後獲得完賽獎牌，並贈送園所活動器材。	

112年全國運動會幼兒闖關體驗區

08:00-12:00	全國運動會幼兒闖關體驗 (自由參加)	神射手、舉重、籃球、高爾夫球、足球體驗等5項，闖關完成可獲得限量小禮物。
-------------	-----------------------	--------------------------------------

112年幼兒運動會參加隊伍名單

新營場

臺南市私立華一幼兒園	南梓實小附幼
臺南市私立立上幼兒園	歡雅國小附幼
樂仁幼兒園	麻豆國小附幼
樂仁幼兒園	月津國小附幼
樂仁幼兒園	群英幼兒園
樂仁幼兒園	河東國小附幼
安定附幼+文昌附幼聯隊	賀建+蚵寮+青山附幼
樂仁幼兒園	南新非營利幼兒園
哈佛幼兒園	南新非營利幼兒園
哈佛幼兒園	南新非營利幼兒園
哈佛幼兒園	南新非營利幼兒園
立上幼兒園	公誠國小附幼
立上幼兒園	大臺南婦女會附設臺南市私立幼兒園
官田+東興附幼聯隊	史丹佛幼兒園
東興國小附幼	史丹佛幼兒園
紀安+中營+賀建附幼聯隊	史丹佛幼兒園
佳里國小附幼	幸福幼兒園
南梓實小附幼	幸福幼兒園
南梓實小附幼	幸福幼兒園



臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動-

結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	2023年小小奧林匹克運動會暨親子活動			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112年03月25日	參加人數	5	4	2
簡述活動內容	新營區公所舉辦小小奧林匹克運動會暨親子活動，學童熱身後開始繞著新營區的天鵝湖進行健走，走完後獲頒紀念獎牌，期間也有親子呼拉圈活動，且該呼拉圈也贈送給學生，活動讓親子共同走出戶外。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：繞著天鵝湖健走		說明：呼拉圈活動		
				
說明：開心拿到呼拉圈		說明：合影		

▶ 活動時間：112年3月25日 (星期六)

▶ 活動地點：新營區天鵝湖環保水上公園

現場提供桶裝水 1 桶，不提供灌裝水，請帶水壺



活動流程

帶水壺

工作人員 7:00 到

時間	活動	備註
07:30 ~ 08:00	健行選手集合	攤位報到
08:00 ~ 08:30	熱身運動	
08:30 ~ 09:00	開幕式 (貴賓致詞/鳴槍)	
09:00 ~ 09:40	健行活動	→ 可擔任、拍照
09:40 ~ 10:30	親子活動	老師留守領器材
09:00 ~ 12:00	趣味市集	
12:00 ~ 13:00	場地整理	

■ 注意事項

- 1、停車場下車後直接往休息區(停車場臨路邊，請多小心孩子安全)
- 2、家長需全程陪同參與，幼兒走完全程者，皆頒紀念獎牌一面。
- 3、參與親子活動贈幼兒活動器材 1 個呼拉圈。
- 4、天氣炎熱請自備帽子。
- 5、老師不參與健行活動，需留守休息區並領親子活動器材。



- ▶ (一)、幼兒集合及熱身運動
- ▶ (二)、開幕式：
 - 1.市長及貴賓致詞
 - 2.安排市長與各園所全體合影
- (三)、鳴槍開始環湖健行活動

幼兒健行



- ▶ (一) 親子律動：
 - (1)親子暖身操(2)歡樂時光
- ▶ (二) 親子遊戲：
 - (1)我是胖國王(2)快樂向前走 抬轎
 - (3)動物大會串(4)大力水手 

親子活動



- ▶ 宣導112年全國運動會在臺南，提供小遊戲體驗，並發送棉花糖給參加人員。(分發體驗券，集滿2個可兌換棉花糖1支)

小小全運會



- ▶ 時間：9：00~12：00
- ▶ 市集攤商：15攤位及氣球達人走動式表演

編號	攤位名稱	編號	攤位名稱
1	手工小籠包	9	C. little. thing
2	曾記美東手作	10	碳烤香腸
3	德意蝦餅	11	柳橙先生
4	小米麻糬	12	呷懷念
5	水果涼糕	13	葉鮮紅
6	丹荊蛋捲	14	樂搞雞蛋糕
7	來趣淘玩具攤	15	粉圓冰
8	傳統民俗技藝		

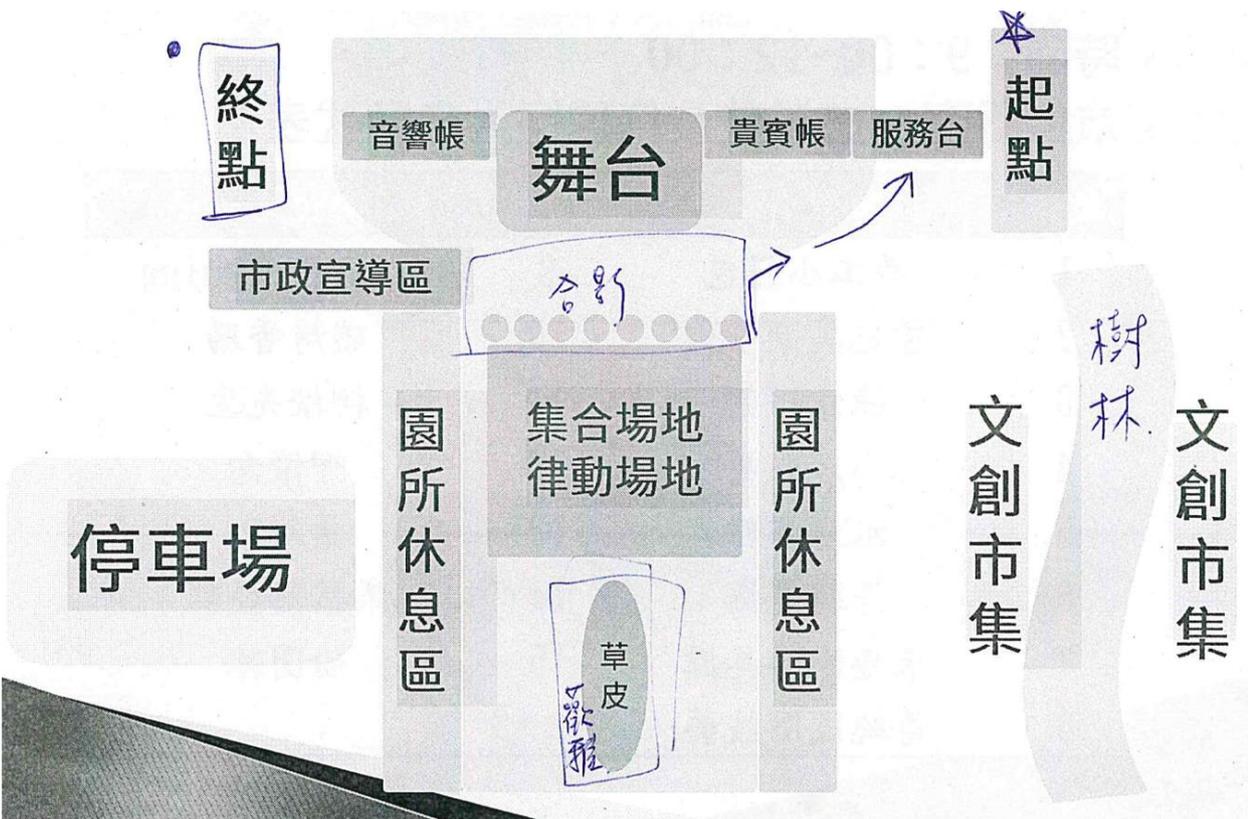
趣味市集



健行路線及管制點



活動場地配置圖





臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動-

結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	2024年小小奧林匹克運動會暨親子活動			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
113年03月30日	參加人數	2	4	1
簡述活動內容	新營區公所舉辦小小奧林匹克運動會暨親子活動，學童熱身後開始繞著新營區的天鵝湖進行健走，走後可著恐龍裝，最後與市長一起合影。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
說明：準備出發		說明：健走後-龍來讀冊		
說明：開心著恐龍裝		說明：合影		

臺南市新營區 2024 小小奧林匹克幼兒健行暨親子活動計畫書

壹、計畫緣起：為讓體育從小扎根，養成國民自發性、自主性的規律運動習慣，期望透過幼兒健行，讓幼兒體驗運動樂趣，且健行結合親子活動，在遊戲互動中增進親子情感，藉此發展為地方性特色運動，同時也經由活動進行政令宣導，並吸引人潮至本區觀光，進而行銷新營。

貳、指導單位：臺南市政府體育局、臺南市政府民政局

參、主辦單位：臺南市新營區公所

肆、合辦單位：臺南市家庭教育中心、臺南市新營區圖書館、新營區公所複式童軍團

伍、協辦單位：臺南市政府警察局、臺南市政府消防局、營新醫院

陸、辦理項目：

1. 幼兒健行：分大班、中班、小班 3 組，每組由 1 位老師陪同（家長可一起參加健行），凡走完全程者，皆頒紀念獎牌 1 面。
2. 親子體適能：由專業老師帶領全體師生家長進行體適能活動，透過學習和體驗互助合作、公平競爭和團隊精神等寶貴的經驗，讓親子從運動和活動中享受歡樂、活潑、有生機的生活方式，進而提升體適能。
3. 繪本短劇：由新營區圖書館館員及志工老師扮演繪本腳色演短劇，推廣閱讀生活，並於表演中進行有獎徵答。
4. 手作課程：生活療癒小物製作，讓親子一起共享 DIY 的親密時光。
5. 「龍」來讀冊：由新營區圖書館展出主題書展，現場完成辦證贈送精美小禮物 1 份。

柒、活動地點：113 年 3 月 30 日（星期六）；新營區天鵝湖環保水上公園。

捌、報名方式：即日起至 2 月 29 日（星期四）止，請各園所填妥報名表逕送或傳真（號碼：6320703）新營區公所（新營區中正路 30 號）民政及人文課收（連絡電話：6322015-127）。

玖、參加對象：新營區、柳營區、鹽水區、後壁區、白河區、東山區各公私立幼兒園所師生及家長。

壹拾、活動資訊：

1. 活動時程：

時 間	內 容	備 註
07：30-07：50	健行選手集合	
07：50-08：30	健行開幕式(貴賓致詞)	

08:30-09:00	熱身運動/鳴槍	
09:00-09:30	幼兒健行	
09:30-10:00	繪本短劇	
10:00-12:30	親子定向活動	靜態：手作課程、「龍」來讀冊、主題書展
12:30-13:00	場地復原	



環湖路線總長：1.6公里

2. 活動須知：

- (1) 本活動係一般休閒活動非競賽性質，有關幼兒健走項目，參賽者之家長應評估幼兒自身之健康情形是否適合參加，倘於活動日前感到身體不適，建議請教醫生意見後，方可參加。於活動期間如有任何不適，請立即向附近醫護人員求助。
- (2) 請斟酌活動天氣，增減保暖衣物。
- (3) 若逢天災(豪大雨、地震)或其他不可抗力因素，考量民眾安全活動將延期或取消。
- (4) 請選手於活動前確實做好熱身運動以免發生運動傷害。
- (5) 活動期間請保持安全社交距離。

壹拾壹、安全維護：本活動於天鵝湖公園服務台設置醫護站，設置2名護理人員

及自動體外心臟去顫器(AED)1台，緊急救護醫院為最近天鵝湖之新營醫院，交通順暢時救護車10分鐘內可抵達(路線詳如下圖)，主辦單位為活動投保公共意外責任險其投保項目及金額如下：

1. 每人體傷責任新臺幣三百萬元以上。
2. 每一意外事故體傷責任新臺幣一千五百萬元以上。
3. 每一意外事故財物損失責任新臺幣二百萬元以上。
4. 保險期間最高賠償金額新台幣三千四百萬元以上。





臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 結合或參與公部門辦理健促議題成果表

活動名稱	112年米食教育			
活動日期	參加對象	學生	社區人士	教職員工
112年03月29日 112年06月21日	參加人數	30	6	10
簡述活動內容	參與鹽水區農會四健會米食教育系列活動，先從讓學生了解米的構造生長、親自煮米品嚐到後面米的料理製作如米麵條、火龍粿、壽司等等，增強學生對米食文化與米的認知進而落實在生活中。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：親自煮米品嚐		說明：米麵條		
				
說明：火龍粿		說明：肉粽		

臺南市鹽水區農會

作業組課程規畫表



作業組名稱：  歡雅國小美好食光作業組

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組課程規畫表

次數	日期	時間	主題	活動內容	備註
1	112.03.29 (三)	14:00~16:00	認識四健會	<ol style="list-style-type: none"> 1. 四健會介紹 2. 認識農會 3. 四健作業組 4. SDGS 及草根分享 	
2	112.04.26 (三)	14:00~16:00	認識身邊各種米	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用肉眼觀察並記錄各種米的特徵。 2. 用放大鏡比較白米和糙米的不同。 3. 學習如何煮出好吃的米飯。 	
3	112.05.10 (三)	14:00~16:00	隱身術~ 米會用在哪裡	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各組分別蒐集資料並進行報告~米會以哪種形式運用在生活或飲食中。 2. 米的創意料理 米粉(穀粉)的應用 米糠 稻草 其他…。 	
4	112.05.22 (三)	13:20~16:00	米麵條製作 與品嚐	<ol style="list-style-type: none"> 1. 米麵條製作 DIY。 2. 米麵條與一般麵條的比較。 3. 米麵包品嚐。 	
5	112.06.07 (三)	13:20~16:00	米食點 心製作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 火龍果紅龜粿製 DIY。 2. 壽司製作 DIY。 	
6	112.06.21 (三)	09:00~12:00	台灣阿嬤的米料理~大家來學包粽子	<ol style="list-style-type: none"> 1. 介紹各種粽子。 2. 包粽子製作 DIY。 3. 品嚐自己親手包的粽子。 	

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第一次會議記錄

開會時間：112年3月29日 14時 00分

開會地點：歡雅國小 四年甲班教室

主席：鄭■玢

紀錄：宋■婕

列席：鹽水農會黃■雪小姐、歡雅國小戴■娟校長

中心議題：四健會介紹/認識農會/四健作業組與SDGS及草根分享

議程：1. 主席與幹部致詞 2. 專題報告或示範 3. 綜合討論 4. 其他

報 告 事 項

一、主席致詞：

*歡迎大家一起參與鹽水區農會四健會美好食光作業組的課程

二、幹部報告：

*選舉幹部 副主席：洪■睿 書記：宋■婕 康樂：廖■誠

三、專題報告：

1. 四健會員：滿9歲~24歲青少年為主要輔導對象。
2. 四健會的精神象徵四片的綠色苜蓿葉，葉上書寫白色的「手」、「腦」、「身」、「心」四字。象徵幸運、愛心、健康、活潑。
3. 四健會的哲學—「從工作中學習、從學習中工作」，努力發奮，精益求精」，不斷地領悟成長的學習歷程。
4. 四健會教育方法：運用四健會的精神於食農課程學習。
 1. 藉食農教育指導學生健康飲食的概念。
 2. 藉食農教育所遇到的問題，鼓勵學生發揮創意進行產業創新。
 3. 藉食農教育讓學校與農會、四健會共同合作，引進優質食農課程。

四、會務：

1. 首先介紹鹽水區農會讓會員認識農會，了解農會的功能。
2. 播放四健會之光碟，讓會員加深印象，對四健會有更深的了解。
3. 分發作業簿讓四健會員先清楚認識作業簿。

五、作業：

1. 讓四健會員從認識四健作業組與SDGS及草根分享活動去發現問題。

2. 讓孩子解決食農課程中所產生的問題，在課程中蒐尋資料、歸納重點及創發思考以解決問題，培育學童的科學知能。

六、會員分享:

1. 第一次認識四健會，以前聽奶奶說過，這是第一次認識
2. 上課的老師很厲害，讓我們在遊戲中認識四健會
3. 很期待接下來動手作的體驗課程

七、臨時動議:無。

八、下次會議:

日期:112年4月26日(三)

地點:歡雅國小四年甲班教室

討論議題:認識身邊的各種米

九、指導員或來賓講評: 無

主席:鄭■珩

義務指導員:戴■娟校長

指導員:黃■雪小姐

■作業組第一次活動剪影



講師介紹農會體系



講師介紹農會體系



介紹農會座右銘

農會與 SDGs

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第二次會議記錄

開會時間： 112 年 4 月 26 日 14 時 10 分

開會地點：歡雅國小四年甲班教室

主 席：鄭品珩

紀 錄：宋羽婕

列 席：鹽水區農會黃■雪、歡雅國小戴■娟校長、康■真主任、鄧■澤組長

中心議題：認識身邊各種米

議 程：1. 主席致詞 2. 綜合討論 3. 專題報告或示範 4. 其他

報 告 事 項

一、主席致詞：

*很高興又到上課時間,大家一起學習

*今天的課程由校長主講,讓大家認識身邊常見的各種米

二、幹部報告：

*書記:請大家確實填寫作業記錄單並交給組長彙整

三、會務：

*請大家在四甲教室上課時保持教室清潔並不要亂動抽屜裡的物品

*務必記好下次上課時間,並於時間前就坐完畢

四、作業：認識比較各種米

1. 用肉眼觀察並記錄各種米的特徵。

2. 用放大鏡比較白米和糙米的不同。

3. 學習如何煮出好吃的米飯。

五、會員分享：

1. 來要煮出好吃的米有這麼多要注意的事

2. 我要把學到的回家煮給家人吃

3. 今天認是梗米和秈米,還有其他的米,第一次用放大鏡觀察米,真的印象深刻

六、臨時動議：無

七、下次會議：

日期:112.05.10(三)

地點:歡雅國小四年甲班教室

討論議題:隱身術~米會用在哪裡?

八、指導員或來賓講評:無

主席:鄭■珩

義務指導員:戴■娟校長

指導員:黃■雪小姐

■作業組第二次活動剪影



這些米你認識幾種呢?

用放大鏡仔細觀察



老師教我們如何分辨各種米

我們一起來研究



嚐嚐好吃的米飯

學會了回家做給家人吃

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第三次會議記錄

開會時間：112年5月10日14時10分

開會地點：歡雅國小四年甲班教室

主席：鄭■玢

紀錄：宋■婕

列席：歡雅國小康■真主任、鄧■澤組長、李■昇老師

中心議題：隱身術~米的應用~分組報告

議程：1. 主席致詞 2. 綜合討論 3. 專題報告或示範 4. 其他

報告事項

一、主席致詞：

*今天的課程希望大家能踴躍發表，校長會帶領我們認識和討論米製品

二、幹部報告：

書記：感謝各組配合提交活動紀錄單

三、會務：

副主席：也感謝各組協助維護上課教室的整潔

感謝校長提供參與學員點心

四、作業：隱身術~米會用在哪裡？

1. 各組分別蒐集資料並進行報告~米會以哪種形式運用在生活或飲食中。

2. 例如：米的創意料理 米粉(穀粉)的應用 米糠 稻草 其他…。

五、學員分享：

1. 自己動手煮飯才知道不簡單

2. 聽到家人誇獎我煮的飯很有成就感

3. 醋放太多，結果全家都不吃，很糗

4. 原來阿嬤知道的米料理最多

六、臨時動議：無

七、下次會議：

日期:112年5月22日(三)

地點:歡雅國小中走廊

討論議題:米食點心製作~米麵條製作+綠豆糕

七、指導員或來賓講評:無

主席:鄭品珩

義務指導員:康韶真主任

指導員:戴淑娟校長

■作業組第三次活動剪影



七嘴八舌來討論

各組討論情形



討論

各組上臺分享



各組上臺分享

各組上臺分享

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第四次會議記錄

開會時間：112年 5月 22日 13時 10分

開會地點：歡雅國小中走廊

主席：鄭■珩

紀錄：宋■婕

列席：鹽水區農會黃■雪小姐、歡雅國小戴■娟校長、康■真主任

中心議題：米食點心製作

議程：1. 主席致詞 2. 綜合討論 3. 專題報告或示範 4. 其他

報告事項

一、主席致詞：

* 今日課程由米師傅吳文宜老師到校帶領我們製作米麵條和綠豆糕

二、幹部報告：

書記：作業單請勿遲交，最好在一週內完成

三、會務：

副主席：今天上課位置在中廊，感謝高年級學員協助桌子的搬運，

會後一樣請大家協助場地復原工作

四、作業：米食點心製作

1. 米麵條的製作原理及原料介紹說明。

2. 動手製作米麵條。

3. 綠豆糕製作原理及原料介紹說明。

4. 動手製作綠豆糕

五、會員分享：

1. 感覺好特別米也可以做麵條

2. 綠豆糕要小心壓好後才能倒出來

六、指導員或來賓講評：無

主席：鄭■珩

義務指導員：黃■雪小姐

指導員：吳■宜老師

■ 作業組第四次活動剪影



米師傅吳文宜老師示範米麵條製作



分組製作



分組製作



綠豆糕製作



分組製作



合影

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第五次會議記錄

開會時間：112年 6月 7日 13時 10分

開會地點：歡雅國小中走廊

主席：鄭■珩

紀錄：宋■婕

列席：鹽水區農會黃■雪小姐、歡雅國小戴■娟校長、康■真主任

中心議題：米食點心製作

議程：1. 主席致詞 2. 綜合討論 3. 專題報告或示範 4. 其他

報告事項

一、主席致詞：

* 今日課程由上次來學校的米師傅吳文宜老師到校帶領我們製作 1. 火龍果紅龜粿
2. 壽司共 2 種。

二、幹部報告：

書記：作業單請勿遲交，最好在一週內完成

三、會務：

副主席：今天上課位置在中廊，謝謝高年級學員協助桌子的搬運，
會後一樣請大家協助場地復原工作

四、作業：1. 火龍果紅龜粿 2. 壽司

1. 麻糬 2. 火龍果紅龜粿 3. 壽司的製作原理及原料介紹說明。
2. 分組動手製作。

五、會員分享：

1. 以前吃火龍果，沒想到利用火龍果顏色也可以作紅龜粿
2. 麻糬沒想到是這麼簡單。

六、指導員或來賓講評：無

主席：鄭■珩

義務指導員：黃■雪小姐

指導員：吳■宜老師

■ 作業組第五次活動剪影



米師傅吳文宜老師示範火龍果紅龜粿製作方式

分組製作



分組製作

壽司製作



一起分享

品嚐

臺南市歡雅國民小學『美好食光』作業組第五次會議記錄

開會時間：112年 06月 21日 09時 00分

開會地點：歡雅國小中走廊

主席：鄭■珩

紀錄：宋■婕

列席：鹽水區農會黃■雪小姐、歡雅國小戴■娟校長、康■真主任

中心議題：台灣阿嬤的米料理~大家來學包粽子

議程：1. 主席致詞 2. 綜合討論 3. 專題報告或示範 4. 其他

報告事項

一、主席致詞：

* 今日課程由幼兒園廚工欽琴阿嬤帶領我們製作端午節好吃的肉粽。

二、幹部報告：

書記：作業單請勿遲交，最好在一週內完成

三、會務：

副主席：今天上課位置在中廊，謝謝高年級學員協助桌子的搬運，

會後一樣請大家協助場地復原工作

四、作業：包粽子

1. 肉粽的製作原理及原料介紹說明。

2. 分組動手製作。

五、會員分享：

1. 以前只會吃肉粽，沒想到肉粽這樣不好包

2. 我們很容易就將粽葉弄破或者將米露出來，大家都手忙腳亂，但好好玩。

六、指導員或來賓講評：無

主席：鄭■珩

義務指導員：黃■雪小姐

指導員：吳■宜老師

■ 作業組第六次活動剪影



欽琴阿嬤教大家肉粽製作方法



分組製作



校長指導大家製作肉粽注意事項



分組製作



綁肉粽



綁肉粽