

# 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
	第七項 社區連結與合作	2. 學校召開健康促進相關會議邀請社區重要人士參加(如:里長、學校周邊商家、課後照顧機構、醫療衛生單位、幼教單位、樂齡學習中心、校外健康團體等社區代表), 共同合作推動健康促進議題(4%)。
自評:2%	學校社區關係	7-2-1 ➤ 佐證資料如照片、計畫、紀錄、簽到表等。

## 學 校 執 行 狀 況

1. 運用親職座談暨班親會向家長說明健康促進相關議題推動。
2. 學校於課後照顧推行視力保健。
3. 聯繫里長協助校園健康環境消毒。
4. 社區宣導健康促進議題
5. 社區人士:如區長、立委、議員及社會團體協助校園設備與健康促進推展

佐證資料:

7-2-1-1:親職座談暨班親會計劃與成果(112 學年度為代表)

7-2-1-2:課後照顧班視力保健實施成果

7-2-1-3:里長協助校園健康環境消毒成果

7-2-1-4:社區宣導健康促進議題成果

7-2-1-5:地方人士協助校園設備與健康促進推展成果



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	112學年度親師座談會暨班親會計畫與成果			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112年09月23日	參加人數	15	26	20
113年03月01日	參加人數	0	19	20
簡述活動內容	藉由活動加強宣導健康促進議題:登革熱防治與全民健保暨正確用藥。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校長藉座談會宣導登革熱防治



說明：目前臺南市登革熱疫情



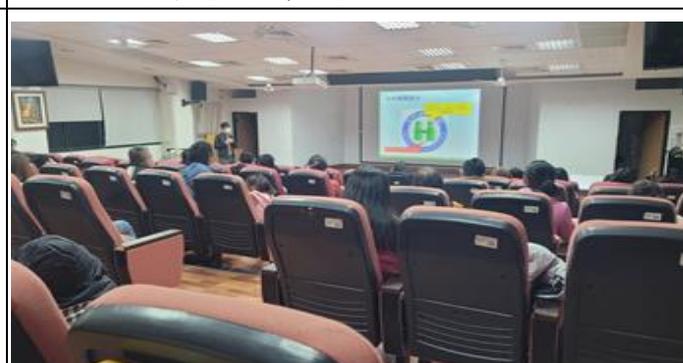
說明：如何預防



說明：校長說明學校擔任全民健保暨正確用藥種子學校



說明：柳營奇美醫院藥師擔任講師



說明：宣導情形

**臺南市鹽水區歡雅國小**  
**112學年度教育部國民及學前教育署推動教育優先區計畫**

**補助項目一、推展親職教育活動**

**壹、學校基本資料**

縣/市	臺南市		
鄉/鎮/區	鹽水區		
學校名稱	(114738)歡雅國小		
學校類型	偏遠學校		
分校/分班	無		
班級數 (統計處111學年度資料)	6班	學生數 (統計處111學年度資料)	71人
承辦人姓名	康真主任	聯絡電話	06-6552558 分機810
承辦人信箱			

**貳、申請項目**

親職教育活動：

申請辦理親職教育活動 2 場次，預計參與親職教育活動家長共 40 人次。

**參、現況/問題分析或計畫目標**

- 一、提供家長親職教育相關資訊。
- 二、提升社區居民自我意識，進而參與學校教育。
- 三、透過親職教育，鼓勵家長參加學校活動並認同。
- 四、協助家長建立優質的教養態度。
- 五、透過親師座談，建立親師雙向溝通管道。

**肆、辦理/執行方式**

第一場：112學年度第一學期親職教育活動

日期：112年9月15日

時間：18:00-20:00

地點：歡雅國小視聽教室

參加人員：目標學生家長

講題：正向親子溝通-拒絕網路沉迷

講師：外聘講師



歡雅國小 112 學年度第一學期親職教育活動  
家長簽到表

辦理時間：112 年 9 月 23 日 (時間：18 點 30 分 至 20 點 00 分)		地點：視聽教室	
辦理單位：歡雅國小		人數：            人	
	家長簽到處		家長簽到處
	李 毓		曾 彭
	吳 環		王 廷
	李 璋		楊 恩
	吳 璋		吳 珍
	李 珊		邱 怡
	吳 益		蔡 毅
	李 弘		張 云
	曾 道		陳 文
	吳 志		李 仰
	楊 岡		蔡 文
	劉 景		翁 凱
	許 哲		
	鍾 麗		
	翁 華		
	林 潔		

歡雅國小 112 學年度第二學期親職教育活動  
家長簽到表

辦理時間：113年3月1日（時間：18點30分至20點00分）  
 辦理單位：歡雅國小 地點：視聽教室  
 人數： 人

家長簽到處	家長簽到處
林 [redacted] 志	沈 [redacted] 如
李 [redacted] 瑞	翁 [redacted] 權
李 [redacted] 毓	羅 [redacted] 鈞
蘇 [redacted] 祥	許 [redacted] 哲
張 [redacted] 麗	方 [redacted] 萍
劉 [redacted] 瑞	
黃 [redacted] 芸	
鄭 [redacted] 和	
蘇 [redacted]	
趙 [redacted] 惠	
吳 [redacted] 仕	
蔡 [redacted] 瑋	
劉 [redacted] 宸	
黃 [redacted] 宇	
吳 [redacted] 凱	



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	課後照顧班視力保健宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	46	0	19
簡述活動內容	由老師群向課後照顧與課後輔導學生宣導視力保健重要性與護眼六大招。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：視力保健重要性		說明：視力保健護眼招		
				
說明：30分鐘休息10分鐘		說明：可以起來運動一下		
				
說明：視力保健宣導情形		說明：視力保健宣導情形		



## 臺南市鹽水區歡雅國民小學健康促進學校

### 課後照顧班視力保健實施計畫

#### 壹、依據:

- 一、臺南市 112 學年度辦理學校健康促進實施計畫。
- 二、校內 112 學年度健康促進視力保健計畫。

#### 貳、目的:

- 一、邀請校內課後照顧班課輔機構，宣導正確的視力保健觀念、作法及策略。
- 二、協助課後照顧班學童視力保健工作，減少近視發生。

#### 參、現況分析:

- 一、目前學生皆參與校內課後照顧班，無參與其他機構。

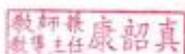
#### 參、計畫內容與實施策略:

- 一、校內自設的課輔教室環境照度要夠，黑板要 500 燭光以上，桌面要有 350 燭光以上。
- 二、給予充足午休時間。
- 三、每天課後照顧的下課時間鼓勵學童進行戶外活動增加學童運動量。
- 四、避免長時間近距離用眼，實行 3010 策略，寫功課 30 分鐘要休息 10 分鐘，減少 3C 產品使用
- 五、利用相關海報或資料進行教學宣導。

#### 肆、預期效益:

減少近視機率發生，並能遵守 3010 及戶外 120 運動愛護自己的眼睛。

伍、本計畫主校長核定後實施，修正時亦同。

承辦人： 

教導主任： 

校長： 

# 臺南市鹽水區歡雅國小課後照顧暨課輔機構學童視力保健宣導單

親愛的老師們您們好：

近年來國小學童近視比例不斷攀升，而近視的主要原因是：「長時間」、「近距離」、「用眼不當」，因此，不管是在教室或是課輔或家中用眼之習慣與環境亦是影響學童視力不良關鍵之一。我們誠摯地邀請您與我們共同來關心學童的視力問題，並請注意學童日常用眼習慣，營造視力友善環境，為學童視力健康一起攜手努力。感恩!以下為視力保健相關資訊供您參考：

視力保健宣導海報資料來自:臺南市衛生局提供

**詞彙小百科**

- 進士原是科舉的科目之一。
- 隋朝設立科舉進士科，以選賢能。
- 到了元朝以後，惟存進士一科。
- 遂成為科舉功名的最高等級。
- 民間又稱考中進士為「金榜題名」。

## 我要進士，不要近視

### 護眼六招式

**第一式** 讀書環境 光線要充足

**第二式** 眼睛休息不忘記  
用眼30分鐘休息10分鐘  
看電視電腦一天不超過1小時

**第三式** 營養充足 均衡飲食

**第四式** 早睡早起 充分休息

**第五式** 遠眺綠野戶外運動  
假日安排2-3小時以上戶外活動時間

**第六式** 每年定期 1~2次視力檢查

臺南市政府衛生局 關心您

衛生福利部國民健康署  
運用菸品健康福利捐經費支應



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	里長協助校園健康環境消毒			
活動日期	參加對象	學生	家長與社區人士	教職員工
每年一次	參加人數	0	6	5
簡述活動內容	里長每年至校進行環境消毒			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：110.07.28里長與消毒人員		說明：110.07.28里長協助消毒		
				
說明：每次里長親自到現場了解消毒情形 111.08.01		說明：111.08.01消毒情形		
				
說明：里長會仔細叮嚀消毒人員消毒區域 112.05.12		說明：112.05.12消毒情形		



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	社區宣導健康促進議題			
活動日期	參加對象	學生	家長與社區人士	教職員工
112年12月28日	參加人數	0	20	5
簡述活動內容	橋南國樂團成員大都為鹽水區社區人士，因此校長至該團宣導健康促進議題-全民健保與正確用藥，並邀請大家一起來共同合作推動健康促進			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：先說明全民健保重要性



說明：用藥安全



說明： 宣導情形



說明： 宣導情形



說明： 宣導情形



說明：邀請大家一起來參與



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	社區宣導健康促進議題			
活動日期	參加對象	學生	家長與社區人士	教職員工
113年05月	參加人數	0	20	2
簡述活動內容	鹽水區衛生所及學生家長們合作於大莊關懷據點及歡雅關懷據點進行健康飲食與量測腰圍及血壓等健康活動。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



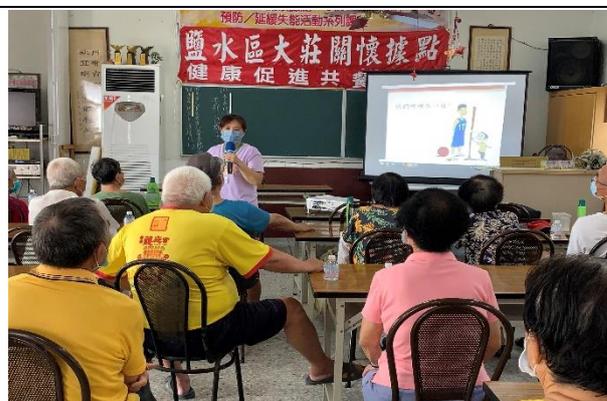
說明：腰臀圍的量測



說明：量身高



說明：健康飲食宣導情形



說明：宣導情形



說明：健康餐盤宣導情形



說明：健康餐盤



## 臺南市112學年度歡雅國民小學健康促進增能活動- 社區連結與合作學校社區關係議題成果表

活動名稱	地方人士協助校園設備與健康促進推展			
活動日期	參加對象	學生	家長與社區人士	教職員工
時常性	參加人數	84	無法計算	25
簡述活動內容	社區人士:如區長、立委、議員及社會團體協助校園設備與健康促進推展			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明:趙昆原議員特助參與111年聖誕路跑



說明:鹽水區區長及大豐製棉廠捐贈午安枕



說明:賴惠員立委協助歷史建築修復



說明:李宗翰議員勘察校園因地震倒塌圍牆



說明:營鳳國際同濟會捐助校內弱勢學童



說明:運動會各方人士蒞臨