

實施日期(期程)：112學年度

新嘉國小健康促進績優學校評選

# 教職員實踐健康行為 - 自主運動：踏步機



# 教職員實踐健康行為-餐後潔牙



# 教職員實踐健康行為-喝足白開水





# 教職員實踐健康行為- 自主健康管

臺南市後壁區新嘉國民小學  
教職員工健康紀錄表

姓名: 吳 身分證字號: \_\_\_\_\_ 生日: \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

緊急聯絡人: \_\_\_\_\_ 關係: \_\_\_\_\_

連絡電話:(a) \_\_\_\_\_ (b) \_\_\_\_\_ 手機: \_\_\_\_\_

#規律運動: 無 有 每週 \_\_\_\_\_ 次, 一次 \_\_\_\_\_ 分鐘

#吸菸習慣: 無 有

#過去病史: 無 有  
高血壓 糖尿病 心血管疾病 高血脂症 其他: \_\_\_\_\_

#目前是否有長期服用之藥物:  
否 是, 藥物名稱: \_\_\_\_\_

#曾經過敏藥(食)物: \_\_\_\_\_

#其他特殊事項: \_\_\_\_\_

日期	身高	體重	BMI	血壓	心跳	視圖	其他
10/8				118/67	72		
1/8				92/66	82		
1/15				104/62	74		
1/6				110/69	82		→ 8/2021 測新舊 → 降血 壓為2次 新測得 醫生不 確定 → 仍在觀察 → 9/15/2021 測新舊 均有低血壓 2) → 8/25/21 測新舊 結果 發現新上雙軌 竹根橋社 → 8/25/21 但主訴人在 雙軌前 降血壓, 測 110/69
9/20							
12/20							

臺南市後壁區新嘉國民小學  
教職員工健康紀錄表

姓名: 姜 身分證字號: \_\_\_\_\_ 生日: \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

緊急聯絡人: 姜 關係: 夫妻

連絡電話:(a) \_\_\_\_\_ (b) \_\_\_\_\_ 手機: 093 \_\_\_\_\_

#規律運動: 無 有 每週 \_\_\_\_\_ 次, 一次 \_\_\_\_\_ 分鐘

#吸菸習慣: 無 有

#過去病史: 無 有  
高血壓 糖尿病 心血管疾病 高血脂症 其他: \_\_\_\_\_  
 Leas 相關體試

#目前是否有長期服用之藥物:  
否 是, 藥物名稱: \_\_\_\_\_

#曾經過敏藥(食)物: \_\_\_\_\_

#其他特殊事項: \_\_\_\_\_

日期	身高	體重	BMI	血壓	心跳	視圖	其他
1/4	155.6	48.5	20.0	98/68	56		
1/2	155.6	47.8	19.74	95/62	54		
1/4				95/59	49		
1/2				100/64	49		
3/2				97/60	65		
3/16				98/62	62		
4/6				94/59	61		