

學校推動健康促進計畫特色

1. 本校榮獲 109 學年度各級學校健康體適能與飲食行動教育計畫成果第三名

教育局公告

109 學年度臺南市各級學校健康體適能與飲食行動教育計畫成果第三名

109 學年度臺南市各級學校健康體適能與飲食行動教育計畫
成果審查得獎名單

組別	第一名	第二名	第三名	績優學校
A	高化國小	柳營國中 佳興國中	西埔國小 高港國中 山上國小	寶建國小、官田國中、 新寮國小、延平國中、 崇和國小、文賢國小、 雙春國小、字龍國小、 松林國小、 六甲國小湖東分校、 大竹國小、青雲國小、 新北大同國小、林鳳國小
B	新南國小	保西國小 仁愛國小	東興國小 官田國小 永進安南國小 新化國小	長安國小、南安國小、 白河國小、東陽國小、 湖庄國小、地文國小
C	日新國小	新進國小 六甲國小	五五國小 進學國小 大成國小 獅仁國小	大潭國小、忠孝國中、 永康國中、海東國小、 永華國小、新民國小

得獎金單

2. 每月自我健康記錄表執行率統計

109年11月自我健康紀錄單

班級	刷牙次數	用眼30分鐘、 休息10分鐘次數	運動30分鐘	喝足1500cc 水、0含糖飲料
101	1451	778	764	740
102	1657	547	676	601
103	1624	710	644	577
104	1396	521	565	458
105	1590	562	641	436
201	1525	655	711	656
202	1461	587	752	668
203	1737	806	796	779
204	1768	679	587	596
205	1946	559	615	547
206	1974	659	626	639
207	2086	715	733	658
301	1548	586	541	502
302	1300	614	500	515
統計	7718	3118	3290	2812

自我健康記錄次數統計

109年12月自我健康紀錄單(一年級)

班級	刷牙次數	用眼次數	運動次數	喝水次數	刷牙執行率	用眼執行率	運動執行率	喝水執行率	教師簽名
101	1451	778	764	740	56%	90%	88%	85%	蔡淑娟
102	1657	547	676	601	64%	63%	78%	69%	陳宜伶
103	1624	710	644	577	62%	82%	74%	66%	程玉芬
104	1396	521	565	458	54%	60%	65%	53%	黃宜儀
105	1590	562	641	436	63%	67%	77%	52%	邱佳玲
統計	7718	3118	3290	2812					

組長 蔡淑娟 主任 謝靜華 校長 周展賢

自我健康記錄表執行率會簽

3. 性健康知識宣導

臺南市109年青少年性健康知識宣傳教育活動 (附件)

一、參加對象：

(一)本市各區國小5-6年級學生

(二)本市各區國中健康教育老師、護理老師、校護或補習班教師

二、活動日期：109年10月19日-109年11月16日

三、活動辦理及獎勵方式：

(一)國小：

1. 活動方式：學生填寫學習單，以班級為單位收齊由班級導師寄回本局(地址：臺南市新營區東興路163號 國民健康科 潘小姐 收)或送至各區鄰近衛生所。

2. 獎勵方式：完成學習單並寄回，同學及班級導師皆可獲得一份小禮物。

(二)國中：

青春同行 學習單

小健健，最近你身體開始有了變化，但這些變化你了解嗎？身體你知人知事不知，這些變化你已經開始了，但這些變化你了解嗎？

第一題：身體的變化

第二題：身體的變化

第三題：網路交友安全守則

第四題：網路交友安全守則

第五題：網路交友安全守則

第六題：網路交友安全守則

第七題：網路交友安全守則

第八題：網路交友安全守則

第九題：網路交友安全守則

第十題：網路交友安全守則

學生完成學習單

參加臺南市 109 青少年性健康知識宣導活動

學生完成學習單

4. 透過五王之星進行健康促進相關宣導

臺南市永康區五王國小電視教育節目~五王之星製播計畫																																				
<p>1. 目的：藉由影片傳遞愛之理念與作為，期能內化為學生價值觀念，融入校內各項議題之宣導活動，讓學生透過影片內容，習得多元知識。</p> <p>2. 實施對象：全校學生。</p> <p>3. 實施時間：週五上午8:10-8:30、中午13:00-13:20。(期中、期末考前一週，或當週達致重大活動則暫停播放)。</p> <p>4. 實施方式：透過存取雲端硬碟109五王之星\10902，請各班教師先行下載至電腦桌面在電腦上播放。</p> <p>5. 節目內容：各處室教育影片結合學校推動各項議題，以影片播放提升宣導效果。</p>																																				
<p>109學年度第二學期五王之星播放節目時間暨內容一覽表</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>週次</th> <th>日期</th> <th>節目名稱</th> <th>處室</th> <th>成果</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一</td> <td>2/26</td> <td>一~六年級防震避難宣導 二、四、六年級國防教育</td> <td>學務處</td> <td>1. 一~六年級，請於2/26(五)前交回家庭防災卡 2. 請二、四、六年級每班回傳1張上課成果照片。</td> </tr> <tr> <td>二</td> <td>3/5</td> <td>防制校園霸凌宣導 + 校園防疫宣導</td> <td>學務處</td> <td>校園防疫有獎徵答</td> </tr> <tr> <td>三</td> <td>3/12</td> <td>視力保健暨防制網路成癮教育宣導</td> <td>學務處</td> <td>一~三年級(視力)有獎徵答 四~六年級(網癮)有獎徵答</td> </tr> <tr> <td>四</td> <td>3/19</td> <td colspan="3">運動會預演(暫停一次)</td> </tr> <tr> <td>五</td> <td>3/26</td> <td>性平教育宣導</td> <td>輔導室</td> <td></td> </tr> <tr> <td>六</td> <td>4/9</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		週次	日期	節目名稱	處室	成果	一	2/26	一~六年級防震避難宣導 二、四、六年級國防教育	學務處	1. 一~六年級，請於2/26(五)前交回家庭防災卡 2. 請二、四、六年級每班回傳1張上課成果照片。	二	3/5	防制校園霸凌宣導 + 校園防疫宣導	學務處	校園防疫有獎徵答	三	3/12	視力保健暨防制網路成癮教育宣導	學務處	一~三年級(視力)有獎徵答 四~六年級(網癮)有獎徵答	四	3/19	運動會預演(暫停一次)			五	3/26	性平教育宣導	輔導室		六	4/9			
週次	日期	節目名稱	處室	成果																																
一	2/26	一~六年級防震避難宣導 二、四、六年級國防教育	學務處	1. 一~六年級，請於2/26(五)前交回家庭防災卡 2. 請二、四、六年級每班回傳1張上課成果照片。																																
二	3/5	防制校園霸凌宣導 + 校園防疫宣導	學務處	校園防疫有獎徵答																																
三	3/12	視力保健暨防制網路成癮教育宣導	學務處	一~三年級(視力)有獎徵答 四~六年級(網癮)有獎徵答																																
四	3/19	運動會預演(暫停一次)																																		
五	3/26	性平教育宣導	輔導室																																	
六	4/9																																			
<p>第三週(3/12)視力保健暨防制網路成癮</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年級</th> <th>影片名稱</th> <th>影片連結</th> <th>備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一年級</td> <td>【唐朝小菓子】20160918 - 靈魂之窗 https://www.youtube.com/watch?v=eK3wAv8RTwM</td> <td></td> <td>◎一~三年級 視力保健 (有獎徵答)</td> </tr> <tr> <td>二年級</td> <td>護眼探員勇闖快樂島—打擊惡視力 https://www.youtube.com/watch?v=3YOWQBohyGY</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三年級</td> <td>視力保健篇—揉眼睛一家人【4分鐘】 https://www.youtube.com/watch?v=3M6hbPpJ5E</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>四年級</td> <td>[毒不添下]網路成癮教學動畫 https://www.youtube.com/watch?v=9kNYFzAJsQ</td> <td></td> <td>◎四~六年級 防制網路成癮 (有獎徵答)</td> </tr> <tr> <td>五年級</td> <td>測驗你是帥哥 還是宅男? - 蔡阿嘎殘酷網路成癮指數大哉問!! (公益宣導) https://www.youtube.com/watch?v=TYWwQSO1ge8&list=P7-PVqQv1T7zqRzI715Y9P4p8BqDqxMLG&index=5 衛生福利部 網路成癮動畫 https://www.youtube.com/watch?v=Q3DEOoPIsI</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>六年級</td> <td>網路遊戲成癮 我列精神疾病 https://www.youtube.com/watch?v=LP-ZUtdoqRQ</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		年級	影片名稱	影片連結	備註	一年級	【唐朝小菓子】20160918 - 靈魂之窗 https://www.youtube.com/watch?v=eK3wAv8RTwM		◎一~三年級 視力保健 (有獎徵答)	二年級	護眼探員勇闖快樂島—打擊惡視力 https://www.youtube.com/watch?v=3YOWQBohyGY			三年級	視力保健篇—揉眼睛一家人【4分鐘】 https://www.youtube.com/watch?v=3M6hbPpJ5E			四年級	[毒不添下]網路成癮教學動畫 https://www.youtube.com/watch?v=9kNYFzAJsQ		◎四~六年級 防制網路成癮 (有獎徵答)	五年級	測驗你是帥哥 還是宅男? - 蔡阿嘎殘酷網路成癮指數大哉問!! (公益宣導) https://www.youtube.com/watch?v=TYWwQSO1ge8&list=P7-PVqQv1T7zqRzI715Y9P4p8BqDqxMLG&index=5 衛生福利部 網路成癮動畫 https://www.youtube.com/watch?v=Q3DEOoPIsI			六年級	網路遊戲成癮 我列精神疾病 https://www.youtube.com/watch?v=LP-ZUtdoqRQ									
年級	影片名稱	影片連結	備註																																	
一年級	【唐朝小菓子】20160918 - 靈魂之窗 https://www.youtube.com/watch?v=eK3wAv8RTwM		◎一~三年級 視力保健 (有獎徵答)																																	
二年級	護眼探員勇闖快樂島—打擊惡視力 https://www.youtube.com/watch?v=3YOWQBohyGY																																			
三年級	視力保健篇—揉眼睛一家人【4分鐘】 https://www.youtube.com/watch?v=3M6hbPpJ5E																																			
四年級	[毒不添下]網路成癮教學動畫 https://www.youtube.com/watch?v=9kNYFzAJsQ		◎四~六年級 防制網路成癮 (有獎徵答)																																	
五年級	測驗你是帥哥 還是宅男? - 蔡阿嘎殘酷網路成癮指數大哉問!! (公益宣導) https://www.youtube.com/watch?v=TYWwQSO1ge8&list=P7-PVqQv1T7zqRzI715Y9P4p8BqDqxMLG&index=5 衛生福利部 網路成癮動畫 https://www.youtube.com/watch?v=Q3DEOoPIsI																																			
六年級	網路遊戲成癮 我列精神疾病 https://www.youtube.com/watch?v=LP-ZUtdoqRQ																																			

五王之星製播計畫

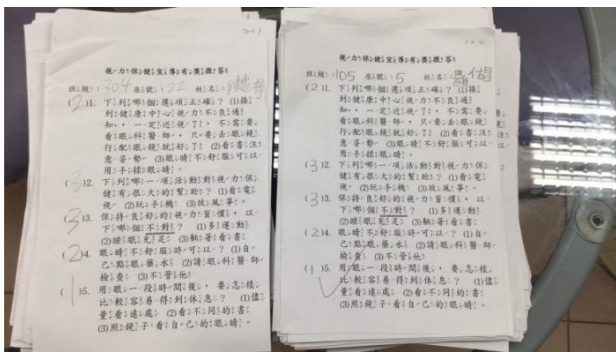
五王之星影片連結



一年級觀看影片



三年級觀看影片



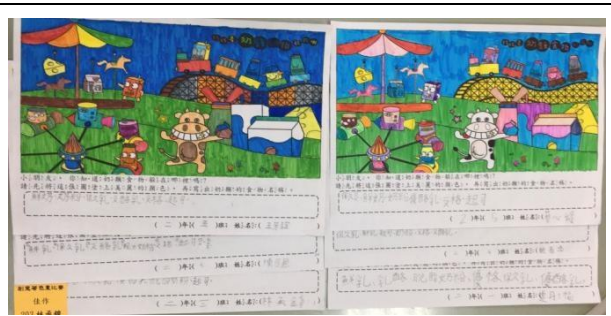
完成學習單



視力保健有獎徵答抽獎



一年級創意著色畫



二年級創意著色畫



中年級營養餐盤繪畫



高年級健康飲食四格漫畫

8. 參加非官方健康促進相關活動

臺中市	北屯區	市立松竹國小	尤○慈
臺中市	北屯區	市立松竹國小	黃○瑜
臺中市	北屯區	市立松竹國小	羅○慕
臺中市	北屯區	市立僑孝國小	賴○希
臺中市	北屯區	市立僑孝國小	陳○勤
臺中市	北屯區	市立僑孝國小	周○彥
臺中市	北屯區	市立僑孝國小	劉○恩
臺中市	北屯區	市立賴厝國小	陳○崑
臺中市	沙鹿區	市立沙鹿國小	沈○婷
臺南市			
臺南市	中西區	市立忠義國小	許○語
臺南市	左鎮區	市立左鎮國小	鄭○睿
臺南市	永康區	市立永康國小	林○嘉
臺南市	永康區	市立五王國小	曾○翔
臺南市	玉井區	市立玉井國小	張○涓
臺南市	安平區	市立安平國小	林○翔
臺南市	安南區	市立和順國小	方○勤
臺南市	安南區	市立和順國小	陳○瑋
臺南市	安南區	市立長安國小	唐○騫
臺南市	佳里區	市立仁愛國小	黃○軒
臺南市	佳里區	市立仁愛國小	蔡○涵
臺南市	佳里區	市立仁愛國小	黃○琦
臺南市	佳里區	市立仁愛國小	林○宥

2020年「家庭健康長」獲獎名單



發送「家庭健康長」獎品代為表揚



財團法人
台灣癌症基金會
FORMOSA CANCER FOUNDATION

台北市 105 南京東路五段 16 號 5 樓之 2
F/R No. 16, Nan-King East Rd, Sec. 5,
Taipei, 105, Taiwan, R.O.C.
TEL: (02)2879-9999 FAX: (02)2879-9922
E-mail: cancer@formosa.org.tw
http://www.formosa.org.tw


2020 福利熊水果探險隊 - 吃蔬果最有「笑」 簽收單

親愛的台南市五王國小劉依珊衛生組長，您好！

感謝您踴躍推廣本教材，因為有您的加入，讓更多學童從小即能瞭解正確的蔬果飲食習慣對健康的重要性，台灣癌症基金會在您此向您表達最高的敬意與謝忱。

為了讓福利熊水果探險隊 - 吃蔬果最有「笑」發揮最大的效益，鼓勵學童及家庭養成力行「蔬果彩虹 579」的習慣，請老師協助督促學生完成手冊內容，由學校統一回收將抽獎券於 110 年 2 月 26 日前（郵戳為憑）寄至：台灣癌症基金會 福利熊水果探險隊小組（台北市松山區南京東路五段 16 號 5 樓之 2），即可參加抽獎。

福利熊水果探險隊 - 吃蔬果最有「笑」	
學校申請數量	340
確認請打勾	<input checked="" type="checkbox"/>

簽收處（簽章+日期）：
 劉依珊



參加 2020 福利熊水果探險隊活動

發送「福利熊水果探險隊」獎品代為表揚