

【積極參與所在社區辦理之社區健康促進相關活動】

- 活動 1. 健促議題講座--**健康零缺點保健最重要**
2. 健康促進闖關活動--**彈出健康知識來**
3. 健康促進闖關活動--**認識我的餐盤**

臺南市立復興國民中學
社區民眾健康促進議題宣導計畫

一、依據：臺南市 112 學年健康促進學校計畫

二、目的：

本校在推動健康促進學校計畫的實施，不僅協助落實健康政策，更與社區結盟。藉由辦理健康促進議題推動，以社區講座宣導方式辦理，進入社區與社區民眾互動的方式，將正確健康知識帶給社區民眾，以達健康社區的目的。此外，學齡前是兒童生長發育的重要階段，為讓健康知識向下紮根，培養幼兒正確的健康觀念，將與東區親子館合作辦理營養教育藉由親子互動學習，讓家長及幼兒能更加了解正確營養的相關事項。

三、辦理單位：復興國中。

四、活動方式及日期：

日期	地點	議題	主講者
113年3月28日 9:00-10:00	關聖社區活動中心	健促議題講座 健康零缺點保健最重要	王慧娟護理師
113年4月18日 9:30-11:00	東區親子館	健促議題講座 保持免疫力我的餐盤來幫忙	葉亮吟營養師
113年4月27日 7:30-11:30	關聖社區活動中心	健康促進闖關活動 彈出健康知識來	王慧娟護理師 葉亮吟營養師

五、本計畫經由校長核准後實施，修正時亦同。

承辦 **護理師王慧娟**

營養師

衛生組長：

學務主任：

校長：

護理師林靜宜

營養師葉亮吟

教師兼衛生組長許浩瑩

教師兼學務主任陳俊豪

臺南市立復興國民中學校長陳文財

臺南市112學年度復興國民中學健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	健促議題講座--健康零缺點保健最重要	
活動日期	參加對象	社區照護關懷站學員
113年3月28日	參加人數	33人

說明：至社區關懷據點宣導健康促進講座



說明：學校營養師講解我的餐盤輕鬆瞭解均衡飲食



說明：學校護理師講解口腔疾病預防事項



說明：戶外活動護眼行動說明



說明：講解用藥5不原則

臺南市112學年度復興國民中學健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	健康促進闖關活動	
活動日期	參加對象	社區民眾
113年4月27	參加人數	115人

說明:結合社區民眾健康檢查辦理健康促進闖關活動



說明:社區民眾參加彈出健康知識來闖關活動護理師給予題意解答

說明:社區民眾參加彈出健康知識來闖關活動護理師給予題意解答



說明:民眾以食物卡學習我的餐盤每日應攝取的六大類食物

說明:學校營養師教導民眾以我的餐盤口訣瞭解每餐六大類食物要吃的量