

112 學年度文賢國民中學健康促進學校

社區連結與合作共同推動健康促進議題實施成果

議題名稱	增肌減脂體適能體驗營暨體適能檢測		
日期	112 學年度	實施對象	教職員、家長、社區民眾
簡述活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 說明增肌減脂的重要性。 2. 進行 15 分鐘核心有氧訓練。 3. 柔軟度檢測。 4. 20 分鐘的收操伸展。 		
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)			
			
說明：增肌減脂體適能體驗營體驗情形		說明：增肌減脂體適能體驗營體驗情形	
			
說明：柔軟度檢測情形		說明：柔軟度檢測情形	

臺南市 112 學年度文賢國民中學健康促進學校

社區連結與合作共同推動健康促進議題實施成果

議題名稱	阿茲海默宣導-認識失智症		
日期	112 學年度	實施對象	國一國二學生
簡述活動內容	1. 與聖功社福慈善機構共同辦理失智友善宣導。 2. 阿茲海默症與帕金森氏症有何不同？		

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：認識失智症



說明：失智症的成因



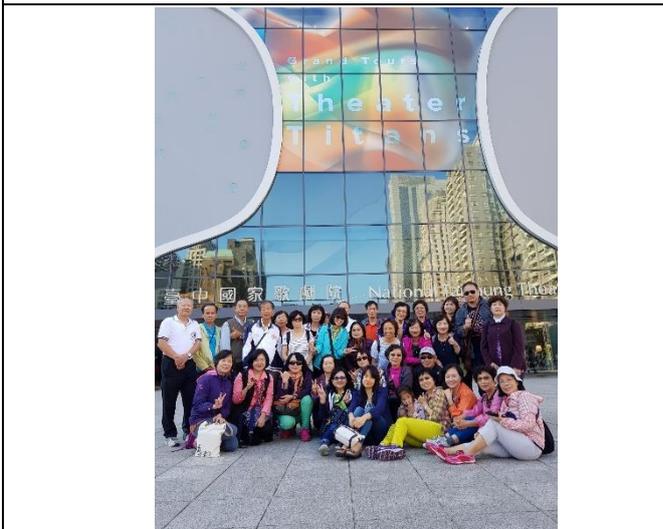
說明：常見失智症症狀



說明：阿茲海默症與帕金森氏症的不同

臺南市 112 學年度文賢國民中學健康促進學校

社區連結與合作共同推動健康促進議題實施成果

議題名稱	樂齡學習合唱團		
日期	112 學年度	實施對象	退休老師社區民眾
簡述活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請社區家長、退休老師參加合唱團 2. 至台中國家歌劇院參觀及欣賞表演 		
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)			
			
說明：合唱團團員練唱後合影		說明：參加健士盃合唱比賽情形	
			
說明：合唱團前往台中國家歌劇院旅遊		說明：合唱團至社區關懷據點做服務	