

六、社區連結與合作：健康服務



Tainan Municipal Annan District Anshun Elementary School

影音特區

本站消息 發佈文章 自訂頁面 我的文章

0000-00-00 **學務處** 112學年度健康促進學校網路問卷後測測網誌 (原標題 / 241 / 最新日期)

2024-04-08 **學務處** 臺南市政府衛生局與轉台灣基層糖尿病協會為響應終止糖尿病污名活動,倡導糖尿病友義與包容的環境,遠離糖尿病人的污名化和不平等 (原標題 / 17 / 最新日期)

2024-03-21 **學務處** 轉知「淨零綠生活行動指引」(2024年版) (原標題 / 28 / 最新日期)

2024-03-14 **學務處** 為因應本國內出現麻疹本土確診病例群聚事件,請協助以跑馬燈宣導,籲請民眾提高警覺,出現疑似發燒、鼻炎、結膜炎、紅疹等症狀,應儘速就醫 (原標題 / 24 / 最新日期)

2024-03-14 **學務處** 「M度疫情ing,不打疫苗你NG!」性行為全程正確使用保險套,並搭配水性潤滑液,定期接受篩檢,愛滋及性病不會來 (原標題 / 14 / 最新日期)

2024-03-07 **學務處** 宣導本市登革熱防治政策 (原標題 / 26 / 最新日期)

2024-02-29 **學務處** 社團法人中華民國牙醫師公會全國聯合會(以下簡稱牙醫全聯會)辦理「2024年全國國小、國中、高中職牙藝格漫畫比賽」活動辦法1份 (原標題 / 27 / 最新日期)

2024-02-29 **學務處** 臺南市113年學藝參賽優秀學生表揚(非體育類-第一階段提報)詳如說明 (原標題 / 47 / 最新日期)

2024-02-26 **學務處** 莫德納 (Spikevax) XBB.1.5 COVID-19 疫苗接種須知 (原標題 / 12 / 最新日期)

◆在學校網站提供提供各項健康資訊



◆在健康中心外提供提供各項健康資訊

六、社區連結與合作：健康服務

傳染病防治之道

疾病別	傳染途徑	常見病狀	預防方法
登革熱	病媒蚊叮咬 (埃及斑蚊和白線斑蚊)	發燒、皮膚紅疹、 頭痛、後眼高痛	◎保持室內外環境衛生 ◎清除積水容器 ◎出外活動，宜穿著長 褲和長袖
腸病毒	接觸病患口鼻分泌物、 飛沫、糞便	發燒、口腔、手掌、 腳掌出現水泡、 潰瘍	◎保持個人衛生習慣， 並經常洗手 ◎注意環境清潔與通風， 避免到公共場所
嚴重急性呼吸 道症候群 (SARS)	吸入或黏膜接觸病人 的飛沫或體液	發燒(38°C)乾咳、呼吸 急促或呼吸困難、頭痛、 肌肉酸痛、X光檢查 有肺部病變	◎養成良好個人衛生習慣 ◎勤洗手、量體溫 ◎保持居家環境清潔 ◎流行性感冒流行期間避 免參加集會及探病
宗禽流行性 感冒 (禽流感)	接觸染病家禽的分 泌物	發燒、咳嗽、喉嚨 痛、關節酸痛	◎養成良好個人衛生習慣 ◎避免接觸家禽及分泌物 ◎雞、鴨等家禽類食品煮熟 食用，不宜生食
流行性感冒	飛沫傳染(以咳嗽、 噴嚏方式散播)	發燒、咳嗽、頭痛、 關節酸痛	◎勤洗手 ◎避免到人擠擁的場所 ◎均衡營養，適度運動、

貝式刷牙法

貝式刷牙法是大多數牙醫師推薦的刷牙法：
刷毛與牙齒呈四十五度，短距離左右振動，毛尖不動，每個牙縫振動十次以上，可以有效清潔牙縫與牙齦溝，如果已經有輕微齒頸磨損，使用貝式刷牙法較不會惡化，現在我們來看看該怎麼做吧！

帶記憶卡~

- 選用軟毛小牙刷，有順序地依貝式法做橫向短距離的刷牙動作。
- 牙刷的握法應刷柄保持水平，刷上牙時刷毛朝上；刷下牙時，刷毛朝下。
- 將刷毛對準牙齒與牙齦交接處，涵蓋一點點牙齦，兩頰兩頰來回地刷。
- 刷毛與牙齒的縱軸成45°~60°角，且輕輕壓向牙齒，使刷毛的側邊也能接觸牙齒。
- 刷牙要有次序性，以避免遺漏。若從右邊開始，應在右邊結束，外面、咬合面及裡面都要刷到。

◆聯絡簿提供健康資訊

偉哲市長致家長的一封信

各位敬愛的家長，您們好：

目前全台灣已進入腸病毒流行期，疫情持續升溫中，已經有腸病毒重症病例發生，面對疫情來襲，為維護孩子們的健康，請您隨時注意自身、孩子與家中嬰幼兒的個人衛生，落實使用肥皂勤洗手為最主要預防腸病毒之措施，大人工作返家抱小孩前請務必更衣、洗手後再抱小孩，學幼童返家或進食前亦需確實洗手，確實做到「吃東西前、和小寶寶玩前、上廁所後、擤鼻涕後及看病前後」洗手5步驟，以及「盥、搓、沖、擰、擦」洗手5步驟，同時也要注意環境衛生，避免接觸感染者，以降低感染風險。

如果學幼童診斷感染腸病毒，應依本市規定請假在家休息至少1週，並避免與其他幼兒接觸，減少外出或到人的地方；也請不要將孩子送到安親班及補習班，因為腸病毒的傳染力極強，傳染途徑多元，特別是發病後的7天內傳染力最強，一旦輕忽可能會造成群聚感染。

若家中有第二個嬰幼兒感染腸病毒時，因為所接受的病毒量較高，其嚴重程度可能提高，也請家長特別留意幼兒健康，一旦出現重症前兆病徵，請儘速送至本市「腸病毒重症醫療網」責任醫院成大醫院、奇美醫院永康院區、郭綜合醫院、臺南新樓醫院、麻豆新樓醫院等5家醫院接受適當治療，掌握治療時機。

為能明確掌握校園腸病毒疫情及防治，一旦學幼童經醫生確診為腸病毒，請務必主動通報學校/幼兒園，讓我們共同守護孩子們的健康！

正確洗手五步驟

重症前兆病徵

重症前兆病徵：

- 嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力
- 肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）
- 持續嘔吐
- 呼吸急促或心跳加快(無發燒時)

市長 黃偉哲

113年5月22日

◆聯絡簿提供健康資訊

六、社區連結與合作：健康服務

安順國小 112 學年度下學期教師週三進修活動計畫表

週次	日期	實施內容	承辦處室	備註
2	02/21	期初校務會議		
3	02/28			
4	03/06	分區到校諮詢服務		
5	03/13	生命教育—物理治療師教你辦公室自我療癒	輔導室	
6	03/20	正向心理—冠軍杯測師教你如何品咖啡	輔導室	
7	03/27	正向心理—自己的專屬 LOGO 拓印製作	輔導室	
8	04/03	分區到校諮詢服務		
9	04/10	各學年(領域)社群會議		
10	04/17			
11	04/24	各學年(領域)社群會議		
12	05/01	分區到校諮詢服務		
13	05/08	各學年(領域)社群會議		
14	05/15	教科書初審	教務處	
15	05/22	教科書複審	教務處	
16	05/29	分區到校諮詢服務		
17	06/05	畢業典禮籌備	教務處	
18	06/12	家庭教育線上研習	輔導室	依教育局公告
19	06/19	各學年(領域)社群會議		
20	06/26	期末校務會議		

◆行事曆提供家長健康研習資訊