

臺南市中西區忠義國小辦理 106 學年度結合親職講座舉辦健康促進活動成果

場次名稱	用藥五核心宣導活動(親職講座)
活動日期	107.05.22
參加對象	家長
參加人數	55
具以生活技能為主之特色及績效說明	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解用藥習慣不正確會造成醫療資源浪費，並傷害身體。 2. 認識用藥五個正確觀念—說清楚、用正確、對明白、愛自己、交朋友 3. 了解看病時要說明症狀、發生的部位和時間及自己的病史、家族病史。 4. 要了解自己的身體，並讓醫生知道是否對藥物過敏，服藥前要按照藥袋的指示服用。 5. 不吃來路不明的藥、不吃別人推銷的或贈送的藥、也不拿自己的藥給別人吃。

成果照片



說明：揭示宣導主題--用藥五核心。



說明：領藥時要拿健保卡與藥師核對。



說明：用藥五個正確觀念首要步驟說清楚。



說明：參加講座的家長。

臺南市中西區忠義國小辦理 105 學年度結合親職講座舉辦健康促進活動成果

場次名稱	腸病毒宣導活動(親職講座)	
活動日期	105.11.12	
參加對象	家長	教職員工
參加人數	40	5
具以生活技能為主之特色及績效說明	希望藉由此次宣導活動能讓家長了解以下： <ol style="list-style-type: none"> 1. 腸病毒是一種非常強的病毒，1 個生病的小孩會傳染給 5 個健康的小孩 2. 腸病毒的傳染途徑~~腸病毒會出現在口水及糞便中，所以要提醒孩子吃東西前要把手洗乾淨。 3. 得到一般腸病毒及腸病毒重症的症狀、如何照顧病童。 4. 預防腸病毒的方法。 	

成果照片



說明：呈現腸病毒宣導主題。



說明：了解腸病毒的傳播途徑。



說明：了解腸病毒出現的症狀



說明：照顧病童的注意事項。

臺南市中西區忠義國小辦理 105 學年度結合親職講座舉辦健康促進活動成果

場次名稱	視力防盲宣導活動(親職講座)	
活動日期	106.05.16	
參加對象	家長	教職員工
參加人數	39	5
具以生活技能為主之特色及績效說明	<p>視力即競爭力，是全球重要的公共健康問題，希望藉由此次宣導活動讓家長了解控制學童近視度數的重要性：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 近視 600 度以上，失明的機率變高，所以不要讓孩子成為高度近視的患者。 2. 高中以前盡量不要成為近視患者： <ul style="list-style-type: none"> 方法 1. 每天多到戶外活動 2 小時。 方法 2. 不要長時間用眼，30 分到就讓眼睛休息。 方法 3. 定期到眼科醫師處檢查。 	

成果照片



說明：呈現視力防盲宣導主題。



說明：罹患近視時，要找眼科醫師治療。



說明：眼科醫師介紹眼睛結構



說明：了解就學各階段，每年增加多少度數就有可能成為高度近視的患者。

臺南市中西區忠義國小辦理 105 學年度結合親職講座舉辦健康促進活動成果

場次名稱	空氣品質與肺結核宣導活動(親職講座)	
活動日期	106.04.8	
參加對象	家長	教職員工
參加人數	31	5
具以生活技能為主之特色及績效說明	<p>台灣大學公衛學院證實空氣中的細懸浮微粒 (PM2.5)，會提高罹患肺結核的風險，暴露量每增加 10 $\mu\text{g}/\text{m}^3$，肺結核發生風險就增加 39%，預防之道如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 欲走出家門前，從行政院環保署空氣品質監測網了解當日空氣品質狀況，以作適當的防護措施。 2. 空氣品質指標為綠色時，可放心在戶外活動。黃色時，過敏體質可戴上口罩。橘色時，全部的人減少劇烈運動。紅色時，應減少戶外活動，必要外出應配戴口罩。 3. 口罩最好戴 N95 型。 	

成果照片



說明：先宣導肺結核主題。



說明：PM2.5 造成全台多人往生



說明：參加家長聚精會神觀看肺結核與空汙影片。



說明：學界證實 PM2.5 與肺結核有相關，並提高慢性病罹患的機率。