



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

『餐飲衛生研習』教育訓練



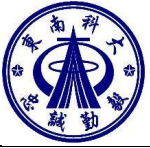
日期：110 年 2 月 19 日下午 14:00~15:00 時

地點：和平樓 201 教室

主持人(帶領者)：郭明珍 學務長

參加對象/人數：廚房從業人員 15 人

具體成效：針對本校餐飲從業人員進行食品安全教育，加強製作流程的標準化，也落實食材正確的保存方式及辦理書面資料的教育訓練，執行自我管理機制，以確保全校師生的食品衛生安全。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

110 年度體位控制健康促進計畫-體適能前測



日期：110 年 3 月 23 日中午 1220~1320 時

地點：健康中心、和平樓一樓 交誼廳

主持人：留玲琅護理師

參加人數：師生 47 人(男:37 人次、女:10 人)

具體成效：配合教育部健康促進計畫執行 110 年度『動，健康』活動，藉由師生自由報名共有 47 人報名參加。藉由體適能檢測了解自己體能、柔軟度、心肺功能等狀況經醫院分析資料加強個人運動及飲食控制，以達到體重控制為目的。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

學校衛生委員會



日期：110 年 4 月 14 日中午 12:20~13:20 時

地點：中山樓五樓會議室

主持人(帶領者)：郭明珍 學務長

參加對象/人數：衛生委員會委員應到 40 人，實到 38 人

具體成效：

1. 通過 110-111 學年度教職員工生體檢醫院(新店耕莘醫院)及學生團體保險承保公司(三商美邦人壽)。
2. 學生每人體檢費 700 元，每學期保費 656 元(學生自繳 606 元+教育部補助 50 元)。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

菸害防制『菸燃一消 健康一生』宣導講座



日期：110 年 5 月 3 日 1320~1510 時

地點：志平樓 805 教室

主題：菸燃一消 健康一生

主講人：衛福部戒菸輔導員 許華軒講師

參加對象/人數：師生 87 人（男 47 人、女 40 人）

具體成效：

1. 參加講座同學問卷調查統計，13.8% 的學生對電子煙危害認知不足。
2. 學期菸害防治宣導活動，加強學生吸菸有害身體健康觀念，並以吸菸會引發腦血管與癌症等疾病且死亡率達前三名，深入淺出講解，讓同學深刻體會吸菸嚴重危害身體健康。



109 學年度第 2 學期學務處衛保組成果報告

『安全性』愛滋病防治活動



日期：110 年 5 月 10~13 日 1320~1510 時

地點：志平樓 805 教室

主講人：1. 深坑衛生所-林怡秀醫檢師

2. 愛滋防治促進會-葉珈語講師

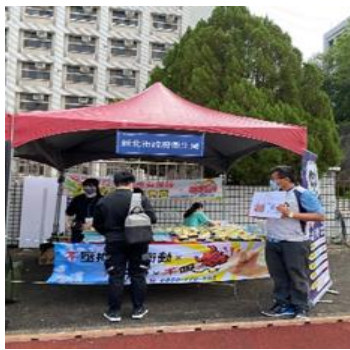
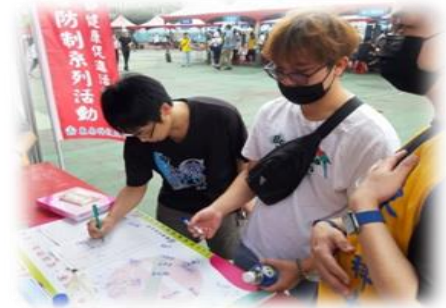
參加對象/人數：學生 164 人(學生:男生 98 人、女生 66 人)

具體成效：本學期「安全性」防治講座活動辦理 3 場，針對本國籍生及越南專班生教導正確性觀念，做好保護自己及保護他人，並教導如何正確使用保險套及說明全程使用的重要性。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

『拒菸、愛滋防治』校慶宣導活動



日期：110 年 5 月 8 日 10 時至 14 時

地點：學校田徑場

主題：「拒菸、愛滋防治」宣導活動

主持人：郭明珍 學務長

參加人員：416 人次

具體成效：

1. 配合學校校慶辦理「拒菸、愛滋防治」宣導活動，以簽名連署、有獎問答送獎品吸引同學參加。
2. 全程同學熱烈參與，期能以寓教於樂方式達成「友善校園」目標。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

110 年度 體位控制健康促進計畫-運動課程



日期：110 年 4 月 29 日中午 1220~1320 時

地點：健康中心、龍鳳館

主持人：留玲琅護理師

參加對象：共 18 人次。(學生：男生 14 人，女生 4 人)

具體成效：

1. 配合教育部健康促進計畫執行 110 年度『動，健康』活動，應舉辦 2 次運動課程，受到 COV-19 影響只能先行辦理 1 場。
2. 打造易瘦體質-教導易瘦體質的運動方法，不需要多大的運動空間，亦不需什麼運動器材，就能對肌群分別加以訓練，訓練不同部位，要先暖身運動、而後才是伸展、核心運動。一切都要循序漸進才能運動的健康安全，同學努力學習，希望能有好體態。



109 學年度第 2 學期學務處衛生保健組成果報告

110 年度 體位控制健康促進計畫-營養課程



日期：110 年 4 月 15 日、5 月 13 日中午 1220~1320 時

地點：健康中心、和平樓一樓 交誼廳

主持人：留玲琅護理師

參加對象：共 85 人次。(學生：男生 58 人，女生 27 人)

具體成效：

1. 配合教育部健康促進計畫執行 110 年度『動，健康』活動，舉辦 2 次營養課程 - 減重挑食好窈窕-熱量計算-教導學生何為健康體位、每日所需熱量、熱量如何計算，減肥從控制自己的嘴開始，除了可以吃出好身材亦可吃出健康。
2. 5/13 我的便當 外食聰明吃-現代人生活步調匆忙，外食變成新的飲食型態。如何外食卻也可以顧及健康?營養師藉由實際自助餐菜盒教導同學熱量計算，一樣可以兼顧美味與健康。同學們都覺得受益良多。