



2015年社區健康營造計畫

簡報

營造地點：大寮區

申請單位：輔英科技大學

報告人：張淑媛老師





社區健康營造重點

- 一、「菸酒檳榔防制」
- 二、「肥胖防治（飲食、運動）」
- 三、「活躍老化」
- 四、「減鹽」
- 五、「營造生活化運動社區」
- 六、「兒童視力保健」（家長）





「菸酒檳榔防制」

#提供口腔黏膜檢查篩檢服務**150**人

#檳榔健康危害防制衛教宣導**20**場

#提供戒檳服務**30**人(**2**小時)

#無檳支持環境(公共空間)及無檳職場。





「肥胖防治（飲食、運動）」

#辦理/執行健康採購宣導3場

#舉辦健康飲食、運動講座(各10場)

***辦理學校社區職場減重班**

運動團體(11小時-外)

***社區推動健康減重活動1公噸**

#推動肥胖防治之影片比賽



「活躍老化」

#健康促進講座及活動10場(老人防跌、健康飲食、心理健康促進、健康檢查與篩檢服務

(盆栽)(26+2小時)

#失智症高危險群檢測宣導活動1場(5小時)

#1場辦理「大寮社區健康營造盃健康活力秀」競賽

#100份進行老人健康篩檢服務





「減鹽」

- #在國高中小辦理減鹽講座**5場**
- #在機關團體及社區辦宣教**5場**
- #輔導學校及餐廳廚工減鹽餐點
- #**10家(104年新輔導之減鹽餐飲店至少3家30份)**





「營造生活化運動社區」

#舉辦健走講座(5內)

#成立**30**人健走隊

推展日行萬步之活動



輔英科技大學 Fooyin

● 專業素養 ● 關懷情懷 ● 宏觀視野 ● 優雅氣質 University



「兒童視力保健」(家長)

#舉辦講座10場(家長)





量身訂作課程

- **主辦單位**：輔英科技大學、大寮區衛生所、大寮區區公所。
- **指導單位**：國民健康署、高雄市政府衛生局
- **費用**：免費(由國民健康署支付)。
- **上課時間**：依單位需求來定
- **師資**：主辦單位找專業師資。



敬請踴躍報名參加

執行長：張淑媛

電話：0985-630390

E-mail：sv037@fy.edu.tw





助友戒菸檳酒宣言

我_____，知道菸檳酒有害健康，從今天起我要善盡益友的責任，幫助周遭朋友達成戒菸檳酒的目標，幫助他/她愛護自己的健康，不讓他的家人及朋友為他/她傷心流淚。



中國醫藥學院

宣誓人：_____ (姓名)

中華民國 104 年 月 日



輔英科技大學 Fooyin

● 專業素養 ● 關懷情懷 ● 宏觀視野 ● 優雅氣質 University



拒菸檳酒宣誓

我_____，知道菸檳酒有害健康，從今天起，以實際的行動加入拒菸檳酒、戒菸檳酒行列，堅決反對菸檳酒、拒二手菸、愛護健康，不再讓家人及朋友為我擔憂，並為營造優質的學習與生活環境盡心力。

宣誓人_____ (姓名)

中 華 民 國 104 年 月 日

