# 108 學年度大社國民小學健康促進活動成果表

# 簡述活動內容:2-3-3 健康促進執行紀錄

#### 大社國小 ~ 睡前潔牙·從齒健康 ~ 記錄表

年 班 座號 16 姓名: ※孩童除了平時三餐飯後的潔牙, 睡覺前的潔牙更是重要, 因睡覺時口水

分泌少,口腔環境變酸性,易滋生細菌造成蛀牙,要記得潔(刷)牙喔~ ※若你有確實執行睡前潔牙,請家長在格子裡簽名、蓋章或貼上貼紙皆 可。你的執行率愈高,牙齒就越健康唷!



#### 口腔衛生保健宣導

本校一、四年級學童平均齲齒率達 46.99% , 高於全國平均數(32.96%), 亦高於臺

牙齒的清潔不僅有利於外貌,對於飲食、消化及學習都有影響,為落實口腔保 健工作,除了本校的老師另外外,更需要您的耐心管便奠定之支持,轉導子女於每 餐、吃完點心後及睡前潔牙,使學童從小建立口腔清潔的健康習慣。 本校推行「含糖飲料不進校園」。期待家長不遜、學生不豪。多喝白開水,再

配合正確潔牙、使用含氣牙膏、含氣激水口,期能慢慢降低學童齲齒車。 大社國小 敬故

#### 大社國小 ~ 睡前潔牙·從齒健康 ~ 記錄表

※孩童除了平時三餐飯後的潔牙,<u>睡覺前的潔牙更是重要</u>,因睡覺時口水 分泌少,口腔環境變酸性,易滋生細菌造成蛀牙,要記得潔(刷)牙喔~

※若你有確實執行睡前潔牙, 請家長在格子裡簽名、蓋章或貼上貼紙皆 可。你的執行率愈高,牙齒就越健康唷!

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
		4/1	4/2	4/3	4/4	4/5
1/6	4/7	4/8	4/9	4/10	4/11	4/12
1/13	4/14	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19
/20	4/21	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26
/27	4/28	4/29	4/30			

#### 口腔衛生保健宣導

本校一、四年級學童平均麟齒率達 46.99% ,高於全國平均數(32.96%),亦高於臺 南市平均數(25.98)

南市平均數(25,98)。 穿齒的清潔不僅有利於外鏡,對於飲食、消化及學習都有影響,為房實口腔保 佐工作,除了本故的老師努力外,更需要施的耐心管促與愛心支持,輔導子女於每 奏、吃完點心後及睡前潔牙,使學童從小建立口腔清潔的健康習慣。 本校港行"含糖放料不遇校園",期待要展不遜、學生不學。多喝白開水,再

配合正確潔牙、使用含氣牙膏、含氣激水口,期能慢慢降低學童齲齒率。

大社國小 敬啟

### 說明:推行睡前潔牙紀錄表

### 大社國小學童自我健康管理紀錄表 (請貼在聯絡簿或放資料夾)

請家長<u>最少每日上學前為您的子女</u>測量體溫一夫,如有發燒(額溫, 腋溫≥ 37°C· 耳溫≥38°C),請立即就醫並請假在家休息。

			到	王級:二甲 座	號:_	10	_	姓名			-
В	星	微流	C	<b>身體狀況</b>	老師	В	12	<b>元 元 元</b>	°C	身體狀況	老師
朔	扔	早上(4世年)	晚上	(請勾選)	查核	奶	纲	半上(上學前)	晚上	, (請勾選)	查核
4/1	A	35.7	36.1	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻寒□流鼻水 □倦怠 □亏肢無力 □其他:	到安徽	4/16	120	35,8	37.1	□無 □登境 □咳嗽 □鼻寒□漁鼻水 □倦息 □回肢無力 □其他:	<b>B</b>
4/2	010	36.0	37.1	○無 □谷焼 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □回放無力 □其他:	<b>ME</b>	1/17	Ji.	36.6	37.1	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□滋鼻水 □傷息 □回肢無力 □其他:	
4/3	ĸ	35.8	36.9	ID無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦息 □四肢臭力 □其他:	對差值	4/18	×	36.1	36.8	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	财劳依
4/4	*	36.5	37.0	阿無 □倍焼 □咳嗽 □鼻寒□波鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	劉芳	4/19	н	36.2	37.1	□無 □發燒 □噴椒 □鼻寒□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	97
4/5	н	35.9	37.1	□無 □發烧 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □□肢鼻力 □其他:	图形	4/20		35.8	37.2	図集 □登焼 □喧牧 □鼻家□流鼻水 □傷怠 □四肢無力 □其他:	到芬爾
4/6	-	35.8	37.3	☑無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□遊鼻水 □傷息 □□敗無力 □其他;	到芳魚	4/21	11	35.8	37.0	□無 □登堤 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	计芳香
4/7	1	35.7	37.	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□迫鼻水 □傷島 □四敗無力 □其他:	[對等9	1/22	M	36.1	36.8	<ul><li>ご無 □登堤 □咳嗽</li><li>□再塞□流鼻水 □傷息</li><li>□四肢無力 □其他:</li></ul>	到安保
4/8	14	35.6	377	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□液鼻水 □倦怠 □四肢鼻力 □其他;	劉芳孫	4/23	No.	36.0	37.1	□無 □發燒 □雲漱 □鼻家□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	對名詞
4/9	129	35.8	36.8	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□遊鼻水 □傷息 □四敗無力 □其他:	到芳葉	4/24	16	36.6	36.8	□編 □登堤 □喧啾 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	则为
1/10	五.	36.1	37.1	図集 □發燒 □呱嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □蛔敗無力 □其他:	沙洞	4/25	×	36.2	37.1	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	174
/11	六	35.6	36.6	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □傷息 □四肢蟲力 □其他:	EFA	4/26	n	36.1	36.9	口容败無力 口其他:	1179
1/12	n	36.2	36.8	Ⅳ無 □传烧 □咳嗽 □鼻寒□流鼻水 □傷息 □即敗無力 □其他:	130	4/27	-	36.1	36.7	□無 「 受烧 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他;	2171
1/13	-	35.8	372	四無 口發燒 口咳嗽 口鼻塞口滋鼻水 口倦怠 口四肢無力 口其他:	图要	4/28	11	36.1	37,	☑無 □登堤 □喧啾 □ 申塞□流鼻水 □倦怠 □ □ 政無力 □其他;	图芬
1/14	11	35.8	76.9	□香葉 □香焼 □雪椒 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □□敗無力 □其他;	11/2/16	4/29	3	60	36.9	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻寒□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他;	1174
1/15	Æ.	35.8	37.0	日勤 □發焼 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □□財無力 □其他:	图形	1/30	ps;	36-1	36.5	回集 □發烧 □喧啾 □鼻寒□滋鼻水 □倦怠 □四駄车力 □其他。	图差

說明:自我健康管理紀錄表

說明:推行睡前潔牙紀錄表

大社國小學童自我健康管理紀錄表 (請貼在聯絡簿或放資料夾) 1. 請家長<u>最少每日上學前為您的子女測量體溫一女</u>,如有發烧(額溫. 朘溫≥ 37 ℃、 平溫≥38 ℃),請立即就醫並請假在家休息。

			333	E級:	號: _				: 2	- W	0
В	17.	雅溫	G-104	身體狀況	At 65	В	12	體證	C	身體狀況	北部
tte	奶	平上	晚上	- (精勾選)	查核	郑	朔	华上(上帝年)	晚上	(請勾選)	查档
4/1	2	35,1	21/	口無 口發燒 口咳嗽 口鼻塞口液鼻水 口傷息	图学级	4/16	113	35.5	35.5	口無 口發燒 口咳嗽 口身塞口流鼻水 口倦怠	图方是
4/2	100	35.7	35,6	□四肢無力 □其他: □癌 □發燒 □噴嗽。 □界塞□流鼻水 □倦怠	沙风	4/17	£	35.9	25.1	口四肢無力 口其他: 口無 口發燒 口咳嗽 口鼻塞口流鼻水 口倦怠	明茅稿
4/3	五	35.6	35.8	□四肢無力 □其他: □無 □皆境 □喧嗷 □异塞□流鼻水 □倦怠	图芳瓜	4/18	大	36.3	36.2	□四肢無力 □其他: □無 □香地 □咳嗽 □外窓□流鼻水 □倍息 □四時無力 □其他:	到茅具
4/4	5%	35.1	SALEADE	□切販無力 □其他: 配無 □發燒 □喧嗷 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四赎無力 □其他:	門芳佩	4/19	В	35 h	362	以	列芳佰
4/5	п	35.3	35.6	□粉度無力 □其他: □無 □發地 □咳嗽 □鼻寒□波鼻水 □倦忽 □粉度急力 □其他:	134	4/20	-	35%	35.7	□ A □ 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	图字:
4/6	-	36.0	35./	☑無 □登堤 □喧嗷 □鼻塞□流鼻水 □傷怠 □四肢無力 □其他:	劉芳儀	4/21	и	35.6	35.6	□無 口發燒 口咳嗽 □鼻塞□滋鼻水 □倦怠 □四脏無力 □其他:	到芳伊
4/7	11	35.5	35.1	□	1374	4/22	II.	35.9	25.3	□ 無 □ 登逸 □ 雪歌 □ 鼻塞□ 遊鼻水 □ 傷息 □ 四肢無力 □ 其他:	图字
4/8	JI.	35.1	35,2	☑無 □發境 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □傷息 □四肢無力 □其他:	劉芳佩	4/23	110	35,6	34.6	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他;	例第
4/9	625	35.5	356	□2篇 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □傷息 □四酸無力 □其他;	到芳儀	4/24	K.	35.5	35.1	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倍息 □四肢無力 □其他:	MW
4/10	ж	36.1	35.8	<ul><li>□結</li><li>□登地</li><li>□貨水</li><li>□各本</li><li>□各本</li><li>□格志</li><li>□の胜無力</li><li>□其他;</li></ul>	劉芳儀	4/25	25	357	35.8	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四脏熱力 □其他;	
4/11	*	35.6	35.7	□ 熱 □ 登境 □ 雪敷 □ 身寒□流身水 □ 傷息 □ 四敗無力 □其他:	图字风	4/26	и	352	35%	□無 □軽焼 □塩嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □μ□跌無力 □其他:	對茶樣
4/12	в	35.5	351	□無 □登總 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他;	W. W.	4/27	-	353	35.5	50無 □發燒 □咳嗽 □身寒□流鼻水 □倦怠 □四肢無力 □其他:	图差
4/13	-	355	34.8	□無 □發燒 □咳嗽 □鼻塞□流鼻水 □倍息 □四肢無力 □其他:	到芳族	4/28	-	360	35.7	□無 □發燒 □噴嗽 □井寒□流鼻水 □倦息 □四肢無力 □其他; □傷 □發烧 □噴嗽	別差
4/14	=	35.8	34.8	□無 □發捷 □喀嗽 □鼻塞□流鼻水 □恪息 □四肢無力 □其他;	2154	4/29	E.	361	35.7	□ # □ 日	图别
4/15	Æ	356	35.6	□無 □發烧 □咳嗽 □鼻塞缸流鼻水 □倦怠 □四點無力 □其無:	图影	3/30	w	360	35	口鼻塞口流鼻水 口倦怠 口即放棄力 口其他:	四安 信

說明:自我健康管理紀錄表



年 座 座號 姓名 年 章 座號 姓名 中 跳繩 集點 卡登記資料 年 章 座號 姓名 中 章 座號 姓名

說明:健康體能計畫-大家一起來跳繩

說明: 跳繩次數記錄表.集點領獎品.





說明: 期末跳繩比賽

說明:期末跳繩比賽





說明:學校推行不帶含糖飲料入校園

說明:學校不提供含糖飲料-合作社不賣 食物. 只賣文具

## 口腔衛生保健宣導

本校一、四年級學童平均齲齒率達 46.99% ,高於全國平均數(32.96%),亦高於臺 南市平均數(25.98)。

牙齒的清潔不僅有利於外貌,對於飲食、消化及學習都有影響,為落實口腔保健工作,除了本校的老師努力外,更需要您的耐心督促與愛心支持,輔導子女於每餐、吃完點心後及睡前潔牙,使學童從小建立口腔清潔的健康習慣。

本校推行「含糖飲料不進校園」。期待家長不送、學生不帶。多喝白開水,再配合正確潔牙、使用含氣牙膏、含氣澈水口,期能慢慢降低學童齲齒率。

大社國小 敬啟

說明:給家長的宣導資料-含糖飲料不進 校園



說明:結合家長日進行健促議題宣導



說明:學校設置飲水機.喝白開水更便利



說明:學校設置飲水機.喝白開水更便利