

國立臺北護理健康大學 107 學年度 第 2 學期

學校衛生委員會會議記錄

壹、時間：108 年 06 月 13 日(四)中午 12 點

貳、地點：行政大樓 3 樓會議室

參、主席：謝楠楨校長(請假)，由楊金寶副校長代理主席

肆、委員名單：

當然委員：吳淑芳副校長、楊金寶副校長、黃俊清學務長、林惠如教務長、沈里通總務長、黃宣宜研發長、林美如主任、陳惠娟主任、劉玟宜院長(請假)、李玉嬋院長(請假)、祝國忠院長、許智皓主任兼執行秘書

遴聘委員：王冷主任、魏秀靜副主任、周適宏醫師(健康中心牙醫師)、吳俊良主任(北投區健康服務中心主任)(請假)、黃苡菱營養師(請假)

學生代表：張惠潔同學(醫二二 A 學生代表)、何子丞同學(運四二 B 學生代表)

列席人員：梁娟娟、洪怡靜護理師

紀錄：洪怡靜護理師

伍、主席報告：

學校衛生委員會委員共 20 人，5 人請假，實到 15 人，會議人數過半數，宣布會議開始。

【委員建議】

1. 外籍生其健康問題與保健，較易被忽略，建議可與國際組共同合作提供外籍生更周全的服務。
2. 針對新生罹患特殊疾病者，加強宣導主動告知體育老師並評估是否需轉介至體育適應班。為維護懷孕學生受教權與上課安全，建議於導師研習營加強宣導，提醒學生儘早與任課老師告知，以適性安排。

陸、工作報告：(如附件一)

1. 107 學年度第 2 學期工作成果重點報告
2. 108 年度大專校院健康促進計畫「HealthyU~Winner 的閃耀青春，與健康同行」期中報告

柒、提案討論：

捌、臨時動議

玖、散會

一〇七學年度第二學期 健康中心工作報告

健康中心

一、健康環境

1. 每週進行餐飲衛生督導檢查，並將每月檢查結果通告於健康中心網頁。3/5 完成餐廳及便利超商食品送衛生局抽驗大腸桿菌共 4 項，檢查結果正常。3/22 完成廚工講習，主題「校園餐飲稽查常見之缺失及改進方法」。
2. 3、5 月完成校本部和城區部飲水機大腸菌檢測，結果正常，持續定期每 2 個月進行水質檢驗。
3. 每週協助本校醫療廢棄物清理及上網通報，平均通報約 1 公斤，完成清運合約。

二、健康服務

1. 108 年新生體檢招標，得標廠商為宏恩醫院，後續進行簽約事宜。

三、健康教育

1. 3/6 完成伙食和衛生股長幹部訓練。

四、健康促進

1. 獲得 107 年教育部健康促進計畫績優學校，通過 108 年教育部健康促進計畫補助 25 萬元，主題「HealthyU~ Winner 的閃耀青春，與健康同行」，共分成 7 項子計畫逐項進行。

- (1) iCare 愛運動(健康體位含代謝症候群防治)：4/15-4/18 「iCare 愛均衡」健康飲食推廣與健康補給站，共計 310 位學生參加、3/19-4/11 「iCare 愛運動」體位控制班，共計 24 位師生參與，前後測比較: BMI、腰圍、肌肉量與體脂肪均有進步，但僅腰圍達顯著差異($t=-4.053$, $p<.01$)、5/7-5/17 「iCare 愛運動」闖關活動(含糖大檢測、BMI 及熱量需求計算)，目前共計 160 位學生參加、5/21 「iCare 動手做」健康低糖/低熱量食品 DIY 活動，共計 22 位師生參與。

- (2) iCare 愛健康(慢病管理)：3/21-4/9 營養諮詢門診，共計 27 人次參加、3/13 與 3/20 「iCare 愛健康」健康講座，共計 287 位師生參加、5-6 月個案追蹤管理(膽固醇、尿酸、血糖、尿蛋白、血壓、體重異常)、5/24 「iCare 愛健康」複檢追蹤抽血暨 Q&A 活動。
- (3) iCare 拒菸害：4/27-5/18 「iCare 拒菸害」戒菸/種子志工班課程，共計 29 位同學報名參加(含 2 位陽明大學學生)、「iCare 拒菸害」無菸校園/CO 檢測宣導活動、無菸人行道稽核美週 2-3 次、戒菸資源轉介。
- (4) 笑口常開：3/6 美齒種子培訓共 47 人參加，已協助班級口腔衛教宣導達 200 人次、4/25 口腔保健健康講座暨闖關活動共 144 人參加，整體滿意度為 92%。
- (5) 真愛我心：3/14 邀請葉長青醫師蒞臨演講，主題：「真愛我心：正確性觀念(含愛滋防治與避孕)」共 145 人參加，整體滿意度為 92%；3/26 邀請黃正宏醫師蒞臨演講，主題：「真愛我心：子宮頸癌介紹與預防(含子宮頸癌疫苗介紹)」共 150 人參加，整體滿意度為 98%。
- 另，鄰近黃正宏家庭親子診所同意子宮頸癌疫苗優惠 4 價每劑 2900 元(原價 3500 元)、9 價每劑 4800 元(原價 5600 元)。5/7 母親節感恩活動，與學生會合辦防愛滋~熱血青年捐血活動，共完成 112 袋血。5 月真愛種子培訓 20 人參加，前後測性教育知能問卷提升 23.5%和技術提升 11.1%，暨校園愛滋防治闖關，參加人數 150 人次。申請本校 2 間哺乳室衛生局優良哺乳室認證工作事宜。
- (6) 生存之鍊：2 月歡慶元宵「生存之鍊猜燈謎」闖關共 200 人參加、3/16、3/30 基本救命術 8 小時訓練課程(BLS)共 128 人參加，全數通過考試，整體滿意度為 100%。
- (7) 防疫不漏：螢火蟲疫病監測網幹部培訓、蟲蟲特攻隊培訓共 18 人，登革熱稽查共 24 次，協助校園落地空瓶空罐或積水容器清除工作。稽核期間發現晨蔭大道地上安全栓固定膠帶

都已破裂，有積水且有孑孓孳生，委請相關單位協助清除，並協助適當遮蔽。另，癒花園

水道仍有多處積水落葉堆積和有孑孓孳生，亦委請生諮系加強清除工作。108/05/13 至

108/06/06 進行各單位登革熱宣導、自我檢查與環境稽核。

107年學年度第2學期

學校衛生委員會

學務處 健康中心

108年06月13日

工作報告

- 一. 107學年度第2學期工作成果重點說明
- 二. 108年度大專校院健康促進計畫「HealthyU~Winner的閃耀青春，與健康同行」期中報告

107學年度第2學期工作成果重點說明

工作報告一

健康環境

餐飲衛生管理

- 每週進行餐飲衛生督導檢查，並不定期抽查。
- 3/5完成餐廳及便利超商食品送衛生局抽驗大腸桿菌共4項，檢查結果正常。
- 3/22完成廚工講習，主題「校園餐飲稽查常見之缺失及改進方法」。

健康服務

- 108/02-108/06罹患肺外結核1人、肺浸潤1人，流感12人、水痘1人、疥瘡1人，加強校園環境消毒、班級衛教宣導與疫情監測。
- 108年新生體檢招標，得標廠商為宏恩醫院，後續進行簽約事宜。

108年教育部健康促進計畫

HealthyU~ Winner的閃耀青春，與健康同行

工作報告(期中報告)

計畫期程：108年1月至108年12月

計畫總經費：290,000元

計畫主題



子計畫一：體位控制

目標：

1. 每學期期中考與期末考周舉辦「iCare愛均衡」健康飲食推廣與健康補給站活動4場次，至少200人次參與。
2. 結合iCare健康管理系統舉辦「iCare愛運動」體位控制班，至少25人參加，參與率達80%以上。並進行健康知能問卷、體脂率、BMI前後測比較分析。
3. 舉辦「iCare愛運動」闖關活動(含糖大檢測、BMI及熱量需求計算)，至少100人次參與，正確率達100%。
4. 辦理「iCare動手做」健康低糖/低熱量食品DIY活動2場次。

期中達成狀況：

1. 期中考4/15-4/18「iCare愛均衡」健康飲食推廣與健康補給站活動，共計310位同學參與。期末考預計下周辦理。
2. 3/19-4/11舉辦「iCare愛運動」體位控制班，共計25位師生參與。前後測比較: BMI、腰圍、肌肉量與體脂肪均有進步，但僅腰圍達顯著差異($t=-4.053$, $p<.01$)。
3. 5/7-5/17「iCare愛運動」闖關活動，共計160位師生參與，正確率達100%。
4. 5/9「我們與餓的距離」燜燒罐魔法料理- DIY健康飲食活動，共計22位位師生參與。

活動花絮

【 體位控制班 / 闖關活動 】



活動花絮

【 健康補給站 / 燜燒罐魔法料理 】



子計畫二：個案管理

目標：

1. 每學期各開設4次營養諮詢門診，提供師生預約諮詢，預計至少5人/次，共20人次。
2. 舉辦「iCare愛健康」健康講座2場次。
3. 辦理「iCare愛健康」複檢追蹤抽血暨Q&A活動。
4. 體檢異常個案（血糖、膽固醇、尿酸、尿蛋白）追蹤，生活型態問卷與生理數值前後測比較，慢性病個案追蹤率70%。

期中達成狀況：

1. 3/21-4/9營養諮詢門診4場次，共計27人次參與。
2. 3/13、3/20與家醫科診所醫師共同舉辦「iCare愛健康」健康講座2場次，共計287位師生參加。
3. 5/24「iCare愛健康」複檢追蹤抽血暨Q&A活動，共計81位學生參加。
4. 107學年度追蹤率71%；本學期活動持續進行中。前後測比較膽固醇($t=-3.254$, $p<.01$)、尿蛋白($t=-8.487$, $p<.001$)達顯著差異。

活動花絮

【健康講座】



活動花絮

【個案管理/複檢追蹤抽血活動】

班級：_____ 親愛的 _____ 同學您好！

健康中心 通知

★.這些日子我們一起追健康.★

國立臺北護理健康大學健康中心複檢通知單

您於新生體檢發現有下列 異常/高危險群 情況：

☐ 膽固醇	☐ 尿酸	☐ 體重過重
☐ 尿酸	☐ 尿酸高	☐ 體重過輕
☐ 血糖	☐ 血壓	



健康中心
健康衛教資訊

好消息！好消息！健康中心將針對您的異常項目提供 “免費” 複檢！還送1份小禮物呢！

請同學把握難得機會，一同與健康中心為您的健康把關！

◎提供複檢時間：【城區部】每週一 8：30-12：00 地點：健管系辦公室
【校本部】每週二、四、五 8：00-12：00 地點：科技大樓1樓健康中心

備註：檢驗膽固醇、尿酸、血糖，會在您手指頭採集一滴血，尿蛋白和尿潛血檢驗尿液，除血糖需空腹8小時外，其他項目不用空腹。（若檢驗尿液，女性請避開月經來潮時段）

如上述時段無法前來之同學，請洽健康中心護理師(分機2451)，可另約其他時間，謝謝您！

-----請沿虛線剪下(無論是否參加，請一律繳回條)-----

體檢異常追蹤「複檢活動」回條

☐膽固醇 ☐尿酸 ☐血糖 ☐尿酸高 ☐尿酸低 ☐體重過重 ☐體重過輕

☐ 本人有意願參加免費複檢活動 (☐曾參加過複檢 ☐未曾參加過複檢)

☐ 本人無意願參加免費複檢活動 (請您也將本通知單繳回，確定您有收到相關資訊)

班級：	學號：	姓名：
預約時間	日期：_____ (時間：_____)	☐ 校本部 ☐ 城區部
聯絡電話		

備註：若不方便繳交紙本報名，歡迎 e-mail 呈送護理師聯絡信箱:yiching1210@ntunhs.edu.tw 參加複檢活動，我會儘快跟您聯繫！



子計畫三：菸害防制

目標：

1. 舉辦「iCare拒菸害」戒菸/種子志工班課程，至少20人參加，活動滿意度、參與率80%以上。
2. 舉辦「iCare拒菸害」無菸校園/C0檢測宣導活動。
3. 結合總務處與學務處生輔組，並培訓「迎接青春，踢走哈菸」種子志工協助校園暨無菸人行道稽核每週至少2次，校園內被稽查吸菸者協助衛教諮詢100%。

期中達成狀況：

1. 4/27-5/18與台北榮總家醫科「iCare拒菸害」戒菸/種子志工班課程，共計26位同學報名參加(含2位陽明大學學生)，出席率達86%。其中共包含7位抽菸學生，C0檢測值前後測減低42.5%。
2. 3/28與軍訓課程共同舉辦無菸校園健走宣導活動，共計52師生參加。
3. 志工/教官/駐警宣導稽核每周2-3次，1-6月份異常率19.0%，主要為校外人士，異常熱點為前門、樂育樓側門周圍無菸人行道。學生志工協助稽核74人次巡視。

活動花絮

【戒菸班課程/無菸校園健走宣導】



檢討與建議

計畫名稱	檢討	下學期延續
子計畫一： iCare愛運動 (體位控制)	1. 本學期參加成員以體重過輕居多，成效不若以往。 2. 本學期實習學生多，活動參與率較低，難以持續維持，成效較以往差。	1. 未來針對體重過輕成員強化健康體位概念，並由營養師的個人化衛教與肌力訓練增加其肌肉量與肌耐力。 2. 結合學校課程(如:運保週)，學生帶團運動，強化同儕學習及活動參與動機。 3. 營造學校運動及健康飲食氛圍。
子計畫二： iCare愛健康 (個案管理)	1. 入學後，自覺睡眠品質和自覺健康狀況較差。 2. 課業壓力較大，生活作息不規律。	1. 持續個案追蹤管理，適時醫療或輔導資源轉介。 2. 與宿舍管理單位討論，強化宿舍禮儀、與優良生活型態佈置，創造不干擾室友睡眠的環境。 3. 利用期中、期末考周前後或實習開始期間，宣導壓力調適及睡眠促進的技巧。
子計畫三： iCare拒菸害 (菸害防制)	1. 本學期校園外無菸人行道菸害稽核異常，本學期異常熱點為校園前門與樂育樓側門；校外人士居多。	1. 加強校園內、外菸害稽核異常區域之巡查與宣導。 2. 增加無菸佈告欄、海報於校門口，並敦請相關單位加強校外人士無菸校園宣導。

子計畫四：口腔保健(笑口常開)

目標：

1. 美齒種子培訓至少20人參加，技術前後測能提升5%。
2. 舉辦2場「笑口常開」口腔保健健康講座暨闖關活動，至少150人參加，正確操作刷牙和牙線100%。
3. 大手拉小手落實社區學校或偏鄉推廣「笑口常開」活動至少2場，整體滿意度80%以上。

期中達成狀況：

1. 美齒種子培訓共47人參加，技術前後測提升5%。
2. 協助班級口腔衛教宣導闖關達275人次，正確操作刷牙和牙線100%。口腔保健健康講座共144人參加，整體滿意度為92%。
3. 本學期共計1組完成社區服務，共計服務20人次，整體滿意度90%。

活動花絮

【口腔保健講座】



【美齒大使培訓】



【美齒大使入班個別指導】



子計畫五：愛滋防治(真愛我心)

目標：

1. 真愛種子培訓至少20人參加，性教育知能問卷和技術前後測能提升5%。
2. 舉辦5場以上「真愛我心」性系列創意教學宣導活動，參加總人數至少500人次，整體滿意度80%以上。
3. 舉辦校園愛滋防治闖關暨校園捐血宣導活動，參加人數至少200人次，知識評量和保險套使用正確率達100%。
4. <世界愛滋防治日>舉辦2場「真愛我心」之趣味闖關活動，參加人數至少400人次，正確使用保險套100%。

期中達成狀況：

1. 真愛種子培訓20人參加，前後測性教育知能問卷提升23.5%和技術提升11.1%。
2. 舉辦2場「真愛我心」性系列創意教學宣導活動，參加總人數245人次，整體滿意度平均95%。
3. 防愛滋~熱血青年捐血活動，共完成112袋血。暨校園愛滋防治闖關，參加人數200人次，正確使用保險套100%。
4. 「歡慶元宵真愛我心」之趣味闖關活動共200人次參加，正確使用保險套100%。

子計畫五：愛滋防治(續)

目標：

5. 大手拉小手落實社區學校或偏鄉推廣「真愛我心」活動至少2場，整體滿意度80%以上。
6. 校園新增夜間哺乳室設置並能通過衛生局優良哺乳室認證。

期中達成狀況：

5. 本學期共計1組完成社區服務，共計服務12人次。
6. 7月申請本校2間哺乳室衛生局優良哺乳室認證工作事宜。(每月使用約80人次)

活動花絮

【真愛種子培訓】



【正確性觀念(含愛滋防治與避孕)、子宮頸癌介紹與預防講座】



【真愛我心慶元宵猜燈謎(吃湯圓)活動】



【母親節感恩捐血暨愛滋宣導】



子計畫六：急救訓練(生存之鍊)

目標：

1. 辦理歡慶元宵「生存之鍊猜燈謎」闖關活動參加至少150人次，正確執行CPR/AED技術100%。
2. 辦理2場基本救命術(BLS)認證課程，參加人數至少達120人，證照通過率100%，整體滿意度80%以上。

期中達成狀況：

1. 「歡慶元宵生存之鍊猜燈謎」之趣味闖關活動共200人次參加，正確執行CPR/AED技術100%。
2. 舉辦2場基本救命術8小時訓練課程(BLS)共128人參加，全數通過考試，整體滿意度為100%。

子計畫六：急救訓練(續)

目標：

4. 大手拉小手落實社區學校或偏鄉推廣「生存之鍊」活動至少2場，整體滿意度80%以上。
5. 申辦城區部AED安心場所認證。

期中達成狀況：

4. 本學期共計1組完成社區服務，共計服務25人次。且協助指導1次水療中心進行員工CPR+AED複訓。
5. 107年9月通過衛生局城區部AED安心場所認證申請，效期為3年。持續進行AED設備維護工作，預計8月更換電池。



活動花絮

【心肺復甦術(CPR與AED)與基本急救創傷救命術(BTLS)認證課程】



子計畫七：傳染病防疫

目標：

1. 師生組團成立蟲蟲特攻隊至少10人，完成1場全校登革熱防治稽查暨宣導活動，合格率达80%。
2. 完成1場螢火蟲疫病監測網各班志工培訓，完成率达80%。螢火蟲疫病監測網達60%通報率，進行異常統計及個案追蹤。

期中達成狀況：

1. 蟲蟲特攻隊培訓共18人，登革熱校園戶外稽查共28次，合格率达90%。1場全校室內登革熱防治稽查暨宣導活動，結果正常
2. 完成1場螢火蟲疫病監測網各班志工培訓，完成率达85.4%。108年2月至6月螢火蟲疫病監測網達65.9%通報率，以咳嗽和發燒通報為主。本學期確診通報校安肺外結核1人、肺浸潤1人，流感12人、水痘1人、疥瘡1人。

活動花絮

【蟲蟲特攻隊:清掃積水區域】



檢討與建議

計畫名稱	檢討	下學期延續
子計畫四： 笑口常開(口腔保健)	1. 107年新生體檢異常第一名：口腔異常率(37.9%)，學生自覺嚴重性低，追蹤難度高。	1. 培訓班級美齒大使，自動自發協助校內宣導。 2. 加強口腔異常衛教及轉介校內外牙科門診。 3. 結合教學原理課程，協助學生校外社區教學服務。
子計畫五： 真愛我心(愛滋防治)	1. 許多同學使用保險套不正確且都害羞練習。 2. 性教育知能問卷正確率前測僅76.5%	1. 和衛生單位合作，校慶時舉辦趣味闖關活動方式，進行愛滋防治宣導和練習。 2. 針對知能問卷正確率偏低題目，加強愛滋防治宣導。

檢討與建議

計畫名稱	檢討	下學期延續
子計畫六： 生存之鍊(急救訓練)	1. 學生對於急救認證課程參與度高。但健促推廣經費極有限，不易全面推廣。	1. 與其他處室合作共同推動。(如高照系.) 2. 爭取其他計劃、基金會經費補助。
子計畫七：防疫不漏 (傳染病防疫)	1. 流感個案增加，流行期長、傳染性高。 2. 登革熱抽檢發現有積水及孳生：晨蔭大道地上安全栓，和癒花園部份水道落葉堆積。	1. 藉由校慶宿舍清潔防疫競賽，共同推廣季節性傳染病防治，並持續請衛生股長協助班級螢火蟲通報。 2. 全校免費胸部X光和流感疫苗施打，進行相關衛教及有獎徵答。 3. 敬請總務處督促施工或清潔人員清運，並請生諮系持續癒花園清掃維護。

敬請指教

thank you

