

六、社區連結與合作:健康服務

3.學校提供相關健康資訊給學生 與家長

6-3-1 行事曆、學校網站、聯絡簿、網路社群或宣導用品等



學校校網 - 健康訊息張貼



健康促進學校選單

110學年度健康促進學校 (64)

本站最新消息

依據中央流行疫情指揮中心宣布，自110年10月19日至11月1日維持疫情警戒標準為第二級，考量國內疫情目前已趨緩和且穩定控制，調整相關防疫措施如下：於室外從事運動時，如無相關症狀且與不特定對象均能保持社交距離，可免戴口罩。

公告 管理員 - 本站消息 | 2021-10-19 | 點閱數: 56

護眼6步驟

管理員 - 本站消息 | 2021-10-12 | 點閱數: 50

110.10.05流感疫苗接種

管理員 - 本站消息 | 2021-10-12 | 點閱數: 51

時值傳染病流行季節，請加強校園疫情監控、防疫及衛教宣導工作。

管理員 - 本站消息 | 2020-06-15 | 點閱數: 148

鑑於高雄市近期發生幼兒園上呼吸道感染群聚感染事件，提醒家長應多加留意子女健康狀況，如有發燒或身體不適情形，請就醫並在家休息，避免生病不上課，並請家長同學協助配合作業，共同維護校園健康。

健康促進學校選單

110學年度健康促進學校 (66)

本站消息 分月文章 電子報列表

護眼6步驟

管理員 - 本站消息 | 2021-10-12 | 點閱數: 51

☆☆☆☆☆

The infographic titled '護眼6步驟' (Eye Protection 6 Steps) provides a comprehensive guide for eye health. It features six numbered steps, each with an illustration and a mnemonic:

- 1 戶外 FUN 視**: 每日戶外活動 2-3 小時。 (Daily outdoor activity 2-3 hours.)
- 2 輕閉雙眼**: 用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘。 (Use eyes 30 minutes, rest 10 minutes.)
- 3 光線充足**: 讀書、光線要充足；坐姿勢要正確；看書距離要適當；姿勢 35-45 度。 (Reading, light should be sufficient; sitting posture should be correct; reading distance should be appropriate; posture 35-45 degrees.)
- 4 多吃蔬果**: (Eat more fruits and vegetables.)
- 5 睡好睡飽**: 8-9 小時。 (Sleep well and enough, 8-9 hours.)
- 6 視力檢查**: (Eye examination.)

A central graphic shows '60' with a red 'X' over it, indicating that eye protection is essential for maintaining vision. Below the steps, a mnemonic reads: '*EYE 眼:步:驟:做:得:好:,看:遠:看:近:沒:煩:惱:*

學校臉書粉絲頁 - 健康訊息宣導

管理粉絲專頁

紅瓦厝國小

推廣

首頁

專業工具

專業主控板

洞察報告

廣告中心

Meta Business Suite

紅瓦厝國小

粉絲專頁、校園建築

臺仁區信義南路100號, Tainan, Taiwan

06 230 9012

hwces.tn.edu.tw

推廣網站

相片

查看所有相片



| 班級 | 姓名 | 班級 | 姓名 |
|-----|-----|-----|-----|
| 604 | 吳○朋 | 605 | 王○銘 |
| 604 | 林○璋 | 605 | 楊○凱 |
| 604 | 柯○騰 | 605 | 薛○云 |
| 604 | 劉○顯 | 605 | 何○楨 |
| 604 | 洪○翔 | 605 | 李○鴻 |
| 604 | 黃○凱 | 605 | 李○軒 |
| | | 605 | 陳○泉 |
| | | 605 | 曾○瑞 |
| | | 605 | 吳○傑 |
| | | 602 | 洪○傑 |
| | | 602 | 楊○成 |
| | | 602 | 謝○哲 |
| | | 602 | 鄭○王 |
| | | 602 | 李○軒 |
| | | 602 | 李○瑄 |
| | | 602 | 陳○瑋 |

| 班級 | 姓名 | 班級 | 姓名 |
|-----|-----|-----|-----|
| 501 | 葉○瑛 | 603 | 黃○祈 |
| 502 | 郭○承 | 603 | 趙○翔 |
| 502 | 賴○翔 | 603 | 蔡○晴 |
| 503 | 吳○恩 | 603 | 吳○恩 |
| 401 | 洪○鈞 | 603 | 林○凱 |
| 405 | 葉○宏 | 603 | 林○寬 |
| | | 603 | 許○瑄 |
| | | 603 | 許○瑄 |
| | | 601 | 許○芸 |
| | | 601 | 黃○慧 |
| | | 601 | 楊○謙 |
| | | 601 | 魏○哲 |
| | | 601 | 羅○穎 |
| | | 601 | 郭○芸 |
| | | 601 | 謝○萱 |

隱私權政策 · 服務條款 · 廣告 · Ad Choices · Cookie · 更多 · Meta © 2022

留言.....

你正在使用李小明身分發言。

紅瓦厝國小

4月24日 · 4

本校因應疫情，111年4月25日起校園暫停對外開放，請民眾切勿進入校園運動，感謝配合。

臺南市所屬學校因應 COVID-19

自 4月25日 起國小校園暫停對外開放 一起守護校園師生安全

- 國小校園 暫停開放**
 - 為降低社區傳染風險，減輕防疫負擔，本市所屬國小校園 **全面暫停** 對外開放。
- 維持戶外場地 開放與借用**
 - 為兼顧防疫與社區民眾運動需求，本市所屬國中戶外場地仍依各校 **公告時段與場地** 開放使用及借用。
- 入校民眾 注意事項**
 - 進入校園之民眾應落實實聯制、戴口罩、消毒、量體溫
 - 鼓勵下載 **臺灣社交距離 APP**
 - 做好個人自主健康管理

未來所屬學校場地開放程度，仍會隨疫情發展滾動修正。

臺南市政府教育局 關心您 111.4.23



吸引更多用戶傳送訊息給紅瓦厝國小

你可以在貼文新增 Messenger 按鈕，吸引更多用戶傳送訊息給紅瓦厝國小。

加強推廣這則貼文，為紅瓦厝國小吸引更多用戶。

加強推廣貼文

管理粉絲專頁

紅瓦厝國小

推廣

首頁

專業工具

專業主控板

洞察報告

廣告中心

Meta Business Suite

紅瓦厝國小

簡介

這裡是臺南市臺仁區紅瓦厝國小，歡迎各位校友、家長及所有關心紅瓦厝國小的朋友！

粉絲專頁、校園建築

臺仁區信義南路100號, Tainan, Taiwan

06 230 9012

hwces.tn.edu.tw

推廣網站

相片

查看所有相片



| 班級 | 姓名 | 班級 | 姓名 |
|-----|-----|-----|-----|
| 604 | 吳○朋 | 605 | 王○銘 |
| 604 | 林○璋 | 605 | 楊○凱 |
| 604 | 柯○騰 | 605 | 薛○云 |
| 604 | 劉○顯 | 605 | 何○楨 |
| 604 | 洪○翔 | 605 | 李○鴻 |
| 604 | 黃○凱 | 605 | 李○軒 |
| | | 605 | 陳○泉 |
| | | 605 | 曾○瑞 |
| | | 605 | 吳○傑 |
| | | 602 | 洪○傑 |
| | | 602 | 楊○成 |
| | | 602 | 謝○哲 |
| | | 602 | 鄭○王 |
| | | 602 | 李○軒 |
| | | 602 | 李○瑄 |
| | | 602 | 陳○瑋 |

| 班級 | 姓名 | 班級 | 姓名 |
|-----|-----|-----|-----|
| 501 | 葉○瑛 | 603 | 黃○祈 |
| 502 | 郭○承 | 603 | 趙○翔 |
| 502 | 賴○翔 | 603 | 蔡○晴 |
| 503 | 吳○恩 | 603 | 吳○恩 |
| 401 | 洪○鈞 | 603 | 林○凱 |
| 405 | 葉○宏 | 603 | 林○寬 |
| | | 603 | 許○瑄 |
| | | 603 | 許○瑄 |
| | | 601 | 許○芸 |
| | | 601 | 黃○慧 |
| | | 601 | 楊○謙 |
| | | 601 | 魏○哲 |
| | | 601 | 羅○穎 |
| | | 601 | 郭○芸 |
| | | 601 | 謝○萱 |

隱私權政策 · 服務條款 · 廣告 · Ad Choices · Cookie · 更多 · Meta © 2022

紅瓦厝國小

5小時 · 5

端午節就是要吃粽子🍡
但吃粽子的時候要記得細嚼慢嚥，小心不要噎到囉！
萬一發生噎到的意外，趕緊使出哈姆立克急救法！
這假期期間還是要遵守防疫規範🙏！
祝大家端午節連假愉快🎉！

不可不知的居家急救

哈姆立克法 Heimlich maneuver

若傷病者可以自己咳出異物，則暫時不要介入囉！

Step 1
協助者站穩弓步後，前腳膝蓋放在傷病者兩腳之間，並以身體穩住對方，肩前1-5處位置，協助者須採取跪姿降低身高，配合緊靠高度。

Step 2
一手握拳（拇指與食指朝向傷病者腹部）貼於稍高於肚臍處，另一手則環抱傷病者腹部並穩住自己的拳頭。

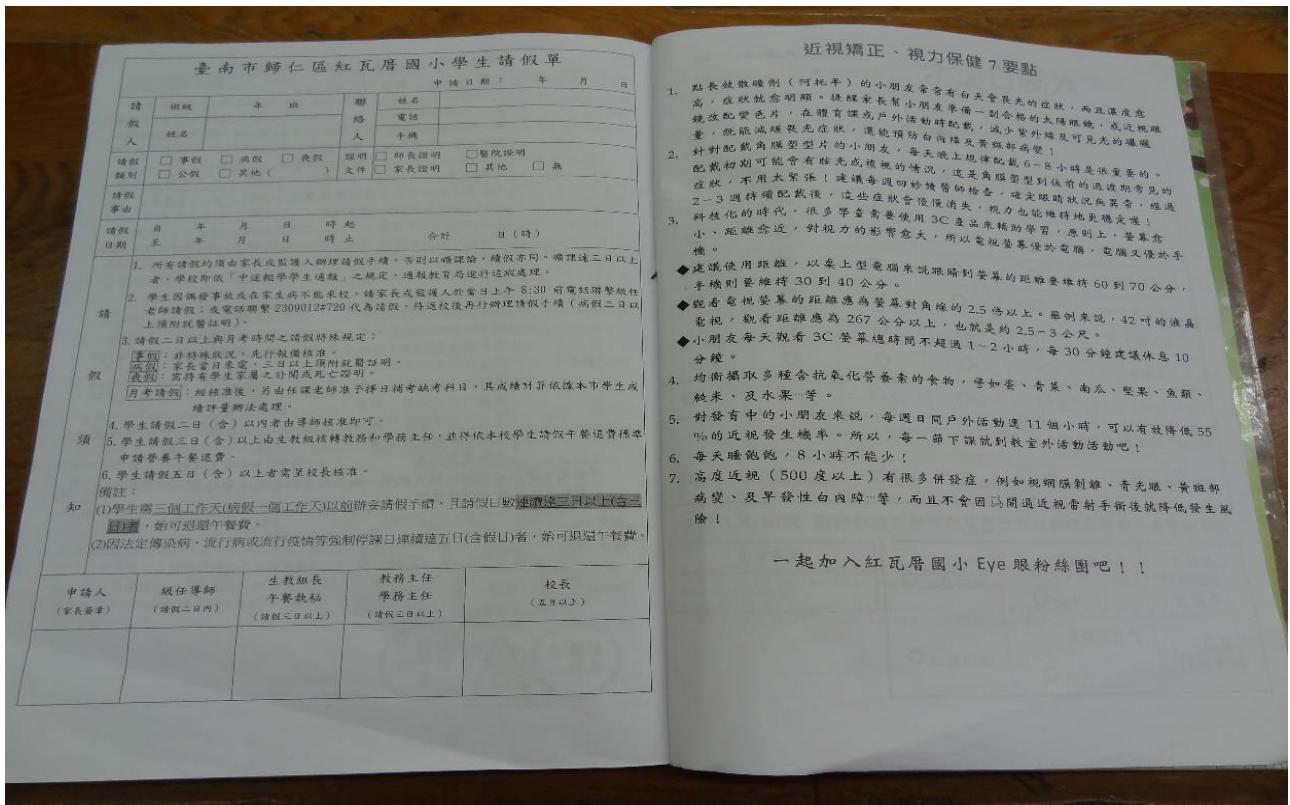
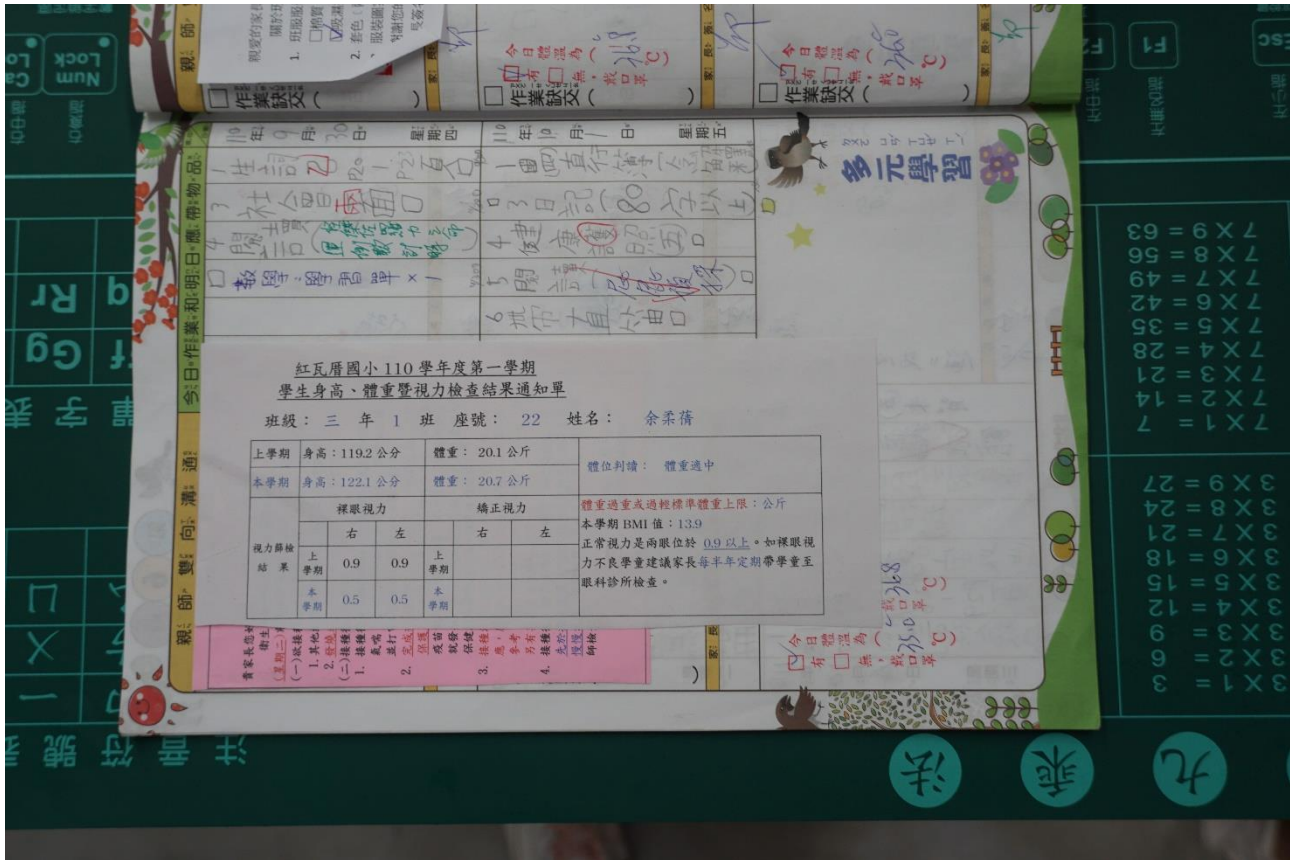
Step 3
雙手用力向傷病者的後上方快速、重複推擠。

仍無法排除且對方失去意識
讓傷病者仰躺後，進行心肺復甦術(CPR)並盡快就醫
過程中若看到異物出現，可嘗試以手指移除。

傷病者是孕婦或體型較大者
傷患位置可移至胸骨中間位置連續推擠會處

端午節快樂！
吃粽子記得細嚼慢嚥囉！
He-Ke!

學生聯絡簿 - 健康訊息轉知



健康中心 - 視力保健 美勞作品(遮眼棒)



小一線上迎新活動 健康中心介紹及防疫宣導

