



馬偕紀念醫院

Mackay Memorial Hospital

102 年 淡水社區醫學中心 工作年誌

淡水社區醫學中心編制



淡水社區醫學中心工作團隊



團隊成員說明如下表：

成員	職稱	學歷	專長	年資
洪大川	主任	醫學士	心臟內科 社區醫學	24 年
黃初雪	副主任	研究所	護理行政	30 年
謝怡芳	管理師	大學	醫務管理	7 年
盧心一	社工師	大學	醫務社工 社區服務	11 年
林曉芸	護理師	大學	臨床護理	14 年
蕭鳳鑾	事務員	專科	行政庶務	17 年
田容禎	研究助理	大學	公共衛生	2 年

摘要

馬偕紀念醫院淡水院區推動社區健康促進服務係以本中心為主責單位，負責整合院內、外資源，分別建構「淡水社區發展小組」、「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會」及「健康服務站」等三個組織網絡平台，至 102 年 12 月社區健康促進推動委員會院外委員已有 54 個社區團體組織共同參與；有 53 個健康服務站，橫跨新北市淡水、五股、蘆洲及三芝等四個行政區，297 位在地的志工深入社區協助推動健康促進活動；今年 2 月開始在健康服務站增設「社區健康諮詢服務櫃台」，定期由護理師提供血糖及膽固醇檢測、衛教諮詢、協助轉介及異常個案追蹤管理等服務。

今年度本單位承接政府計畫案包括：1.衛生福利部國民健康署「社區健康營造計畫」-議題為菸酒檳榔防制、致胖環境改善、肥胖防治(飲食、運動)、活躍老化、用藥安全(含藥物濫用) 2.新北市政府衛生局「健康城市-社區健康議題計畫」- 議題為健康關懷計畫、菸害防制 3.新北市政府衛生局「102 年度三高及慢性腎臟病防治醫事人員教育訓練。承接計畫經費金額共有 738,000 元。

今年度辦理健康促進宣導活動共計 588 場次，總參與人次為 56,943 人次，課程內容多元性有團體課程、系列課程、參訪活動，辦理區域含蓋新北市淡水、八里、五股、蘆洲、三芝及石門等地區，參加對象包括社區民眾、社區團體、教會、職場、學校等組織，在宣導活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 98~99%，對整體活動滿意度亦達 99%，代表社區民眾對本單位辦理健康促進宣導活動評價很高。

今年度健康服務站服務成果，整年度參加人數有 5,591 人，服務人次達 46,395 人次；其中 BMI>27 者佔 13%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者佔 43%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者佔 34%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)佔 33%，民眾對服務流程及整體滿意度達 98%至~99.5%。

「社區健康諮詢服務櫃檯」護理師服務成果 2 月至 12 月總計服務 48 場次，健康諮詢衛教共計 1,021 人次，血糖檢測共計 946 人次，膽固醇檢測共計 44 人次。在護理師的轉介及關懷服務部份，102 年度服務成果：協助掛號共計 234 人次、陪同看診共計 68 人次；電話諮詢及電話關懷共計 161 人次、面諮共計 230 人次、門診/住院/急診關懷慰問共計 71 人次，民眾對衛教諮詢整體滿意度達 98.8%。

今年度是本單位豐收的一年，得到國內、外多項獎勵肯定，在國外部份參加在瑞典哥德堡舉辦的第 21 屆健康促進醫院國際研討會，海報票選世界第一名；在國內部份，參加國民健康署社區健康營造計畫獲得全國醫院減重績優獎；本單位以社區健康營造網絡組織平台榮獲 SNQ 國家品質標章認證。

淡水社區醫學中心年誌

目 錄

壹、淡水社區醫學中心單位使命、核心價值、願景與任務-----	1
貳、102 年淡水社區醫學中心發展歷程-----	2
參、健康促進推動運作網絡-----	3~8
一、單位組織架構	
二、淡水社發小組組織架構	
三、淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會組織架構	
四、健康服務站之服務據點	
肆、102 年推動社區健康營造策略議題-----	9~43
一、承接政府計畫案	
二、承接計畫經費金額	
三、計畫議題推動報告	
四、執行成果報告	
伍、社區健康促進活動成果-----	44~83
一、年度活動總成果	
二、團體課程服務統計	
三、系列課程服務統計	
四、一般課程服務統計	
五、健康促進活動滿意度調查	
陸、社區健康服務站概況與服務成果-----	84~102
一、健康服務站服務概況	
二、健康服務站年度與每季服務成果	
三、年度健康服務站及志工異動	
四、健康服務站年度與每季檢測異常結果	
五、社區健康諮詢服務櫃檯服務統計	
六、轉介與關懷服務	

七、社區服務滿意度調查(健康服務站、健康促進推動志工、健康諮詢)	
柒、社區健康促進推動志工-----	103~113
一、志工教育訓練、前後測成績、滿意度	
二、志工年終旅遊、滿意度	
三、志工年終聚餐	
捌、年度參與國內外發表成果-----	114~116
玖、肯定與獎項-----	117~118
拾、單位大世紀(1~12 月) -----	119~130
拾壹、教學-學生實習-----	131~136
一、淡水社區醫學中心學生實習計畫	
二、102.2.26~102.4.10 國立台北護理健康大學醫管學系學生實習	
三、102.7.1~102.8.23 輔大公衛學系學生實習	
四、102.9.23~102.12.07 台北醫學大學醫管學系學生實習	
拾貳、誌謝-----	137

壹、淡水社區醫學中心單位使命、核心價值、願景與任務

使命：

藉社區健康營運策略，與社區民眾、基層醫療機構緊密連結並擔負教育訓練之責任，以促進社區民眾的全人健康。

核心價值：

- 1.以人為中心、社區為基礎，發展具可近性、持續性之健康促進照護。
- 2.以「營造健康生活，提高自主管理」觀念，落實民眾「健康生活化、生活健康化」。

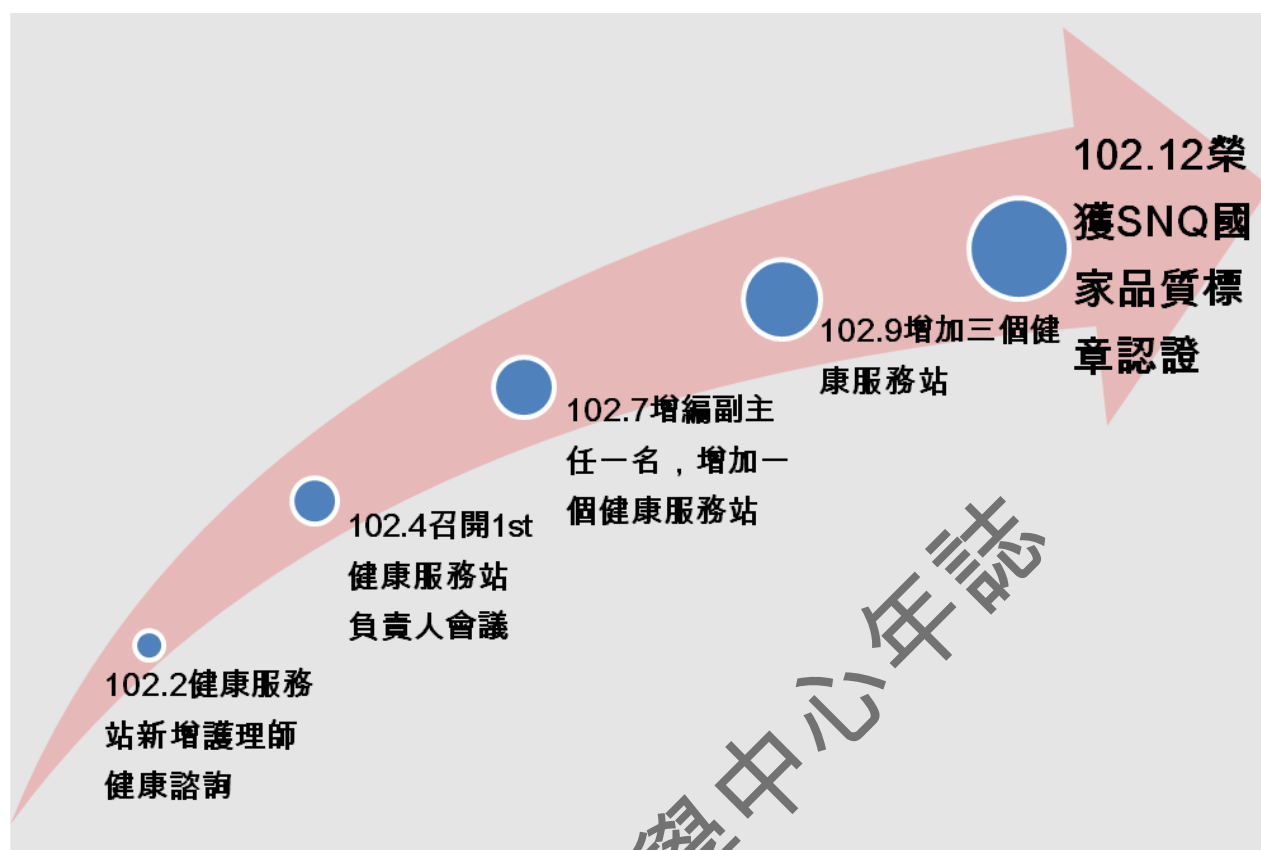
願景：

- 1.成為全國醫療院所推動「社區健康營造與服務」之標竿
- 2.成為全國「健康促進推動志工-社區民眾健康守門員」之標竿
- 3.成為全國公衛相關系所教育訓練之標竿

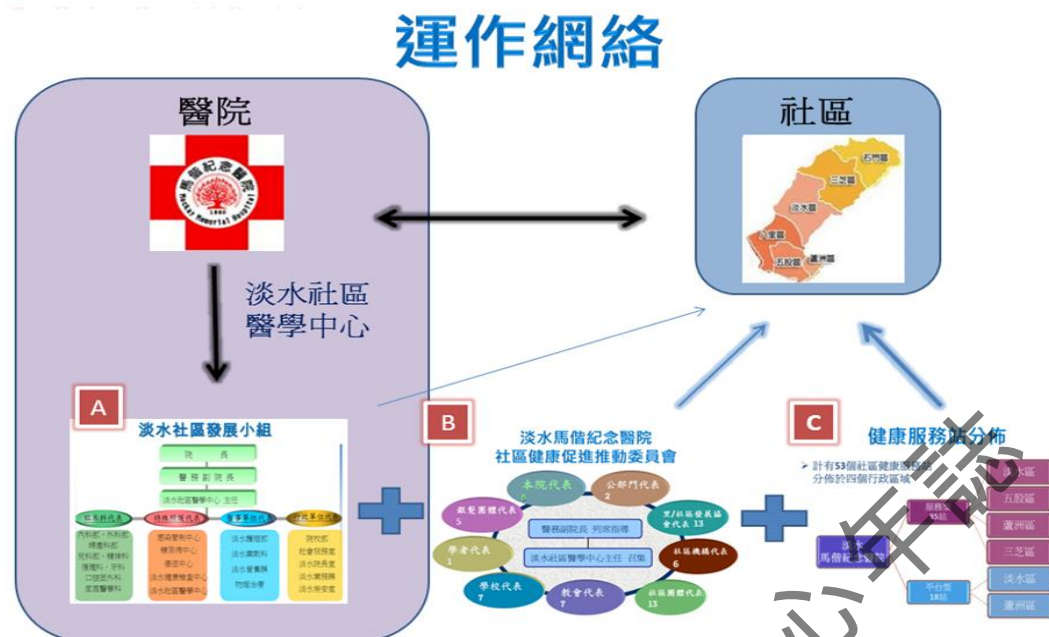
任務：

- 1.配合院方政策及依據國家健康促進、社區防疫之相關政策，掌理淡水院區社區健康促進服務事務。
- 2.承接政府委託社區健康促進相關計畫，推動社區健康促進活動。
- 3.代表院方與地方組織連結，執行社區健康促進政策事宜。
- 4.在院內負責「淡水社區發展小組」，跨單位功能性組織運作。
- 5.對外成立「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會」跨院內外單位及組織之功能性運作。
- 6.連結地方組織設立健康服務站，培訓社區團體志工提供社區民眾之健康服務事工。
- 7.協助院方醫療業務於社區之推展及宣傳事宜。
- 8.提供大專院校公衛、醫管相關系所學生教育訓練場所。

貳、102 年度淡水社區醫學中心發展歷程

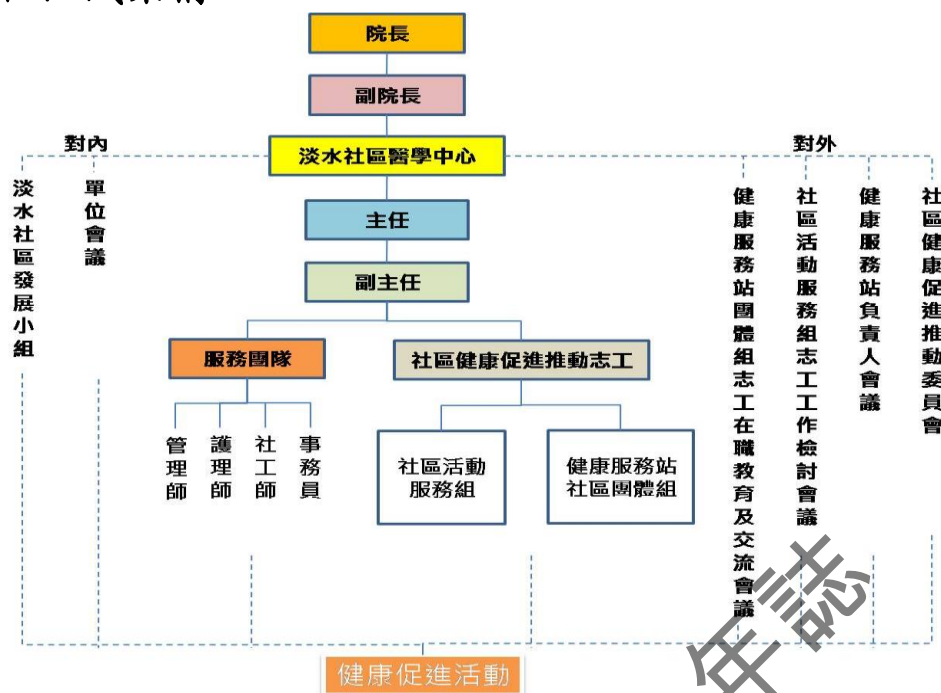


參、健康促進推動運作網絡



淡水院區推動社區健康促進服務係以「淡水社區醫學中心」為主責單位，負責整合院內、外資源，分別建構「淡水社區發展小組」、「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會」及「健康服務站」等三個組織網絡平台，依社區健康需求推動各項健康促進議題，賦權社區在地的「健康促進推動志工」參與健康營造，共同推動社區整體健康營造，有關各網絡組織說明如下：

一、單位組織架構



本單位有 7 位團隊成員，包括主任、副主任、管理師(2 名)、護理師、社工師及事務員，配合醫院方針及依據國家健康促進相關政策，掌理及推動社區健康促進服務事務；另以「在地人服務在地人」之概念，於社區招募具服務熱忱且能持續性服務的民眾，培訓為本單位之「健康促進推動志工」(分有社區活動服務組及健康服務站社區團體組)，至 102 年 12 月已有 297 位在地的「社區健康促進推動志工」深入社區協助推動健康促進活動。

二、淡水社區發展小組組織架構

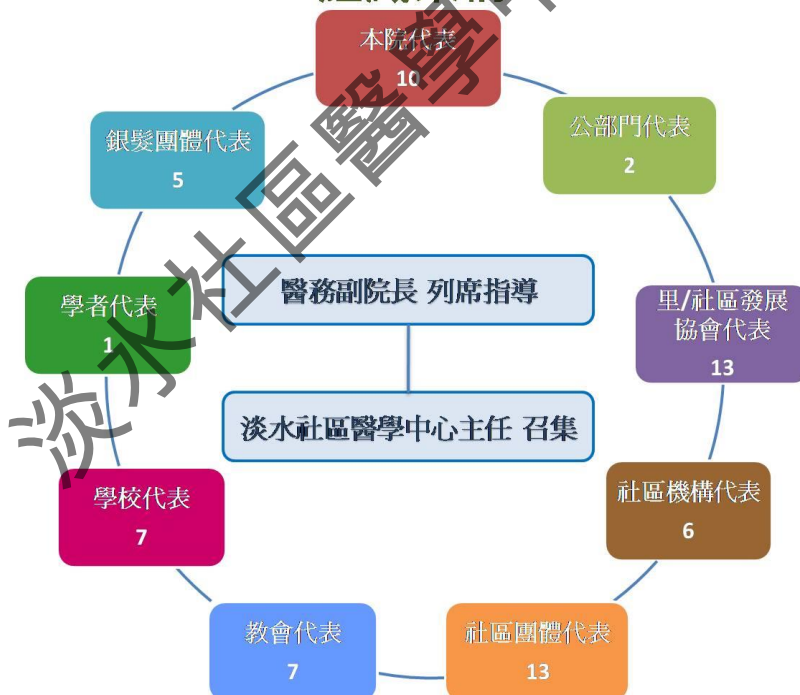


本小組為院內推動社區健康促進功能性組織，由醫務副院長列席指導，淡水社區醫學中心主任擔任主席，由院內臨床科、特殊照護、醫事及行政單位等 24 個單位之健康營造相關專業團隊所組成，共同推動社區健康營造，依四大類別分述參與成員如下：

- (1) 臨床科：內科部副主任、外科部副主任、婦產科部副主任、兒科部副主任、精神科主任、復健科主任、牙科主任、口腔面外科主任、家庭醫學科主任。
- (2) 特殊照護：感染管制中心主任、糖尿病中心主任、癌症中心副主任、淡水健檢中心主任、淡水社區醫學中心副主任。
- (3) 醫事單位：淡水護理部副主任、淡水藥劑科技術主任、淡水營養課課長、物理治療技術主任。
- (4) 行政單位：淡水院牧部牧師、社會服務室課長、淡水院長室主任、淡水業務課課長、淡水勞安室主任。

三、淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會組織架構

淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會 組織架構



為能有效提升社區資源連結與運用之效益，邀請院內 10 個單位及院外 54 個組織共同成立「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會」，藉此網絡組織平台研討及推動社區健康促進議題，以促進民眾健康。有關本委員會組成類別、參與團體及參與組織數分述如下：

(1) 本院計 10 個單位與會：

①醫務副院長列席指導。

②淡水社區醫學中心主任擔任召集人。

③淡水院長室主任、淡水院牧部牧師、淡水健檢中心主任、糖尿病中心主任及護理師、物理治療技術主任、癌症中心副主任、感染管制中心主治醫師、淡水營養課課長、社會服務室課長、淡水社區醫學中心團隊。

(2) 公部門：

計 2 個單位，參與單位有淡水區公所視導、淡水衛生所護理師。

(3) 里/社區發展協會：

計 13 個單位，參與單位有竿蓁里里長、中興里里長、新民里里長、義山里里長、竹圍里里長、民權里里長、福德里里長、民生里里長、民安里里長、屯山社區發展協會理事長、竹圍社區發展協會理事長、水碓社區發展協會理事長、竿蓁林社區發展協會理事長。

(4) 社區機構：

計 6 個單位，參與單位有淡水區農會總幹事、五股區農會總幹事、淡水第一信用合作社總經理、有豐食品股份有限公司董事長、凱士達科技有限公司董事長、力信代書事務所代書。

(5) 社區團體：

計 13 個單位，參與單位有蘆洲區社區健康營造協會理事長、國花葉金枝文教基金會董事長、新北市營造業職業工會理事長、淡水惜福關懷促進協會理事長、淡水區休閒農業協會會長、淡水關懷弱勢協會主任、淡水區婦女會會長、中華民國紳士協會淡水分會會長、淡水區體育會會長、淡水區工商婦女企業管理協會會長、觀海極品大廈管理委員會主任委員、尚海社區保健站副主任委員、摩納哥社區主任委員。

(6) 教會：

計 7 個單位，參與單位有中華基督教長老會竹圍信友堂牧師、淡水基督長老教會牧師、淡水基督教會牧師、淡江教會傳道、淡海教會牧師、淡水布農長老教會牧師、社團法人台灣愛鄰社區服務協會(淡水靈糧堂)牧師。

(7) 學校：

計 7 個單位，參與單位有鄧公國小主任、竹圍國小主任、新興國小主任、天生國小主任、水源國小護理師、正德國中主任、竹圍高中主任。

(8) 學者：國立體育大學運動休閒系所老師。

(9) 銀髮團體：

計 5 個單位，參與單位有淡水區老人會總幹事、淡水區老人頤養協會執行長、淡水區長春長青會會長、淡水區滬尾長青協進會會長、淡水區長青會大牛稠委員會(新北市長青會松年大學)總幹事。

四、健康服務站之服務據點

本院運用社區在地人力、物力資源，發揮社區自助互助之照顧功能，以「在地人服務在地人」概念，於 98 年推動「打造淡水健康城市，拒絕代謝症候群」方案開始設立健康服務站，至 102 年 12 月已設立 53 個健康服務站(34 個服務型及 19 個平台型)，含括淡水、五股、蘆洲及三芝等四個行政區，提供民眾定時定點之身高、體重、BMI、血壓、腰圍等量測、健康訊息提供及癌症篩檢轉介服務。自 102 年起漸進式於健康服務站增設「社區健康諮詢服務櫃台」，定期由本單位護理師提供血糖及膽固醇檢測、衛教諮詢、協助轉介及異常個案追蹤管理等服務。各健康服務站之分布情形及一覽表如下：



區域	健康服務站一覽表	
	服務據點	平台據點
淡水區	1 屯山里里辦公處	11 八勢里里辦公處
	3 竿蓁里里辦公處	15 中興里潤福站
	6 淡水惜福關懷進促進協會	16 中興里活動中心
	7 新民里里辦公處	18 民生活動中心
	12 坪頂里里辦公處	22 長庚活動中心
	13 觀海極品社區暨淡水基督教會	23 水碓活動中心
	14 水碓社區發展協會	24 蕃薯里里辦公處

	19 義山里里辦公處	26 淡水區衛生所
	20 福德活動中心	27 埤島里辦公處
	21 新興活動中心	29 民生里福德宮
	25 油車里蘇府王爺廟	30 淡水區農會
	28 淡水區婦女會	34 博登藥局淡水店
	31 淡水一信竹圍分社*	35 邱藥局
	32 淡水竹圍土地公廟*	36 匯眾內科診所
	33 淡水農會竹圍分部*	37 淳仁聯合診所
	42 油車里土地公廟	38 許耳鼻喉科診所
	47 摩納哥社區	39 陳世芳診所
	48 尚海社區	40 華生家醫科診所
	49 淡海教會	
	50 淡水信用合作社*	
	51 青山社區	
	52 淡水靈糧堂	
	56 淡水長老教會	
	57 淡江教會	
	58 福德里里辦公室	
	62 南加州社區	
小計	26	18
蘆洲區	41 蘆洲區公所(蘆洲社區健康營造協會)	55 蘆洲信義教會
	43 蘆洲樓厝里辦公室	
	54 蘆洲成功教會	
小計	3	1
五股區	44 五股區農會	
	45 五股集福里關懷社區	
小計	2	0
三芝區	59 三芝錫板里社區關懷據點	
	60 新北市三芝區婦女會	
	61 財團法人新北市智成忠義宮	
小計	3	0
合計	34	19

肆、102 年推動社區健康營造策略議題

一、承接政府計畫案

(一)衛生福利部國民健康署「社區健康營造計畫」

- 1.本計畫執行期間為 5/8~12/20。
- 2.推動 5 項子計畫議題及營造區域：

議題	子計畫議題	營造區域
1	菸酒檳榔防制	淡水區
2	致胖環境改善	淡水區、蘆洲區
3	肥胖防治(飲食、運動)	淡水區
4	活躍老化	淡水區、三芝區
5	用藥安全(含藥物濫用)	淡水區

- 3.11/1 新北市政府衛生局協同長庚科技大學張淑紅副教授來院，進行計畫實地訪查。
- 4.肥胖防治議題榮獲「全國醫院減重績優獎」，由本單位黃初雪副主任於 12/18 前往領獎。

(二)新北市政府衛生局「健康城市-社區健康議題計畫」

- 1.本計畫執行期間為 7/25~11/22。
- 2.推動銀髮族子計畫議題及營造區域：

議題	子計畫議題	營造區域
1	健康關懷計畫	淡水區
2	菸害防制	淡水區

- 3.11/1 新北市政府衛生局協同長庚科技大學張淑紅副教授來院，進行計畫實地訪查。
- 4.12/16 頒發「健康城市-社區健康議題」合作醫療機構感謝狀，由本單位黃初雪副主任前往領獎。

(三)新北市政府衛生局「102 年度三高及慢性腎臟病防治醫事人員教育訓練」

- 1.執行日期：7/25(四)8:30~16:30。
- 2.活動主題：銀髮族樂活-三高慢性腎臟病防治醫事人員研討會。
- 3.參加對象：醫療相關院所醫事人員、腎臟病衛教師、長者養護機構團體及社區銀髮團體種籽人員。
- 4.協辦單位：台灣腎臟醫學會、財團法人台灣老人急重症基金會、台灣老人急重症醫學會。

二、承接計畫經費金額

年度	計畫名稱	金額
102	國民健康署「社區健康營造計畫」	500,000
	國民健康署「社區健康營造計畫」-跨區計畫	200,000
	新北市政府衛生局「健康城市社區議題」	30,000
	三高及慢性腎臟病防治醫事人員教育訓練計畫	8,000
	合 計	738,000

三、計畫議題推動報告

(一)衛生福利部國民健康署「社區健康營造計畫」及新北市政府衛生局「健康城市-社區健康議題計畫」

1.菸酒檳榔防制

(1) 訂定健康的公共政策

- 設計「多吸一口菸，生命化成煙」、「檳榔一口，健康溜走」、「勿讓健康跟您酒後算帳」的三合一防制標語海報及衛教單張，於社區宣導時宣導使用。



- 與學校結合制訂校園內禁菸相關規範及懲處辦法。
- 與淡水區公所共同推動竹圍公園、馬偕街(淡水基督長老教會前廣場)、民生里無菸廣場及淡江教會等四處無菸場域，營造無菸社區氛圍。
- 與宏仁計程車行溝通，取得推動職場檳榔防制之認同，並於宣導中提供口腔篩檢服務。

(2) 創造支持性的環境

- 由校方訂定規範及懲處辦法，本院協助辦理戒斷團體班，讓吸菸被舉發的學生參與拒菸班。
- 邀請董氏基金會陪同前往無菸場域勘查，指導建議可於幾個明顯處張貼及設立禁菸告示，並由淡水區公所協助設置。



- 本院辦理無菸場域宣導活動，共辦理 3 場宣導活動，計 3,489 人參與。

無菸場域	參與人次	照片
竹園公園	92 人	
馬偕街	91 人	
民生里無菸廣場	3,306 人(勸誡場域內抽菸民眾熄菸)	

- 與淡水區衛生所合作，先調查出淡水區民生路、民族路及民權路之便利商店/超商/檳榔攤等販賣菸酒商家共有 30 家，針對其販賣商家予以輔導張貼「禁菸」及「禁止供應菸品予未滿 18 歲者」之標示，並同時向商家老闆、店員宣導禁止供應菸酒品予未滿 18 歲者，及提醒若有購買菸酒品的青少年，務必請購買者出示身分證明文件等宣導。

場所類別	檳榔攤	便利商店	超級市場	購物中心
宣導家數	21	6	2	1
 				
檳榔攤		購物中心		
 				
便利商店		超級市場		

- e. 結合淡水宏仁計程車行營造不嚼檳榔的職場支持環境，於司機排班處宣導檳榔防制衛教宣導，展示口腔癌照片，並由口腔外科醫師進行口腔篩檢檢查。共辦理 4 場宣導活動，計 61 人次參與。

日期	宣導地點	人次
7/5	馬偕樓排班處	15
8/6	新春街口排班處	16
8/8	油車口排班處	12
8/13	馬偕樓排班處	18
 		
馬偕樓排班司機		
 		
新春街口排班司機		油車口排班司機

(3) 發展個人技巧

- a. 辦理學校拒菸班，透過菸害單一議題宣導，教導學生認識香菸對身體的危害、香菸成分致癌因子，讓學生能拒絕香菸誘惑，共辦理二班各四個主題宣導活動，計 20 人參與。

日期	學校	人數
9/9、9/16、9/23、9/30	竹圍高中	8
10/2、10/9、10/23、10/30	正德國中	12

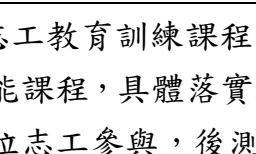
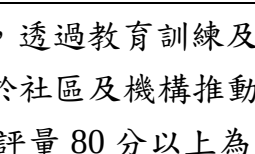
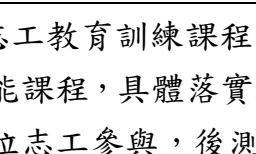
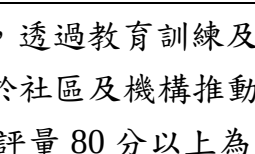
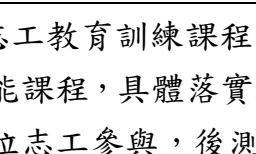
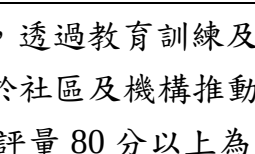
	
竹圍高中	正德國中

- b. 與屯山里合作，於該里中發現有 37 位嚼食檳榔高危險族群，提供衛教講座教導民眾如何自我口腔檢查外，亦提供口腔篩檢及協助轉介等戒檳服務，經由口篩協助轉介至口腔外科，確診有 4 位為陽性。

	
衛教講座	口篩檢查
	
專業團隊提供篩檢及轉介服務	

- c. 於社區、學校、職場等組織提供口腔癌與菸酒檳榔等衛教，讓民眾認識菸、檳榔及酒所造成之身體危害，同時種植檳榔亦會破壞水土保育，藉此教育民眾學習拒絕檳榔，共辦理 11 場宣導活動，計 1,403 人次參與。

日期	活動主題	人次
7/24	惜福關懷協會「認識菸害」宣導	41
8/22	淡水靈糧堂「菸檳防制」宣導	48
8/31	淡水區公所「檳榔防制」宣導	21

9/5	光華巴士「檳榔防制」宣導	14										
9/18	正德國中「菸檳酒防制」宣導	702										
10/8	水源國小「菸檳酒防制」宣導	86										
10/16	鄧公國小「菸檳酒防制」宣導	310										
10/18	淡江教會「菸檳防制」宣導	71										
11/5	淡江大學「菸害防制」宣導	14										
11/13	聖約翰大學「菸檳防制」宣導	52										
11/28	屯山國小「檳榔防制」宣導	44										
<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">社區及職場宣導</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td></td><td></td></tr> <tr> <td rowspan="2">學校宣導</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td></td><td></td></tr> </table>			社區及職場宣導					學校宣導				
社區及職場宣導												
												
學校宣導												
												

- d. 舉辦菸檳酒防制種子志工教育訓練課程，透過教育訓練及認知前後測評量以強化其知能課程，具體落實於社區及機構推動菸檳酒防制宣導，共計 201 位志工參與，後測評量 80 分以上為 88%。



- e. 辦理學校酒害防制單一議題宣導，教導學生認知飲酒過量對身體的危害，並教育學生避免接觸誘惑場合，若有接觸機會也要學習說不。共辦理 4 場宣導活動，計 860 人次參與。

日期	學校	人次
5/22	竹圍國小	197
6/6	文化國小	172
11/6	淡水國中	402
11/19	興仁國小	89



- f. 結合口腔外科及癌症中心等專業團隊，針對 16 位有嚼食檳榔個案，於輔導戒檳中提供嚼食者減檳方法，教導及演練學習如何在他人邀請下巧妙的拒絕，並播放「遺失的微笑」紀錄片，透過影片裡戒檳者的經驗分享，能更鼓舞戒斷者之決心。經三個月持續個案追蹤，有 6 位減檳及 6 位戒檳成功，於 11 月 30 日舉辦「社區健康促進成果發表會」，邀請國民健康署陳延芳組長表揚戒斷成功者並給予 3,000 元獎勵金，及邀請戒斷成功者分享戒斷過程及心情。



(4) 強化社區行動

- a. 結合淡江大學春暉週活動，進行菸害防制宣導外，並提供教職員生身高、體重、腰圍、血壓等健康檢測服務，使教職員生認識菸害並注重自己的身體健康，共辦理 6 場宣導活動，計 719 人次參與。

日期	提供服務內容	人次
5/6	衛教單張宣導、CO 檢測、健康檢測服務	174
5/7	衛教單張宣導、CO 檢測、健康檢測服務	150
5/8	衛教單張宣導、CO 檢測、健康檢測服務	155
5/9	衛教單張宣導、CO 檢測、健康檢測服務	62
5/14	菸害防制衛教講座	122
5/16	菸害防制衛教講座	56

	拒菸公仔		衛教宣導
	CO檢測		血壓量測
	提供菸害衛教單張		身高量測

- b. 民生里無菸廣場因鄰近本院，委請本院清潔人員與警衛協助，自四月起每日統計檢拾菸蒂數及勸誡場域內抽菸民眾熄菸，以建立民眾對該無菸環境予以永續維護：

月份	清潔場域，拾獲菸蒂數	勸誡場域內抽菸民眾熄菸數
四月	2,381 支	516 支
五月	—	484 支
六月	2,592 支	516 支
七月	2,966 支	617 支
八月	2,551 支	774 支
九月	2,337 支	399 支

- c. 於院內舉辦拒絕菸檳酒毒週活動，如 6 月配合禁菸節辦理馬偕戒菸週、8 月舉辦馬偕戒檳酒毒週活動，活動內容除安排衛教宣導外，播放「遺失的微笑」紀錄片、宣導海報、CO 檢測、口腔黏膜篩檢、醫師戒斷諮詢服務及戒菸/戒檳門診宣傳等活動，並進行活動滿意度調查，達「滿意」以上之平均值為 97%。共辦理 9 場宣導活動，計 999 人次參與，戒菸諮詢人數 131 人，口篩檢查 45 人。

日期	活動主題	人次	戒菸諮詢人數	口篩檢查
6/3	戒菸週	89	36	9
6/4		190	25	9
6/5		71	18	2
6/6		94	22	4
6/7		38	18	0
6/8		223	12	1
8/13	戒檳酒毒週	123	—	5

8/15		94	—	9												
8/16		77	—	6												
<table><tr><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>衛教講座</td><td>誓師活動</td><td>諮詢服務</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>播放「遺失的微笑」紀錄片</td><td>口篩檢查</td><td>協助嚼食檳榔者轉介及邀請已戒斷成功之義工現身說法</td></tr></table>								衛教講座	誓師活動	諮詢服務				播放「遺失的微笑」紀錄片	口篩檢查	協助嚼食檳榔者轉介及邀請已戒斷成功之義工現身說法
																
衛教講座	誓師活動	諮詢服務														
																
播放「遺失的微笑」紀錄片	口篩檢查	協助嚼食檳榔者轉介及邀請已戒斷成功之義工現身說法														

- d. 於鄰近民生、民族、民權里的社區活動中心、機構、營業場所等場所，以掃街方式逐一進行戒菸檳酒方式宣導，並提供禁菸標示張貼，共計 77 處。

場所類別	宣導家數
公眾消費場所	41
餐飲店	17
文教機構	3
社區大廈	1
醫事機構	7
購物中心	1
廟宇	1
一般旅館	1
郵局/金融機構營業場所	2
三人以上共用室內工作場所	2
製作、儲存、販賣易燃易爆裂物場所	1

		
公眾消費場所	公眾消費場所	廟宇
		
三人以上共用 室內工作場所	醫事機構	餐飲店

- e. 於院內辦理「馬偕健康日~菸檳酒防制」活動，由家庭醫學科進行「菸害與骨鬆」、「檳榔與口腔癌」及「酒精之危害」衛教講座，現場亦有聰明吃衛教、健康動體驗、代謝症候群宣導、在地食材推廣等活動，以及骨密檢測、尿液篩檢、失智評估、癌症篩檢、血糖檢測、尖峰吐氣流速測量、情緒彩虹等檢測項目，當日活動共計 223 人參與。

		
	衛教講座	Q&A有獎徵答
		
	健康樂活運動	各項檢測攤位

(5) 調整健康服務方向

- a. 連結院內家庭醫學科、口腔外科、精神科等相關醫療人員，提供戒菸、檳榔及酒癮等三個專科類別之諮詢網絡管道，協助戒斷者就醫並於戒斷後期評估戒斷成效。



我戒菸 您戒檳 他戒酒
健康由自己掌握

戒菸、戒檳、戒酒，是改善健康、預防疾病、延緩衰老、提高生活品質的關鍵。本院提供專業諮詢與戒斷服務，助您邁向健康人生。

諮詢專線：(02)2809-4661 分機2445



多吸一口菸 生命化成煙

您要知道的事：每年全球平均有540萬人死於菸害，平均每4秒鐘就有1人死於菸害。

諮詢專線：(02)2809-4661 分機2445



檳榔一口 健康溜走

「世界衛生組織」已將檳榔列入癌症黑名單，口腔癌、食道癌等列為一級致癌物。

諮詢專線：(02)2809-4661 分機2445



勿讓健康跟您酒後算帳

食慾減、胃失調、男性陽萎、自發衝動、心臟衰竭、失去協調能力、出現幻覺、胃潰瘍、記憶力衰退。

台北馬偕醫院 戒斷門診
精神科 方俊凱醫師 週六上午
諮詢專線：(02)2809-4661 分機2726

- b. 由本院癌症資源中心專業團隊針對有嚼食檳榔之民眾提供免費口腔篩檢檢測服務，並針對口腔黏膜篩檢異常之個案，協助轉診至牙科及口腔外科就診，其參與口腔黏膜檢查人數統計 5~12 月份計 545 人，篩檢出陽性個案計 123 人。

月份	篩檢量	陽性個案數
五月	86	15
六月	85	20
七月	66	13
八月	81	20
九月	55	14
十月	63	16
十一月	69	9
十二月	40	16
總計	545	123

2. 致胖環境改善

(1) 訂定健康的公共政策

藉由各社區組織領導人參與「致胖環境改善」推動小組會議，推動健康飲食及體能運動之健康議題，以身作則力行健康環境資源運用。



(2) 創造支持性的環境

- a. 結合本院營養專家，尋找淡水及蘆洲區各 10 家餐飲商家，建立健康飲食環境。

屬性	餐飲商家店名
早餐	<u>淡水區</u> 晨堡早餐店、永和豆漿、美而美早餐店
	<u>蘆洲區</u> 呷尚飽早餐店、歐嗨唷早餐店
正餐	<u>淡水區</u>

	燒肉達人、橘屋火鍋、金瑞珍快炒、漾食堂日式料理、有夠炒鐵板燒 <u>蘆洲區</u> 小老闆魷魚羹、高田食堂、香草弄堂、勝記江浙美食、艾媽廚房、窩心料理廚房
點心	<u>淡水區</u> 慕品咖啡、羅家豆花 <u>蘆洲區</u> 微笑檸檬香草香雞排、田麥天然烘培坊

- b. 與各社區組織領導人及社區民眾共同訂定社區健走路線，並邀請運動老師前往淡水區「竹圍公園」、「竹圍國小」及蘆洲區「永康公園」、「柳堤公園」進行運動場域勘察及提供指導，以創造運動安全場域。

淡水區 竹圍公園

竹圍公園	
	運動老師進行環境評估勘查
	老師建議： 1.公園外圍可辦理為期二個月社區健走班，讓民眾養成自動自發健走的習慣；公園內有廣大的空間，可做為運動團體運動場域 2.建議設置運動標語

竹圍國小

竹圍國小	
	運動老師進行環境評估勘查
	老師建議： 1.學校pu跑道是非常適合健走的安全場域，且燈光亮度足夠 2.中間有籃球框，該場域適合各年齡階層運動 3.距離社區較遠，民眾較不會主動前來運動 4.至運動場的階梯較為危險，若有長者前來運動需特別注意

蘆洲區 永康公園

照片	說明
	運動老師進行環境評估勘查
	公園內設置相關運動設施供民眾運動
	老師建議： 1. 運動設施不建議長者使用，建議運用公園外圍為健走步道，以健走方式取代使用運動設置，較為安全且達運動效果 2. 燈光、動線佳，適合推動運動場域

柳堤公園

照片	說明
	運動老師進行環境評估勘查
	民眾於公園內進行健走(當日雨天)
	老師建議：公園分有內、外兩圈，內圈為磁磚地板，雨天地板較濕滑，老師建議若雨天鼓勵民眾以公園外圈為健走路線

- c. 於本院院內每週一~五中午 12:30~13:30、下午 16:00~17:00 及 17:30~18:30 三個運動班時段，結合環形運動健康產業建置員工運動場所，由運動老師指導運動。



(3) 發展個人技巧

- a. 於輔導前先對民眾進行調查，項目包括前往該餐飲商家之用餐次數、餐食評價及建議等，將調查結果提供給本院營養專家參考。
- b. 由本院營養專家進行輔導，請各商家提供最熱門、推薦的餐食，由營養師協晚餐食熱量統計，並建議提供適切的健康餐食，及教育清潔衛生重要性。

	餐飲商家填寫餐食之內容及份量
	營養師與餐飲商家討論及建議如何提供健康餐食內容
	
	

- c. 由運動專家指導運動場域注意事項，並邀請社區運動團體提供運動時間、連絡人等，以規劃連結於運動場域。

(4) 強化社區行動

- a. 各餐飲商家之餐食經由本院營養專家輔導後，由本院製作餐食熱量海報張貼於各餐飲商家，提供用餐者了解健康飲食熱量之小叮嚀。



b. 結合健康餐飲商家，製作健康美食地圖，供民眾健康選購。



c. 製作社區健康地圖，提供民眾健走及健康運動場域。



d. 於 11 月 30 日舉辦「社區健康促進成果發表會」，由本院營養課課長頒發淡水及蘆洲區合作餐飲商家感謝狀，並介紹每家餐飲商家之餐食，鼓勵民眾前往用餐。

	
有夠炒鐵板燒	田麥天然烘焙坊
	
艾媽廚房	合照

(5) 調整健康服務方向

- 經由本院營養專家輔導後，約 80% 民眾反應店家之烹調鹹度、油膩感有較健康，店家提供各種餐食的熱量標示可以讓民眾了解所攝取的熱量，並願意再到該店家用餐。
- 提供「健康生活動起來手冊」、「健康美食魔法寶典」，使民眾能夠自我管理，學習外食用餐技巧、在家也能健康煮食在健康。
- 與社區機構團體連結，舉辦健康促進團體並積極參與社區大型活動，進行健康促進議題宣導。

3. 活躍老化

(1) 訂定健康的公共政策

整合公部門、教會及民間組織等銀髮族團體資源，共同推動社區長者的身、心、社、靈健康促進活動。

(2) 創造支持性的環境

依長者個人及銀髮團體之生活與活動型態，舉辦銀髮族相關之健康促進活動，其類別有：

a. 常見疾病衛教講座

代謝症候群、老人防跌、健康飲食、心理健康促進、口腔保健、菸害防治、慢性病防治…等。

b. 飲食

建立健康飲食新觀念，提供銀髮族健康五蔬果習慣。

c. 運動及防跌

(a) 養成每次運動 30 分鐘以上及每週至少 3 次之宣導。

(b) 體能運動防跌講座。

(c) 居家安全環境評估。

d. 心理健康

- (a) 提供心理衛生講座。
- (b) 心情溫度計量表篩檢，視需要予諮詢轉介。

e. 自我健康管理

- (a) 提供長者免費預防保健及相關健康服務資訊。
- (b) 與社區合作帶領長者到院健檢。
- (c) 篩檢異常者後續轉介、確診及疾病管理。
- (d) 鼓勵多利用社區健康服務站量測，量測值偏高民眾予衛教單張並協助轉介。
- (e) 於社區健康服務站提供定時定點健康諮詢服務，使長者透過衛教諮詢以增強健康促進觀念及建立自我健康照護行為。

f. 社會參與

- (a) 建議合作單位提供社區銀髮族交誼處所。
- (b) 舉辦志工教育訓練。
- (c) 舉辦馬偕健康日活動，規劃銀髮團體多元健康促進活動及提供各項檢測攤位。

(3) 發展個人技巧

- a. 辦理銀髮長者相關系列之健康促進講座及活動，淡水區共辦理 25 場宣導活動，計 1,145 人次參與；三芝區共辦理 12 場宣導活動，計 609 人次參與。

		
身高、體重、血壓量測	心理健康促進議題宣導	健康飲食議題宣導
		
老人防跌議題宣導	口腔保健議題宣導	菸害防制議題宣導

- b. 結合淡水靈糧堂共同辦理「銀氧樂活運動」長者運動班，共計 8 週活動，由運動老師以趣味的方式進行交互運動訓練，其課程設計主要為訓練銀髮族的靈敏度、平衡力、柔軟度，並強化上下肢肌力與心肺能力，共計 30 名長者參加。

週次	課程要點	課程主題	訓練方向
1	彈力有氧	彈力帶運動	上下肢肌力+團康遊戲
2	肌力強塑	抗阻運動	下肢肌力+反應力
3	啞鈴塑身	啞鈴運動	上肢肌力+上背訓練
4	心肺有氧	有氧運動	心肺訓練+靈敏度
5	核心雕塑	彈力帶+椅子運動	核心訓練+下肢肌力
6	耐力競技	負荷訓練運動	下肢肌力+協調訓練
7	下背強化	彈力帶+啞鈴運動	下背訓練+腹肌訓練
8	抗力有氧	沙球+椅子運動	阻力訓練+核心訓練



- c. 「銀氧樂活運動」長者運動班課程結束後，針對個人體能部份進行身體機能評估，其檢測項目如下，並於檢測結束後由運動老師予以建議與指導。

檢測項目	說明
A.身高、體重、血壓及 BMI 量測	
B.30 秒坐站	受測者坐於 43.18 公分高椅子上 1/2 處，30 秒內測量坐起及站起的次數，主要測量下肢肌力能力。
C.雙手背後相扣	受測者站立於地面，一手置於頭部耳後方手指朝下，另一手置於腰後方手指朝上，測量兩手可以重疊之距離，主要測量肩部柔軟度。

D.2.44 公尺坐走	於 2.44 公尺距離前後擺放 2 張椅子，測量受測者坐在第 1 張椅子起來並走向第 2 張椅子繞回來的所需時間，主要測量反應與動態平衡能力。
E.2 分鐘屈膝抬腳	受測者站立於地面，雙腳原地踏步，腳舉起的高度需在膝蓋與髖關節中間，約與臀部同高踏步，以右膝確實上舉到標示高度來計算 2 分鐘內踏步之次數，主要測量心肺能力。

	
身高、體重、血壓及BMI量測	30秒坐站
	
雙手背後相扣	2.44公尺坐走
	
2分鐘屈膝抬腳	運動老師諮詢

d. 安排協談中心專家提供銀髮族進行「情緒彩虹」檢測，透過心情溫度計量表以協助長者瞭解個人心理困擾程度，並正視面對心理困境。



長者居家安全評估表

受測日期：____年____月____日

一、基本資料

1. 受測者姓名：_____ ☐男 ☐女 2. 調查編號：_____

3. 受測者年(歲)數：_____年____月____日 4. 通訊電話：_____

5. 居住地址：_____

6. 居住環境：_____

☐獨居 ☐與配偶同住 ☐與子女同住，有_____人 ☐與孫子女同住，有_____人

7. 職業類別：_____

☐自僱，_____ ☐兼職或退休人員 ☐自由業 ☐服務業 ☐服務業 ☐服務業

☐已失業或退休 ☐其他_____

8. 交通運輸：_____

☐每天_____小時 ☐每週_____天 ☐每月_____次 ☐每年_____次 ☐從未運動

二、環境安全評估

說明：以下為評估「居家環境安全」的表，係針對評估環境的實際事實與已知之環境問題，並對改善措施作年度之「自我評量」表，若未改善者環境中未改善者(請於改善前所填下之表格，說明：建議環境問題以表格填，並蓋圖說明了一處)

問題	是	否	備註
1. 屋內有地毯，方便老人可以看見所有物品及家具，通風良好。			
2. 屋內所有的窗戶都裝有明顯的標誌，(例如：有窗戶開關標誌或燈光指示)			
3. 窗簾或百葉窗不會遮住老人視線或造成安全物品及物品。			
4. 廚房有地毯，小地毯內有明顯的標誌。			
5. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
6. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
7. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
8. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
9. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
10. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
11. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
12. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
13. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
14. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
15. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
16. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
17. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
18. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
19. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
20. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
21. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
22. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
23. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
24. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
25. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
26. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
27. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
28. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
29. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
30. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
31. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
32. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
33. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
34. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
35. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
36. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
37. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
38. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
39. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
40. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
41. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
42. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
43. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
44. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
45. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
46. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
47. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
48. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
49. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
50. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
51. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
52. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
53. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
54. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
55. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
56. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
57. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
58. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
59. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
60. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
61. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
62. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
63. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
64. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
65. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
66. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
67. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
68. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
69. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
70. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
71. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
72. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
73. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
74. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
75. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
76. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
77. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
78. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
79. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
80. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
81. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
82. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
83. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
84. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
85. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
86. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
87. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
88. 浴室有地毯，浴室有地毯。			
89. 浴室有地毯，浴室有地毯。			

a. 為培訓社區健康服務站及銀髮團體等志工為種籽成員，舉辦「銀髮族樂活~三高及慢性腎臟病防治研討會」之老人健康促進觀念及行為技巧指導的教育訓練，透過種籽人員訓練，建立正確健康行為，並向外擴展至協助社區長者，以落實健康行為於日常生活中。共辦理 6 項健康主題，計 179 人參與。

時間	主題	主講者
08:30~09:00	報到 & 簽到 & 領取講義	
09:00~09:05	長官致詞	醫務部暨淡水社區醫學中心 洪大川主任
09:05~09:55	主題一 「三高防治及照護」	馬偕紀念醫院 家庭醫學科黃偉新主任
09:55~10:20	休息時間	
10:20~11:10	主題二 「慢性腎臟病防治及照護」	馬偕紀念醫院 腎臟內科陳淑樺醫師
11:10~12:00	主題三 「慢性腎臟病人的三高飲食對策」	馬偕紀念醫院 淡水營養課蘇鈺惠營養師
12:00~13:00	午餐時間	
13:00~13:20	律動時間	
13:20~14:10	主題四 「三高族群與運動-重量訓練(阻力運動)」	馬偕紀念醫院 復健科姜義彬主任
14:10~15:00	主題五 「三高及慢性腎臟病之用藥選擇」	馬偕紀念醫院 淡水藥劑科劉惠文資深藥師
15:00~15:20	休息時間	
15:20~16:10	主題六 「三高及慢性腎臟病防治衛教溝通技巧」	馬偕紀念醫院 腎臟內科張曉華護理師
16:10~16:30	交流時間	腎臟內科陳淑樺醫師 腎臟內科張曉華護理師
16:30~	賦歸 & 簽退	

	
報到	長官致詞
	
種籽義工	衛教講座
	
交流時間	運動樂活時間

b. 為鼓勵長者有社會參與的機會及展現各銀髮團體健康活力，分別與淡水及三芝區辦理「活躍老化健康活力秀」競賽活動：

(a) 淡水區：與淡水區公所共同辦理，邀請淡水區公所秘書室主秘及馬偕醫護管理專科學校學務處體育運動組組長擔任評審，由社區 6 個銀髮團體 128 人參與，以樂器、舞蹈、唱歌、活力操、運動等方式，融合多項健康促進元素，讓阿公阿嬤們在舞台上盡情表演，充分彰顯創意活力的長者精神外，同時與參加民眾一起”舞動”氣氛。

活動中頒發感謝狀給表演團體外，並安排「老人防跌」健康講座，現場亦有聰明吃衛教、健康動體驗、代謝症候群宣導、在地食材推廣等活動，以及骨密檢測、尿液篩檢、失智評估、癌症篩檢、血糖檢測、尖峰吐氣流速測量、情緒彩虹等檢測項目，當日活動共計 404 人參與。

 馬偕健康日 102 年度 10 月 26 日 活動程序表	
時間	活動內容
08:30-08:40	身體動一動
08:40-08:50	開幕 淡水區 謝瑞華 區長 馬偕紀念醫院醫務部暨淡水社區醫學中心 洪內川 主任
08:50-09:00	新北市松年大學淡水南胡班開幕
09:00-09:30	銘謝團體表演 新北市淡水區銘生社區耆福協會 新北市淡水區福康里社區 新北市淡水區福康里社區
09:30-09:40	老人防跌 行動劇
09:40-10:30	「老人防跌」健康講座 衛教 衛教部 主任
10:30-11:00	銘謝團體表演 社團法人台灣耆家社區服務協會 新北市淡水區福康里社區 新北市淡水區泰山社區服務協會
11:00-11:50	幸運大抽獎
11:50-	頒獎

	
讚美操	南胡演奏
	
舞蹈表演	歌唱表演
	
太極氣功表演	祖孫一起參與，共享天倫
	
頒發參與團體感謝狀	頒發競賽團體組第一名

- (b)三芝區：與三芝衛生所等機構共同辦理，以健康促進、提升銀髮族活力光采為主題，表演內容包括健康操、舞蹈、武術、歌唱、相聲等方式呈現，另有各項活動攤位，如長者口腔保健、營養、傳染病防治、體適能、居家安全放大鏡、用藥安全、心智量表、你來電我不受騙、樂遊北海岸等，當日活動共計 193 人參與。



- c. 與三芝錫板里社區關懷據點、三芝區婦女會及三芝區財團法人新北市智成忠義宮合作，分別於錫板里活動中心、福成宮及智成忠義宮設置社區健康服務站，提供民眾與長者體重、血壓、腰圍等量測服務。



- d. 於 11 月 30 日舉辦「社區健康促進成果發表會」，邀請新北市政府衛生局林慧芬科長頒發「馬偕健康日~活躍老化健康活力秀」競賽前三名，並鼓勵長者多參與社會活動。



(5) 調整健康服務方向

- a. 設計銀髮族問卷，了解淡水區老人對於健康促進的認知、態度及行為，將所得資料進行分析，作為未來設計健康活動之參考。

敬愛的長者，您好		二、運動																																						
感謝您撥冗填寫本問卷，本問卷了解老人對於健康促進的認知與態度及行為，所得資料將進行整體分析，以作為未來健康活動設計之參考，請您放心填寫，謝謝。 馬偕紀念醫院 淡水社區醫學中心		說明：1-4題請以最近一個月的生活習慣來填寫 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>總是</th> <th>超過一半以上</th> <th>少於一半</th> <th>從不</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. 我每週有運動三次(含)以上</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>視需答</td> </tr> <tr> <td>2. 我每次運動時間有超過 30 分鐘</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. 我每次運動的強度(依自己的感覺，勾選一樣程度)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>4. 我通常在哪裡做運動(可複選)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="5">(Q1 未勾選「從不」者 免答此題)</td> </tr> <tr> <td>5. 影響你無法(或不想)參與運動的原因是(可複選)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>					總是	超過一半以上	少於一半	從不	1. 我每週有運動三次(含)以上				視需答	2. 我每次運動時間有超過 30 分鐘					3. 我每次運動的強度(依自己的感覺，勾選一樣程度)					4. 我通常在哪裡做運動(可複選)					(Q1 未勾選「從不」者 免答此題)					5. 影響你無法(或不想)參與運動的原因是(可複選)				
	總是	超過一半以上	少於一半	從不																																				
1. 我每週有運動三次(含)以上				視需答																																				
2. 我每次運動時間有超過 30 分鐘																																								
3. 我每次運動的強度(依自己的感覺，勾選一樣程度)																																								
4. 我通常在哪裡做運動(可複選)																																								
(Q1 未勾選「從不」者 免答此題)																																								
5. 影響你無法(或不想)參與運動的原因是(可複選)																																								
壹、基本資料 日期： 年 月 日 1. 行政區域：☐淡水 ☐三芝 ☐其它 _____ 2. 姓名：_____ 性別：☐男 ☐女 3. 所屬團體：_____ 4. 年次：_____ 5. 教育程度：☐不識字 ☐國小 ☐國中(初中) ☐高中職 ☐大專以上 6. 婚姻狀況：☐未婚 ☐已婚 ☐離家(喪偶) ☐分居 ☐離婚 7. 居住情形：☐獨居 ☐與家人同住 ☐其它 _____		輕度運動(感覺輕鬆) 中度運動(有點出汗、呼吸比平常喘、仍可舒服對話) 費力運動(心跳加速、呼吸很喘、全身出汗、上氣不接下氣) ☐家中 ☐公園 ☐運動場 ☐其他 _____ ☐時間不足 ☐交通不便 ☐費用太貴 ☐缺乏指導 ☐沒有友伴 ☐沒有興趣 ☐缺乏體力 ☐場地不足(或欠缺) ☐資訊不足 ☐缺乏運動技能 ☐家人不支持 ☐其它 _____																																						
貳、老人健康促進量表 一、心理健康 1. 您和朋友相比，能感到自身的快樂程度較高 ☐有 ☐無 2. 我和去年的自己相比，現在快樂的時光變多了 ☐有 ☐無 3. 請您依據過去一週以來(包括今天)的感覺，您的痛苦程度是多少 心理痛苦溫度計(DT) 範例 非常痛苦(壓力) 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0 無痛苦(壓力) 非常痛苦(壓力) 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0 無痛苦(壓力)		三、口腔 1. 除了用牙刷之外，我會用其他工具清潔牙齒 ☐無 ☐牙線 ☐牙籤 ☐牙間刷 ☐漱口水 ☐牙齒(可複選) ☐其它，請說明 _____ 2. 我每天清潔口腔的次數(不包括僅用開水漱口) ☐0次 ☐1次 ☐2次 ☐3次以上 3. 我都在什麼時候刷牙(可複選) ☐起床後 ☐早餐後 ☐午餐後 ☐晚餐後 ☐睡覺前 ☐想到再刷 4. 是否每半年至少就診牙醫一次 ☐是 ☐否																																						
四、飲食 說明：以下題目請以最近一個月的生活習慣來填寫 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>總是</th> <th>經常</th> <th>很少</th> <th>從不</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. 我每天吃 3 份以上的蔬菜 (蔬菜 1 份大約是半碗的量)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2. 我每天吃 2 份以上的水果 (水果一份相當於一個蘋果大小)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. 我每天喝 1600-2000cc 的水 (約 3.5 瓶的寶特瓶)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			總是	經常	很少	從不	1. 我每天吃 3 份以上的蔬菜 (蔬菜 1 份大約是半碗的量)					2. 我每天吃 2 份以上的水果 (水果一份相當於一個蘋果大小)					3. 我每天喝 1600-2000cc 的水 (約 3.5 瓶的寶特瓶)					七、防跌 1. 我在過去一年中是否有跌倒的經驗? ☐有 ☐無(跳答 Q3) 2. 我跌倒發生的地點為(可複選) ☐家中 _____ ☐戶外 _____ 3. 家中室內照明充足，可以看清物品 ☐是 ☐否 4. 是否堆放雜物 4.1 通道 ☐是 ☐否 4.2 門口 ☐是 ☐否 4.3 樓梯 ☐是 ☐否 4.4 床邊 ☐是 ☐否 5. 是否有裝置扶手 5.1 馬桶 ☐是 ☐否 5.2 浴缸/淋浴房旁 ☐是 ☐否 5.3 樓梯 ☐是 ☐否 5.4 常用的椅子 ☐是 ☐否 6. 浴室使用防滑墊 ☐是 ☐否 7. 浴室地面平整，排水通暢 ☐是 ☐否 8. 物品能輕易拿取，是否需用凳子或梯子輔助 ☐是 ☐否 9. 若有機會，是否願意讓專業人士到訪您的家中執行居家安全環境評估 ☐不願意 ☐願意 姓名 _____ 地址 _____ 電話 _____ 手機 _____																		
	總是	經常	很少	從不																																				
1. 我每天吃 3 份以上的蔬菜 (蔬菜 1 份大約是半碗的量)																																								
2. 我每天吃 2 份以上的水果 (水果一份相當於一個蘋果大小)																																								
3. 我每天喝 1600-2000cc 的水 (約 3.5 瓶的寶特瓶)																																								
五、社會參與 說明：以下題目請以最近一個月的生活習慣來填寫 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>總是</th> <th>經常</th> <th>很少</th> <th>從不</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. 我會與朋友保持聯繫</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2. 我會參加服務性質工作(義工、志工)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3. 我會參加社區、社會活動(旅遊、老人會、教會、廟會)、健康促進活動(社區健康講座、社區大學)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			總是	經常	很少	從不	1. 我會與朋友保持聯繫					2. 我會參加服務性質工作(義工、志工)					3. 我會參加社區、社會活動(旅遊、老人會、教會、廟會)、健康促進活動(社區健康講座、社區大學)					六、健康檢查與健康服務 <table border="1"> <tbody> <tr> <td>1. 我知道享有每年一次免費老人健康檢查</td> <td>☐知道 ☐不知道</td> </tr> <tr> <td>2. 我每年至少會做一次視力檢查</td> <td>☐會 ☐不會</td> </tr> <tr> <td>3. 我會定期量血壓</td> <td>☐會 ☐不會(Q5 免答)</td> </tr> <tr> <td>4. 我多久量一次血壓</td> <td>☐每天 ☐每週 ☐每個月 ☐想到才量</td> </tr> </tbody> </table>				1. 我知道享有每年一次免費老人健康檢查	☐ 知道 ☐ 不知道	2. 我每年至少會做一次視力檢查	☐ 會 ☐ 不會	3. 我會定期量血壓	☐ 會 ☐ 不會(Q5 免答)	4. 我多久量一次血壓	☐ 每天 ☐ 每週 ☐ 每個月 ☐ 想到才量							
	總是	經常	很少	從不																																				
1. 我會與朋友保持聯繫																																								
2. 我會參加服務性質工作(義工、志工)																																								
3. 我會參加社區、社會活動(旅遊、老人會、教會、廟會)、健康促進活動(社區健康講座、社區大學)																																								
1. 我知道享有每年一次免費老人健康檢查	☐ 知道 ☐ 不知道																																							
2. 我每年至少會做一次視力檢查	☐ 會 ☐ 不會																																							
3. 我會定期量血壓	☐ 會 ☐ 不會(Q5 免答)																																							
4. 我多久量一次血壓	☐ 每天 ☐ 每週 ☐ 每個月 ☐ 想到才量																																							

- b. 配合政策推動老人健康檢查之預防保健服務，以提高長者接受預防保健服務比率。

- c. 鼓勵長者多利用社區健康服務站所提供體重、血壓、腰圍等量測服務，了解自我健康狀況。

4.肥胖防治(飲食、運動)

(1) 訂定健康的公共政策

- a. 自六月起訂定每月「馬偕健康日」活動，鼓勵民眾參與社區活動外，並養成量測身高、體重、腰圍、BMI 的好習慣。
- b. 邀集各社區組織落實建立健康飲食及體能運動之健康生活公約。

(2) 創造支持性的環境

- a. 鼓勵各社區組織，以部門或團體方式揪團減重，定期監測健康體位。
- b. 為使民眾能定期量測，本院設置 33 個社區健康服務站，提供民眾定點定時身高、體重、腰圍、血壓量測。



(3) 發展個人技巧

- a. 於社區組織辦理「健康飲食」相關宣導，另因應節期辦理系列活動，安排健康講座外，亦有健康食材 DIY，如中秋週搭配製作健康低熱量的冰皮月餅、端午週搭配製作健康粽等。共辦理 14 場健康促進活動，計 1,220 人次參與。

日期	活動主題	人次
學校宣導		
5/7	淡水國小「健康體位營養教育」宣導	202
10/2	鄧公國小「健康飲食」宣導	254
社區民眾宣導		
5/30	屯山社區發展協會「銀髮族健康飲食」宣導	25
6/1	新民里「健康活力慶端午」	115
6/20	淡水靈糧堂「健康飲食」宣導	49

9/14	竹圍發展協會「健健康康過中秋」	92
10/9	於院內辦理「重陽節與銀髮族飲食」宣導	48
10/19	淡水區公所「正確飲食」宣導	18
節期宣導-於院內舉辦		
6/5	端午週系列活動+健康粽 DIY	58
6/6	端午週系列活動+香包 DIY	69
6/7	端午週系列活動+健康粽 DIY	61
9/10	中秋週系列活動+健康月餅 DIY	69
9/11	中秋週系列活動+健康月餅 DIY	87
9/12	中秋週系列活動+健康月餅 DIY	73
		
		
學校宣導		社區宣導
		
端午週系列活動-講座宣導		端午週系列活動-健康粽DIY
		
中秋週系列活動-講座宣導		中秋週系列活動-冰皮月餅DIY

- b. 配合宣導活動發放健康飲食標語餐墊之圖卡及健康飲食標語，供民眾學習餐食量，並提醒每日男性及女性的攝取量，於相關衛教宣導活動時提供給民眾。

均衡飲食。健康減重			
每日建議攝取量 女性：1200~1500大卡、男性：1500~1800大卡			
1200大卡 ● 平均400大卡/餐	1500大卡 ● 平均375大卡/餐	1800大卡 ● 平均450大卡/餐	2100大卡 ● 平均525大卡/餐
早餐 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10)	早餐 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10)	早餐 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10)	早餐 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10) 全蛋早餐(10)
午餐 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140)	午餐 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140)	午餐 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140)	午餐 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140) 全蛋午餐(140)
晚餐 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140)	晚餐 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140)	晚餐 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140)	晚餐 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140) 全蛋晚餐(140)

- c. 於社區組織辦理「體能運動」相關宣導，及進行健康檢測等服務。
共辦理 12 場健康促進活動，計 1,188 人次參與。

日期	活動主題	人次
運動宣導		
6/22	淡水區公所銀髮族螺旋運動指導	30
10/17	淡水靈糧堂螺旋運動指導	44
健康檢測		
5/4	鄧公國小園遊會暨社區健康檢測服務	81
5/6	淡江大學春暉週健康檢測服務	174
5/7	淡江大學春暉週健康檢測服務	150
5/8	淡江大學春暉週健康檢測服務	155
5/9	淡江大學春暉週健康檢測服務	62
6/8	大醇食品公司健康體適能暨檢測服務	99
9/15	關懷弱勢協會健康檢測服務	79
11/10	新北市銀髮族運動會健康檢測服務	93
11/23	竹圍國小園遊會暨健康檢測服務	42
11/30	淡水區公所聖誕活動暨健康檢測服務	179
 		
運動教學		運動教學
 		
體適能檢測		健康檢測

- d. 辦理肥胖防治種子志工教育訓練課程，透過教育訓練及認知前後測評量以強化其知能課程，具體落實於社區組織推動肥胖防治宣導，共計 165 位志工參與，後測評量 80 分以上為 83%。



(4) 強化社區行動

- a. 10 月份辦理二梯次各四堂課的「健康飲食減重班」，透過課程教導民眾如何吃健康瘦，每梯人數 50 人，共計 100 人參與。

堂數	課程名稱	教學內容
第一堂	想瘦人生 現在起跑	1.認識健康體位 2.正確減重方法及飲食技巧 3.減重期間菜單設計
第二堂	一份耕耘 一分收穫	1.認識六大類食物 2.食物代換認識與練習 3.每日份量設計(菜單代換)
第三堂	拒絕誘惑 吃出健康	1.認識營養標示 2.認識市售食品及選擇 3.外食選擇及搭配技巧
第四堂	輕鬆上菜 成果驗收	1.認識低熱量烹調技巧 2.低熱量點心製備 3.正確飲食方式及行為改變

- b. 於 7 月 20 日及 8 月 17 日馬偕健康日舉辦「飲食」及「運動」相關活動，安排「認識代謝症候群」、「外食健康吃」、「運動保健」等健康講座，並安排本院營養課型男主廚於現場實際教導大家健康烹煮，及邀請民眾一起降腰除油搖搖樂活動。

102 年 07 月 20 日 馬偕健康日 活動程序表			102 年 08 月 17 日 馬偕健康日 活動程序表		
時間	活動內容	講者	時間	活動內容	講者
8:30-9:00 報到時間	身體動一動	院牧部	8:30-9:00 報到時間	身體動一動	院牧部
9:00-9:10	致詞	總務處中心 李瑞麟主任	9:00-9:10	致詞	院水 營養課 郭淑玲 康怡
9:10-10:00	「認識代謝症候群」	內科醫師謝明輝 林碧霞醫師	9:10-10:00	「外食健康吃」	院水 營養課 陳怡潔 郭淑玲
10:00-11:30	「運動與保健」 居家運動一吃定 降腰除油 搖搖樂大賽	總務處中心 張其祥護理師	10:00-11:30	「大家一起動一動」	院水 營養課 郭淑玲 郭淑玲
11:30-12:00	癌症篩檢宣導	癌症中心	11:30-12:00	癌症篩檢宣導	癌症中心
9:00-12:00	健康促進主題攤位		9:00-12:00	健康促進主題攤位	



活動中懸掛”聰明吃，快樂動，心寬體不重。天天量，甩掉肉，健康不要重”之紅布條，強化社區民眾健康政策宣導。並安排讚美操健康運動樂活，帶領民眾於活動中一起快樂運動。



現場提供各項檢測攤位，如身高、體重、血壓等量測、聰明吃衛教、健康動體驗(肌耐力檢測)，並為使民眾可以安心購買有機認證及藥物檢驗合格的在地農產蔬菜食材，於馬偕健康日活動與新北市農夫市集及五股農會結合，推廣友善(對土地、作物、消費者友善)、自然(當季食材、回歸自然、適地適重)及低碳(低碳旅程、在地消費)。希望透過優良的在地農產行銷，使民眾可以吃的健康又安心。2場馬偕健康日活動共計502人次參與。



- c. 於 11 月 30 日舉辦「社區健康促進成果發表會」，邀請新北市政府衛生局林金富副局長頒發社區民眾組、產後婦女組、醫院員工組、醫院志工組及運動減重班組健康減重成效績優獎各一名，並邀請減重達人分享。透過各項活動所辦理之躍動躍健康減重成效，參與減重人數共 1,321 位，總減重公斤數達 3127.6 公斤。

社區民眾組 方先生，減重成效6公斤(67公斤-61公斤) 	醫院員工組 王先生，減重成效6公斤(70公斤-64公斤) 
醫院義工組 翁女士，減重成效8公斤(74公斤-66公斤) 	運動減重班組 張先生，減重成效7.9公斤(118.1公斤-110.2公斤) 
減重達人經驗分享 	合照 

(5) 調整健康服務方向

- 透過本院專業醫護團隊，提供相關慢性疾病防治的觀念，以修正偏誤的觀念與習慣，遠離代謝症候群相關病症。
- 本院研發出一系列的營養調理餐包，不同於市售的同性質商品，本院所研發之調理餐包為低脂肪、低膽固醇，以民眾健康為訴求，提供外食民眾健康美食新「煮」張。



c. 建立「健康體位管理系統」，針對參與者提供體位管理追蹤服務。

5. 用藥安全(含藥物濫用)

(1) 訂定健康的公共政策

建立民眾正確用藥五大核心能力知能宣導：

- 能力一 清楚表達自己的身體狀況→看病時應向醫師說清楚
- 能力二 看清楚藥品標示→領到藥品時應核對清楚
- 能力三 清楚用藥方法、時間
- 能力四 做身體的主人→為了自己的健康，應堅持用藥五不原則-「不聽」、「不信」、「不買」神奇療效藥品、「不吃」別人贈送的藥品、「不推薦」藥品給其他人
- 能力五 與藥師、醫師做朋友→生病找醫師，用藥找藥師

(2) 創造支持性的環境

- 設計簡易版的正確用藥五大核心能力貼紙，於社區健康服務站、社區藥局等地方張貼，以強化民眾用藥安全知識。



- 於本院淡水院區設置藥物諮詢專線電話，由專業藥師提供藥物諮詢服務，電話為(02)2809-4661 分機 2535。

(3) 發展個人技巧

- 辦理用藥安全相關宣導，教育民眾及學生正確的「用藥觀念」，共辦理 8 場健康促進活動，計 717 人次參與。

日期	活動主題	人次
學校宣導		
5/28	坪頂國小「用藥安全」宣導	52
5/29	忠山國小「用藥安全」宣導	36
9/25	鄧公國小「用藥安全」宣導	314
10/8	興仁國小「用藥安全」宣導	74
10/24	天生國小「用藥安全」宣導	108
日期	活動主題	人次
社區民眾宣導		
6/22	淡江教會「健康食品與用藥常識」宣導	83
9/7	淡水區公所「健康食品與用藥常識」宣導	18
11/13	竹圍社區發展協會「用藥安全」宣導	32
		

b. 宣導後進行有獎徵答、學習認知測驗及滿意度調查，以瞭解民眾對宣導內容之瞭解程度及滿意程度。其認知後測全對者佔 88%，講座滿意以上者佔 95%。

社區民眾用藥安全宣導、後測問卷 選擇題：請將正確選項填在 () 中 () 1. 看藥時應向醫師說明什麼內容？ ① 清楚說明自己的症狀與藥物過敏史 ② 過去病史 ③ 目前正在使用的藥品 ④ 以上皆是 () 2. 確別藥品時應註明什麼內容？ ① 姓名、年齡、性別 ② 用法、劑量、劑型、劑效、劑時、劑速 ③ 副作用、禁忌等項 ④ 以上皆是 () 3. 藥袋上寫「每日四次服藥」，應在什麼時候吃藥？ ① 三餐飯後 ② 三餐飯後及睡前 ③ 三餐飯後及睡前 ④ 三餐飯後及睡前 ⑤ 三餐飯後及睡前 () 4. 藥品貯存於下列何處最妥？ ① 一些藥品應貯存於日光、陰濕、通風的陰涼處 ② 兒童易取得的藥品，應置於小孩無法觸及之處 (150cm 以下) ③ 內附說明書與外盒藥品分開存放 ④ 櫃內附說明書與外盒藥品分開存放，另備說明書與藥品 ⑤ 藥品應置於小孩不可以觸及的地方 () 5. 有病看醫師，有有關的問題應向誰諮詢？ ① 醫師 ② 藥師 ③ 藥劑師 ④ 藥師 馬偕紀念醫院 淡水社區醫學中心 敬上	學童用藥安全宣導前測問卷 選擇題：請將正確選項填在 () 中 () 1. 確別藥品時應註明下列哪幾項？【複選題】 ① 藥品名稱 ② 用法 ③ 劑量 ④ 劑型 ⑤ 劑效 ⑥ 副作用 ⑦ 禁忌等項 ⑧ 自己的名字及年齡 ⑨ 藥品與名稱是否相同 () 2. 藥品應置於家中何處？ ① 廚房 ② 浴室 ③ 陰涼乾燥的抽屜 ④ 藥袋上寫「每日四次服藥」，應在什麼時候吃藥？ ⑤ 三餐飯後 ⑥ 三餐飯後及睡前 ⑦ 三餐飯後及睡前 ⑧ 三餐飯後及睡前 ⑨ 三餐飯後及睡前 () 4. 有感冒的症狀，可以在哪裡購買合法的指示藥服用？ ① 便利商店 ② 醫院藥房 ③ 合格的社區藥房 ④ 藥房 ⑤ 藥房 ⑥ 藥房 () 5. 有病看醫師，有有關的問題應向誰諮詢？ ① 醫師 ② 藥師 ③ 藥劑師 ④ 藥師 馬偕紀念醫院 淡水社區醫學中心 敬上
社區民眾版前後測問卷	學童版前後測問卷

- c. 由藥師針對慢性病服藥者予以解說服藥之用法、用量及相關注意事項，並進行瞭解程度之評估，其瞭解以上者佔 95%。

(4) 強化社區行動

- a. 辦理用藥安全種子志工教育訓練課程，透過教育訓練及認知前後測評量以強化其知能課程，具體落實於社區組織推動用藥安全宣導，共計 165 位志工參與，後測評量 80 分以上為 83%。



- b. 於 9 月 14 日辦理「馬偕健康日~用藥安全」活動，由專業藥師提供用藥安全健康講座，並以「藥安全，達人PK」之寓教於樂方式與民眾互動，增進民眾對用藥安全的認知。



活動中亦於闖關攤位提供「廢棄藥品檢收及諮詢」服務。



(5) 調整健康服務方向

- a. 與社區機構團體連結，舉辦「用藥安全」相關健康促進活動，提供「用藥安全」、「藥/毒物濫用」之議題宣導。
- b. 若陪同看診民眾時，協助確認民眾所領取之藥物是否瞭解服藥天數及服藥注意事項等，教導正確用藥習慣及自我健康照護概念。

(二)新北市政府衛生局「102 年度三高及慢性腎臟病防治醫事人員教育訓練」

1. 程序表

時間	主題	主講者
08:30~09:00	報到 & 簽到 & 領取講義	
09:00~09:05	長官致詞	醫務部暨淡水社區醫學中心 洪大川主任
09:05~09:55	主題一 「三高防治及照護」	馬偕紀念醫院 家庭醫學科 黃偉新主任
09:55~10:20	休息時間	
10:20~11:10	主題二 「慢性腎臟病防治及照護」	馬偕紀念醫院 腎臟內科 陳淑樺醫師
11:10~12:00	主題三 「慢性腎臟病人的三高飲食對策」	馬偕紀念醫院 淡水營養課 蘇鈺惠營養師
12:00~13:00	午餐時間	
13:00~13:20	律動時間	
13:20~14:10	主題四 「三高族群與運動-重量訓練 (阻力運動)」	馬偕紀念醫院 復健科 姜義彬主任
14:10~15:00	主題五 「三高及慢性腎臟病之用藥選擇」	馬偕紀念醫院 淡水藥劑科 劉惠文資深藥師
15:00~15:20	休息時間	
15:20~16:10	主題六 「三高及慢性腎臟病防治衛教溝通技巧」	馬偕紀念醫院 腎臟內科 張曉華護理師
16:10~16:30	交流時間	腎臟內科 陳淑樺醫師 腎臟內科 張曉華護理師
16:30~	賦歸 & 簽退	

四、執行成果報告

(一)衛生福利部國民健康署「社區健康營造計畫」及新北市政府衛生局「健康城市-社區健康議題計畫」

議題	指標項目	目標值	實際達成情形	完成率
菸酒檳榔防制	1.設置禁菸場所數 ^②	3 個	4 個	100%
	2.社區中有明顯的常設性宣導戒菸訊息	至少 10 個以上	77 處	100%
	3.國中小學 1 公里範圍內之菸品販賣場所之宣導比率	宣導比率至少達 50%	調查民權路、民生路、民族路共有 30 家販賣商家。與淡水衛生所全部進行宣導，宣導比率達 100%	100%
	4.社區辦理青少年菸害防制單一議題之活動場次	至少 8 場次	共辦理 14 場	100%
	5.計畫內社區之酒品販賣場所之宣導家數	至少達 16 家	調查民權路、民生路、民族路共有 30 家販賣商家。與淡水衛生所全部進行宣導	100%
	6.社區辦理青少年酒害防制單一議題之活動場次	至少 4 場次	共辦理 4 場	100%
	7.辦理檳榔健康危害防制衛教宣導活動	20 場	共辦理 26 場	100%
	8.提醒並促成民眾參加口腔黏膜檢查	至少 100 人	共 117 人	100%
	9.提供戒檳服務	30 人	嚼食檳榔者共 37 人 (8/3 屯山[>30 歲 8 位(陽 2); 18-29 歲 9 位(陽 2);無效 20 位])	100%
	10.無檳支持環境	1 處	1 處(竹園福德宮)	100%
	11.推動或倡議無檳職場家數	1 家	1 家(宏仁計程車行)	100%
肥胖防治	社區推動健康減重活動所達成之減重公斤數	1.減重 2030 公斤(佔 30 公斤 ^②)	參與減重 1,321 人， 總減重 3,127.6kg	100%
活躍老化	1.辦理健康促進議題項目數 ^②	至少 5 項	淡水區：11 項 三芝區：5 項	100%
	2.辦理健康促進活動的場數	至少 10 場	淡水區：25 場 三芝區：12 場	100%
	3.轄區內長者參與健康促進活動的總人數	至少 400 名	淡水區：1,145 人 三芝區：609 人	100%
	4.辦理健康促進活動的場數	至少 1 場	淡水區 1 場：於 10/26 舉辦 三芝區 1 場：於 5/31 舉辦	100%
	5.轄區內長者參與健康促進競賽活動的總人數	至少 120 名	淡水區：128 人 三芝區：193 人	100%
致胖環境改善	1.輔導的商家或場所數目	10 家餐飲商家	淡水區：10 家 蘆洲區：10 家	100%
	2.營造新的或改善既有運動空間數目	2 個運動空間	淡水區：2 個 蘆洲區：2 個	100%
用藥安	1.舉辦用藥安全宣導講座及進行認知後測	5 場，全對者佔 80%	8 場，全對者佔 88%	100%

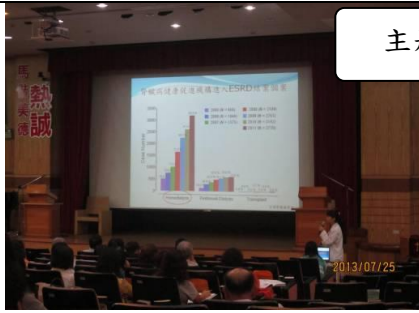
議題	指標項目	目標值	實際達成情形	完成率
全(含藥物濫用)	2.宣導講座滿意度	「滿意」以上佔85%	滿意以上佔 95%	100%
	3.瞭解慢性病服藥用法、用量及相關注意事項	「瞭解」以上佔85%	瞭解以上佔 95%	100%

備註：標註②為含新北市衛生局「健康城市-社區健康議題」委託計畫之項目

(二) 新北市政府衛生局「102 年度三高及慢性腎臟病防治醫事人員教育訓練」

參加成員有醫療相關院所醫事人員、腎臟病衛教師、長者養護機構團體及社區銀髮團體種子人員，總參加人數共 173 人。

 報到情形	 長官致詞
 主題一	 主題二
 主題三	 律動時間
 主題四	 主題五



主題六



交流時間

淡水社區醫學中心年誌

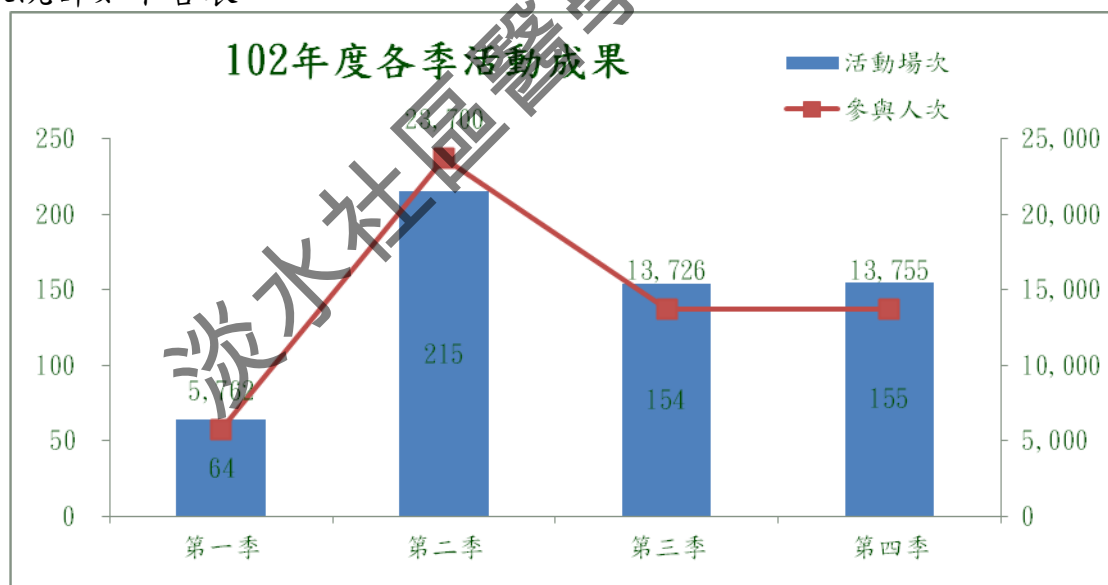
伍、社區健康促進活動成果：

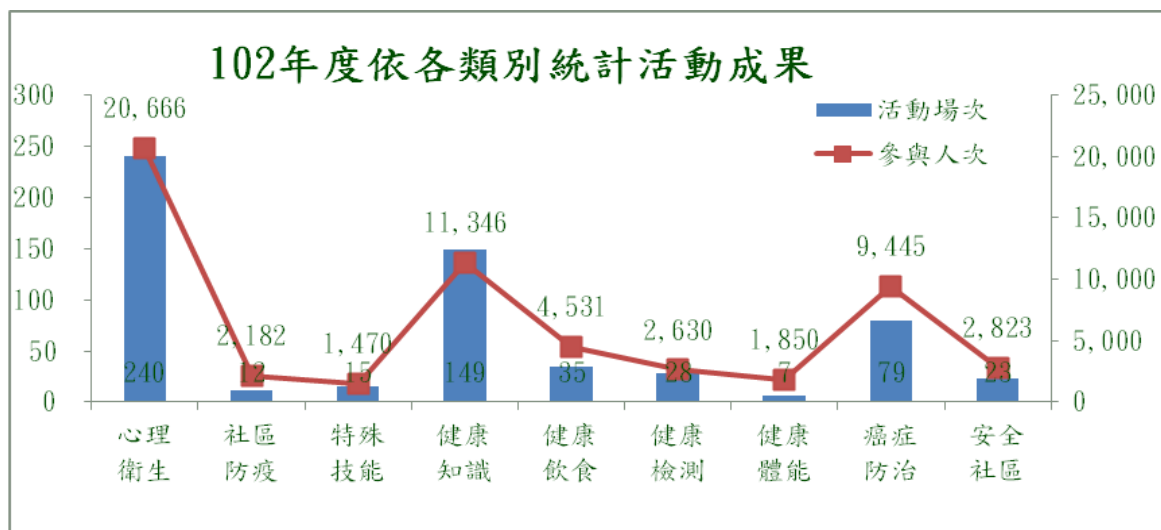
一、年度活動總成果

配合政府健康政策、院方年度健康促進推動方針，及社區健康需求之議題，於淡水、八里、五股、蘆洲、三芝及石門等地區，連結公部門及社區資源網絡，對社區民眾、社區團體、教會、職場、學校等組織，以多元活動模式舉辦各項社區健康促進宣導相關活動，將其分類如下：

1. 健康知識(如慢性病防治、代謝症候群防治)
2. 健康檢測(如社區整合式篩檢、健康服務站、配合社區之檢測活動)
3. 健康飲食(如肥胖防治、正確飲食宣導)
4. 癌症防治(如菸檳酒防制、四癌篩檢及相關癌症宣導)
5. 健康體能(如運動指導、體適能檢測)
6. 特殊技能(如 CPR 急救訓練)
7. 安全社區(如用藥安全、老人防跌、居家安全)
8. 社區防疫(如正確洗手、流感防治、腸病毒)
9. 心理衛生(如網路成癮、性別平等教育)

102 年度辦理健康促進活動共計 588 場次，總參與人次 56,943 人次。活動成果統計如下各表：





二、團體課程服務統計：

團體課程主要為竹圍國中與正德國中學生戒菸團體班，及與三芝區衛生所合作社區戒菸班，由家醫科醫師提供學生及社區民眾認識吸菸對身體的危害，藥師提供戒斷學員認識戒菸用藥，營養師提供戒斷人員正確飲食、社工師提供戒斷中拒絕的技巧以及壓力的調適，提升社區民眾以及學生對吸菸危害的認知，102 年度共舉辦 11 場次，有 40 人次參與。



竹圍國中戒菸團體



竹圍國中戒菸團體



正德國中戒菸團體



三芝區衛生所戒菸班

三、系列課程服務統計：

102 年度舉辦之系列課程如下：

1. 「馬偕健康日」及「成果發表會」：

健康日活動內容包含：認識代謝症候群、居家運動一起來、大家一起動一動、外食健康吃、要活就要動、用藥安全、老人防跌、健康吃快樂動..等，活動同時配合身高、體重、腰圍量測、骨密檢測、血糖檢測、失智評估、癌症篩檢、尖峰吐氣流速測量、小兒諮詢、情緒彩虹、在地食材市集....等免費項目，舉辦日期為：6/8、7/20、8/17、9/14、10/26、11/30 共 6 場次，參與人次為 1,795 人次。



馬偕健康日



馬偕健康日



馬偕健康日



馬偕健康日

2.「節慶系列活動」：

節慶系列活動包含：

- (1) 健康年菜教學：由營養師提供民眾得舒年菜製作教學，讓社區民眾在過年時節能設計不同以往的健康年菜，讓年菜能吃得更加健康。
- (2) 年節身體保健須知：由家庭醫學科醫師針對民眾在過年期間容易發生的身體疾病說明過年期間自我身體保健須知，提醒民眾飲食須注意衛生及避免過度飲食，同時患有心血管疾病的病人需謹記按時服用藥物，確保身體健康狀態。
- (3) 元宵週系列活動：配合元宵節舉辦元宵週系列活動，由營養師教導社區民眾製作低卡五色蔬果湯圓，同時透過認識市售湯圓成分，讓民眾學會計算市售湯圓熱量，在元宵節時控制食用份量。
- (4) 婦幼週系列活動：於兒童節前舉辦婦幼週活動，結合小兒科以及婦產科提供婦女及兒童相關衛教宣導講座，同時與淡水健檢中心合作提供免掛號費之成人健康檢查，嘉惠淡水地區社區居民。
- (5) 端午週系列活動：配合端午節舉辦端午週系列活動，提供社區民眾可愛香包DIY，也結合營養課提供健康粽製作教學以及DIY體驗，讓民眾可以回家自己製作健康美味粽。
- (6) 中秋週系列活動：於中秋節前由營養課營養師設計健康冰皮月餅，同時結合院內癌症中心、自殺防治中心於中秋週搭配四癌篩檢及自殺防治議題預防宣導。

102 年度節慶系列活動共舉辦 14 場次，參與人次為 1,151 人次。



年節保健須知



健康年菜教學



元宵週系列活動



元宵週系列活動



婦幼週系列活動



婦幼週系列活動



端午週系列活動



端午週系列活動



元宵週系列活動



元宵週系列活動



中秋週系列活動



中秋週系列活動

3.「菸害防制系列活動」:

提供社區學童以及社區民眾菸害防治宣導講座，配合淡江大學春暉週活動提供大學生 CO 檢測以及菸害防制宣導，同時結合民生里、淡江教會、淡水長老教會共同營造無菸場域，共舉辦 24 場次，參與人次為 4,067 人次。



坪頂國小菸檳防制宣導



竹圍國小菸害防制宣導



文化國小菸檳防制宣導



水源國小菸害防制宣導



鄧公國小菸害防制宣導



淡江大學菸害防制宣導



淡水長老教會無菸場所推廣宣導



竹圍公園無菸公園推廣宣導



三芝埔坪里菸害防制宣導



蘆洲社區健康營造協會菸害防制

4. 「檳、酒、毒防制系列活動」：

結合馬偕樓門口排班計程車司機、宏仁計程車行、光華巴士、屯山里里辦公室，提供嚼食檳榔高危險族群檳榔防制宣導講座，講座中強調嚼食檳榔將面臨口腔癌的威脅，唯有戒除嚼檳榔才能遠離口腔癌，同時配合講座提供免費口腔篩檢服務。院內則舉辦檳、酒、毒防制週活動邀請口腔外科、精神科提供來院就診的民眾與家屬檳榔、酒癮、毒癮防制宣導以及免費口腔篩檢。

102 年度檳、酒、毒防制系列活動共舉辦 11 場次，參與人次為 491 人次。



馬偕樓排班計程車司機檳榔防制



屯山里高危險族群口腔篩檢



宏仁計程車司機油車口檳榔防制宣導



屯山里高危險族群檳榔防制



宏仁計程車司機油車口檳榔防制宣導



宏仁計程車司機油車口口腔篩檢服務



檳酒毒防制週宣導活動



檳酒毒防制週口腔篩檢活動



屯山國小檳榔防制宣導



屯山國小檳榔防制宣導

5. 「八里區公所外籍配偶健康促進系列活動」：

結合八里區公所社會人文課提供八里區新住民族群與八里區社區民眾健康促進系列活動，內容包含：

- (1) 四癌篩檢宣導：提供民眾認識四癌篩檢檢查項目與年齡限制，鼓勵符合四癌篩檢的民眾踴躍前往檢查。
- (2) 用藥安全宣導：提供民眾認識內用藥與外用藥的區分，以及藥品保存方式，提醒民眾按時服藥的原則，與服藥應注意事項，最後提供民眾廢棄藥物處理原則，讓民眾能正確處理廢棄藥品，避免造成環境污染。
- (3) 幼兒預防保健宣導：提供新住民、社區民眾認識孩童常見疾病及疾病徵狀，提供新住民認識幼兒預防接種的項目與預防疾病，提醒新住民務必依孩童年齡帶孩子前往施打疫苗。
- (4) 認識三高宣導：提供民眾認識三高以及代謝症候群，教育民眾三高對身體的影響與危害，提醒社區民眾必須從日常生活中杜絕三高危險因子，以降低心臟血管疾病產生。
- (5) 孩童心理衛生宣導：由精神科醫師從小兒過動症狀探討，讓民眾認識注意力不集中小孩的行為模式與治療方式，讓民眾認識特殊兒童的行為治療方式。
- (6) 家庭暴力防治與社會福利宣導：由社工師提供新住民認識家庭暴力，提醒民眾當家庭暴力發生時求助的管道，教育社區民眾勇敢向暴力說不，給自己安全居住的環境。
- (7) 聰明選擇健康吃宣導：透過營養師從認識六大類食物介紹，讓新住民及社區民眾知道食物的分類及份量的選擇，教育新住民及社區民眾，每餐選擇正確食物，同時避免飲食過量，先從食物著手才能有效控制體重。
- (8) 杜絕傳染防疫宣導：由感染管制感管師提供民眾認識常見社區傳染病，同時教育民眾認識造成傳染病大流行的媒介為何，提醒民眾正確洗手可以杜絕傳染病。

102 年度八里區公所外籍配偶健康促進系列活動共舉辦 8 場次，參與人次為 148 人次。



外籍配偶聰明選擇健康吃宣導



外籍配偶用藥安全宣導



外籍配偶幼兒預防保健宣導



外籍配偶認識三高宣導

6.「銀髮族關懷系列活動—淡水靈糧堂」：

結合淡水靈糧堂，提供幸福老人關懷據點銀髮族健康促進系列活動，內容包含：認識呼吸道疾病：提供淡水靈糧堂幸福老人關懷據點銀髮族認識常見呼吸道疾病，提醒社區銀髮族認識菸癮將會影響呼吸道正常運作，同時亦提供社區民眾認識睡眠呼吸終止，提供睡眠呼吸終止就醫訊息。

- (1) 健康飲食宣導：透過營養師從認識六大類食物介紹，讓新住民以及社區民眾知道食物的分類以及份量的選擇，教育新住民以及社區民眾，每餐選擇正確食物，同時避免飲食過量，先從食物著手才能有效控制體重。
- (2) 老人螺旋運動：從螺旋運動的介紹說明落實筋膜運動對身體的影響，帶領關懷據點銀髮族一起做筋膜伸展運動。

102 年度淡水靈糧堂幸福老人關懷據點銀髮族健康促進系活動共舉辦 3 場次，參與人次為 136 人次。



淡水靈糧堂健康飲食宣導



淡水靈糧堂認識呼吸道疾病



淡水靈糧堂銀髮族螺旋運動



淡水靈糧堂銀髮族螺旋運動

7.「銀髮族關懷系列活動—淡江教會」:

結合淡江教會，提供淡江教會台語族群社區髮族健康促進系列活動，內容包含：

- (1) 流感防疫宣導：從社區防疫的角度提供社區銀髮族認識何謂流行性感冒以及造成大流行的原因，提醒社區銀髮族若有感冒症狀要及早就醫，同時要落實勤洗手的習慣以斷絕傳染途徑。
- (2) 年節健康吃：因應民眾過年時常有飲食過量情況，由營養師提供社區銀髮族年節健康吃宣導，透過教育民眾各類食物的正確份量，讓每一餐能吃的營養又健康，最後提醒民眾少鹽、少油、少糖的飲食原則，讓民眾能健康過好年。
- (3) B、C 型肝炎防治：從國人飲食習慣以及外食的衛生條件，說明國人常見的肝炎種類，並從肝炎的併發症狀說明 B、C 型肝炎對身體的威脅，鼓勵社區銀髮族若身體有異狀時需及早就醫不要延誤黃金治療期。
- (4) 週期性健康檢查：由淡水健康檢查中心提供社區銀髮族認識免費老人健康減查的項目以及檢查內容，鼓勵社區銀髮族若符合老人健康檢查資格，務必把握健康檢查的機會。

- (5) 銀髮族健康食品與用藥常識：提供銀髮族認識內用藥與外用藥的區分，以及藥品保存方式，提醒按時服藥的原則，與服藥應注意事項，也針對銀髮族常用的保健食品，教育銀髮族不要過分依賴保健食品。
- (6) 免疫風濕認識與治療宣導：帶領銀髮族認識免疫風濕疾病的症狀以及治療方式，教育銀髮族當身體情況有異樣時需及早就醫，以免延誤治療。
- (7) 癌症防治宣導：提供社區銀髮族四癌篩檢項目及年齡限制，鼓勵符合資格的社區儘量利用四癌篩檢，降低癌症對民眾的威脅。
- (8) 認識呼吸道疾病宣導：提供淡江教會社區關懷據點銀髮族認識常見呼吸道疾病，提醒社區銀髮族認識菸癮對呼吸道正常運作的影響，同時亦提供社區民眾認識睡眠呼吸終止，提供睡眠呼吸終止就醫訊息。
- (9) 糖尿病認識與預防宣導：提供社區銀髮族認識糖尿病及造成糖尿病的原因，同時教育民眾糖尿病會連帶導致其他慢性疾病的產生，提醒民眾重視日常保健，飲食也要均衡適量。
- (10) 泌尿道疾病認識與預防：由泌尿科醫師說明男性與女性常見泌尿道疾病，讓社區銀髮族加深對於泌尿道疾病的認識，提供泌尿道疾病的治療介紹，讓有泌尿疾病困擾的民眾可依醫療途徑解決問題。

102 年度淡江教會共舉辦 11 場次，參與人次為 848 人次。



淡江教會流感防疫宣導



淡江教會年節健康吃宣導



淡江教會憂鬱症認識與預防宣導



淡江教會 B、C 型肝炎防治



淡江教會銀髮族健康檢查宣導



淡江教會銀髮族用藥安全宣導



淡江教會免疫風濕認識與預防



淡江教會銀髮族癌症防制宣導



淡江教會泌尿疾病認識與預防宣導



淡江教會糖尿病認識與預防宣導

8. 「銀髮族關懷系列活動—成功長老教會」：

結合蘆洲成功長老教會，提供健康服務站服務之社區髮族健康促進系列活動，內容包含：

- (1) 認識三高及代謝症候群：提供社區民眾認識三高及代謝症候群的定義，教育社區民眾造成三高與代謝症候群的危險因子，鼓勵民眾注意日常生活的飲食，同時養成規律運動習慣，以降低心臟血管疾病的產生。

- (2) 常見泌尿道疾病：由泌尿科醫師說明男性與女性常見泌尿道疾病，讓社區銀髮族加深對於泌尿道疾病的認識，提供泌尿道疾病的治療介紹，讓有泌尿疾病困擾的民眾可依醫療途徑解決問題。
- (3) 婦女更年期保健：從更年期產生的生理變化，說明女性更年期所面臨的調適問題，提供女性更年期醫療資訊，讓屆齡更年期的女性能透過醫療處置來緩和身體上的不適應。
- (4) 腎臟病防治：提供社區民眾認識造成腎臟疾病的原因，藉由衛教宣導教育民眾維護腎功能正常運作的重要，同時提醒民眾降低飲食中鹽分攝取，及不可亂服來路不明的成藥，以避免腎臟疾病產生。
- (5) 健康飲食與減重：透過營養師從認識六大類食物介紹，讓新住民及社區民眾知道食物的分類以及份量的選擇，教育新住民以及社區民眾，每餐選擇正確食物，同時避免飲食過量，先從食物著手才能有效控制體重。
- (6) 預防失眠宣導：失眠是現代人常見的問題，銀髮族也多有失眠的困擾，藉由協談中心心理師提供民眾認識造成失眠的原因以及自我放鬆的方法，帶領社區民眾練習放鬆技巧，以緩解壓力情緒。

102 年度蘆洲成功教會共舉辦 6 場次，參與人次為 201 人次。



蘆洲成功教會認識三高與代謝症候群



蘆洲成功教會常見泌尿道疾病



蘆洲成功教會更年期婦女保健宣導



蘆洲成功教會腎臟病防治宣導



蘆洲成功教會健康飲食與減重



蘆洲成功教會預防失眠宣導

9.「銀髮族關懷系列活動—屯山里、馬偕好厝邊、惜福關懷協會」:

結合淡水區屯山里、馬偕好厝邊及惜福關懷協會，提供銀髮族相關健康促進活動

- (1) 口腔保健宣導：提供銀髮族認識常見口腔疾病，教導銀髮族如何正確刷牙，避免牙周病的產生。
- (2) 銀髮族慢性疾病宣導：提供銀髮族認識三高及代謝症候群的定義，教育銀髮族造成三高與代謝症候群的危險因子，鼓勵銀髮族注意日常生活的飲食，同時養成規律運動習慣，以降低心臟血管疾病的產生。
- (3) 銀髮族健康飲食：透過營養師從認識六大類食物介紹，讓銀髮族及社區民眾知道食物的分類以及份量的選擇，教育銀髮族每餐選擇正確食物，達到均衡飲食的目的。
- (4) 銀髮族老人防跌：從居家環境的擺設帶領銀髮族檢視自身居住環境的安全，從課程中教導銀髮族如何自行操作肌力練習，鼓勵銀髮族多做練習可以提升自我肌耐力。

102 年度淡水區屯山里、馬偕好厝邊、惜福關懷協會共舉辦 6 場次宣導，參與人次為 206 人次。



馬偕好厝邊銀髮族口腔保健宣導



馬偕好厝邊銀髮族慢性疾病認識



屯山里銀髮族健康飲食宣導



惜福關懷協會銀髮族口腔保健



屯山里銀髮族認識失眠宣導



馬偕好厝邊銀髮族老人防跌宣導

10. 「銀髮族關懷系列活動—三芝區銀髮族」：

結合三芝區新庄里、埔坪里、後厝里、古庄里、雙連安養中心…等銀髮族團體提供相關健康促進活動

- (1) 認識失眠宣導：由協談中心心理師提供三芝地區銀髮族認識失眠宣導，教導銀髮族自我放鬆的技巧，鼓勵銀髮族要營造個人興趣，並走出戶外結識朋友，可以避免在家中胡思亂想。
- (2) 健康飲食老人防跌：從居家環境的擺設帶領銀髮族檢視自身居住環境的安全，從課程中教導銀髮族如何自行操作肌力練習，鼓勵銀髮族多做練習以提升自我肌耐力。
- (3) 口腔保健：提供銀髮族認識常見口腔疾病，教導銀髮族如何正確刷牙，避免牙周病的產生。

102 年度三芝區銀髮族健康促進宣導講座共舉辦 9 場次，參與人次為 346 人次。



三芝區銀髮族認識失眠宣導



三芝區銀髮族健康飲食宣導



三芝區銀髮族老人防跌宣導



三芝區銀髮族口腔保健宣導



三芝區銀髮族健康飲食宣導



三芝區銀髮族認識失眠宣導

11. 「銀髮族關懷系列活動—淡水區公所社區銀髮族」：

結合淡水區公所社會人文課，提供淡水區社區銀髮族健康促進系列宣導活動，內容包含：傳染病認識與預防、癌症防治宣導、腎臟病防治宣導、銀髮族螺旋運動、糖尿病認識與預防、檳榔防制宣導、健康食品與用藥常識，共舉辦9場次，參與人次為250人次。



淡水區公所傳染病認識與預防



淡水區公所癌症防治宣導



淡水區公所腎臟病防治宣導



淡水區公所銀髮族螺旋運動

12. 「學校健康衛教宣導系列課程」：

結合淡水、蘆洲地區各級學校舉辦心理衛生、社區防疫、特殊技能、社區安全、健康知識、健康飲食等類別健康促進宣導講座，講座主題包含：性別平等教育、憂鬱症與自殺防治、認識網路成癮、壓力調適與情緒管理、傳染病防治、性病防治、流感防疫、CPR 急救訓練、用藥安全、口腔保健、健康體位營養教育、健康飲食宣導，共舉辦 51 場次，參與人次為 11,214 人次。



蘆洲仁愛國小防疫宣導



蘆洲仁愛國小認識網路成癮宣導



鄧公國小 CPR 急救訓練



蘆洲仁愛國小性別平等教育



水源國小 CPR 急救訓練



竹圍國小用藥安全



坪頂國小用藥安全



文化國小口腔保健



文化國小口腔保健



蘆洲鷺江國中口腔保健



淡水國小用藥安全



水源國小健康飲食

13. 「醫院參訪系列課程」：

結合淡水區鄧公國小，提供國小學生牙科門參訪，內容包含潔牙教學、實地操作刷牙、X光室簡介、診療機台介紹。提供國小學生安寧中心參訪，內容包含安寧示範中心簡介、安寧病房實地參觀、問題討論...等。共舉辦6場次，參與人次為284人次。



牙科門診參訪正確刷牙教學



牙科門診參訪正確刷牙教學



牙科門診參訪診療機台介紹



牙科門診參訪X光室介紹



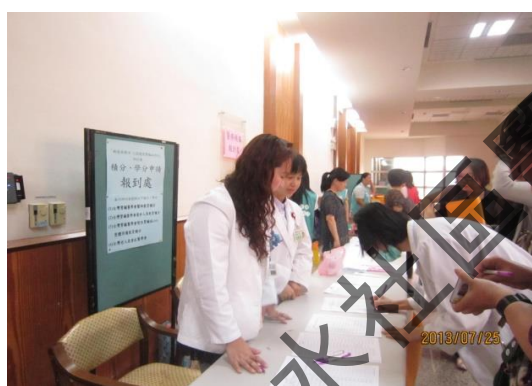
牙科門診參訪 X 光室介紹



牙科門診參訪正確刷牙教學

14. 「銀髮族樂活—三高慢性腎臟病防治研討會」：

由淡水社區醫學中心結合腎臟科提供社區民眾及血液透析照護網絡成員「三高慢性腎臟病防治研討會」，內容包含：三高防治及照護、慢性腎臟病防治及照護、三高及慢性腎臟病之飲食對策、三高及慢性腎臟病之運動保健、三高及慢性腎臟病之用藥選擇、三高及慢性腎臟病防治衛教溝通技巧，參與人次為 179 人次。



三高慢性腎臟病防治研討會



三高慢性腎臟病防治研討會



三高慢性腎臟病防治研討會



三高慢性腎臟病防治研討會

15. 「健康服務站志工教育訓練系列課程」：

由淡水社區醫學中心提供社區健康促進推動志工教育訓練課程，內容包含：血管健康可以決定壽命、肥胖防治宣導、健康食品與用藥常識、談減重飲食，共舉辦4場次，參與人次為748人次。



志工教育訓練-洪大川主任致詞



志工教育訓練血管健康可以決定壽命



志工教育訓練-防疫宣導



志工教育訓練-報到簽到



志工教育訓練-肥胖防治宣導



志工教育訓練-談減重飲食

四、一般課程服務統計：

一般課程分為健康知識類別、健康檢測類別、健康飲食類別、健康體能類別、安全社區類別以及心理衛生類別，宣導內容包含：

1. 健康知識類別：淡水院區開業醫聯誼會、竹圍發展協會婦女健康的無聲殺手、蘆洲社區健康營造協會代謝症候群預防宣導、水源國小新生家長視力保健宣導、認識乾癬、民權里預防三高代謝症候群宣導。
2. 健康檢測類別：淡水區公所金蟒獻瑞健康檢測活動、關懷弱勢協會健康檢測活動、惜福關懷協會健康檢測活動、屯山里慈玄宮健康檢測活動、國花幼稚園家長會暨社區健康檢測活動、鄧公國小園遊會暨社區健康檢測活動、淡江大學春暉週健康檢測暨性病篩檢服務、八里區十三行博物館健康檢測、新北市銀髮族運動會健康檢測服務、竹圍國小園遊會暨健康檢測服務。
3. 健康飲食類別：萬里、石門、金山、三芝長者健康活力秀、新民里健康活力慶端午、三芝婦女會健康飲食宣導、竹圍發展協會健康康過中秋。
4. 健康體能類別：大醇食品公司健康體適能暨性病篩檢服務
5. 安全社區類別：竹圍社區發展協會用藥安全宣導
6. 心理衛生類別：淡水婦女會壓力調適宣導、滬尾長青會認識失眠



水源國小學生家長視力保健



馬偕醫院檳榔酒害防治週



民權社發協會婦女健康無聲殺手宣導



關懷弱勢協會健康檢測



關懷弱勢協會口腔篩檢



國花幼稚園健康檢測



屯山里健康檢測



三芝長者健康活力秀



健健康康過端午



健康粽 DIY 活動



大醇食品公司性病篩檢服務



大醇食品公司健康體適能



竹圍社區發展協會用藥安全



竹圍社區發展協會用藥安全

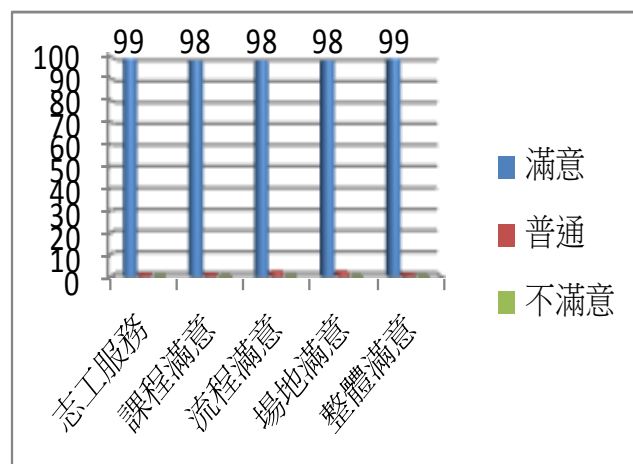
五、健康促進活動滿意度調查：

(一)社區活動滿意度調查

1. 年度社區活動總滿意度分析：

回收問卷 822 份，參加的學員以女性居多，佔 82%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 56%，其次為 41-64 歲佔 35%。參與活動次數以四次以上居多佔 36%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 98~99%，對整體活動滿意度亦達 99%滿意。

類 別	百 分 比
性別	
男	17%
女	82%
年齡	
0-20	3%
21-40	5%
41-64	35%
65 歲以上	56%
參與次數	
1 次	34%
2 次	12%
3 次	8%
4 次	8%
4 次以上	36%

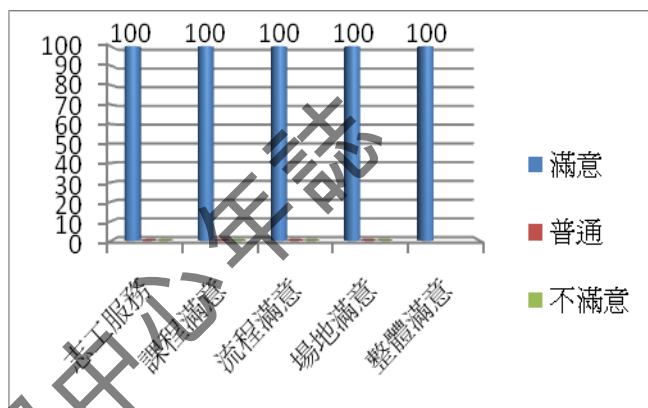


2.各場次社區活動滿意度分析：

(1)102.01.16 成功教會預防三高宣導：

回收問卷 25 份，參加的學員以女性居多，佔 96%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 72%，其次為 65 歲以上佔 24%。參與活動次數以第一次居多佔 88%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

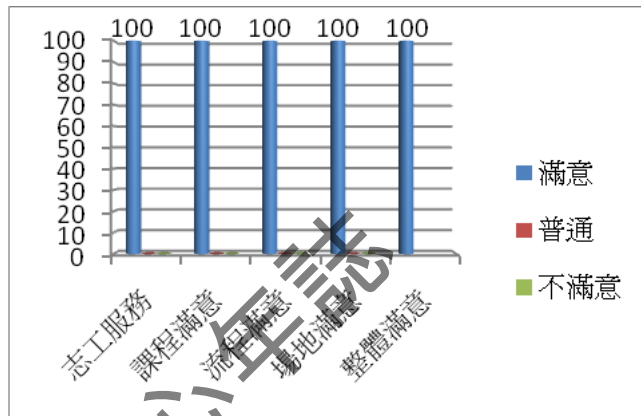
類別	百分比
性別	
男	4%
女	96%
年齡	
0-20	0%
21-40	4%
41-64	72%
65 歲以上	24%
參與次數	
1 次	88%
2 次	0%
3 次	12%
4 次	0%
4 次以上	0%



(2)102.01.18 淡江教會認識流感宣導：

回收 81 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 79%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 83%，其次為 41-64 歲佔 17%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 44%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

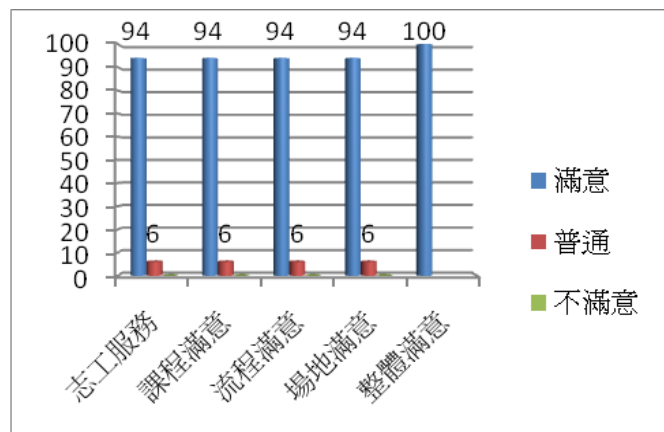
類 別	百 分 比
性別	
男	21%
女	79%
年齡	
0-20	0%
21-40	0%
41-64	17%
65 歲以上	83%
參與次數	
1 次	11%
2 次	7%
3 次	7%
4 次	31%
4 次以上	44%



(3)102.01.29 健康年菜 DIY(一)：

回收 31 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 81%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 64%，其次為 65 歲以上佔 16%。參與活動次數以第一次居多佔 77%。在活動滿意度方面，對志工服務、課程、流程及場地滿意皆達 94%，對整體活動滿意度達 100%滿意。

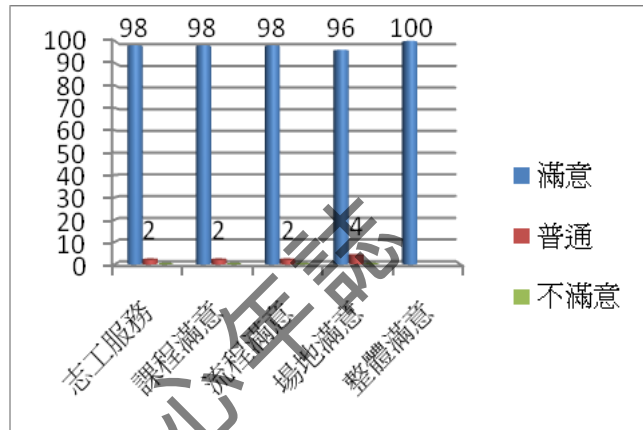
類 別	百 分 比
性別	
男	19%
女	81%
年齡	
0-20	10%
21-40	10%
41-64	64%
65 歲以上	16%
參與次數	
1 次	77%
2 次	13%
3 次	3%
4 次	0%
4 次以上	7%



(4)102.01.30 年節保健須知：

回收 51 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 69%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 55%，其次為 65 歲以上佔 25%。參與活動次數以第一次居多佔 80%。在活動滿意度方面，對志工服務、課程及流程滿意皆達 98%、對場地滿意度為 96%，對整體活動滿意度達 100%滿意。

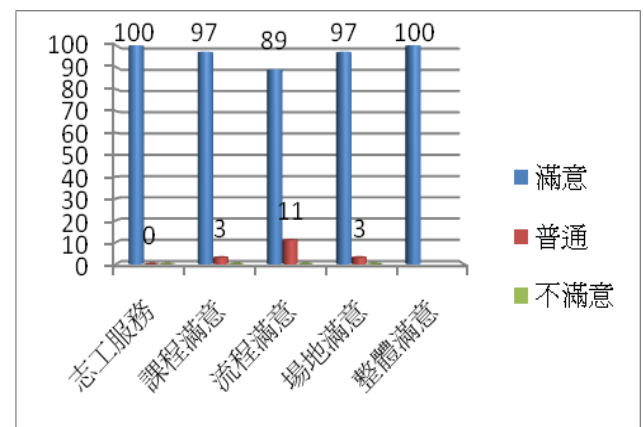
類別	百分比
性別	
男	31%
女	69%
年齡	
0-20	6%
21-40	14%
41-64	55%
65 歲以上	25%
參與次數	
1 次	80%
2 次	12%
3 次	6%
4 次	2%
4 次以上	0%



(5)102.01.31 健康年菜 DIY(二)：

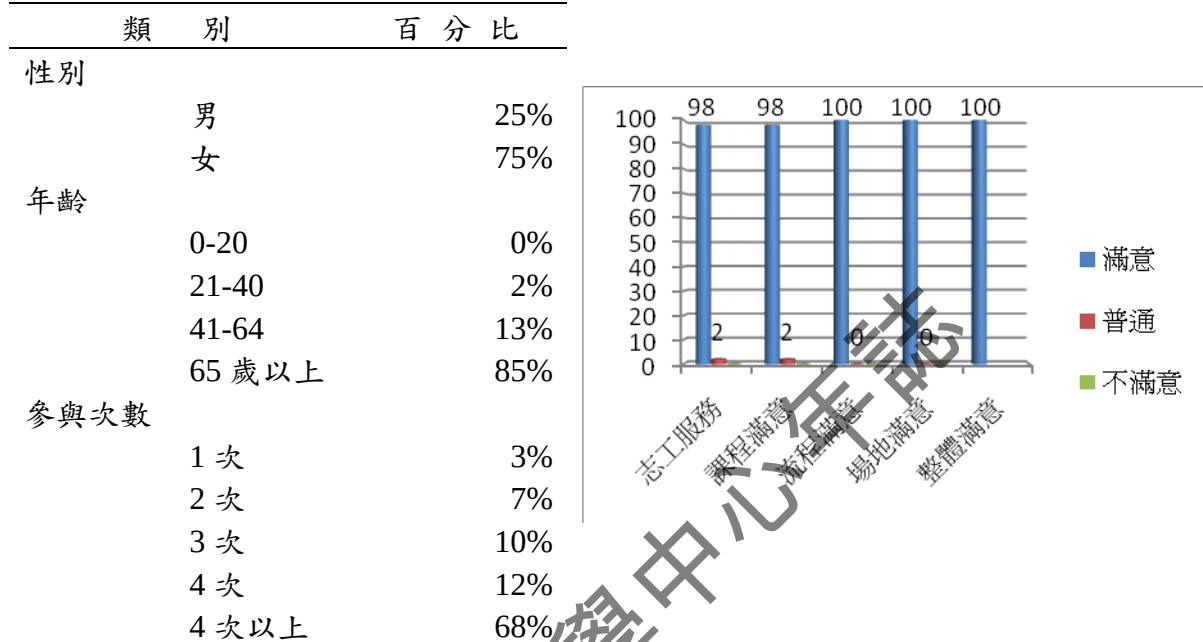
回收 38 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 74%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 50%，其次為 65 歲以上佔 34%。參與活動次數以第一次居多佔 71%。在活動滿意度方面，對志工服務滿意 100%、對課程滿意 97%、對流程滿意只有 89%、對場地滿意度為 97%，對整體活動滿意度達 100%滿意。

類別	百分比
性別	
男	26%
女	74%
年齡	
0-20	8%
21-40	8%
41-64	50%
65 歲以上	34%
參與次數	
1 次	71%
2 次	3%
3 次	8%
4 次	0%
4 次以上	18%



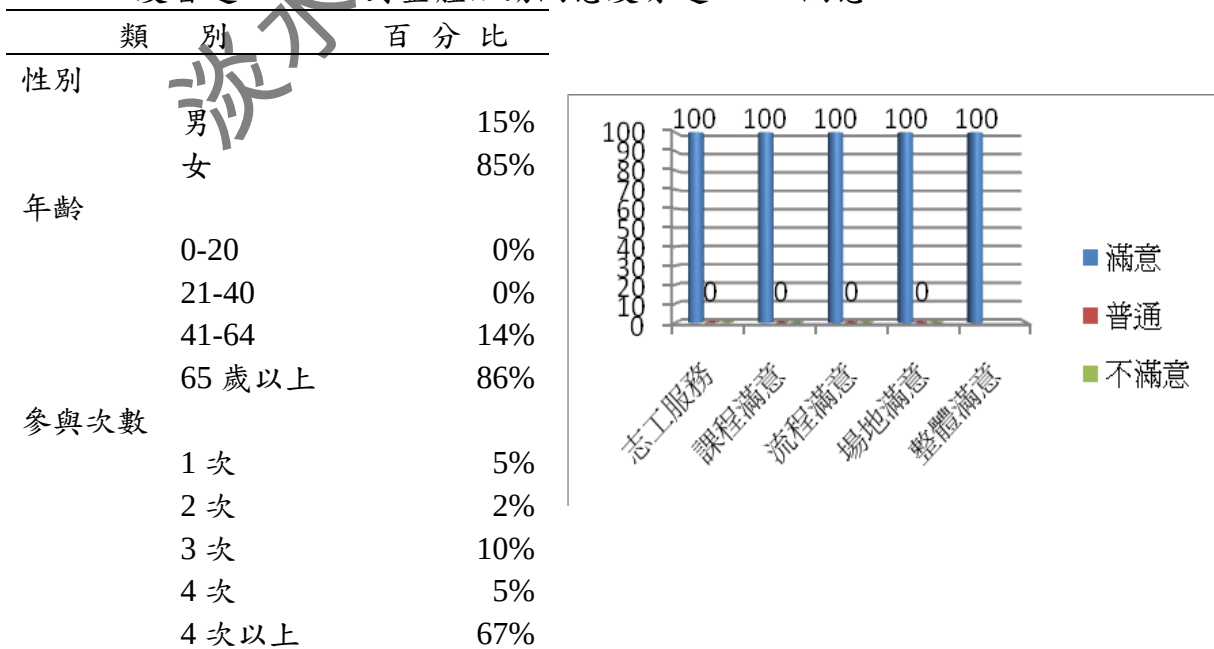
(6)102.02.01 淡江教會年節健康吃：

回收 59 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 75%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 85%，其次為 41-64 歲佔 13%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 68%。在活動滿意度方面，對志工服務與課程滿意有 98%、對流程、場地滿意度為 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。



(7)102.03.08 淡江教會認識憂鬱症：

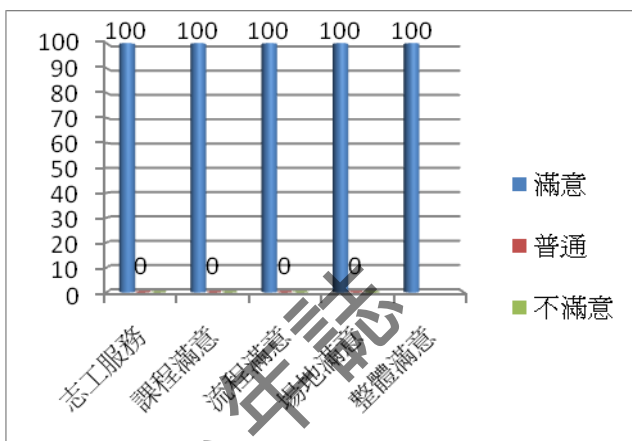
回收 65 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 85%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 86%，其次為 41-64 歲佔 14%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 67%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。



(8)102.03.27 蘆洲成功教會「惱人的泌尿問題」宣導：

回收 37 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 96%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 57%，其次為 65 歲以上佔 36%。參與活動次數以第 2 次居多佔 72%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

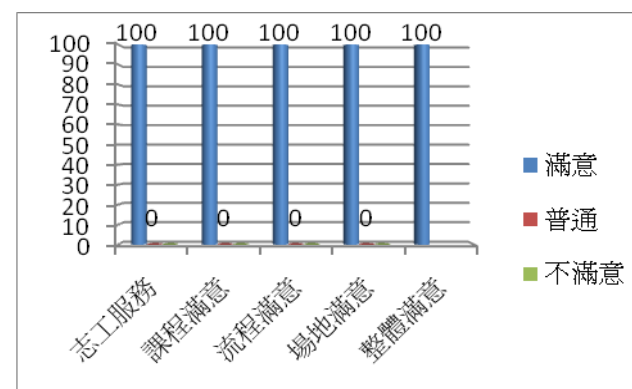
類別	百分比
性別	
男	4%
女	96%
年齡	
0-20	0%
21-40	7%
41-64	57%
65 歲以上	36%
參與次數	
1 次	22%
2 次	72%
3 次	4%
4 次	0%
4 次以上	0%



(9)102.03.28 淡水靈糧堂「認識呼吸道疾病」：

回收 37 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 81%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 90%，其次為 41-64 歲佔 10%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 57%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

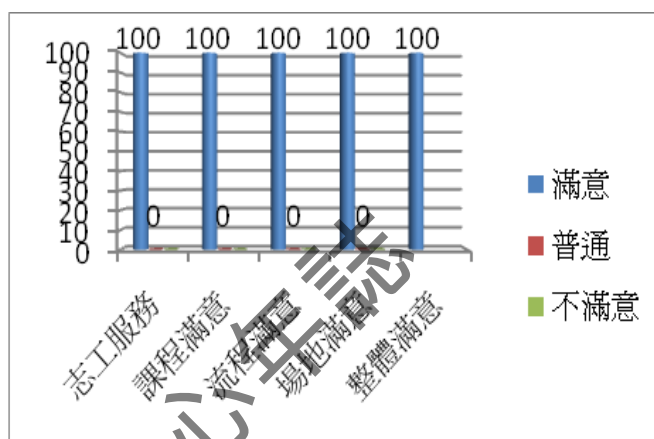
類別	百分比
性別	
男	19%
女	81%
年齡	
0-20	0%
21-40	0%
41-64	10%
65 歲以上	90%
參與次數	
1 次	17%
2 次	0%
3 次	3%
4 次	17%
4 次以上	57%



(10)102.03.30 淡水區公所「傳染病認識」：

回收 24 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 92%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 58%，其次為 41-64 歲佔 38%。參與活動次數以第 1 次居多佔 63%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

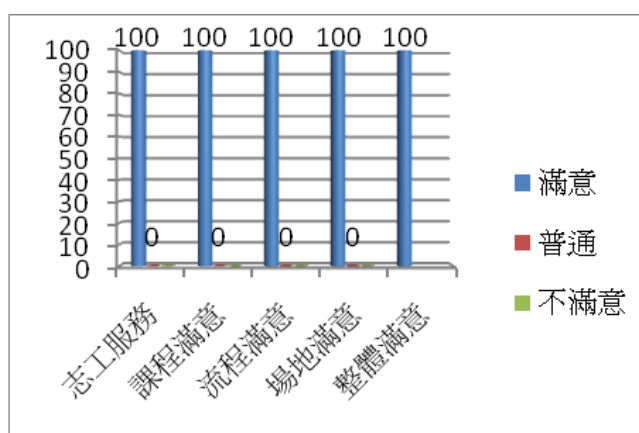
類別	百分比
性別	
男	8%
女	92%
年齡	
0-20	4%
21-40	0%
41-64	38%
65 歲以上	58%
參與次數	
1 次	63%
2 次	9%
3 次	13%
4 次	0%
4 次以上	5%



(11)102.04.12 淡江教會認識 c 型肝炎：

回收 68 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 82%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 68%，其次為 41-64 歲佔 24%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 61%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

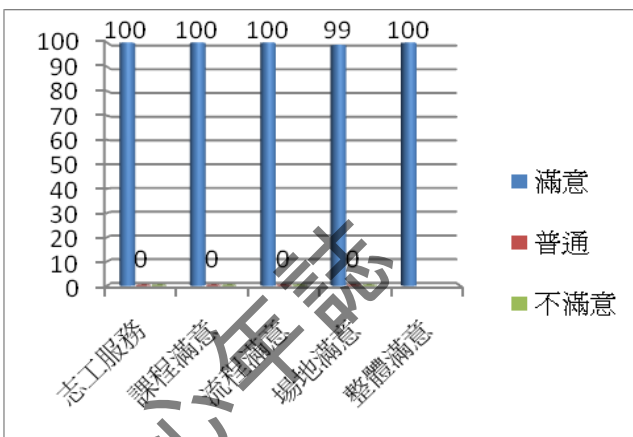
類別	百分比
性別	
男	18%
女	82%
年齡	
0-20	0%
21-40	8%
41-64	24%
65 歲以上	68%
參與次數	
1 次	8%
2 次	5%
3 次	5%
4 次	12%
4 次以上	61%



(12)102.05.10 淡江教會老人健檢介紹：

回收 81 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 79%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 78%，其次為 41-64 歲佔 20%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 78%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程皆達 100%，對場地滿意度達 99%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

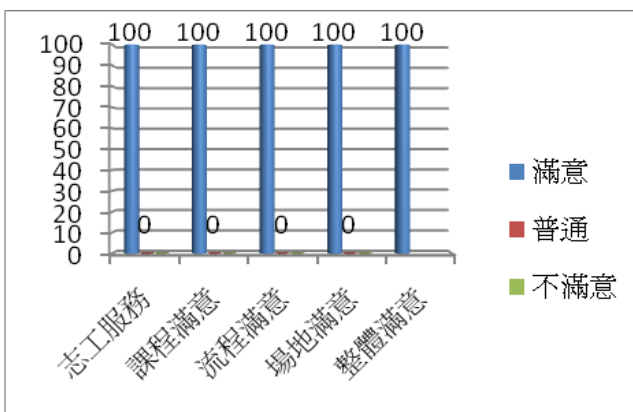
類別	百分比
性別	
男	21%
女	79%
年齡	
0-20	0%
21-40	2%
41-64	20%
65 歲以上	78%
參與次數	
1 次	4%
2 次	3%
3 次	0%
4 次	12%
4 次以上	78%



(13)102.05.18 淡江教會老人腎臟病防制：

回收 28 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 89%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 51%，其次為 41-64 歲佔 41%。參與活動次數以 4 次以上居多佔 37%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

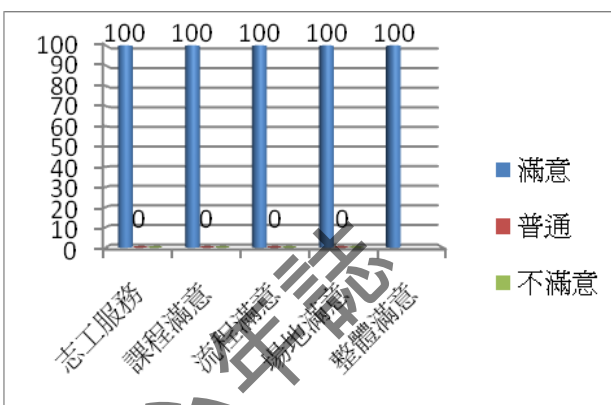
類別	百分比
性別	
男	11%
女	89%
年齡	
0-20	0%
21-40	8%
41-64	41%
65 歲以上	51%
參與次數	
1 次	15%
2 次	19%
3 次	29%
4 次	0%
4 次以上	37%



(14)102.05.21 淡水婦女會壓力調適：

回收 19 份問卷，參加的學員 100%為女性；年齡分布以 41-64 歲最多佔 69%，其次為 65 歲以上佔 21%。參與活動次數第 1 次參與及參與 4 次以上皆為 27%。在活動滿意度方面，不管對志工服務、課程、流程及場地滿意度皆達 100%，對整體活動滿意度亦達 100%滿意。

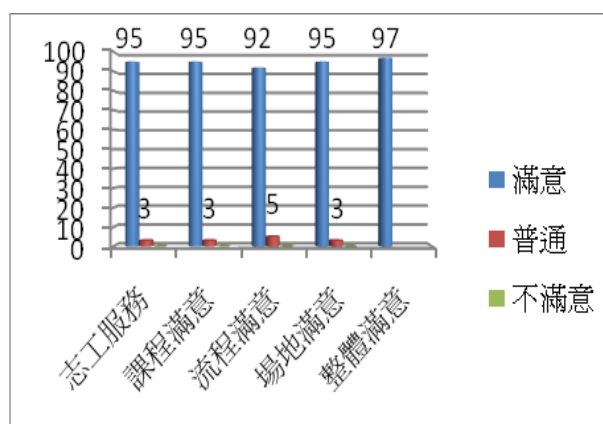
類別	百分比
性別	
男	0%
女	100%
年齡	
0-20	0%
21-40	0%
41-64	69%
65 歲以上	21%
參與次數	
1 次	27%
2 次	6%
3 次	6%
4 次	0%
4 次以上	27%



(15)102.05.23 淡江教會慢性病防治：

回收 38 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 74%；年齡分布以 65 歲以上最多佔 70%，其次為 41-64 歲佔 30%。參與活動次數以第二次居多佔 24%。在活動滿意度方面，對志工服務、課程、場地滿意皆為 95%，對流程滿意只有 92%，對整體活動滿意度達 97%滿意。

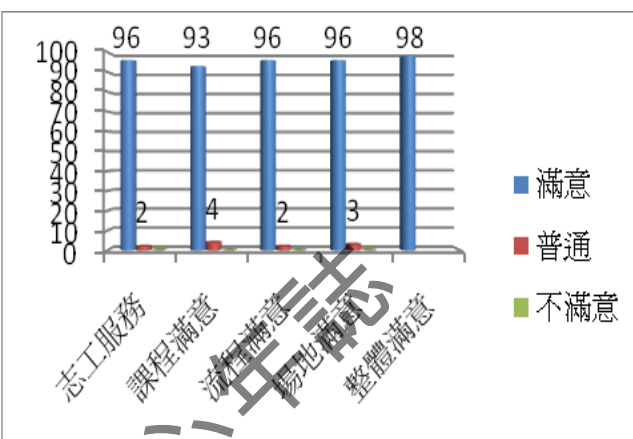
類別	百分比
性別	
男	26%
女	74%
年齡	
0-20	0%
21-40	0%
41-64	30%
65 歲以上	70%
參與次數	
1 次	6%
2 次	24%
3 次	22%
4 次	19%
4 次以上	22%



(16)102.06.05 端午週（一）：

回收 38 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 80%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 48%，其次為 65 歲以上佔 35%。參與活動次數以第一次居多佔 87%。在活動滿意度方面，對志工服務、流程、場地滿意皆為 96%、對課程滿意只有 93%，對整體活動滿意度達 98%滿意。

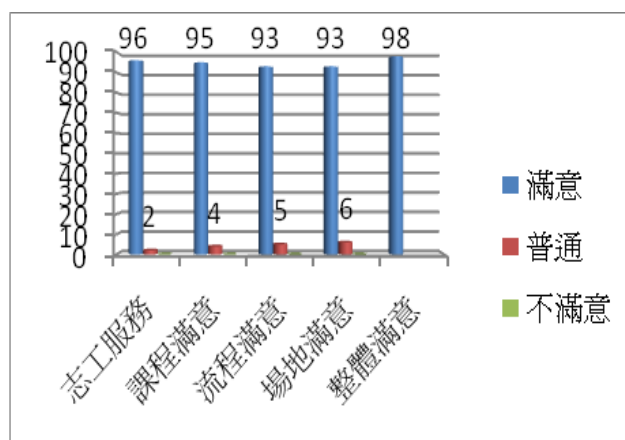
類 別	百 分 比
性別	
男	20%
女	80%
年齡	
0-20	5%
21-40	11%
41-64	48%
65 歲以上	35%
參與次數	
1 次	87%
2 次	7%
3 次	3%
4 次	3%
4 次以上	0%



(17)102.06.06 端午週（二）：

回收 57 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 88%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 37%，其次為 21-40 歲佔 25%。參與活動次數以第一次居多佔 79%。在活動滿意度方面，對志工服務滿意為 96%、對課程滿意為 95%、對流程、場地滿意為 93%，對整體活動滿意度達 98%滿意。

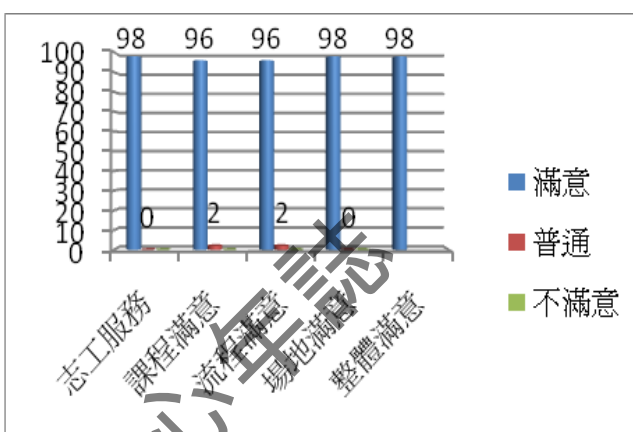
類 別	百 分 比
性別	
男	4%
女	88%
年齡	
0-20	18%
21-40	25%
41-64	37%
65 歲以上	16%
參與次數	
1 次	79%
2 次	11%
3 次	2%
4 次	0%
4 次以上	0%



(18)102.06.07 端午週（三）：

回收 45 份問卷，參加的學員以女性居多，佔 87%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 49%，其次為 65 歲以上佔 47%。參與活動次數以第一次居多佔 58%。在活動滿意度方面，對志工服務、場地滿意為 98%、對課程、流程滿意為 96%，對整體活動滿意度達 98%滿意。

類 別	百 分 比
性別	
男	11%
女	87%
年齡	
0-20	0%
21-40	2%
41-64	49%
65 歲以上	47%
參與次數	
1 次	58%
2 次	20%
3 次	9%
4 次	0%
4 次以上	7%



(二) 社區學童健康促進宣導滿意度調查：

1.年度社區學童健康促進宣導總滿意度分析：

回收問卷 2039 份，健康知識對學生的幫助滿意度為 97%，與家人分享學習知識滿意度為 92.5%，同意再安排馬偕醫院的人員到校演講滿意度為 93%。

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	97%
與家人分享學習知識	92.5%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	93%

2.社區各校學童健康促進宣導滿意度分析：

(1)102.01.10 鄧公國小 CPR 急救訓練（一）：回收 186 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	100%
與家人分享學習知識	99%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	97%

(2)102.01.11 鄧公國小 CPR 急救訓練（二）：回收 163 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	100%
與家人分享學習知識	100%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	100%

(3)102.03.14 水源國小口腔保健宣導：回收 74 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	92%
與家人分享學習知識	80%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	78%

(4)102.03.18 新興國小菸檳防制宣導：回收 82 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	100%
與家人分享學習知識	99%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	98%

(5)102.04.09 水源國小健康飲食宣導：回收 43 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	95%
與家人分享學習知識	88%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	95%

(6)102.04.09 坪頂國小菸檳防制宣導：回收 44 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	100%
與家人分享學習知識	98%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	95%

(7)102.04.09 蘆洲仁愛國小認識網路成癮宣導：回收 231 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	97%
與家人分享學習知識	95%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	96%

(8)102.04.22 蘆洲成功國小用藥安全宣導：回收 169 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	99%
與家人分享學習知識	98%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	95%

(9)102.04.23 水源國小用藥安全宣導：回收 74 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	85%
與家人分享學習知識	73%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	73%

(10)102.04.25 蘆洲成功國小性別平等教育宣導：回收 120 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	98%
與家人分享學習知識	84%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	94%

(11)102.05.08 蘆洲成功國小認識網路成癮宣導：回收 232 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	99%
與家人分享學習知識	97%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	97%

(12)102.05.23 蘆洲仁愛國小防疫宣導：回收 296 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	98%
與家人分享學習知識	98%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	95%

(13)102.05.25 竹圍國小菸檳酒防制宣導：回收 151 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	100%
與家人分享學習知識	99%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	95%

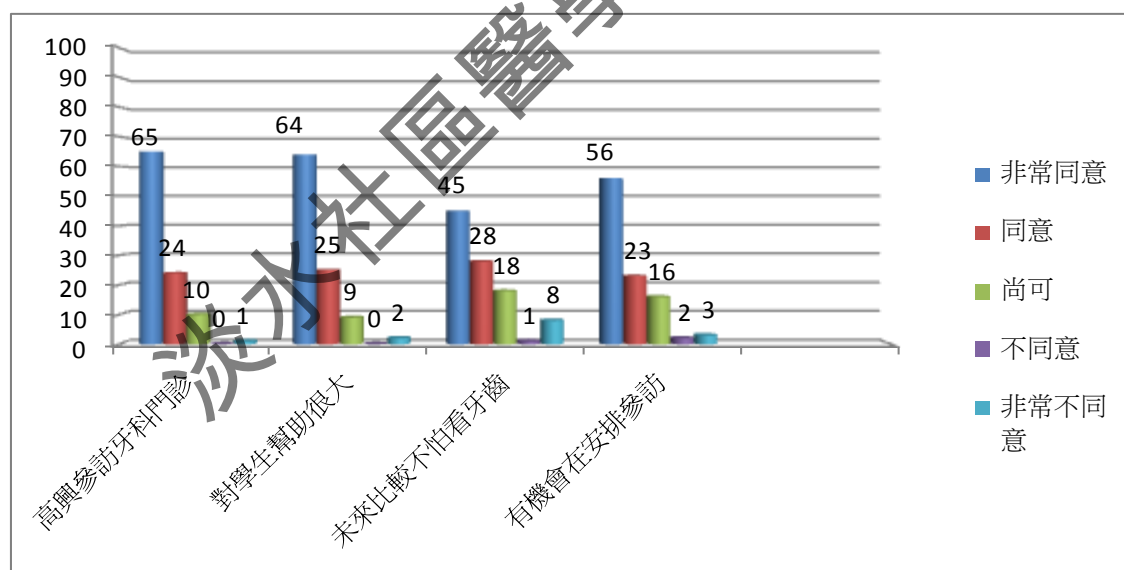
(14)102.06.05 竹圍國小性別平等教育宣導：回收 174 份問卷，調查結果如下：

滿意度問卷項目	平均滿意度
健康知識對學生的幫助	96%
與家人分享學習知識	87%
同意再安排馬偕醫院的人員到校演講	93%

(三) 學童牙科門診參訪滿意度調查：

1. 年度學童牙科門診參訪總滿意度分析

共回收 148 份問卷，有 99%同學表示很高興參訪牙科門診，有 98%同學表示對自己幫忙很大，有 91%同學表示未來比較不怕看牙齒，有 95%同學希望有機會再安排參訪。



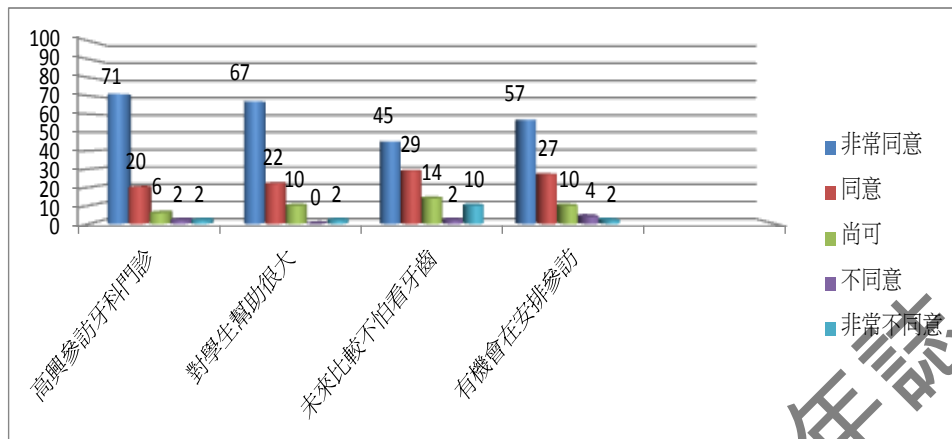
我覺得今天讓我印象最深的一關依序為：

X 光室簡介、診療設備簡介、回應教學、潔牙教學

2.各校學童牙科門診參訪滿意度分析

(1)102.03.04 鄧公國小牙科門診參訪滿意度調查：

共回收 51 份問卷，有 91%同學表示很高興參訪牙科門診，有 89%同學表示對自己幫忙很大，有 74%同學表示未來比較不怕看牙齒，有 84%同學希望有機會再安排參訪。

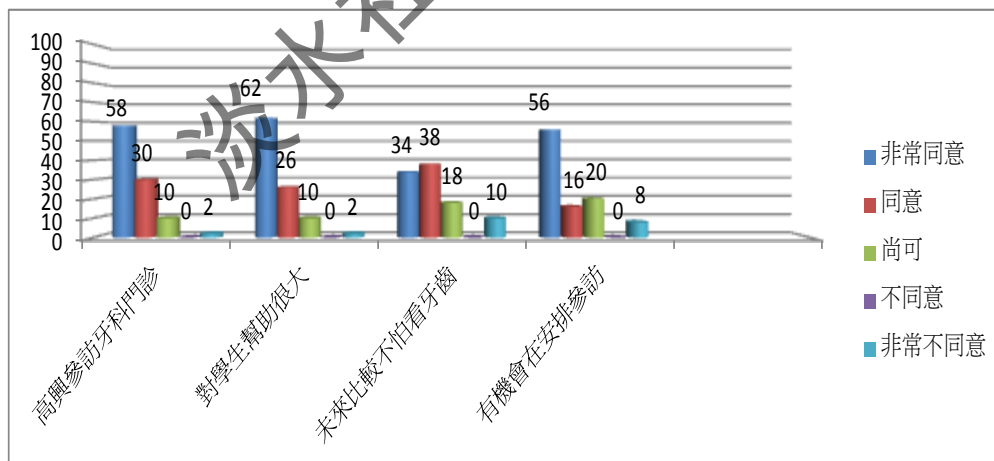


我覺得今天讓我印象最深的一關依序為：

X 光室簡介、診療設備簡介、潔牙教學、回應教學

(2)102.03.05 鄧公國小牙科門診參訪滿意度調查：

共回收 50 份問卷，有 88%同學表示很高興參訪牙科門診，有 88%同學表示對自己幫忙很大，有 72%同學表示未來比較不怕看牙齒，有 72%同學希望有機會再安排參訪。

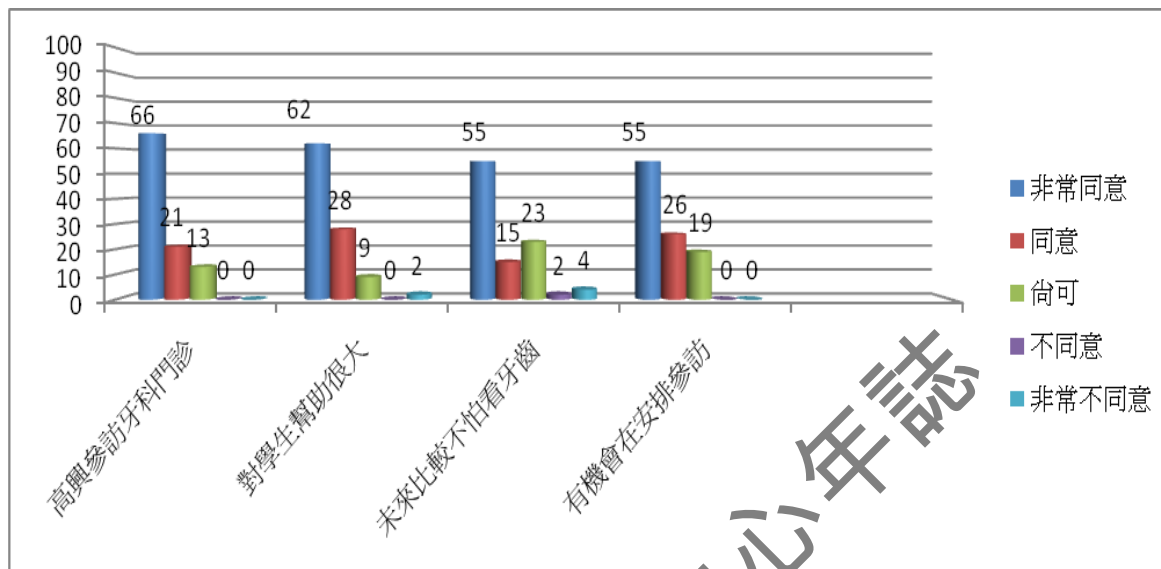


我覺得今天讓我印象最深的一關依序為：

X 光室簡介、診療設備簡介、潔牙教學、回應教學

(3)102.03.06 鄧公國小牙科門診參訪滿意度調查：

共回收 47 份問卷，有 87%同學表示很高興參訪牙科門診，有 90%同學表示對自己幫忙很大，有 70%同學表示未來比較不怕看牙齒，有 81%同學希望有機會再安排參訪。



我覺得今天讓我印象最深的一關依序為：

X 光室簡介、診療設備簡介、潔牙教學、回應教學

陸、社區健康服務站概況與服務成果

一、健康服務站服務概況

(一)、社區健康促進推動志工計 297 位(包含社區活動服務組及健康服務站社區團體組；不含本院健康服務站之馬偕贊助會志工)。

(二)、目前共有 53 個健康服務站，各地區健康服務站之分布概況：

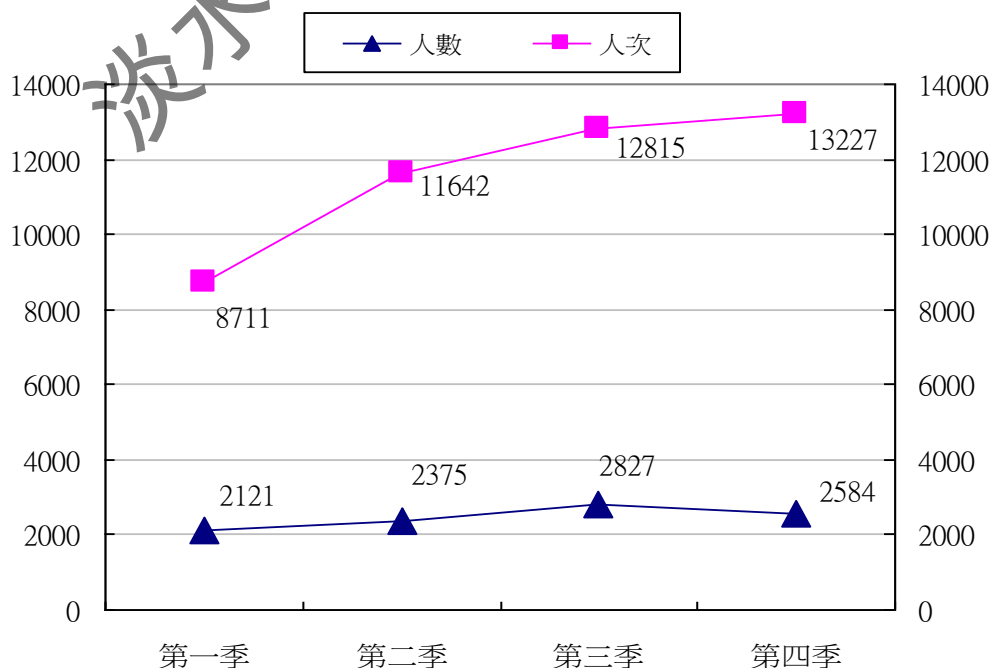
各地區健康服務站站數(依服務性質區分)

地區	服務性質		總站數
	服務據點 (提供量測服務)	平台據點(僅提供健康訊息公告及癌症篩檢登記)	
淡水區	26 站	18 站	44 站
蘆洲區	3 站	1 站	4 站
五股區	2 站	—	2 站
三芝區	3 站	—	3 站

二、健康服務站年度與每季服務成果：

102 年度服務成果統計如下：整年度參加人數有 5591 人、共計 46395 人次。並針對 BMI、血壓、腰圍等檢測值每月進行統計與追蹤管理，若檢測結果為異常者，由志工提供相關衛教單張，並依需要協助轉介至醫院就醫。

102年各季健康服務站服務成果





淡水區--水碓社區發展協會



蘆洲區--成功教會



五股區--集福里社區



三芝區--財團法人智成忠義宮

淡水社區發展協會

(一)、102 年度健康服務站服務成果：

說明：102 年度共計 31 站回傳「篩檢登記表」資料表，各站服務人數介於 27~547 人之間，共 5,591 人，服務人次達 46,395 人次。

排序	ID	站名	102 年全年度服務量	
			人數	人次
1	1	屯山里里辦公處	160	1,248
2	3	竿蓁里里辦公處	101	787
3	6	惜福關懷促進協會	104	1,106
4	7	新民里里辦公處	110	722
5	12	坪頂里里辦公處	73	99
6	13	觀海極品社區	341	5,059
7	14	水碓社區發展協會	63	2,214
8	19	義山里里辦公處	117	496
9	25	油車口蘇府王爺	62	659
10	28	淡水區婦女會	130	1,407
11	31	<u>一信竹園分社*</u>	269	2,517
12	32	<u>竹園土地公廟*</u>	141	1,628
13	33	<u>淡農竹園分部*</u>	79	443
14	41	蘆洲區公所	401	1,220
15	42	油車口土地公廟	33	308
16	43	樓厝里里辦公處	111	873
17	44	五股區農會	547	1,874
18	45	五股集福里社區	111	718
19	47	摩納哥社區	145	748
20	48	尚海社區	97	419
21	49	淡海教會	29	218
22	50	<u>淡水信用合作社*</u>	130	371
23	51	青山社區	160	1391
24	52	淡水靈糧堂	56	880
25	54	蘆洲成功教會	141	2,545
26	56	淡水長老教會	138	848
27	57	淡江教會	504	6,364
28	58	福德里里辦公處	270	3,788
29	59	錫板里社區	27	340
30	60	三芝區婦女會	230	504
31	61	財團法人智成忠義宮	334	914
32	62	南加州社區	377	2773
檢測值完成登錄小計			5,591	45,481
服務總計			~	46,395

註：以*標記為贊助會的四個社區健康服務站。

(二)、第一季健康服務站服務成果：

說明：本季有 26 站回傳「篩檢登記表」資料表，各站服務人數介於 20~248 人之間，共 2,121 人，服務人次達 8,711 人次。

排序	ID	站名	102 年第一季服務量	
			人數	人次
1	1	屯山里里辦公處	123	291
2	3	竿蓁里里辦公處	51	147
3	6	惜福關懷促進協會	49	148
4	7	新民里里辦公處	76	205
5	13	觀海極品社區	170	840
6	14	水碓社區發展協會	44	452
7	25	油車里蘇府王爺	49	187
8	28	淡水區婦女會	72	260
9	31	<u>一信竹園分社*</u>	82	536
10	32	<u>竹園土地公廟*</u>	66	166
11	33	<u>淡農竹園分部*</u>	27	120
12	41	蘆洲區公所	132	268
13	42	油車里土地公廟	20	89
14	43	樓厝里里辦公處	38	119
15	44	五股區農會	176	386
16	45	五股集福里社區	102	544
17	47	摩納哥社區	49	108
18	48	尚海社區	26	83
19	49	淡海教會	25	66
20	50	<u>淡水信用合作社*</u>	81	199
21	51	青山社區	77	347
22	52	淡水靈糧堂	40	62
23	54	蘆洲成功教會	90	555
24	56	淡水長老教會	58	159
25	57	淡江教會	248	1,289
26	58	福德里里辦公處	148	1,024
檢測值完成登錄小計			2,121	8,652
服務總計			~	8,711

註：以*標記為贊助會的四個社區健康服務站。

(三)、第二季健康服務站服務成果：

說明：本季計 28 站回傳「篩檢登記表」資料表，各站服務人數介於 12~271 人之間，共 2,375 人，服務人次達 11,642 人次。

排序	ID	站名	102 年第二季服務量	
			人數	人次
1	1	屯山里里辦公處	72	299
2	3	竿蓁里里辦公處	78	247
3	6	惜福關懷促進協會	54	360
4	7	新民里里辦公處	62	223
5	12	坪頂里辦公處	48	60
6	13	觀海極品社區	189	1,266
7	14	水碓社區發展協會	40	570
8	19	義山里里辦公處	26	127
9	25	油車里蘇府王爺	47	321
10	28	淡水區婦女會	73	339
11	31	<u>一信竹園分社*</u>	93	632
12	32	<u>竹園土地公廟*</u>	81	477
13	33	<u>淡農竹園分部*</u>	58	109
14	41	蘆洲區公所	225	443
15	42	油車里土地公廟	32	145
16	43	樓厝里里辦公處	52	194
17	44	五股區農會	225	464
18	45	五股集福里社區	64	174
19	47	摩納哥社區	73	207
20	48	尚海社區	69	159
21	49	淡海教會	26	140
22	50	<u>淡水信用合作社*</u>	12	32
23	51	青山社區	66	320
24	52	淡水靈糧堂	43	272
25	54	蘆洲成功教會	81	611
26	56	淡水長老教會	60	241
27	57	淡江教會	271	1,668
28	58	福德里里辦公處	155	1,041
檢測值完成登錄小計			2,375	11,141
服務總計			~	11,642

註：以*標記為贊助會的四個社區健康服務站。

(四)、第三季健康服務站服務成果：

說明：本季計 31 站回傳「篩檢登記表」資料表，各站服務人數介於 12~333 人之間，共 2,827 人，服務人次達 12,815 人次。第三季共新增四站，分別為七月份成立淡水區南加州社區，九月份成立三芝區錫板里社區、三芝區婦女會、新北市財團法人智成忠義宮，使得第三季人數及人次皆持續成長。

排序	ID	站名	102 年第三季服務量	
			人數	人次
1	1	屯山里里辦公處	86	339
2	3	竿蓁里里辦公處	58	189
3	6	惜福關懷促進協會	58	303
4	7	新民里里辦公處	62	117
5	12	坪頂里辦公處	37	39
6	13	觀海極品社區	191	1,401
7	14	水碓社區發展協會	43	630
8	19	義山里里辦公處	46	168
9	25	油車里蘇府王爺	67	335
10	28	淡水區婦女會	67	335
11	31	<u>一信竹園分社*</u>	96	623
12	32	<u>竹園土地公廟*</u>	66	346
13	33	<u>淡農竹園分部*</u>	24	97
14	41	蘆洲區公所	120	269
15	42	油車里土地公廟	23	74
16	43	樓厝里里辦公處	59	266
17	44	五股區農會	244	519
18	47	摩納哥社區	75	267
19	48	尚海社區	25	82
20	49	淡海教會	12	12
21	50	<u>淡水信用合作社*</u>	12	30
22	51	青山社區	86	359
23	52	淡水靈糧堂	44	285
24	54	蘆洲成功教會	88	636
25	56	淡水長老教會	86	148
26	57	淡江教會	273	1,788
27	58	福德里里辦公處	141	921
28	59	錫板里社區	26	141
29	60	三芝區婦女會	156	208
30	61	財團法人智成忠義宮	154	242
31	62	南加州社區	333	147
檢測值完成登錄小計			2,827	12,462
服務總計			~	12,815

註：以*標記為贊助會的四個社區健康服務

(五)、第四季健康服務站服務成果：

說明：本季有 25 站回傳「篩檢登記表」資料表，各站服務人數介於 14~267 人之間，共 2,584 人，服務人次達 13,227 人次。

排序	ID	站名	102 年第四季服務量	
			人數	人次
1	1	屯山里里辦公處	89	319
2	3	竿蓁里里辦公處	52	204
3	6	惜福關懷促進協會	53	295
3	7	新民里里辦公處	34	177
4	13	觀海極品社區	195	1,552
5	14	水碓社區發展協會	48	562
6	19	義山里里辦公處	90	201
7	28	淡水區婦女會	86	473
8	31	<u>一信竹園分社*</u>	127	790
9	32	<u>竹園土地公廟*</u>	139	567
10	33	<u>淡農竹園分部*</u>	24	117
11	41	蘆洲區公所	70	240
12	43	樓厝里里辦公處	77	294
13	44	五股區農會	224	505
14	47	摩納哥社區	66	166
15	48	尚海社區	38	95
16	50	<u>淡水信用合作社*</u>	14	26
17	51	青山社區	62	365
18	52	淡水靈糧堂	40	261
19	54	蘆洲成功教會	82	743
20	56	淡水長老教會	82	300
21	57	淡江教會	200	1,619
22	58	福德里里辦公處	119	802
23	59	錫板里社區	26	199
24	60	三芝區婦女會	118	296
25	61	財團法人智成忠義宮	267	672
26	62	南加州社區	162	1,296
檢測值完成登錄小計			2,584	13,136
服務總計			~	13,227

註：以*標記為贊助會的四個社區健康服務

三、年度健康服務站及志工異動

(一)新增站數：總共 4 站

1. 7 月：淡水區南加州社區

2. 9 月：三芝區錫板里社區、三芝區婦女會及新北市財團法人智成忠義宮

(二)新增志工人數：

站名	新增加志工數
屯山里辦公處	2
竿蓁里辦公處	1
惜福關懷促進協會	3
新民里辦公處	2
觀海極品社區	3
義山里辦公處	2
淡水區婦女會	1
蘆洲區公所	1
集福里社區	2
蘆洲成功教會	2
淡水長老教會	4
淡江教會	2
福德里辦公處	4
<u>三芝錫板里社區</u>	7
<u>三芝區婦女會</u>	18
<u>新北市財團法人智成忠義宮</u>	19
<u>南加州社區</u>	23
合計	96

四、健康服務站年度與每季檢測異常結果

(一)、102 年健康服務站檢測服務異常結果：

說明：102 年健康服務站檢測值完成登錄者合計 40,522 人次，其各項檢測異常值人次統計結果；BMI 異常值(BMI>27)者有 5,271 人次，佔總服務人次 13%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者有 17,243 人次，佔 43%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者有 1,389 人次，佔 34%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)有 13,261 人次佔 33%。

排序	ID	站名	102 年度各項檢測值異常人次			
			BMI>27	SBP $\geq$ 130 DBP $\geq$ 85	SBP $\geq$ 160 DBP $\geq$ 100	腰圍 男 $\geq$ 90/女 $\geq$ 80 公分
			人次	人次	人次	人次
1	1	屯山里里辦公室	325	541	58	916
2	3	竿蓁里里辦公室	165	371	2	437
3	6	惜福關懷促進協會	112	543	32	550
4	7	新民里里辦公室	70	325	30	460
5	12	坪頂里里辦公室	11	48	2	46
6	13	觀海極品社區	109	1,587	191	167
7	14	水碓社區發展協會	300	708	10	65
8	19	義山里辦公處	43	202	16	191
9	25	油車里蘇府王爺	152	231	14	303
10	28	淡水區婦女會	184	538	36	716
11	31	一信竹園分社*	696	992	109	1,568
12	32	竹園土地公廟*	279	806	73	705
13	33	淡農竹園分部*	22	166	21	138
14	41	蘆洲區公所	226	523	59	582
15	42	油車里土地公廟	59	115	8	147
16	43	樓厝里里辦公室	153	261	18	346
17	44	五股區農會	207	802	40	113
18	45	五股清水灣社區	65	303	22	5
19	47	摩納哥社區	59	238	24	309
20	48	尚海社區	64	157	10	117
21	49	淡海教會	39	72	0	22
22	50	淡水信用合作社*	101	187	11	220
23	51	青山社區	127	375	16	315
24	52	淡水靈糧堂	142	375	8	20
25	54	蘆洲成功教會	399	945	119	1,573
26	56	淡水長老教會	0	411	35	0
27	57	淡江教會	64	2,368	144	132
28	58	福德里辦公室	818	1,169	37	2,124
29	59	錫板里社區	0	143	7	0
30	60	三芝區婦女會	0	295	43	115
31	61	智成忠義宮	126	566	122	318
32	62	南加州社區	154	880	72	541
小計			5,271	17,243	1,389	13,261
			13%	43%	34%	33%

(二)、102 年第一季健康服務站檢測服務異常結果：

說明：第一季健康服務站檢測值完成登錄者合計 8,742 人次，其各項檢測異常值人次之統計；BMI 異常值(BMI>27)者有 1,042 人次，佔 12%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者有 3,771 人次，佔 43%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者有 325 人次，佔 4%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)者有 2,522 人次佔 29%。

排序	ID	站名	102 年第一季各項檢測值異常人次			
			BMI>27	SBP $\geq$ 130 DBP $\geq$ 85	SBP $\geq$ 160 DBP $\geq$ 100	腰圍 男 $\geq$ 90/女 $\geq$ 80 公分
			人次	人次	人次	人次
1	1	屯山里里辦公室	65	173	22	203
2	3	竿蓁里里辦公室	40	74	1	75
3	6	惜福關懷促進協會	5	77	3	0
4	7	新民里里辦公室	22	92	9	131
5	13	觀海極品社區	4	372	46	15
6	14	水碓社區發展協會	4	200	6	10
7	25	油車里蘇府王爺	41	75	6	99
8	28	淡水區婦女會	36	113	10	121
9	31	一信竹園分社*	137	272	25	280
10	32	竹園土地公廟*	31	83	14	109
11	33	淡農竹園分部*	3	52	10	40
12	41	蘆洲區公所	36	106	10	106
13	42	油車里土地公廟	20	44	4	49
14	43	樓厝里里辦公室	22	40	2	64
15	44	五股區農會	24	174	14	16
16	45	五股清水灣社區	49	239	18	1
17	47	摩納哥社區	12	39	6	34
18	48	尚海社區	12	30	1	23
19	49	淡海教會	14	28	0	22
20	50	淡水信用合作社*	58	152	11	144
21	51	青山社區	25	112	4	63
22	52	淡水靈糧堂	14	33	4	0
23	54	蘆洲成功教會	92	230	36	313
24	56	淡水長老教會	0	75	8	0
25	57	淡江教會	24	511	41	38
26	58	福德里辦公室	252	375	14	566
小計			1,042	3,771	325	2,522
			12%	43%	4%	29%

(三)、102 年第二季健康服務站檢測服務異常結果：

說明：第二季健康服務站檢測值完成登錄者合計 11,141 人次，其各項檢測異常值人次之統計結果；BMI 異常值(BMI>27)者有 1,382 人次，佔 12%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者有 3,835 人次，佔 34%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者有 244 人次，佔 2%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)者有 3,054 人次，佔 27%。

排序	ID	站名	102 年第二季各項檢測異常人次			
			BMI>27	SBP $\geq$ 130 DBP $\geq$ 85	SBP $\geq$ 160 DBP $\geq$ 100	腰圍 男 $\geq$ 90/女 $\geq$ 80 公分
			人次	人次	人次	人次
1	1	屯山里里辦公室	101	91	8	234
2	3	竿蓁里里辦公室	60	98	0	130
3	6	惜福關懷促進協會	56	172	10	196
4	7	新民里里辦公室	17	92	6	137
5	12	坪頂里里辦公處	7	25	1	28
6	13	觀海極品社區	22	287	30	15
7	14	水碓社區發展協會	8	181	1	26
8	19	義山里里辦公處	10	61	0	55
9	25	油車里蘇府王爺	78	110	6	135
10	28	淡水區婦女會	65	137	17	217
11	31	一信竹園分社*	152	215	34	156
12	32	竹園土地公廟*	79	257	5	189
13	33	淡農竹園分部*	8	39	3	32
14	41	蘆洲區公所	83	184	24	177
15	42	油車里土地公廟	25	51	2	65
16	43	樓厝里里辦公室	30	49	2	69
17	44	五股區農會	59	181	6	18
18	45	五股清水灣社區	16	64	4	4
19	47	摩納哥社區	21	64	9	74
20	48	尚海社區	29	64	5	46
21	49	淡海教會	24	43	0	0
22	50	淡水信用合作社*	22	10	0	27
23	51	青山社區	32	82	2	86
24	52	淡水靈糧堂	56	117	1	0
25	54	蘆洲成功教會	77	201	15	384
26	56	淡水長老教會	0	113	9	0
27	57	淡江教會	8	534	32	3
28	58	福德里辦公室	242	313	12	551
小計			1,382	3,835	244	3,054
			12%	34%	2%	27%

(四)、102 年第三季健康服務站檢測服務異常結果：

說明：第三季健康服務站檢測值完成登錄者合計 12,462 人次，其各項檢測異常值人次之統計；BMI 異常值(BMI>27)者有 1,436 人次，佔 12%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者有 3,866 人次，佔 31%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者有 243 人次，佔 2%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)者有 4,099 人次，佔 33%。

排序	ID	站名	102 年第三季各項檢測值異常人次			
			BMI	SBP $\geq$ 130 DBP $\geq$ 85	SBP $\geq$ 160 DBP $\geq$ 100	腰圍 男 $\geq$ 90/女 $\geq$ 80 公分
			人次	人次	人次	人次
1	1	屯山里里辦公室	76	106	8	258
2	3	竿蓁里里辦公室	50	90	0	118
3	6	惜福關懷促進協會	29	156	13	176
4	7	新民里里辦公室	6	48	5	68
5	12	坪頂里里辦公處	4	23	1	18
6	13	觀海極品社區	44	273	18	85
7	14	水碓社區發展協會	155	136	0	16
8	19	義山里里辦公處	23	46	0	74
9	25	油車里蘇府王爺	38	46	2	69
10	28	淡水區婦女會	49	95	5	195
11	31	一信竹園分社*	157	166	12	387
12	32	竹園土地公廟*	62	141	12	387
13	33	淡農竹園分部*	4	9	1	21
14	41	蘆洲區公所	59	117	14	149
15	42	油車里土地公廟	14	20	2	33
16	43	樓厝里里辦公室	37	64	4	111
17	44	五股區農會	70	189	6	31
18	47	摩納哥社區	17	76	6	118
19	48	尚海社區	8	28	3	20
20	49	淡海教會	1	1	0	0
21	50	淡水信用合作社*	16	6	0	26
22	51	青山社區	36	69	3	80
23	52	淡水靈糧堂	35	102	0	20
24	54	蘆洲成功教會	104	172	10	432
25	56	淡水長老教會	0	69	6	0
26	57	淡江教會	19	675	29	57
27	58	福德里辦公室	165	231	5	529
28	59	錫板里社區	0	59	1	0
29	60	三芝區婦女會	0	119	23	41
30	61	財團法人智成忠義宮	59	134	23	128
31	62	南加州社區	99	400	31	452
小計			1,436	3,866	243	4,099
			12%	31%	2%	33%

(五)、102 年第四季健康服務站檢測服務異常結果：

說明：第四季健康服務站檢測值完成登錄者合計 13,136 人次，其各項檢測異常值人次之統計；BMI 異常值(BMI>27)者有 1,344 人次，佔 10%、依代謝症候群判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 130mmhg 或舒張壓 $\geq$ 85mmhg)者有 5,747 人次，佔 44%、依中度高血壓判定血壓異常值(收縮壓 $\geq$ 160mmhg 或舒張壓 $\geq$ 100mmhg)者有 574 人次，佔 4%及腰圍異常值(男生 $\geq$ 90cm/女生 $\geq$ 80cm)者有 4,120 人次，佔 31%。

排序	ID	站名	102 年第四季各項檢測異常人次			
			BMI	SBP $\geq$ 130 DBP $\geq$ 85	SBP $\geq$ 160 DBP $\geq$ 100	腰圍 男 $\geq$ 90/女 $\geq$ 80 公分
			人次	人次	人次	人次
1	1	屯山里里辦公室	83	171	20	230
2	3	竿蓁里里辦公室	15	109	1	123
3	6	惜福關懷促進協會	22	138	6	213
4	7	新民里里辦公室	25	93	10	124
5	13	觀海極品社區	39	655	97	60
6	14	水碓社區發展協會	133	191	3	17
7	19	義山里里辦公處	10	95	16	83
9	28	淡水區婦女會	34	193	4	183
10	31	一信竹園分社*	183	346	36	480
11	32	竹園土地公廟*	107	315	41	252
12	33	淡農竹園分部*	6	53	7	45
13	41	蘆洲區公所	48	116	11	175
14	43	樓厝里里辦公室	64	108	10	143
15	44	五股區農會	54	258	14	63
16	47	摩納哥社區	9	59	3	99
17	48	尚海社區	15	35	1	49
18	50	淡水信用合作社*	6	11	0	23
19	51	青山社區	34	112	7	150
20	52	淡水靈糧堂	37	123	3	0
21	54	蘆洲成功教會	126	342	58	464
22	56	淡水長老教會	0	154	12	0
23	57	淡江教會	13	648	42	37
24	58	福德里辦公室	159	250	6	532
25	59	錫板里社區	0	84	6	0
26	60	三芝區婦女會	0	176	20	76
27	61	財團法人智成忠義宮	67	432	99	298
28	62	南加州社區	55	480	41	201
小計			1,344	5,747	574	4,120
			10%	44%	4%	31%

五、社區健康諮詢服務櫃檯服務統計

自 102 年度於健康服務站增設「社區健康諮詢服務櫃檯」，由護理師提供血糖、膽固醇檢測及衛教諮詢。

(一)、服務區域：

- 1.淡水區：尚海社區、福德里辦公處、淡水一信竹園分社
- 2.蘆洲區：蘆洲區公所、樓厝里辦公室、成功教會
- 3.五股區：集福里社區、五股農會

(二)、服務量統計：102 年 2 月至 12 月總計服務 48 場次。

- 1.健康諮詢衛教共計 1,021 人次。
- 2.血糖檢測共計 946 人次。
- 3.膽固醇檢測共計 44 人次。

區域	諮詢地點	次數	人次	衛教諮詢科別				血糖 檢測	膽固醇 檢測
				內科	外科	一般科	婦產科		
淡水區	福德里辦公處	11	211	216	5	15	1	192	3
	尚海社區	6	150	180	1	23	0	147	-
	淡水一信竹園分社	1	24	18	1	9	0	-	-
蘆洲區	蘆洲區公所	9	103	126	2	13	2	106	6
	樓厝里辦公處	9	228	269	1	16	0	227	15
	成功教會	9	255	307	1	29	1	251	20
五股區	集福里社區	2	32	29	1	3	1	23	-
	五股農會	1	18	0	4	11	0	-	-
合計		48	1,021	1,149	12	119	5	946	44

註：102.10 月增加「膽固醇檢測」之健康服務站有：蘆洲區公所、樓厝里辦公處、成功教會、福德里辦公處。



蘆洲成功教會



尚海社區

六、轉介與關懷服務

由本中心護理師於健康服務站、社區健康檢測活動，提供現場或電話諮詢、關懷服務，適時協助民眾轉介，並視民眾需求第一次予陪同看診。

102 年度服務概況及統計結果如下表

(一)、轉介服務：

1. 協助掛號共計 234 人次；陪同看診共計 68 人次(包含自行掛號 5 位)。

(二)、關懷服務：

1. 電話諮詢及電話關懷共計 161 人次。

2. 面諮共計 230 人次。

3. 門診/住院/急診關懷慰問共計 71 人次。

102 年度	轉介門診				社區民眾關懷					
	協助掛號	自行掛號	已看診	爽約	陪同看診	電話諮詢	電話關懷	面諮	門診關懷/安排	住院/急診慰問
健康服務站	103	5	108	18	48	74	50	47	7	23
就醫意願表	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
健康日	6	0	6	1	3	2	0	146	0	0
成果發表日	1	0	1	0	0	2	0	19	0	0
活動組志工轉介	4	0	3	0	1	1	0	1	0	0
社區活動	12	0	10	4	5	15	5	14	0	0
其他	107	0	99	6	10	6	5	3	8	33
合計	234	5	228	29	68	101	60	230	15	56

註：「協助掛號」項目中包含，102 年 10-12 月掛號，但未在當月看診之人次。



健康日--諮詢服務



健康日--諮詢服務

七、社區服務滿意度調查

(一)、健康服務站滿意度調查：

102 年度於健康服務站發放「社區健康服務站滿意度問卷」，回收 14 個健康服務站，計 362 份；其中男生 97 人次，佔 27.2%，女生 252 人次，佔 70.6%，未填性別者共計 8 人，佔 2.2%。就其服務流程及整體滿意度調查結果如下：

問卷滿意度內容	滿意度
1.對「健康服務站量測流程」	98%
2.對「健康服務站整體」	99.5%

[illegible]

1. 以區域別看服務流程及整體滿意度調查結果：

問卷滿意度內容	滿意度	淡水區	蘆洲區	五股區
1.對「健康服務站量測流程」		98.6%	100%	91.4%
2.對「健康服務站整體」		99.6%	100%	97.2%

2. 其他健康促進活動服務調查結果：

- (1)參加過本院所舉辦過的健康講座，計 350 人次 (97.7%)
- (2)民眾希冀本院可於健康服務站內舉辦健康講座，計 338 人次 (93.4%)
- (3)民眾希冀健康講座主題及較欲獲得之衛教內容前三項議題：
「健康老化」(158 人次)、「癌症防治」(123 人次)、「健康減重」(120 人次)



福德里辦公處



五股集福里社區

(二)、社區健康促進推動志工滿意度調查：

問卷滿意度內容	滿意度
1.對「健康服務站志工操作量測設備熟練度」	98.3%
2.對「健康服務站志工的健康知識」	97.5%
3.對「健康服務站志工的服務態度」	99.4%

馬偕紀念醫院淡水社區醫學中心
社區健康服務站滿意度問卷

親愛的參與者先生/女士：
非常歡迎您對社區健康服務站服務品質、滿意度、健康知識、服務態度及健康知識的瞭解與貢獻。問卷內容由台灣社區健康服務中心設計，您的意見將作為本院提升社區健康服務品質之參考依據。

■ 基本資料：
1. 服務站名稱：_____
2. 性別： ☐ 男 ☐ 女
3. 年齡： ☐ 20-29歲 ☐ 30-39歲 ☐ 40-49歲 ☐ 50-59歲 ☐ 60歲以上
4. 職業內容： _____

5. 我對健康服務站的量測設備感到： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

6. 我對健康服務站員工之操作量測設備(如血壓計等)的熟練度感到： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

7. 我對健康服務站員工之健康知識感到： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

8. 我對健康服務站員工之服務態度感到： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

9. 請問 您是否參加過本院舉辦過的社區講座？
☐ 是 ☐ 否

10. 請問 您是否曾至本院健康服務站參加健康講座？
☐ 是 ☐ 否

11. (複選) 請問 您希望健康講座的主題為：(可複選)
☐ 生活保健 / 預防保健 ☐ 癌症防治 ☐ 健康飲食 ☐ 健康不菸 ☐ 精神疾病
☐ 心理諮詢(人際關係、壓力調適) ☐ 社區防衛 ☐ 安全防範 ☐ 其他

12. 請問 您希望本院可獲得何種健康服務與諮詢？(可複選)
☐ 生活保健 / 預防保健 ☐ 癌症防治 ☐ 健康飲食 ☐ 健康不菸 ☐ 精神疾病
☐ 心理諮詢(人際關係、壓力調適) ☐ 社區防衛 ☐ 安全防範 ☐ 其他

13. 請問 您對社區醫學中心所提供之健康服務與諮詢是否滿意？
☐ 是 ☐ 否 ☐ 還不知道，所以不知道

14. 請問 您是否曾向他人推薦社區醫學中心？(可複選) ☐ 是 ☐ 否

馬偕紀念醫院
淡水社區醫學中心 謹啟

1.以區域別看對志工服務滿意度：

問卷滿意度內容	淡水區	蘆洲區	五股區
1.對「健康服務站志工操作量測設備熟練度」	95%	97%	94.3%
2.對「健康服務站志工的健康知識」	95%	97%	88.6%
3.對「健康服務站志工的服務態度」	99.6%	100%	97.2%



觀海極品社區



樓厝里辦公處

(三)、社區健康諮詢服務櫃檯滿意度：

102 年度於 8 個健康服務站，舉辦 48 場次衛教諮詢活動，期間透過「社區健康諮詢服務櫃檯滿意度問卷」，了解民眾的需求及建議事項，此作為本院提升健康服務站優質服務之參考依據。問卷共回收 247 份；其中男生 61 人次，佔 24.7%，女生 179 人次，佔 72.5%，未填性別者共計 7 人次，佔 2.8%。就其衛教諮詢流程、服務態度及健康衛教諮詢中所獲取的健康資訊等相關服務滿意度調查結果如下：

問卷滿意度內容	滿意度
1.對「健康衛教活動流程」	98.4%
2.對「健康衛教諮詢工作人員服務態度」	99.6%
3.對「健康衛教諮詢中所獲得到的健康資訊」	97.6%
4.對「健康衛教諮詢整體」	98.8%
5.對「本院在健康服務站所推行的健康促進活動」	99.2%

為信紀念醫院
「社區健康諮詢服務櫃檯」滿意度問卷

親愛的醫護同仁您好！
非常歡迎本院社區健康服務站接受品質、滿意、滿意度調查，定當重視以增進本院健康服務品質，懇請 您能在百忙中抽出時間填寫此份問卷，您的寶貴意見將是我們提升社區健康服務品質的重要參考依據。

姓、基本資料： 請在社區醫學中心關心您！
1. 服務櫃檯站名： _____
2. 性別： ☐ 男 ☐ 女
3. 年齡： ☐ 20-29歲 ☐ 30-39歲 ☐ 40-49歲 ☐ 50-59歲 ☐ 60歲以上

4. 職業內容： _____

5. 請對下列各項服務滿意度進行評分：
 (1) 健康諮詢服務流程： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意
 (2) 健康諮詢工作人員服務態度： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意
 (3) 本院在健康服務站中所獲得到的健康資訊： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意
 (4) 本院健康諮詢服務整體滿意度： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意
 (5) 本院對本院在健康服務站所推行的健康促進活動： ☐ 非常滿意 ☐ 滿意 ☐ 一般 ☐ 不滿意 ☐ 非常不滿意

6. 請問您是否「社區健康諮詢服務櫃檯」接受諮詢服務，是否參加本院健康促進活動？
☐ 是 ☐ 否 ☐ 是 ☐ 否

7. (可上題) 請問 您希望健康服務的具體為：(可複選)
☐ 三高防治 / 慢性病防治 ☐ 癌症防治 ☐ 健康飲食 ☐ 健康生活 ☐ 婦科疾病
☐ 心臟病 (人際關係、壓力調適) ☐ 社區防癌 ☐ 安全熱門議題 ☐ 其他 _____

8. 請問您是否曾向本院社區健康諮詢服務站索取問卷？(可複選)
☐ 是 ☐ 否 ☐ 是 ☐ 否

9. 請問您是否參加本院社區健康促進活動，是否曾向本院社區健康服務所索取問卷？
☐ 是 ☐ 否 ☐ 是 ☐ 否

為信紀念醫院
WANG CHANG HSIANG HOSPITAL

1. 以區域別看健康衛教諮詢滿意度調查結果

問卷滿意度內容	滿意度	淡水區	蘆洲區	五股區
1.對「健康衛教活動流程」	96.5%	100%	90%	
2.對「健康衛教諮詢工作人員服務態度」	98.8%	100%	100%	
3.對「健康衛教諮詢中所獲得到的健康資訊」	98.9%	96.7%	100%	
4.對「健康衛教諮詢整體」	96.5%	100%	100%	
5.對「本院在健康服務站所推行的健康促進活動」	97.6%	100%	100%	

2. 其他健康促進活動服務調查

- (1)在接受諮詢服務候會加強其健康行為動機者，計 229 人次 (96.2%)
- (2)民眾希冀本院可於健康服務站內舉辦健康講座，計 225 人次 (95.3%)
- (3)民眾希冀健康講座主題及較欲獲得之衛教內容前二項議題：
「三高防治/慢性疾病」(166 人次)、「健康老化」(113 人次)

3. 參加過各項健康促進活動後，民眾肯定本院在健康服務站舉辦之健康促進衛教宣導活動者，佔 89.1%(212 人次)。



成功教會



蘆洲區公所

淡水社區醫藥中心

柒、社區健康促進推動志工

一、志工教育訓練、前後測成績、滿意度

(一) 志工基礎訓練：

每年舉辦一次為期 2 天的基礎訓練，共計有 28 位志工參加，舉辦日期、地點、課程內容如下：

(1) 日期：102 年 10 月 4 日、102 年 10 月 5 日

(2) 地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓第一講堂

(3) 參與人數：28 人

(4) 課程內容：

日期	時 間	內 容	負責人或講師
10/4 星期五 基礎訓練	09:00~09:30	報到	
	09:30~11:30	志願服務經驗分享	陳淑麗資深志工
	11:30~12:50	午休	
	12:50~14:50	志願服務法規認識	劉香梅秘書長
	14:50~15:00	休息	
	15:00~17:00	志願服務發展趨勢	劉香梅秘書長
10/5 星期六 基礎訓練	09:00~09:30	報到	
	09:30~11:30	志願服務的內涵	石決助理教授
	11:30~12:50	午休	
	12:50~14:50	志願服務倫理	宋曉蕊社工師
	14:50-15:00	休息	
	15:00~17:00	自我了解與自我肯定	呂奕熹心理師

(二)志工職前訓練：

每年舉辦一次為期 1 天的職前訓練，共計有 73 位志工參加，舉辦日期、地點、課程內容如下：

(1)日期：102 年 8 月 3 日

(2)地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓第一講堂

(3)參與人數：73 人

(4)課程內容：

日期	時 間	內 容	負責人或講師
8/3 星期 六	8:20~8:30	報到	淡水社區醫學中心
	8:30~8:40	致詞	淡水社區醫學中心 洪大川主任
	8:40~9:30	淡水社區醫學中心簡介	謝怡芳 管理師
	9:30~10:30	同理心運用	李亮慧諮商心理師
	10:30~10:40	休息一下	everyone
	10:40~11:40	認識院內及社區感染	感染管制護理師
	11:40~12:30	午餐休息	everyone
	12:30~13:00	團體時間	盧心一社工師
	13:00~14:00	馬偕精神與志願服務	院牧部潘美惠牧師
	14:00~14:10	休息一下	everyone
	14:10~16:10	公共衛生概述與現況	李碧霞資深公衛護理師
	16:10~16:20	休息一下	everyone
	16:20~17:00	正確血壓、腰圍、體脂肪量測	林曉芸護理師
	17:00~17:30	實習、服務規則說明	盧心一社工師

(三)志工在職訓練：

每年舉辦四次，每次安排 0.5 天的志工在職訓練，共計有 748 人次志工參加，每次上課前後皆有筆試，以瞭解志工學習狀況，共執行二次志工對教育訓練滿意度調查，一次志工對本中心滿意度調查，教育訓練舉辦日期、地點、課程內容、前後測得分及滿意度調查結果如下：

1. 第一次教育訓練：

- (1) 日期：102 年 3 月 26 日
- (2) 地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓大禮堂
- (3) 參與人數：152 人
- (4) 課程內容：

時間	題目	負責人
08:50~09:20	報到時間	盧心一 社工師 田容禎 小姐
09:20~09:30	醫務部暨淡水社區醫學中心主任 致詞	洪大川主任暨淡水社區醫學中心團隊
09:30~09:50	頒發聘書	
09:50~10:20	交流時間	
10:20~10:30	休息時間	everyone
10:30~11:30	血管健康可以決定壽命	李應湘 醫師
11:30~12:00	「滿意度調查」& 志工管理規範說明 健康服務站意見交流	盧心一 社工師

(5)前、後測得分統計結果：

前測平均得分：68.31 分

後測平均得分：92.14 分

2. 第二次教育訓練：

- (1) 日期：102 年 6 月 28 日
- (2) 地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓大禮堂
- (3) 參與人數：201 人
- (4) 課程內容：

時間	題目	負責人
08:30~08:50	報到時間	盧心一 社工師 田容禎 小姐
08:50~09:00	醫務部暨淡水社區醫學中心主任 致 詞	洪大川 主任
09:00~09:30	認識 H7N9 社區防疫	感染管制 王威勝醫師
09:30~09:40	休息時間	everyone
09:40~10:30	菸癮防治	許馨尹醫師
10:30~11:20	酒害防治	許馨尹醫師
11:20~11:30	休息時間	everyone
11:30~12:00	「滿意度調查」& 志工管理規範說明 健康服務站意見交流	盧心一 社工師

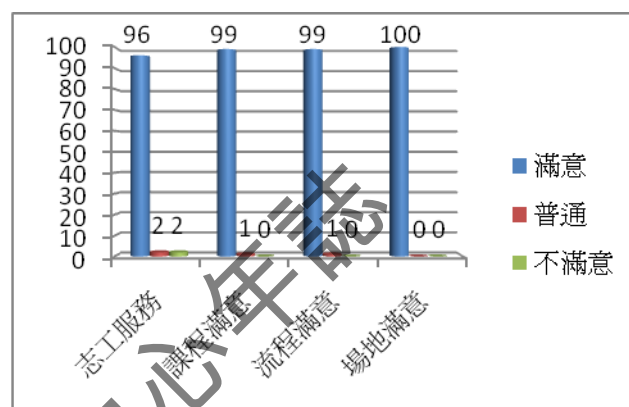
- (5) 前、後測得分統計結果：

前測平均得分：82.3 分 後測平均得分：89.7 分

(6) 志工教育訓練滿意度調查：

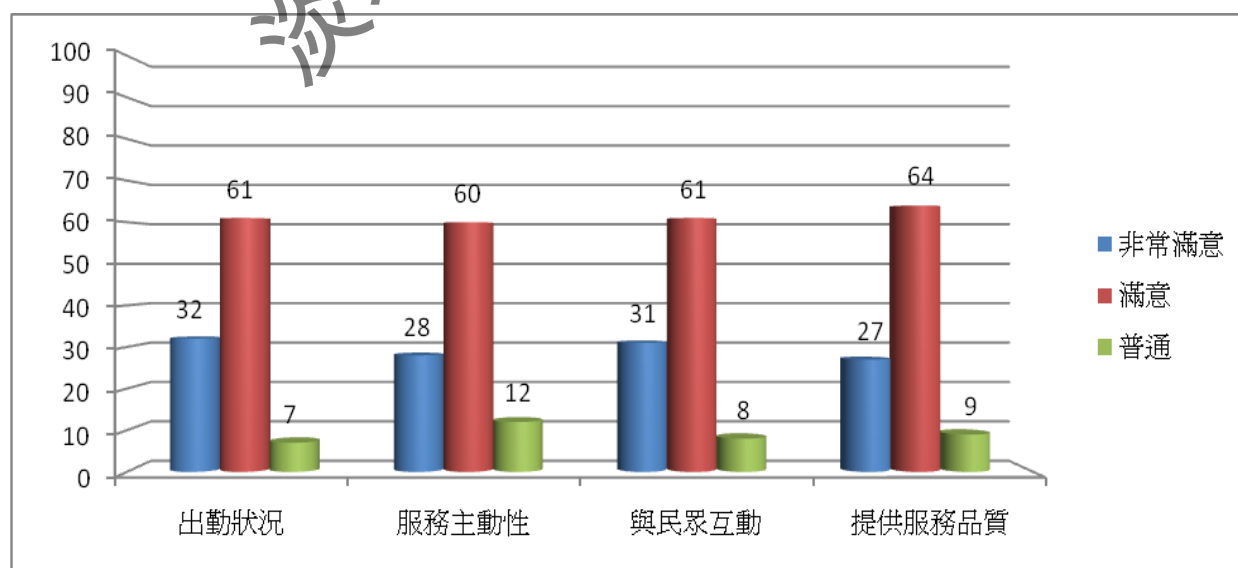
參加教育訓練志工以女性居多，佔 89%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 80%，其次為 65 歲以上佔 16%。參與在職教育次數以 4 次以上居多佔 46%，其次為第一次參加佔 27%。在教育訓練滿意度方面，100% 志工對在職教育場地感到滿意，99% 志工對課程內容及流程感到滿意，對當天志工服務有 96% 感到滿意。

類 別	百 分 比
性別	
男	11%
女	89%
年齡	
0-20	1%
21-40	3%
41-64	80%
65 歲以上	16%
參與次數	
1 次	27%
2 次	19%
3 次	5%
4 次	3%
4 次以上	46%



(7) 針對志工於健康服務站服務時，志工「自我服務滿意度調查」：

為瞭解志工在健康服務站服務時對自我服務的滿意情形，特別安排於第二次志工在職訓練做滿意度調查，調查結果：對於自己出勤狀況、與民眾互動、提供服務品質的滿意度皆達 90% 以上，對服務主動性滿意度稍差，只有 88%，擬在未來在職教育課程安排強化志工此方面能力。



3.第三次教育訓練：

- (1) 日期：102 年 8 月 23 日
- (2) 地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓大禮堂
- (3) 參與人數：165 人
- (4) 課程內容：

時間	題目	負責人
08:40~09:00	報到時間	盧心一 社工師 田容禎 小姐
09:00~09:10	淡水社區醫學中心副主任 致 詞	黃初雪副主任
09:10~10:10	肥胖防治宣導	家庭醫學科 鍾明志醫師
10:10~10:20	休息時間	everyone
10:20~11:20	健康食品與用藥安全	湯淑滿藥師
11:20~12:00	「滿意度調查」& 志工管理規範說明 健康服務站意見交流	盧心一 社工師

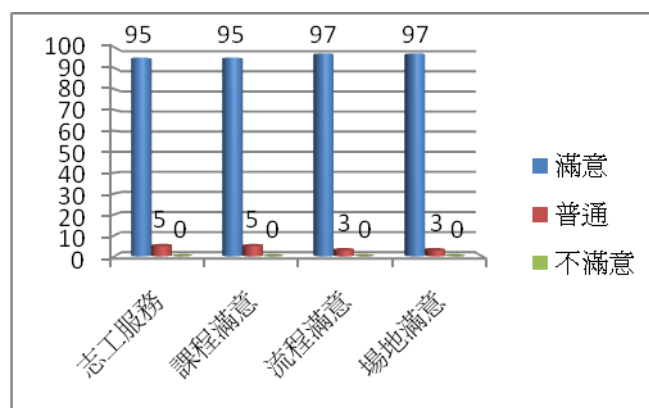
- (5) 前、後測得分統計結果：

前測平均得分：62.8 分 後測平均得分：86.6 分

- (6) 志工教育訓練滿意度調查：

參加教育訓練志工以女性居多，佔 87%；年齡分布以 41-64 歲最多佔 80%，其次為 65 歲以上佔 14%。參與在職教育次數以 3 次居多佔 40%，其次為第 2 次參加佔 27%。在教育訓練滿意度方面，97% 志工對在職教育場地及流程感到滿意，95% 志工對課程內容及志工服務感到滿意。

類 別	百分比
性別	
男	13%
女	87%
年齡	
0-20	0%
21-40	1%
41-64	80%
65 歲以上	14%
參與次數	
1 次	3%
2 次	27%
3 次	40%
4 次	5%
4 次以上	25%



4.第四次教育訓練：

- (1) 日期：102 年 12 月 26 日
- (2) 地點：馬偕紀念醫院綜合研究大樓大禮堂
- (3) 參與人數：230 人
- (4) 課程內容：

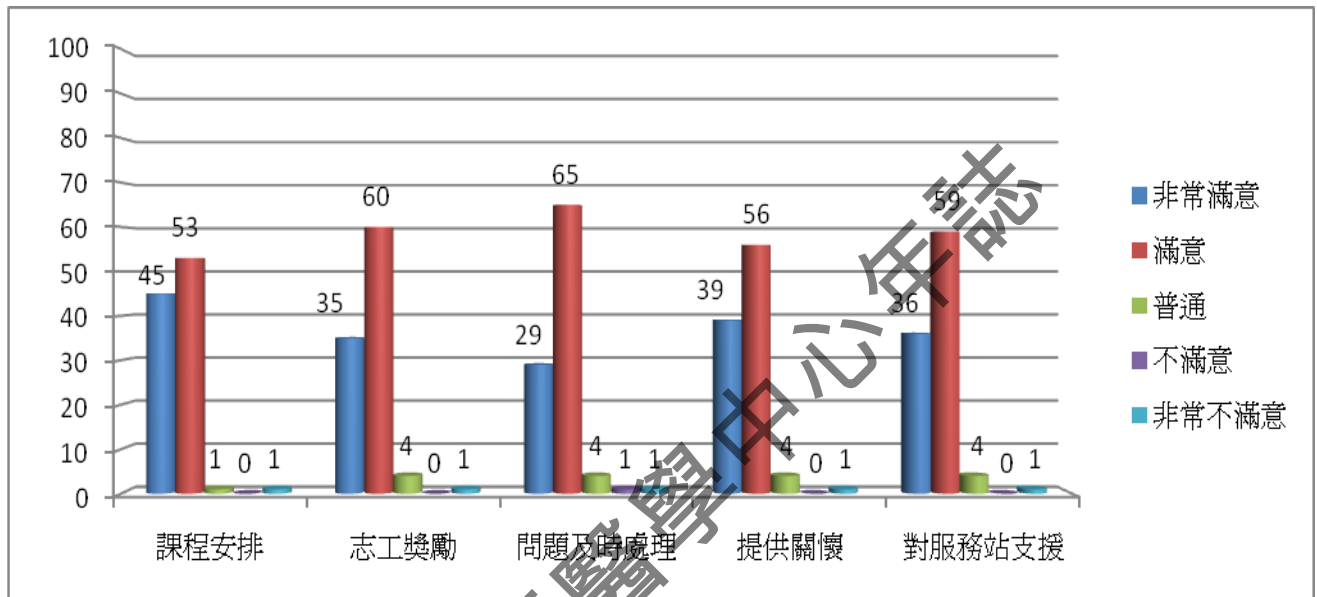
時間	題目	負責人
08:40~09:00	報到時間	盧心一 社工師 田容禎 小姐
09:00~09:10	淡水社區醫學中心主任 致 詞	洪大川主任
09:10~10:10	談減重飲食	營養課 營養師
10:10~10:20	休息時間	everyone
10:20~10:25	TeaTime 運動操~喜德之舞	影片
10:25~10:40	優良志工、績優服務站、服務全勤 表揚	洪大川主任
10:40~11:00	頒發「委任合作書」、志工聘書	洪大川主任
11:00~11:20	健康服務站心得分享	服務站代表
11:20~12:00	「滿意度調查」& 健康服務站意見交流	盧心一 社工師

- (5) 前後測得分統計結果：

前測平均得分：69.4 分 後測平均得分：86.1 分

(6) 志工對本中心滿意度調查：

為瞭解本中心所規劃的志工管理執行概況、志工感受及滿意情形，特別安排於第四次志工在職訓練做滿意度調查，調查結果：志工對本中心所安排的教育訓練課程達滿意以上有 98%，對本中心所提供的志工獎勵達滿意以上有 95%，當志工有問題時，本中心能提供及時處理達滿意以上有 94%，接受本中心同仁關懷達滿意以上有 95%，本中心對服務站支援達滿意以上有 95%，每一項皆有 1%非常不滿意，且出自同一人，因調查表無記名，無法得知那一位志工的意見。



二、志工年終旅遊、滿意度：

每年舉辦一次志工年終旅遊，共計有 114 位志工參加，舉辦日期、地點、行程安排與參與旅遊滿意度如下：

1. 日期：102 年 11 月 12 日
2. 地點：苗栗飛牛牧場
3. 參與人數：志工 114 人，工作人員：4 人
4. 行程安排：

時間	地點
07：00-07：30	淡水恩典樓大門口集合出發
07：30-09：30	車上團康：行程解說暨認識活動
09：30-11：00	挑鹽古道
11：00-12：30	飛牛牧場巡禮
12：30-13：30	飛牛牧場午餐饗宴
13：30-15：30	DIY 體驗教學(冰淇淋搖搖樂)、 觀牛坪賞蝶森林步道生態之旅
15：30-18：00	參觀台鹽精鹽廠
18：00-19：00	晚餐（桃園萬翔餐廳）
19：00-20：30	國道風光—搭車回家囉！
20：30-	抵達淡水馬偕紀念醫院

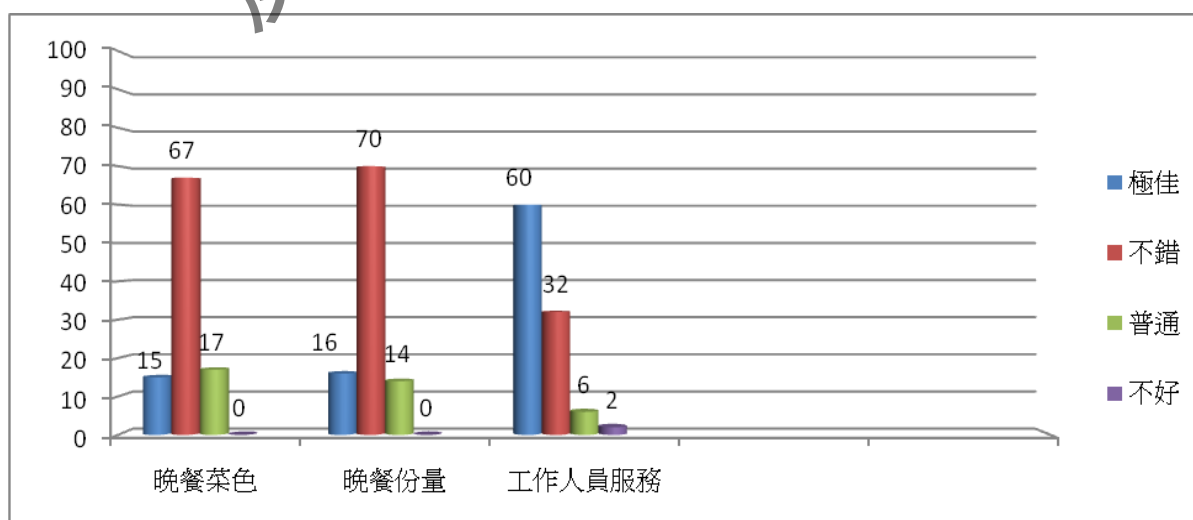
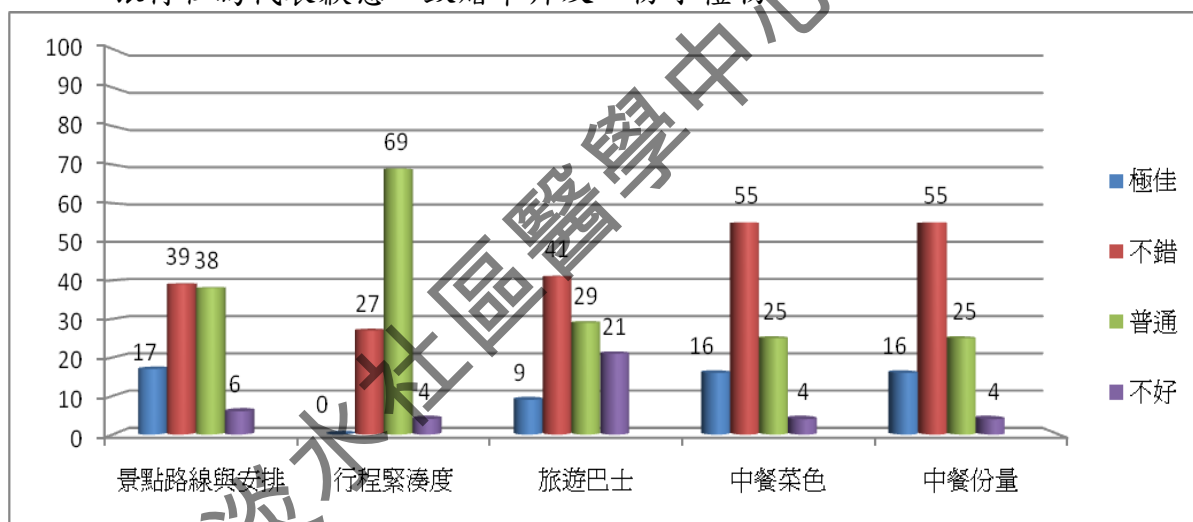
5. 志工旅遊滿意度調查：

(1) 整體評價：平均 80.3 分

評價	人數	平均分數
100 分	6	80.3 分
90 分	34	
80 分	30	
70 分	25	
60 分以下	9	

(2) 各單項評價：

此次志工旅遊為考量安全性，故找有牌照的旅行社來承接配合辦理，旅行社為要提供較新車輛故調度南部的車子，造成司機對車況及路況皆不熟識，故志工對此次旅遊中的路線安排與旅遊巴士評價較低，對午晚餐食菜色及份量或工作人員服務評價較高，本中心有將志工反應的意見提供給旅行社參考，旅行社為代表歉意，致贈卡片及一份小禮物。





三、志工年終聚餐：

每年舉辦一次志工年終聚餐，共計有 122 位志工參加，舉辦日期、地點如下：

- 1.日期：102 年 12 月 11 日
- 2.地點：淡水海宴餐廳
- 3.參與人數：志工 122 人，工作人員：8 人



捌、年度參與國內外發表成果

主辦單位	發表方式	篇名	作者
International Network of Health Promoting Hospitals & Health Services	Oral	The Community's Health Gatekeeper	洪大川、魏菁瑤
	Poster	Evaluating the Resource Network Platform Model in Community Health Promotion	
台灣健康醫院學會	e-journal	社區民眾健康的守門員	

一.發表方式：Oral

主題：Evaluating the Resource Network Platform Model in Community Health Promotion



Evaluating the Resource Network Platform Model in Community Health Promotion

Department of Medical Administration & Community Health Center
Mackay Memorial Hospital, Tamsui Branch, Taiwan
Ta-Chuan Hung M.D.
24 May 2013

Organization of Community Health Promoting Committee

- Integrating 54 organizations located within the community.
- Meeting "Committee for Community Health Promotion Assembly" every 6 months.

The diagram shows the following structure:

- Hospital** (1)
 - Public Sectors (2)
 - Boroughs / Community Development Assn. (13)
 - Private Institutions (4)
 - Non-Supervised (1)
 - Community Groups (14)
 - Supervised (1)
 - Schools (1)
 - School Representatives (7)
 - Churches (7)
 - Seniors Groups (5)

二.發表方式：Poster

主題：The Community's Health Gatekeeper

The Community's Health Gatekeeper
Ta-Chuan Hung M.D., Ching-Yao Wei
Community Health Center, Mackay Memorial Hospital Tamsui Branch, Taiwan

Introduction
By implementing the concept of "locals-serving-locals" we utilize community health stations to promote health self-management. We lead community members to participate in examining the health needs within the neighborhood and create a health-supportive environment.

Methods
We keep track and evaluate the community's health by establishing 50 health stations (and with the help of 264 volunteers) within community offices, churches and organizations.

Health Station Distribution

- Mackay Memorial Hospital Tamsui Branch
- Thermal Clinic
- Urology Clinic
- Laboratory
- Community Office
- Community pharmacies
- Community Activity Centers
- Churches
- Community Buildings
- Community Organizations

2009-2012 Service Count

Year	Service Count
2009	7,343
2010	22,509
2011	20,535
2012	35,482

In order to empower the health self-management aptitude among community volunteers, we provide volunteer training in measuring BMI, blood pressure and waist circumference. In addition, we also train community volunteers to promote preventive health and provide medical referrals.

Results 2012 January - October Service Record

Conclusions
In order to implement health self-management habits among community members, Mackay Memorial Hospital has become the community's health gatekeeper by creating a health-supportive neighborhood. We integrate the community's resource and empower volunteers to provide continuous and accessible healthcare services at the convenience within vicinity. In the future, we hope to promote such health service model among other communities.

海報票選第一名受獎

三發表方式：台灣健康醫院學會 e-journal 刊登
 主題：社區民眾健康的守門員



台灣健康醫院學會 e-journal 刊登

玖、肯定與獎項

主辦單位	議題	頒發獎項	獎牌或獎狀
1.社團法人國家生技醫療產業策進會	社區健康營造網絡組織平台	SNQ 國家品質標章證書	
2.International Network of Health Promoting Hospitals & Health Services	第 21 屆健康促進醫院國際研討會	海報票選世界第一名	
3.國民健康署	社區健康營造計畫	全國醫院減重績優獎	

4. 新北市政府 衛生局	社區健康營造計畫	合作醫療機構感謝狀	
-------------------------	-----------------	------------------	---

淡水社區醫學中心年誌

拾、單位大世紀

類別	日期	協辦單位	內容
公共關係	3/10	淡水院長室(主辦)	於海中天餐廳辦理「102 年度淡水院區開業醫暨新春聯誼會」，計 154 人。
	10/25	新竹縣政府衛生局	新竹縣政府衛生局邀請參加「新竹縣社區健康營造工作坊」，由本單位洪大川主任分享「社區健康營造推動經驗」。
參訪/訪查	4/17	嘉義基督教醫院	由院長室張文信副院長帶領，包括北淡院區之社區醫學中心、勞安室及庶務課等一行 16 人，前往嘉義基督教醫院參訪社區營造、勞安衛生、廢棄物處理、健康促進醫院及高齡友善醫院等。
	11/1	新北市政府衛生局	新北市政府衛生局協同長庚科技大學張淑紅副教授來院，進行 102 年度「社區健康營造計畫」實地訪查。
	12/10	永和耕莘醫院	本單位共 7 人前往永和耕莘醫院參訪健康促進事工(含組織)、高齡友善環境營造及遠距健康照護等。 
主辦會議	1/21		召開第一次「淡水社區發展小組會議」。
	2/20		邀請雙連社會福利慈善事業基金會、馬偕醫學院醫學系及本院淡水健檢中心、淡水營養課、護理之家，召開「雙連社會福利慈善事業基金會與馬偕紀念醫院淡水院區合作社區服務事工討論會議」，商討推動三芝地區健康促進相關事工。
	3/13		召開第一次「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會會議」。
	4/10		召開第一次「健康服務站負責人會議」。
	4/15		召開第二次「淡水社區發展小組會議」。
	7/12	家庭醫學科	召開「活躍老化」、「菸酒防制」專案推動小組會議。
	7/15		召開第三次「淡水社區發展小組會議」。
	7/24	藥劑科(淡)	召開「用藥安全」專案推動小組會議。
	7/26	營養課(淡)、糖尿病中心	召開「致胖環境改善」、「肥胖防治」專案推動小組會議。
	9/11		召開第二次「淡水馬偕紀念醫院社區健康促進推動委員會會議」。
	10/15		召開第二次「健康服務站負責人會議」。
	10/21		召開第四次「淡水社區發展小組會議」。

類別	日期	協辦單位	內容
馬偕健康日\成果發表會\研討會	6/8	家庭醫學科、癌症中心、護理部(淡)、呼吸治療、營養課(淡)、協談中心、院牧部、贊助會、淡水區公所、AGOSS、台灣諾華股份有限公司、馬偕醫學院、新北市農夫市集	活動主題：馬偕健康日~菸檳酒防制 活動內容： 1.由家庭醫學科主辦。 2.「抽菸與骨質疏鬆症」、「檳榔與口腔癌」及「酒精之危害」宣導講座。 3.提供 BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、尿液、血糖、CO、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、健康動體驗、在地食材市集、代謝症候群宣導及護理諮詢服務等攤位。 參與人數：223 人。
	7/20	糖尿病中心、小兒科、癌症中心、呼吸治療、營養課(淡)、協談中心、院牧部、淡水區公所、台灣諾華股份有限公司、羅氏醫療診斷設備有限公司、馬偕醫學院、五股農會、新北市農夫市集	活動主題：馬偕健康日~肥胖防治 活動內容： 1.由糖尿病中心主辦。 2.「認識代謝症候群」、「運動與保健」、「居家運動一起來」及「癌症篩檢」宣導講座。 3.提供 BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、血糖、尖峰吐氣流速測量、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、在地食材市集、代謝症候群宣導、小兒及護理諮詢服務等攤位。 參與人數：271 人。
	7/25	家庭醫學科、腎臟內科、復健科、藥劑科(淡)、營養課(淡)	銀髮族樂活~三高及慢性腎臟病防治醫事人員研討會
	8/17	營養課(淡)、小兒科、癌症中心、呼吸治療、協談中心、院牧部、贊助會、淡水區公所、台灣諾華股份有限公司、亞培股份有限公司、馬偕醫學院、五股農會、新北市農夫市集、雙連安養中心	活動主題：馬偕健康日~致胖環境及飲食 活動內容： 1.由營養課主辦。 2.「外食健康吃」、「大家一起動一動」、「型男主廚上菜秀」及「癌症篩檢」宣導講座。 3.提供 BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、血糖、尖峰吐氣流速測量、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、在地食材市集、代謝症候群宣導、小兒及護理諮詢服務等攤位。 參與人數：231 人。
	9/14	藥劑科(淡)、復健科、小兒科、癌症中心、呼吸治療、營養課(淡)、協談中心、院牧部、淡水區公所、台灣諾華股份有限公司、亞培股份有限公司、AGOSS、馬偕醫學院、五股農會、新北市農夫市集、雙連安養中心	活動主題：馬偕健康日~用藥安全及活躍老化 活動內容： 1.由藥劑科及復健科主辦。 2.「藥安全達人 PK 賽」、「中老年人運動保健」及「癌症篩檢」宣導講座。 3.提供 BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、血糖、尖峰吐氣流速測量、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、健康動體驗、在地食材市集、代謝症候群宣導、廢棄藥品檢收及諮詢、小兒及護理諮詢服務等攤位。 參與人數：229 人。
	10/26	復健科、小兒科、護理之家、癌症中心、呼吸治療、藥劑科(淡)、營養課(淡)、協談中心、院牧部、淡	活動主題：馬偕健康日~活躍老化健康活力秀競賽活動 活動內容： 1.與淡水區公所合作辦理銀髮團體競賽活動。 2.提供 BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、血糖、尖峰吐

類別	日期	協辦單位	內容
		水區公所、台灣諾華股份有限公司、杏昌生技股份有限公司、AGOSS、馬偕醫學院、五股農會、新北市農夫市集、雙連安養中心	氣流速測量、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、健康動體驗、在地食材市集、代謝症候群宣導、廢棄藥品檢收及諮詢、小兒及護理諮詢服務等攤位。 參與人數：404 人。
	11/30	家庭醫學科、小兒科、精神科、糖尿病中心、癌症中心、藥劑科(淡)、營養課(淡)、院長室、院牧部、勞安室、育成中心、鄧公國小、竹圍國小、淡水惜福關懷促進協會、淡水區公所、默沙東藥廠、亞培股份有限公司、台灣禮來股份有限公司、AGOSS、馬偕醫學院、五股農會、新北市農夫市集	活動主題：102 年度社區健康促進活動成果發表會 活動內容： 1.邀請國民健康署、新北市政府衛生局、淡水區公所，及新北市議員等貴賓蒞臨參與。 2.淡水區鄧公國小大鼓隊、竹圍國小熱舞社及「長者健康活力秀」競賽第一名團體表演。 3.「健康吃、快樂動」、「菸檳酒防制」、「活躍老化」、「用藥安全」、「馬偕健康日」等活動剪影，頒發各項績優獎勵，及本年度贊助單位、輔導餐飲商家感謝狀。 4.減重 1 公斤以上者的摸彩活動，BMI、血壓、四癌篩檢、骨密、血糖、尖峰吐氣流速測量、失智評估、情緒彩虹等檢測；聰明吃衛教、健康動體驗、在地食材市集、代謝症候群宣導、廢棄藥品檢收及諮詢、小兒及護理諮詢服務等攤位。
社區健康促進活動	1/4	協談中心、竹圍高中	於竹圍高中辦理「性別平等教育」宣導，計 162 人。
	1/10~1/11	護理部(淡)、鄧公國小	於鄧公國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 367 人次。
	1/16	家庭醫學科、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「認識三高」宣導，計 32 人。
	1/17	淡水區公所	於淡水區公所辦理「金蟒獻瑞歲末關懷健康檢測」活動，計 59 人。
	1/18	感染管制中心、淡江教會	於淡江教會辦理「流感防疫」宣導，計 77 人。
	1/29~1/31	家庭醫學科、營養課(淡)	於馬偕樓二樓門診批價前辦理「健康年菜聰明吃」、「年節身體保健須知」等宣導，計 279 人次。
	2/1	營養課(淡)、淡江教會	於淡江教會辦理「年節健康吃」宣導，計 79 人。
	2/2	新北市淡水區關懷弱勢協會	於文宏喜宴廣場辦理「歲末寒冬送暖健康檢測」活動，計 85 人。
	2/20~2/22	營養課(淡)、竹圍社區發展協會	於竹圍社區發展協會、馬偕樓二樓門診批價前辦理「健康歡樂過元宵」元宵節系列活動，計 240 人次。
	3/1	自殺防治中心、竹圍高中	於竹圍高中辦理「憂鬱症與自殺防治」宣導，計 162 人。
	3/4~3/6	牙科、鄧公國小	於本院牙科門診辦理「學生牙科門診參訪」，計 184 人次。
	3/8	協談中心、淡江教會	於淡江教會辦理「憂鬱症認識與預防」宣導，計 68 人。
	3/9	淡水惜福關懷促進協會	於鄧公國小辦理「銀髮族新春團拜暨化妝舞會、園遊會」健康檢測活動，計 46 人。
	3/14	牙科、水源國小	於水源國小辦理「口腔保健」宣導，計 76 人。
	3/18	家庭醫學科、新興國小	於新興國小辦理「菸檳防制」宣導，計 86 人。

類別	日期	協辦單位	內容
	3/27	泌尿科、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「常見泌尿道問題」宣導，計 37 人。
		藥劑科(淡)、淡水國小	於淡水國小辦理「學童用藥安全暨毒藥物防治」宣導，計 182 人。
	3/28	胸腔內科、淡水靈糧堂	於淡水靈糧堂辦理「認識呼吸道疾病」宣導，計 43 人。
	3/30	感染管制中心、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「傳染病認識與預防」宣導，計 42 人。
	4/1~4/2	健檢中心(淡)、癌症中心、馬偕醫學院、台灣諾華股份有限公司	於馬偕樓一樓大廳辦理「婦幼週系列活動暨免費成人健康檢查服務」，計 215 人次。
	4/3	家庭醫學科、正德國中	於正德國中辦理「健康體位暨反菸拒檳」宣導，計 752 人。
	4/9	家庭醫學科、坪頂國小	於坪頂國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 62 人。
		營養課(淡)、水源國小	於水源國小辦理「健康飲食」宣導，計 117 人。
		協談中心、蘆洲仁愛國小	於仁愛國小辦理「認識網路成癮」宣導，計 332 人。
	4/11	營養課(淡)、興仁國小	於興仁國小辦理「健康飲食」宣導，計 82 人。
	4/12	肝膽腸胃內科、淡江教會	於淡江教會辦理「B、C 肝炎防治」宣導，計 70 人。
		屯山里	於屯山里慈玄宮辦理「健康檢測」服務，計 54 人。
	4/17	心臟內科、竹圍社區發展協會	於竹圍活動中心辦理「婦女健康的無聲殺手」宣導，計 48 人。
		小兒科、正德國中	於正德國中辦理「傳染病防治」宣導，計 752 人。
	4/18	牙科、淡水長老教會	於淡水長老教會辦理「銀髮族口腔保健」宣導，計 44 人。
	4/19	牙科、文化國小	於文化國小辦理「口腔保健」宣導，計 302 人。
	4/20	國花幼稚園	於國花幼稚園辦理「家長會暨社區健康檢測」服務，計 58 人。
		癌症中心、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「癌症防治」宣導，計 31 人。
	4/22	藥劑科(淡)、竹圍國小	於竹圍國小辦理「用藥安全」宣導，計 162 人。
		藥劑科(淡)、蘆洲成功國小	於蘆洲成功國小辦理「用藥安全」宣導，計 202 人。
	4/23	藥劑科(淡)、水源國小	於水源國小辦理「用藥安全」宣導，計 72 人。
	4/24	牙科、淡水國小	於淡水國小辦理「口腔保健」宣導，計 302 人。
	4/25	協談中心、蘆洲成功國小	於蘆洲成功國小辦理「性別平等教育」宣導，計 202 人。
	4/26	自殺防治中心、竹圍高中	於竹圍高中辦理「憂鬱症與自殺防治」宣導，計 317 人。
	5/4	小兒科、鄧公國小	於鄧公國小辦理「園遊會暨社區健康檢測」服務，計 81 人。
	5/6	感染管制中心、淡江大學	於淡江大學辦理「春暉週健康檢測暨性病篩檢」服務，計 174 人。
	5/7	淡江大學	於淡江大學辦理「春暉週健康檢測暨 CO 篩檢」服務，計 150 人。

類別	日期	協辦單位	內容
		家庭醫學科、淡水國小	於淡水國小辦理「健康體位營養教育」宣導，計 202 人。
	5/8	協談中心、文化國小	於文化國小辦理「性別平等教育」宣導，計 142 人。
		協談中心、蘆洲成功國小	於蘆洲成功國小辦理「認識網路成癮」宣導，計 242 人。
		感染管制中心、淡江大學	於淡江大學辦理「春暉週健康檢測暨性病篩檢」服務，計 155 人。
	5/9	淡江大學	於淡江大學辦理「春暉週健康檢測暨 CO 篩檢」服務，計 62 人。
		營養課(淡)、蘆洲國小	於蘆洲國小辦理「健康飲食」宣導，計 202 人。
	5/10	淡水健康檢查中心、淡江教會	於淡江教會辦理「銀髮族週期性健康檢查」宣導，計 81 人。
	5/14	護理部(淡)、水源國小	於水源國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 72 人。
		家庭醫學科、淡江大學	於淡江大學辦理「春暉社菸害防制」宣導，計 122 人。
	5/15	婦產科、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「婦女更年期保健」宣導，計 39 人。
		感染管制中心、淡江大學	於淡江大學辦理「性病防治」宣導，計 108 人。
	5/16	家庭醫學科、淡江大學	於淡江大學辦理「春暉社菸害防制」宣導，計 56 人。
	5/18	腎臟內科、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「腎臟病防治」宣導，計 39 人。
	5/21	協談中心、淡水婦女會	於長庚活動中心辦理「壓力調適」宣導，計 22 人。
		牙科、育英國小	於育英國小辦理「口腔保健」宣導，計 135 人。
	5/22	家庭醫學科、竹圍國小	於竹圍國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 197 人。
		牙科、蘆洲蘆江國中	於蘆洲蘆江國中辦理「口腔保健」宣導，計 162 人。
	5/23	家庭醫學科、淡水長老教會	於淡水長老教會辦理「銀髮族慢性病防治」宣導，計 35 人。
		小兒科、蘆洲仁愛國小	於蘆洲仁愛國小辦理「防疫」宣導，計 302 人。
	5/23~5/24	藥劑科(淡)、營養課(淡)、三芝衛生所	於三芝衛生所辦理「戒菸班」系列課程，計 43 人次。
	5/28	藥劑科(淡)、坪頂國小	於坪頂國小辦理「用藥安全」宣導，計 52 人。
	5/29	藥劑科(淡)、忠山國小	於忠山國小辦理「用藥安全」宣導，計 36 人。
		營養課(淡)、屯山社區發展協會	於屯山里活動中心辦理「銀髮族健康飲食」宣導，計 25 人。
	5/31	萬里、石門、金山、三芝等衛生所	於金山區中山堂辦理「長者健康活力秀」競賽活動，計 193 人。
	6/1	營養課(淡)、新民里辦公室	於新興福德宮活動中心辦理「健康活力慶端午」活動，計 115 人。
	6/5	協談中心、竹圍國小	於竹圍國小辦理「性別平等教育」宣導，計 162 人。
		協談中心、新興國小	於新興國小辦理「性別平等教育」宣導，計 332 人。

類別	日期	協辦單位	內容
	6/5~6/7	營養課(淡)、癌症中心	於馬偕樓二樓門診批價前辦理「就是粽纖維」及「癌症防治」宣導、健康粽DIY活動，計188人次。
	6/6	家庭醫學科、文化國小	於文化國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計172人。
		護理部(淡)、天生國小	於文化國小辦理「CPR急救訓練」宣導，計127人。
	6/7	護理部(淡)、竹圍國小	於竹圍國小辦理「CPR急救訓練」宣導，計222人。
	6/8	勞安室(淡)、感染管制中心、大醇食品股份有限公司	於大醇食品股份有限公司辦理「健康體適能暨性病篩檢服務」，計99人。
	6/10	協談中心、三芝新庄里辦公處	於三芝新庄里活動中心辦理「銀髮族認識失眠」宣導，計23人。
	6/20	營養課(淡)、淡水靈糧堂	於淡水靈糧堂辦理「銀髮族健康飲食」宣導，計49人。
	6/21	藥劑科(淡)、淡江教會	於淡江教會辦理「銀髮族健康食品與用藥常識」宣導，計83人。
	6/22	物理治療、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「銀髮族螺旋運動」教學，計30人。
	6/25	協談中心、蘆洲鷺江國小	於蘆洲鷺江國小辦理「壓力調適與情緒管理」宣導，計152人。
	7/1	營養課(淡)、三芝埔坪里辦公處	於三芝埔坪里活動中心辦理「銀髮族健康飲食」宣導，計47人。
	7/3	牙科、惜福關懷促進協會	於水碓活動中心辦理「銀髮族口腔保健」宣導，計40人。
	7/5	口腔外科	於馬偕樓門口辦理「計程車排班司機檳榔防制」宣導，計15人。
	7/8	物理治療、三芝埔坪里辦公處	於三芝埔坪里活動中心辦理「銀髮族老人防跌」宣導，計36人。
	7/9	協談中心、三芝後厝里辦公處	於三芝後厝里活動中心辦理「銀髮族認識失眠」宣導，計40人。
	7/11	協談中心、屯山里社區發展協會	於屯山里辦理「銀髮族認識失眠」宣導，計24人。
	7/17	腎臟內科、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「慢性腎臟病防治」宣導，計38人。
	7/19	免疫風濕科、淡江教會	於淡江教會辦理「認識免疫風濕」宣導，計94人。
	7/22	協談中心、滬尾長青會	於淡水福來餐廳辦理「銀髮族認識失眠」宣導暨健康檢測服務，計38人。
	7/24	家庭醫學科、惜福關懷促進協會	於水碓活動中心辦理「銀髮族認識菸害」宣導，計41人。
	7/26	復健科、雙連安養中心	於雙連安養中心辦理「銀髮族老人防跌」宣導，計39人。
	7/27	家庭醫學科、民生里辦公處	於竹圍公園辦理「民生里無菸公園」宣導，計92人。
	8/3	口腔外科、癌症中心、屯山里辦公處	於屯山里慈玄宮辦理「嚼食檳榔高危險族群檳榔防制」宣導，計64人。
	8/6	口腔外科、宏仁計程車行	於淡水新春街口計程車排班處辦理「排班司機檳榔防制」宣導，計16人。

類別	日期	協辦單位	內容
	8/7	營養課(淡)、三芝古庄里辦公處	於三芝古庄里活動中心辦理「銀髮族健康飲食」宣導，計 26 人。
	8/8	口腔外科、宏仁計程車行	於淡水油車口計程車排班處辦理「排班司機檳榔防制」宣導，計 12 人。
	8/9	癌症中心、淡江教會	於淡江教會辦理「癌症防制」宣導，計 79 人。
	8/10	糖尿病中心、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「糖尿病認識與預防」宣導，計 23 人。
	8/13	口腔外科	於馬偕樓門口辦理「計程車排班司機檳榔防制」宣導，計 18 人。
	8/13~8/16	口腔外科、精神科、癌症中心、自殺防治中心	於馬偕樓二樓門診批價前廣場辦理「檳酒毒防制週」活動，計 294 人次。
	8/19	牙科、三芝埔坪里辦公處	於三芝埔坪里活動中心辦理「銀髮族口腔保健」宣導，計 48 人。
	8/22	家庭醫學科、淡水靈糧堂	於淡水靈糧堂辦理「菸檳防制」宣導，計 48 人。
	8/24	家庭醫學科、蘆洲社區健康營造協會	於蘆洲長安社區活動中心辦理「菸害防制&代謝症候群」宣導，計 56 人。
	8/26	協談中心、三芝埔坪里辦公處	於三芝埔坪里活動中心辦理「銀髮族認識失眠」宣導，計 59 人。
	8/30	眼科、水源國小	於水源國小辦理「新生家長視力保健」宣導，計 25 人。
	8/31	口腔外科、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「檳榔防制」宣導，計 21 人。
		營養課(淡)、三芝區婦女會	於三芝埔坪里活動中心辦理「健康飲食」宣導，計 121 人。
	9/5	口腔外科、光華巴士公司	於光華巴士公司辦理「巴士司機檳榔防制」宣導，計 14 人。
	9/7	藥劑科(淡)、淡水區公所	於水碓活動中心辦理「健康食品與用藥常識」宣導，計 18 人。
	9/9、9/16、9/23、9/30	家庭醫學科、藥劑科(淡)、營養課(淡)、竹圍高中	於竹圍高中辦理「菸害防制團體課程」宣導，計 30 人次。
	9/10	護理部(淡)、興仁國小	於興仁國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 51 人。
	9/10~9/12	癌症中心、自殺防治中心、營養課(淡)、觀海極品社區	於觀海極品社區活動中心、馬偕樓二樓門診批價前廣場辦理「中秋週系列活動」，計 229 人次。
	9/11	牙科、鄧公國小	於鄧公國小辦理「口腔保健」宣導，計 302 人。
	9/13	胸腔內科、淡江教會	於淡江教會辦理「認識呼吸道疾病」宣導，計 74 人。
	9/14	營養課(淡)、竹圍社區發展協會	於淡水休閒農場辦理「健健康康過中秋」宣導，計 92 人。
	9/15	護理部(淡)、淡水關懷弱勢協會	於油車口公有停車場 A 區辦理「中秋節健康檢測服務」，計 79 人。
	9/17	護理部(淡)、育英國小	於育英國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 51 人。
	9/18	營養課(淡)、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「健康飲食」宣導，計 25 人。
		家庭醫學科、正德國	於正德國中辦理「菸檳酒防制」宣導，計 702 人。

類別	日期	協辦單位	內容
		中	
	9/23	營養課(淡)、雙連安養中心	於雙連安養中心辦理「銀髮族健康飲食」宣導，計 28 人。
	9/24	藥劑科(淡)、蘆洲三民高中	於蘆洲三民高中辦理「用藥安全」宣導，計 647 人。
		藥劑科(淡)、蘆洲仁愛國小	於蘆洲仁愛國小辦理「用藥安全」宣導，計 302 人。
	9/25	藥劑科(淡)、鄧公國小	於鄧公國小辦理「用藥安全」宣導，計 314 人。
	9/26	小兒科、天生國小	於天生國小辦理「防疫」宣導，計 102 人。
	9/28	三芝衛生所	於三芝埔坪里活動中心辦理「菸害防制」宣導，計 81 人。
	9/30	家庭醫學科、三芝埔坪里辦公處	於三芝埔坪里活動中心辦理「銀髮族菸害防制」宣導，計 61 人。
	10/2、10/9、10/23、10/30	家庭醫學科、藥劑科(淡)、營養課(淡)、正德國中	於正德國中辦理「菸害防制團體課程」宣導，計 45 人次。
	10/2	營養課(淡)、鄧公國小	於鄧公國小辦理「健康飲食」宣導，計 254 人。
		協談中心、興仁國小	於興仁國小辦理「性別平等教育」宣導，計 91 人。
	10/4	協談中心、竹圍高中	於竹圍高中辦理「性別平等教育」宣導，計 308 人。
	10/8	家庭醫學科、水源國小	於水源國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 86 人。
		藥劑科(淡)、興仁國小	於興仁國小辦理「用藥安全」宣導，計 74 人。
	10/9	淡水靈糧堂、菲特邦健康管理公司	於淡水靈糧堂辦理「長者運動班後測評估」，計 30 人。
	10/12	家庭醫學科、淡水區公所	於淡水長老教會前廣場辦理「無菸場域」宣導，計 91 人。
		八里區十三行博物館	於十三行博物館前廣場辦理「健康檢測服務」，計 44 人。
	10/15	協談中心、鄧公國小	於鄧公國小辦理「性別平等教育」宣導，計 314 人。
		家庭醫學科、蘆洲仁愛國小	於蘆洲仁愛國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 302 人。
	10/16	家庭醫學科、鄧公國小	於鄧公國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 310 人。
	10/17	物理治療、淡水靈糧堂	於淡水靈糧堂辦理「銀髮族螺旋運動」宣導，計 44 人。
	10/18	家庭醫學科、淡江教會	於淡江教會辦理「菸檳防制」宣導，計 71 人。
	10/19	營養課(淡)、淡水區公所	於淡水區公所 2 樓會議室辦理「健康飲食」宣導，計 18 人。
	10/22	口腔外科、光華巴士公司	於光華巴士公司辦理「巴士司機檳榔防制」宣導，計 18 人。
	10/24	藥劑科(淡)、天生國小	於天生國小辦理「用藥安全」宣導，計 108 人。
	10/29	協談中心、興仁國小	於興仁國小辦理「情緒管理與壓力調適」宣導，計 89 人。
	10/31	癌症中心、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶癌症防制」宣導，計 19 人。

類別	日期	協辦單位	內容
	11/5	家庭醫學科、淡江大學	於淡江大學辦理「菸害防制」宣導，計 14 人。
	11/6	家庭醫學科、淡水國中	於淡水國中辦理「菸檳酒防制」宣導，計 402 人。
		皮膚科	於馬偕樓二樓門診批價前廣場辦理「認識乾癬」宣導，計 61 人。
	11/7	藥劑科(淡)、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶健康食品與用藥常識」宣導，計 16 人。
	11/9	家庭醫學科、淡水區公所	於淡水區公所會議室辦理「認識三高」宣導，計 28 人。
	11/10	新北市淡水老人會	於淡水商工辦理「新北市銀髮族運動會健康檢測服務」，計 93 人。
	11/13	藥劑科(淡)、竹圍社區發展協會	於竹圍活動中心辦理「用藥安全」宣導，計 32 人。
		家庭醫學科、聖約翰大學	於聖約翰大學辦理「菸檳防制」宣導，計 52 人。
	11/14	小兒科、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶心肝寶貝預防保健」宣導，計 20 人。
	11/19	家庭醫學科、興仁國小	於興仁國小辦理「菸檳酒防制」宣導，計 89 人。
	11/20	協談中心、蘆洲成功長老教會	於蘆洲成功長老教會辦理「認識失眠與健康調適」宣導，計 30 人。
	11/21	家庭醫學科、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶認識三高與代謝症候群」宣導，計 24 人。
	11/22	糖尿病中心、淡江教會	於淡江教會辦理「糖尿病認識與預防」宣導，計 75 人。
	11/23	營養課(淡)、竹圍國小	於竹圍國小辦理「園遊會暨健康檢測服務」，計 42 人。
	11/26	物理治療、淡水長老教會	於淡水長老教會辦理「老人防跌」宣導，計 38 人。
	11/28	口腔外科、屯山國小	於屯山國小辦理「檳榔防制」宣導，計 44 人。
	12/2、 12/10~12/11	安寧示範中心、鄧公國小	於本院安寧示範中心辦理「學童安寧中心參訪」活動，計 100 人。
	12/5	精神科、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶孩童心理衛生」宣導，計 13 人。
		護理部(淡)、新興國小	於新興國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 143 人。
	12/12	社區服務課、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶家庭關係與社會福利」宣導，計 18 人。
	12/13	泌尿科、淡江教會	於淡江教會辦理「認識泌尿道疾病」宣導，計 68 人。
	12/14	家庭醫學科、民權里辦公處	於竹圍活動中心辦理「認識三高&代謝症候群」宣導，計 110 人。
	12/19	營養課(淡)、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶聰明選擇健康吃」宣導，計 26 人。
		護理部(淡)、新興國小	於新興國小辦理「CPR 急救訓練」宣導，計 169 人。
	12/25	感染管制中心、正德國中	於正德國中辦理「愛滋與傳染病防治」宣導，計 702 人。
	12/26	感染管制中心、八里區公所	於八里區活動中心辦理「外籍配偶杜絕傳染防疫尖兵」宣導，計 12 人。

類別	日期	協辦單位	內容
健康諮詢服務	2/22	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 22 人次。
	2/26	清水灣社區	於清水灣社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 7 人次、轉介掛號 1 人次。
	3/26	清水灣社區	於清水灣社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 25 人次、血糖檢測 23 人次。
	3/29	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 27 人次、血糖檢測 27 人次。
	4/1	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 36 人次、血糖檢測 36 人次。
	4/3	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 27 人次、血糖檢測 27 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 20 人次、血糖檢測 20 人次。
	4/15	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 15 人次、血糖檢測 17 人次。
	4/26	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 26 人次、血糖檢測 26 人次。
	5/8	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 39 人次、血糖檢測 38 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 15 人次、血糖檢測 14 人次。
	5/9	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 31 人次、血糖檢測 30 人次。
	5/27	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 26 人次、血糖檢測 26 人次。
		蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 20 人次、血糖檢測 20 人次。
		五股農會	於五股農會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 18 人次。
		淡水第一信用合作社竹園分社	於淡水一信竹園分社健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 24 人次、轉介掛號 6 人次。
	6/5	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 19 人次、血糖檢測 19 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 23 人次、血糖檢測 22 人次。
	6/6	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 20 人次、血糖檢測 20 人次。
	6/17	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 10 人次、血糖檢測 10 人次、轉介掛號 1 人次。
	6/21	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 22 人次、血糖檢測 24 人次。
	7/3	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛

類別	日期	協辦單位	內容
			教諮詢 30 人次、血糖檢測 30 人次、轉介掛號 1 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 17 人次、血糖檢測 17 人次、轉介掛號 3 人次。
	7/15	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 11 人次、血糖檢測 11 人次。
	7/26	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 9 人次、血糖檢測 8 人次、轉介掛號 1 人次。
	8/7	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 24 人次、血糖檢測 24 人次、轉介掛號 1 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 27 人次、血糖檢測 27 人次、轉介掛號 1 人次。
	8/19	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 10 人次、血糖檢測 11 人次、轉介掛號 1 人次。
	8/30	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 24 人次、血糖檢測 25 人次。
	9/4	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 31 人次、血糖檢測 31 人次、轉介掛號 3 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 32 人次、血糖檢測 32 人次。
	9/5	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 16 人次、血糖檢測 16 人次。
	9/16	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 10 人次、血糖檢測 10 人次。
	9/27	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 22 人次、血糖檢測 22 人次。
	10/2	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 27 人次、血糖檢測 27 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 33 人次、血糖檢測 34 人次。
	10/21	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 6 人次、血糖檢測 6 人次、轉介掛號 1 人次。
	10/25	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 13 人次、血糖檢測 14 人次、轉介掛號 1 人次。
	11/6	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 29 人次、血糖檢測 27 人次、膽固醇檢測 17 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 34 人次、血糖檢測 34 人次、膽固醇檢測 2 人次。
	11/7	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 23 人次、血糖檢測 24 人次。
	11/18	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 9 人次、血糖檢測 9 人次、膽固醇檢測 6 人次、

類別	日期	協辦單位	內容
			轉介掛號 1 人次。
	11/29	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 10 人次、血糖檢測 10 人次、膽固醇檢測 3 人次。
	12/4	蘆洲成功長老教會	於成功長老教會健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 29 人次、血糖檢測 28 人次、膽固醇檢測 3 人次、轉介掛號 1 人次。
		樓厝里辦公處	於樓厝里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 27 人次、血糖檢測 27 人次、膽固醇檢測 13 人次、轉介掛號 3 人次。
	12/5	尚海社區	於尚海社區健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 24 人次、血糖檢測 21 人次。
	12/16	蘆洲區公所	於蘆洲區公所健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 12 人次、血糖檢測 12 人次。
	12/27	福德里辦公處	於福德里辦公處健康服務站提供護理諮詢服務，計衛教諮詢 10 人次、血糖檢測 10 人次、轉介掛號 1 人次。
志工活動	3/20	心臟內科	辦理第一次「健康服務站志工教育訓練」，計 152 人。
	6/28	感染管制中心、家庭醫學科	辦理第二次「健康服務站志工教育訓練」，計 201 人。
	8/3		辦理新設立健康服務站志工職前教育訓練，計 95 人。
	8/23	家庭醫學科、藥劑科(淡)	辦理第三次「健康服務站志工教育訓練」，計 165 人。
	11/12		於飛牛牧場辦理社區健康促進推動志工旅遊，計 120 人。
	12/3		共計 14 位社區健康促進推動志工於「志工紀念週感恩禮拜」中，榮獲「優良志工」表揚。
	12/11		於淡水海宴餐廳辦理「社區健康促進推動志工年終感恩餐會」，計 130 人。
	12/26		辦理第四次「健康服務站志工教育訓練」，計 230 人。
獲獎肯定	12/16		新北市衛生局「102 年度社區健康營造計畫」合作醫療機構感謝狀。
	12/18		辦理 102 年度衛生福利部國民健康署「社區健康營造計畫」，肥胖防治議題榮獲「全國醫院減重績優獎」。
	12/17		社團法人國家生技醫療產業策進會「SNQ 國家品質標章認證」。
單位事務	5/27	馬偕醫學院	馬偕醫學院醫學系學生至福德里辦公處、蘆洲區公所、五股農會及淡水一信竹園分社等四個健康服務站見習。
	9/5		新成立三芝區「財團法人新北市智成忠義宮」健康服務站。
	9/7		新成立三芝區「新北市三芝區婦女會」健康服務站。
	12/25	育成中心、宏祥健康事業股份有限公司	蘆洲成功長老教會健康服務站雲端系統測試，預計執行 2~3 個月後評估執行狀況。

拾壹、教學-學生實習

一、淡水社區醫學中心學生實習計畫

淡水社區醫學中心公衛學系或醫管學系學生實習計畫

102.7.31

一.實習活動安排原則

- 1.本中心所推動的各種健康促進活動項目與相關會議，安排學生參與學習，讓學生能將理論與實務結合並累積學習經驗
- 2.配合學生所選定的專案主題，需全面參加與該主題有關活動的學習

二.實習活動類別，詳見行程規劃

- 1.參與馬偕健康日
- 2.參與衛教宣導活動：如各項子計畫的活動或依社區安排健康促進議題，包括：檳榔防制、老人防跌、菸害防制、健康飲食、癌症防制、認識失眠等
- 3.瞭解社區服務站志工服務內容
- 4.參與社區服務站健康諮詢活動
- 5.參與志工教育訓練，包括職前訓練或常規訓練
- 6.參與整合性篩檢活動
- 7.參與相關會議，包括社區發展小組會議、健康促進推動委員會、專案小組會議
- 8.配合院內、外做健康促進相關的問卷調查

三.實習檢討會

- 1.每二週安排一次實習檢討會，追蹤學生實習狀況，討論實習中碰到的問題與困難
- 2.實習最後一週實習專題報告與實習總檢討
- 3.配合學校老師實習訪視

四.實習作業

- 1.實習作業包括三部份：參與活動項目內容與心得、專題報告、總心得與建議(對單位或醫院)
- 2.參與活動項目內容與心得、總心得與建議(對單位或醫院)，請在實習最後第二週週五繳交
- 3.修改後最後作業(final版)，需在實習結束最後一天繳交(或另協商繳交日期)，若無法如期交出，每延遲一天扣作業成績1分

五.成績評定

配合學校來文評定學生在實習中表現與作業成績

二、102.2.26~102.4.10 國立台北護理健康大學醫管學系學生實習
實習學生 2 人(邱于婷、許予甯)與單位合影



三、102.7.1~102.8.23 輔大公衛學系學生實習

1.實習學生 3 人(郭雁愉、張筱惟、林怡伶)與單位合影



2.參與活動行程規劃

負責議題：

郭雁愉→菸檳酒防制； 張筱惟→肥胖防治； 林怡伶→活躍老化

日期	內容	同學	帶領者
7/3 上午9:00~11:00	成功教會社區服務站(健康諮詢)	雁愉、筱惟、怡伶	曉芸、容禎
7/4 下午	南加州服務站志工職前訓練	雁愉、筱惟、怡伶	心一、曉芸、容禎
7/5 下午2:30~3:00	馬偕樓計程車排班司機「檳榔防制」宣導	雁愉、筱惟、怡伶	心一
7/8 上午9:30~10:30	三芝埔坪活動中心「老人防跌」	怡伶	心一
7/9 上午10:00~11:00	三芝後厝里「認識失眠」宣導	怡伶	心一
7/12 上午9:00~10:30	活躍老化專案小組會議	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/12 上午10:30~12:00	菸檳酒防制專案小組會議	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/15 上午7:30~9:00	淡水社區發展小組會議	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/17 上午10:00~11:00	蘆洲成功教會「慢性腎臟病防治」 宣導	筱惟	心一
7/20 上午8:00~12:00	馬偕健康日-肥胖防治	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/23 上午9:30~10:30	觀海極品社區健康服務站	雁愉、筱惟、怡伶	容禎
7/24 上午9:30~11:30	惜福關懷促進協會「菸害防制」 宣導	雁愉	心一
7/24 上午10:00~12:00	用藥安全專案小組會議	筱惟、怡伶	怡芳
7/25 上午8:30~16:30	銀髮族樂活-三高慢性腎臟病防 治研討會	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/26 上午9:00~11:00	福德里辦公處社區健康服務站 (健康諮詢)	雁愉、筱惟	曉芸、容禎
7/26 上午10:00~11:00	三芝雙連安養中心「老人防跌」 宣導	怡伶	怡芳
7/26 下午14:00~15:30	致胖環境改善專案小組會議	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
7/26 下午15:30~17:00	肥胖防制專案小組會議	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
8/3 下午12:00~17:00	志工職前教育訓練	雁愉、筱惟、怡伶	心一
8/3 晚上17:00~20:00	屯山里戒檳團體	雁愉、筱惟、怡伶	心一
8/6 上午9:00~10:00	宏仁計程車新春街口排班司機 「檳榔防制」宣導	雁愉	心一
8/7 上午9:30~10:30	三芝古庄里「健康飲食」宣導	筱惟	心一
8/8 上午9:00~10:00	宏仁計程車油車口排班司機「檳 榔防制」宣導	雁愉	心一
8/9 上午10:30~11:30	淡江教會「癌症防制」	筱惟	心一
8/12 整天	協助品管中心進行門診民眾滿意 度調查	雁愉、筱惟、怡伶	品管中心

8/13 上午9:30~11:30	檳酒防制週	雁愉、筱惟、怡伶	心一
8/15 上午9:30~11:30	檳酒防制週	雁愉、筱惟、怡伶	心一
8/16 上午9:30~11:30	檳酒防制週	雁愉、筱惟、怡伶	心一
8/17 上午8:00~12:00	馬偕健康日-致胖環境改善	雁愉、筱惟、怡伶	怡芳
8/19 上午9:00~11:00	蘆洲區公所社區健康服務站(健康諮詢)	筱惟、怡伶	曉芸、容禎
8/19 上午9:30~10:30	三芝埔坪活動中心「口腔保健」宣導	雁愉	心一
8/20 上午9:00~10:00	宏仁計程車油車口排班司機「檳榔防制」宣導	雁愉	心一
8/23 上午8:30~12:00	志工教育訓練-肥胖防治	雁愉、筱惟、怡伶	心一

四、102.9.23~102.12.07 台北醫學大學醫管學系學生實習

1.實習學生 3 人(張凱迪、李東哲、黃浩修)與單位合影



2.參與活動行程規劃

日期	內容	同學	主責人
09/23(一)	10:00-12:00 認識環境	修、哲、迪	鳳鑾
	14:00-16:00 單位簡介暨專題報告討論會(一)	修、哲、迪	副主任、怡芳
09/24(二)	10:30-11:30 社工師業務介紹	修、哲、迪	心一
	13:30-14:30 護理師、研究助理業務介紹	修、哲、迪	曉芸、容禎
09/25(三)	09:00-10:00 事務員業務介紹	修、哲、迪	鳳鑾
	13:30-15:30 勞安日活動	修、哲、迪	淡水勞安室
09/27(五)	09:00-11:00 福德里健康服務站	修、哲、迪	曉芸
09/28(六)	06:30-10:30 整合性篩檢活動	修、哲、迪	怡芳

09/30(一)	09:30-10:30 三芝埔坪里「銀髮族菸害防制」宣導	修、哲、迪	心一
10/02(三)	09:00-11:00 蘆洲成功教會健康服務站	修、哲、迪	曉芸
	14:00-16:00 蘆洲樓厝里健康服務站	修、哲、迪	曉芸
10/04(五)	08:30-17:00 志工基礎教育訓練	修、哲、迪	心一
10/07(一)	08:00-10:00 專題報告討論會(二)	修、哲、迪	副主任、怡芳
	10:30-11:30 北投里「銀髮族螺旋運動」	哲、迪	心一
10/08(二)	08:00-12:00 支援勞安室-疫苗	迪	若瑩
10/09(三)	08:00-12:00 支援勞安室-疫苗	修	若瑩
	14:00-15:30 淡水靈糧堂樂活運動後測檢測	修、哲、迪	怡芳
10/10(四)	國慶日休假		
10/12(六)	14:30-16:30 淡水長老教會無菸場域宣導	修、哲、迪	心一
10/15(二)	14:30-16:00 健康服務站負責人事工檢討會議	修、哲、迪	怡芳
10/17(四)	10:00-11:30 淡水靈糧堂「銀髮族螺旋運動」	修、迪	心一
	09:00-11:00 三芝錫板里健康服務站	哲	曉芸
	繳交實習報告	迪	怡芳
10/18(五)	10:00-11:30 淡江教會「菸檳防制」宣導	修、迪	心一
	14:30-16:30 菸酒販賣商家宣導	修、哲、迪	怡芳
10/21(一)	07:30-09:00 淡水社區發展小組會議	修、哲	怡芳
	14:00-16:00 專題報告討論會(三)	修、哲	副主任、怡芳
10/22(二)	10:00-11:00 光華巴士「檳榔防制」宣導	修、哲	心一
	13:30-15:00 勞安室介紹	修、哲	勞安室
10/23(三)	13:55-14:40 正德國中拒菸班	修、哲	心一
10/24(四)	10:00-12:00 淡水長老教會「老人防跌」宣導	修、哲	心一
	14:00-15:00 天生國小「用藥安全」宣導	修、哲	心一
10/25(五)	09:00-11:00 福德里健康服務站	修、哲	曉芸
	Pm 馬偕健康日場佈	修、哲	
10/26(六)	08:00-12:00 馬偕健康日-長者健康活力秀	修、哲	怡芳
10/29(二)	10:00-11:00 興仁國小「壓力調適與情緒管理」	修、哲	心一
10/30(三)	13:55-14:40 正德國中拒菸班	修、哲	心一
10/31(四)	09:30-11:30 八里區公所「四癌篩檢」宣導	修、哲	心一
11/02(六)	09:30-12:00 活動組志工事工檢討會	修、哲	心一
11/04(一)	14:00-16:00 專題報告討論會(四)	修、哲	副主任、怡芳
11/05(二)	15:10-16:30 淡江大學拒菸班	修、哲	心一
11/06(三)	09:00-11:00 蘆洲成功教會健康服務站	修、哲	曉芸
	14:00-16:00 蘆洲樓厝里健康服務站	修、哲	曉芸
11/07(四)	09:30-11:30 八里區公所「健康食品與用藥常識」	修、哲	心一

	14:00-16:00 尚海社區健康服務站	修、哲	曉芸
11/08(五)	10:30-11:30 淡江教會「糖尿病認識與預防」宣導	修、哲	心一
11/13(三)	09:30-10:30 竹圍社區發展協會「用藥安全」宣導	修、哲	心一
	15:00-16:00 聖約翰大學「菸癮防制」宣導	修、哲	心一
11/14(四)	09:30-11:30 八里區公所「心肝寶貝預防保健」	修、哲	心一
11/18(一)	09:30-11:30 蘆洲區公所健康服務站	修、哲	曉芸
	14:00-16:00 專題報告討論會(五)	修、哲	副主任、怡芳
11/20(三)	蘆洲成功教會「認識失眠與健康調適」宣導	修、哲	心一
11/21(四)	09:30-11:30 八里區公所「認識三高與代謝症候群」	修、哲	心一
11/25(一)	繳交實習報告(初稿)	修、哲	怡芳
11/27(三)	09:00-11:00 專題報告討論會(六)	修、哲	副主任、怡芳
11/28(四)	14:00-14:50 屯山國小「檳榔防制」宣導	修、哲	心一
11/29(五)	09:00-11:00 福德里健康服務站	修、哲	曉芸
11/30(六)	08:00-12:00 社區健康促進活動成果發表會	修、哲	怡芳
12/02(一)	09:30-11:00 鄧公國小安寧中心參訪活動	修、哲	心一
12/05(四)	09:00-11:00 專題報告暨實習總檢討→暫定	修、哲	主任、副主任、怡芳
12/06(五)	繳交實習報告(final 版)	修、哲	怡芳

拾貳、誌謝

感謝單位每一位同仁這一年對推動社區健康促進的努力付出，在付出的同時亦將我們努力的成果一點一滴留下來才能彙總成一本單位年誌，謝謝怡芳、容禎管理師、心一社工師協助撰寫文稿，初雪副主任、洪主任協助修訂，使年誌內容更加豐富，謝謝健促推動委員對本單位推動各項健促業務的支持，院內社發成員包括各臨床科、醫事、行政等單位是我們在社區推動事工的最佳後盾，更要感謝上帝對單位的祝福，讓我們 102 年推動社區各項事工都很平安、順利，淡水社區醫學中心再度謝謝大家，辛苦了。

淡水社區醫學中心年誌

淡水社區醫學中心年誌



聯絡地址：251 新北市淡水區民生路 45 號

聯絡電話：(02) 2809-4664 轉 2160-2161

傳真電話：(02) 2809-4679

E-mail：mmh3089@mmh.org.tw

<http://www.mmh.org.tw/cmcc/cmcc-main.htm>