

109 年「我是健康超人，讓您健康超越 100 分」

健康識能傳播暨篩檢推廣活動

為幫助學童建立健康概念，培養健康行為，臺中市政府衛生局及教育局共同推動「我是健康超人，讓您健康超越 100 分-健康識能傳播暨篩檢推廣活動」，藉由「任務卡」讓學童認識健康，並帶動家人參與篩檢，增進家人健康。

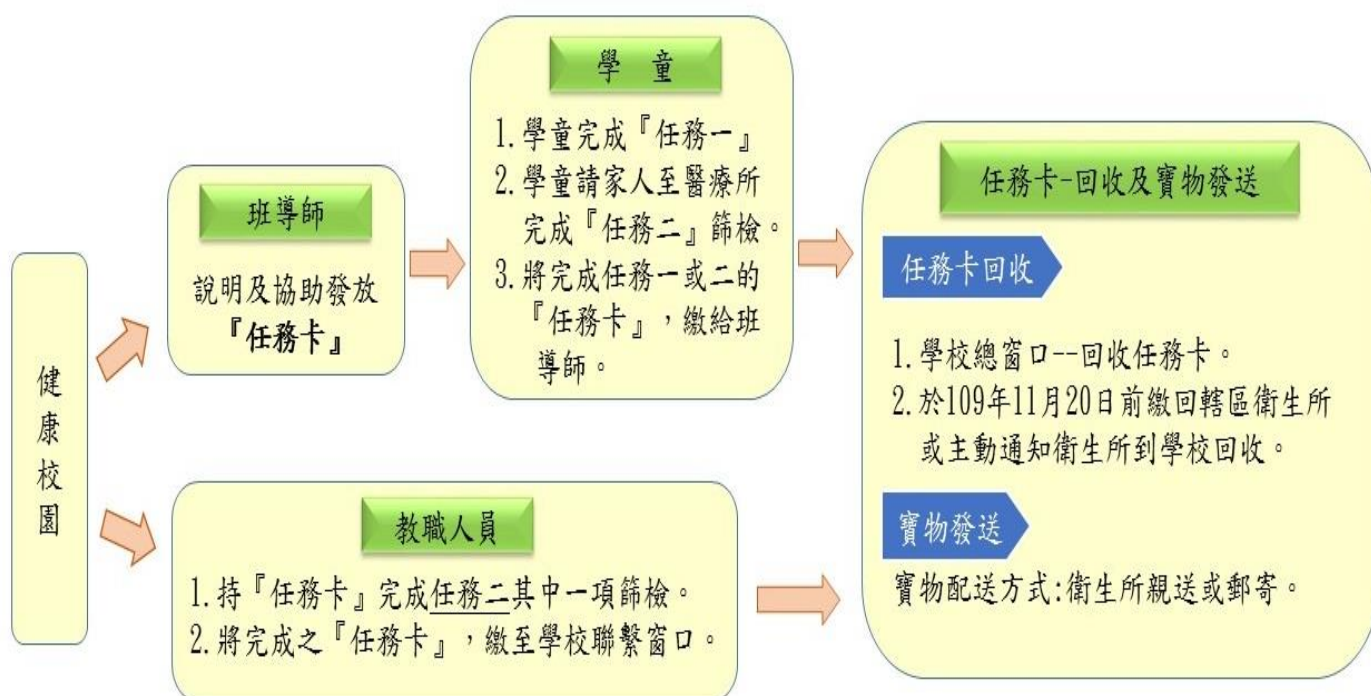
一、主辦單位：臺中市政府衛生局、臺中市政府教育局

二、協辦單位：本市各國民小學、本市各區衛生所

三、活動期程：109 年 9 月 1 日至 109 年 11 月 15 日

四、活動對象：國小四年級學童、學校教職人員

五、活動方式及流程：



六、任務卡說明：

(一)「任務一」學習單：讓學童認識癌症篩檢及檳榔危害。

(二)「任務二」健康超越 100 分：讓學童邀請家人及親友接受檢查，檢查對象如下：

檢查項目	檢查資格	檢查時程
子宮頸抹片檢查	30 歲以上婦女	每年 1 次 (至少 3 年 1 次)
糞便潛血檢查	50-74 歲民眾	每 2 年 1 次
乳房 X 光攝影檢查	▲45-69 歲女性 ▲40-44 歲二等親女性家屬罹乳癌者	每 2 年 1 次
口腔黏膜檢查	▲30歲以上有嚼檳榔（含已戒）或吸菸習慣者 ▲18-29歲有嚼檳榔（含已戒）習慣之原住民	每 2 年 1 次

完成檢查並核章後，學童將學習單繳回校園導師窗口。

七、獎勵方式：

(一)健康超人獎(獎勵學生)：國小四年級學童繳回完成任務卡

「任務一」：就可參加抽獎(共 600 名)。

「任務二」：就可獲得寶物一份(限量 1000 名)。

(二)超人職員獎(獎勵教職人員)：

學校教職員繳回完成「任務二」之任務卡，就可獲得禮物一份。

(三)校園行政獎勵(獎勵推動教職人員)：為獎勵校園極力推廣活動之辛勞，以該

校四年級學生計算，交「任務一、二」達以下規定，該校推動活動等相關人員依「臺中市立國民中小學及幼兒園教育人員獎勵要點」予以敘獎。

組 別	A 組	B 組	C 組	D 組
四年級學生數	241 人以上	121-240 人	61-120 人	60 人以下
完成率%	83%	85%	88%	88%+1 位教職人員

八、聯繫窗口：

臺中市政府衛生局保健科 2526-5394 轉 3361 林小姐

E-mail: hbtcm00483@taichung.gov.tw 傳真電話：(04)25263401。

各區衛生所聯繫電話

衛生所	衛生所電話	
	電話(一)	電話(二)
豐原	2526-1170	2526-1171
東勢	2587-3872	2588-2201
大甲	2687-2153	2687-9142
清水	2622-2639	2622-7130
沙鹿	2662-5040	2662-5896
梧棲	2656-2809	2656-9575
后里	2556-2048	2556-2077
神岡	2562-2792	2562-2793
潭子	2532-4643	2533-7374
大雅	2566-1091	2568-3481
新社	2581-1704	2581-3514
石岡	2572-2314	2572-1887
外埔	2683-3208	2683-3835
大安	2671-3681	2671-3681
烏日	2338-1027	2337-4619
大肚	2699-2111	2699-6311
龍井	2635-2228	2635-4528
霧峰	2339-3022	2330-0911
太平	2393-8083	2393-8093
大里	2406-1500	2406-2411
和平	2594-2781	2594-2782
中西	2222-3811	2598-0053
東區	2283-4121	2283-4259
南區	2262-9735	2262-9736
北區	2235-9182	2235-9186
西屯	2702-7068	2702-3649
南屯	2382-7640	2382-3203
軍功	2239-2638	2382-3203
四民	2421-1945	2421-1946
梨山	2598-9540	2598-0053

任務卡範例：

(正面)

(背面)

2020 愛家人 守護一生

我是**健康超人** 讓您健康超越**100分**

檳榔的「危害」

檳榔子(菁仔)即使不加紅灰、白灰、薯花、薯葉，本身就是**致癌物**!

嚼檳榔、吸菸、飲酒會提高罹患**口腔癌**的機率

嚼檳榔	28倍	罹患口腔癌的機率為一般人的 28倍 。
嚼檳榔 + 吸菸	89倍	罹患口腔癌的機率為一般人的 89倍 。
嚼檳榔 + 吸菸 + 飲酒	123倍	罹患口腔癌的機率為一般人的 123倍 。

臺中市政府衛生局 臺中市政府教育局 關心您 資料來源:衛生福利部國民健康署

學校: _____ 國小 _____ 四年 _____ 班 _____ 號 _____ 姓名: _____

超人任務 1

※於109年11月15日前完成任務1,將「任務卡」交給班導師就可參加抽獎。

重復(抽:600名)

選擇題

() 一、有一種說法:「吃檳榔即使不加配料,也會導致癌症」,請問您認為這種說法對不對?(配料:包括紅灰、白灰、薯花、薯藤、薯葉...等)
①對 ②不對 ③不知道

() 二、有嚼檳榔+吸菸+飲酒的人,罹患口腔癌的機率為一般人的123倍。
①對 ②不對 ③不知道

() 三、30歲以上有吸菸或嚼檳榔的人,要定期每二年一次做什麼檢查?
①口腔黏膜檢查 ②糞便潛血檢查
③子宮頸抹片檢查

造句

▲請用「檳榔」造句:

我要變身為**健康超人** 守護家人的健康

「癌症是國人十大死因第一名」,子宮頸癌、乳癌、大腸癌、口腔癌,會奪走家人的健康!任務開始前,請先認識政府提供補助四項檢查服務。

篩檢項目	年齡及對象	時程
子宮頸抹片檢查	30歲以上女性	每年一次 (建議每三年一次)
乳房X光攝影檢查	45-69歲女性	每二年一次
糞便潛血檢查	50-74歲民眾	每二年一次
口腔黏膜檢查	30歲以上嚼檳榔(含已戒)或吸菸民眾	每二年一次

請攜帶**健保卡**至**健保特約醫療院所**接受檢查

學校: _____ 國小 _____ 四年 _____ 班 _____ 號 _____ 姓名: _____

超人任務 2

※家人完成任一項檢查,並由檢查單位蓋章後,109年11月15日前將「任務卡」交給班導師就可獲得【超人實物】。

色鉛筆 (限:1000份)

檢查醫療院所核章處:

子宮頸抹片檢查 蓋章處	乳房X光攝影檢查 蓋章處	糞便潛血檢查 蓋章處	口腔黏膜檢查 蓋章處
----------------	-----------------	---------------	---------------

臺中市政府衛生局 臺中市政府教育局 關心您 使用印刷經費廣告