

中華大學

健康促進生活家



提案單位：學生事務處衛生保健組

連絡人：陳逸蓁小姐

電子信箱：melissa@chu.edu.tw

電話：(03) 5186161

傳真：(03) 5186160

地址：新竹市香山區五福路二段 707 號

目 錄

一、前言.....	3
二、計畫依據.....	3
三、背景說明(以 SWOT 分析表).....	3
四、問題分析(需求評估).....	4
五、計畫目標與架構.....	5
六、計畫內容與實施策略.....	8
七、實施步驟進度(以甘特圖表示)與人力配置.....	11
八、經費編列明細.....	13
附表：教育部補助計畫項目經費申請表核定表.....	16
附表：中華大學—106 學年度學校衛生基本資料.....	17

一、前言：

世界衛生組織（WHO；World Health Organization）將健康促進學校定義如下：「一個能夠不斷地加強其成為有益於生活、學習與工作之健康場所的學校（A school that is constantly strengthening its capacity as a healthy setting for living, learning, and working）」。由這個定義可以看出，健康促進學校是基於一種永續經營的概念，將健康視作學校的一項資產，並能不斷加增其促進健康的能力。它是一個成果，更是一個過程！

本計畫秉持 WHO 健康促進學校的理念，依據學校學生現行問題分析與健康需求評估，研擬健康體位(含代謝症候群)是必須長期推動的議題，另加入教育部指定之性教育(含愛滋病防治)及菸害防制(含無菸校園)等二項為本學年度必選議題，再加上安全校園建置為第四個議題，以推動「健康促進生活家」為本年度計畫之主軸。實施方法為運用活動、講座、實地參訪與入班宣導等方式推動，增進全校教職員工及學生對健康的覺察、知識及態度，朝健康體位邁進，減少疾病的發生，並結合鄰近中小學和社區，共同合作推展，以期達「健康促進」之目標。有健康才有希望，身心靈的健康狀況是影響學習、生活及工作品質的重要因素，希望藉由本計畫的執行，建構一個健康的學習天地，適合學習、工作的樂園。

本計畫所關注的對象包括了教師、行政人員、學生、社區，甚至擴及學校餐飲從業人員，並隨之影響到環境與家庭攸關健康促進的認知與生活習慣，計畫內容包含健康環境的締造、健康教學的充實和健康服務的提供，以實踐健康促進學校的最終目的。

二、計畫依據：

學校衛生法暨教育部 106 年 7 月 27 日臺教綜(五)字第 1060108260 號函辦理。

三、背景說明(以 SWOT 分析表說明如下)：

優勢(Strength)	弱勢(Weakness)
<ol style="list-style-type: none">1. 本校各級行政主管對健康促進活動重視並給予支持。2. 承辦本校健康檢查業務之醫院配合度高。3. 地處綠色森林，加上週邊山林步道，學校環境綠化工作執行成效良好，是健身最佳場所。4. 本校雖不是醫護校院，但擁有可運用於相關健促專業之師資與資源，包括觀光學院之健康餐飲的	<ol style="list-style-type: none">1. 本校之主要背景為理工與管理學科，較缺乏醫護相關之系科，所以在健康促進之志工培訓與專業資源上極需投入人力與時間經營，並借重在地相關專業與非營利組織資源。2. 衛保組工作人力不足受到限制。3. 學校教職員工因工作績效等考量，在上班時

推廣、建築與設計學院之於廣告文宣設計等。	間內多數無法參加活動導致參與率較低。 4.學校未成立衛教急救等相關學生社團，在各項活動推行上，學生社團參與機會較少。																															
機會(Opportunity)	威脅(Threat)																															
<p>1. 政策提倡預防保健及健康促進，使健促的觀念逐漸被重視。</p> <p>2. 教育部補助學校經費，能協助解決預算編列不足的問題。</p> <p>3. 本校之主要背景為理工與管理學科，較缺乏醫護相關系科。未來將於衛生委員會組織辦法中，修訂加列「醫療相關單位專業人士」為委員，未來在時令疫情、政令宣導上，能掌握最正確與客觀的專業建議協助。</p> <p>4. 本校通識中心所開設攸關健康議題的課程，如「營養概論」、「道教養生學」及「健康資源規劃與管理」等課目，為學生較有興趣的課程，可知學生對於健康促進的求知與需求，實需健康促進計畫之介入支持。</p>	<p>1. 103-105 年新生體檢，異常之前三名為：</p> <table border="1" data-bbox="847 360 1465 703"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>103</td> <td>尿液檢查 (55.51%)</td> <td>血液檢查 (33.85%)</td> <td>血脂肪 (20%)</td> </tr> <tr> <td>104</td> <td>尿液檢查 (49.06%)</td> <td>血液檢查 (19.80%)</td> <td>血脂肪 (18.65%)</td> </tr> <tr> <td>105</td> <td>尿液檢查 (48.00%)</td> <td>血液檢查 (20.80%)</td> <td>血脂肪 (19.65%)</td> </tr> </tbody> </table> <p>由此可看出近三年「尿液檢查」異常皆列居第一名，可見介入健康飲食與運動習慣的迫切性。代謝症候群的防治仍需持續推動。</p> <p>2. 105 年新生體檢之 BMI 分佈</p> <table border="1" data-bbox="847 893 1465 1144"> <thead> <tr> <th></th> <th>男性</th> <th>女性</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>過輕(BMI<18.5)</td> <td>13.95%</td> <td>19.42%</td> </tr> <tr> <td>正常(18.5≤BMI<24)</td> <td>49.59%</td> <td>61.16%</td> </tr> <tr> <td>過重(24≤BMI<27)</td> <td>16.68%</td> <td>10.96%</td> </tr> <tr> <td>肥胖(BMI≥27)</td> <td>19.33%</td> <td>8.46%</td> </tr> </tbody> </table> <p>可看出男性 BMI 過重(16.68%)與肥胖(19.33%)比率超過三成偏高，女性 BMI 過輕(19.42%以上)及肥胖(8.46%)亦值得注意。</p> <p>3. 據衛生福利部疾病管制署 105 年 7 月份統計，新增男性 HIV 感染者共計 2,262 例。以 20-29 歲個案數最多，占 51%，顯示愛滋感染年輕化的趨勢明顯。其中又以年輕族群「男男性行為」逾 8 成最為嚴重，特別是不戴安全套、濫用助性藥物，讓愛滋病快速擴散。</p> <p>4. 「菸害防制」業務之推動實賴跨單位的協調與合作，以及領導層級的重視；由於護理師皆未受過在職戒菸教育，較缺乏戒菸教育的專業醫療素養。另由於衛保組人力單薄，再加以對於平行單位無督促之力，「菸害防制」業務之推動仍有許多困境需要面對。</p>		1	2	3	103	尿液檢查 (55.51%)	血液檢查 (33.85%)	血脂肪 (20%)	104	尿液檢查 (49.06%)	血液檢查 (19.80%)	血脂肪 (18.65%)	105	尿液檢查 (48.00%)	血液檢查 (20.80%)	血脂肪 (19.65%)		男性	女性	過輕(BMI<18.5)	13.95%	19.42%	正常(18.5≤BMI<24)	49.59%	61.16%	過重(24≤BMI<27)	16.68%	10.96%	肥胖(BMI≥27)	19.33%	8.46%
	1	2	3																													
103	尿液檢查 (55.51%)	血液檢查 (33.85%)	血脂肪 (20%)																													
104	尿液檢查 (49.06%)	血液檢查 (19.80%)	血脂肪 (18.65%)																													
105	尿液檢查 (48.00%)	血液檢查 (20.80%)	血脂肪 (19.65%)																													
	男性	女性																														
過輕(BMI<18.5)	13.95%	19.42%																														
正常(18.5≤BMI<24)	49.59%	61.16%																														
過重(24≤BMI<27)	16.68%	10.96%																														
肥胖(BMI≥27)	19.33%	8.46%																														

四、問題分析(需求評估)：

綜合以學校為本位的 SWOT 分析，可見本校教職員工生最主要、最迫切改善的健康問題有以下四個層面：

- (一) 大學生在新陳代謝症候群的比率逐年攀升，可見健康飲食、與養成規律運動之生活習慣養成的迫切性。
- (二) 根據衛生福利部疾病管制署至今(105 年 7 月)之統計，目前在愛滋感染者中，15 至 24 歲年輕族群新通報 428 人。這個年齡層的感染者逐年增加，顯示愛滋感染年輕化的趨勢明顯。其中又以年輕族群「男男性行為」逾 8 成最為嚴重，特別是不戴安全套、濫用助性藥物，讓愛滋病快速擴散。
- (三) 學校尚未成為無菸校園，有待由上而下能體認菸害防治人人有責，而不是依賴行政單位的取締。目前本校已制定「校園菸害防制實施要點」，但缺乏戒菸的網路資源整合介面，以及菸害防制教育宣導的校園平台，這是未來要繼續努力的方向。
- (四) 因本校學生保險理賠中交通事故意外居高不下，加上校園中事故傷害層出不窮，其中又以運動的傷害最多也最常見，本校又缺乏醫護相關之系所，所以持續培訓教職員工生之事故傷害防治技能尚有努力提昇的空間，並開發預防交通意外事故之有效策略。

五、計畫目標與架構：

透過提供健康的環境、健康教學及健康服務之實施，共同營造健康促進校園之建置，本計畫目標有以下四點：

- (一) 建立校園大樓樓梯之步行花費時間、熱量消耗、階梯數、健康標語等數值資料，標示公告週知，以鼓勵步行代替搭乘電梯、並達節能減碳之效與致胖環境之改善。
- (二) 設置保險套自動販賣機，辦理愛滋防治宣導教育，並結合新竹市衛生局、台大醫院新竹分院、新竹市捐血中心及風城部屋等舉辦免費愛滋匿名抽血篩檢。
- (三) 透過急救教育及自動體外心臟電擊去顫器訓練，使參與者在參與活動前、後的技術操作以及知識認知，呈顯著差異；同時參與滿意度能高達 95% 以上。
- (四) 依據大專校院健康促進學校菸害防制必選議題六大基本工作項目，本校執行情況及未來計畫如下：
 1. 在政策面上：
 - (1) 除了配合教育部「校園菸害防制實施計畫」外，本校亦制訂「校園菸害防制實施要點」、「學生宿舍住宿管理辦法」及「學生事務與輔導工作計畫」

等，使教職員生都能了解學校對菸害防制相關作法，持續落實各項規定，共同推行無菸校園。

- (2)已與校內便利商店簽定禁止販賣菸品契約，目前校園並未販賣菸品。
- 2.在環境面上：持續於校門口、行政大樓及各學院辦公室明顯處張貼禁菸標誌；並配合全校導師會議、學務會議、新生訓練、班代座談會等時機辦理教職員工、學生「校內不吸菸」宣導活動，建構無菸校園之環境。預計 107 學年度將原有 7 個吸菸區減少至 6 個吸菸區。
- 3.在教育面上：製作拒菸、反菸文宣，提供教職員工及學生戒菸教育、輔導及轉介服務。未來將配合辦理拒吸二手菸之相關活動，發揮同儕勸誡之力量，減少吸菸人數。
- 4.在社區關係面上：邀請校外專家學者以菸害防制為主題辦理宣導講座。另鼓勵學生參加新竹市衛生局相關菸害防制活動，共同營造校園及社區的無菸環境。
- 5.在服務面上：
 - (1)輔導學生社團「有品社」及「春暉社」協辦有關菸害防制活動、勸導學生於校園內不吸菸等。
 - (2)軍訓室（生輔組）同仁不定時取締違規吸菸，105-2 學期共取締 165 人次（含累犯 41 人次及罰鍰 3 人次）；相較 105-1 學期取締 189 人次（含累犯 52 人次及罰鍰 5 人次），違規減少 24 人次，累犯減少 11 人次。初犯實施愛校服務 2 小時，第 2 次累犯愛校服務 8 小時，第三次轉至新竹市衛生局罰鍰 2000 元。
- 6.在評價面上：於本校品德教育委員會中，將菸害防制工作成效彙整相關成果資料提出報告，並檢討推動情況。
- 7.其他相關實施策略和架構，詳見第 8-10 頁內容。

健康促進生活家

主題一
健康體位

1. 校園步道大探險

主題二
愛滋病防治

1. 愛心捐血及愛滋病匿篩

主題三
菸害防制

1. CO 濃度檢測
2. 菸害防制專題講座
3. 吸菸區標示
4. 菸害防制聯署暨有獎徵答
5. 敦親睦鄰菸害防制宣導

主題四
安全校園建置

1. 心肺復甦術加自動體外去顫器
2. 基本救命術

圖一：「健康促進生活家」計畫架構

六、計畫內容與實施策略：

(一)健康體位(代謝症候群防治)

策略1	健康體位大作戰
舉辦日期	107年3-12月
地點	健康休閒中心、行政大樓中間二個旋轉樓梯
參與對象	全校教職員生
活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 樓梯健康標語：將行政大樓中間二個旋轉樓梯各年齡層以自然步態走完所需花費時間、消耗熱量、階梯數之資料統計分析，製作成海報與健康標語公告於各樓梯樓層，與本校網頁公告系統。 2. 生理指數檢查：血液檢查、血壓、體重、體脂肪、腰圍。 3. 營養教育課程：教導健康飲食與建立健康飲食正確的觀念。 4. 體適能核心肌群與有氧課程：透過體適能前後側了解自我體能狀況。 5. 每天日行萬步紀錄。 6. 多喝白開水宣導。
成效評價	<p>活動前後BMI、體重、體脂肪值下降2%。</p> <p>健康行為提高10%。</p> <p>禮卷獎勵減重第1名:禮卷3,000元, 第2名:禮卷2,500元, 第3名:禮卷2,000元, 第4名:禮卷1,800元, 第5名:禮卷1,500元。</p>

(二)愛滋病防治

策略1	愛心捐血活動+「愛滋匿名篩檢」
舉辦日期	107年3-12月
地點	中華大學校園
參與對象	<ol style="list-style-type: none"> 1. 年滿十七歲以上，六十五歲以下，女性體重應四十五公斤以上，男性應五十公斤以上，一般健康情況良好均可捐血。 2. 未全程使用保險套之性行為者可參與愛滋匿名篩檢。
活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校慶擴大辦理 AIDS 匿篩篩檢活動：由社團法人台灣新滋識同盟、台北榮總感染科醫師團隊人員含兩位護理師、兩位諮商師與助理人員來執行參與免費愛滋匿篩暨宣導活動，提升對愛滋病之正確認識，消除對愛滋病感染者之歧視，進而接納愛滋病感染者。 2. 辦理愛心捐血活動與愛滋海報宣導展結合愛滋病防治填問卷宣導活動：對愛滋病之正確認識，提升防治健康的知能，完成問卷者可獲麵包烘焙50元兌換卷以茲鼓勵。 3. 辦理專題講座：邀請愛滋個案現身說法，進而接納愛滋病感染者，瞭解正確防治觀念。 4. 辦理愛滋病海報展同時函請新竹市衛生局疾管課協助免費愛滋匿名血液篩檢與設立保險套販賣機，共同推動愛滋匿篩活動，抽血檢驗前先作諮詢，內容包含評估危

	險性行為及檢驗的必要性、解釋「愛滋病」及檢驗結果意義、空窗期、傳染途徑及預防法及正確使用保險套等，以發揮愛滋病防治效果。
過程評價	鼓勵參與「愛滋匿名篩檢」與填寫愛滋病防治問卷分析統計

(三)菸害防制

策 略 1	CO 濃度檢測
舉辦期程	107 年 3-11 月
地 點	中華大學校園
活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鑑於國民健康局積極推動大專院校無菸校園輔導計畫，本校欲朝向無菸校園的目標邁進。 2. 目前本校規劃設置 7 處吸菸區。計畫於校門口學生上下學經過處，規畫使用大型戶外看板明列吸菸區位置公告周知，以柔性勸導的方式宣導吸菸者至吸菸區吸菸，達到降低學生吸菸率的目標，並減少全校師生暴露於二手菸環境之機會。 3. 本組結合校內各大型活動擺攤作菸害防治宣導，現場並提供 CO 濃度測量儀，請師生自願性參與測試，瞭解自身身體狀況，CO 進入人體之後，與紅血球內血紅素結合率是氧氣的 200 倍，會阻礙氧氣與血色素的結合，造成了全身性缺氧，引發心臟血管方面的疾病。 4. 針對吸菸者或違規吸煙學生進行 CO 濃度的檢測，透過 CO 數值高低來提醒師生，瞭解自身身體狀況，並提醒「戒菸」行為。 5. 針對有意願者實行 CO 檢測，濃度大於 5ppm 者，提供衛福部「戒菸教戰手冊」，鼓勵吸菸者進行戒菸計畫。
成效評價	<ol style="list-style-type: none"> 1. 統計出受測人員之 CO 濃度檢測結果(呼氣 CO 濃度在 8ppm 以上，可確定為每日固定吸菸者；濃度在 5~7ppm 者可能為吸菸者，但並非每日吸菸者；濃度小於 5ppm 者，為不吸菸者或於測試前兩天未吸菸者。) 2. CO 檢測儀濃度大於 5ppm 者，提供衛福部「戒菸教戰手冊」，一個月候再進行 CO 檢測，若下降 1ppm 者，前 36 位可獲麵包烘焙 50 元兌換卷以茲鼓勵。

策 略 2	菸害防制專題講座
舉辦期程	107 年 4 月
地 點	A224 階梯教室
參與對象	全校學生
活動內容	藉由講座宣導方式，建立學生對於菸害應有的基本認知，進而由自身推廣去影響週遭的所有人，朝健康中華、無菸校園的願景邁進。
成效評價	講座結束後運用反思單及回饋表，使參加同學對於菸害防制有更進一步的認識

策 略 3	吸菸區標示--拒絕菸害 輕鬆自在
舉辦期程	107 年 3-10 月
地 點	本校於 105、106 年被教育部選定為菸害防制議題的推廣學校，額外增加經費補助，用於訂定有助於減少吸菸區的具體策略，規劃自 106 年 8 月起在本校 7 處吸菸區設置大型明顯的吸菸區看板，明確標示吸菸區位置圖、拒吸二手菸宣導文宣布幔等，

	並規劃自 107 年 8 月 1 日起，由七處吸菸區減少為六處吸菸區，提醒師生配合政府「菸害防制法」、教育部「校園菸害防制實施計畫」，與本校「校園菸害防制實施要點」、「學生宿舍住宿管理辦法」等，減少師生暴露在二手菸的環境中。
參與對象	活動於本校校園者及全校教職員生
成效評價	使吸菸者能配合學校規定於吸菸區吸菸，減少教職員生暴露在二手菸的機會

策 略 4	新生菸害防制連署暨闖關有獎徵答
舉辦期程	107 年 9 月
地 點	本校 M 棟廣場（雨天備案為行政大樓三樓大廳）
活動內容	1.製作禁菸布條連署簽名，於 M 棟廣場擺設菸害防制聯署簽名布條，請全體教職員生連署簽名並宣示遠離菸害。 2.以本校校園菸害防制實施要點為命題，在活動現場由春暉社學生和參與活動的同學進行有獎徵答活動，凡答對問題之人員均發給文宣品乙份（有獎徵答俟文宣品送完即終止），擴大宣導成效。
參與對象	軍訓室、生輔組、全校教職員生
過程評價	藉由活動逐步推動無菸校園宣導，更新校區菸害防制文宣布條，以強化宣教效果。

策 略 5	「敦親睦鄰」菸害防制掃街宣導
舉辦期程	107 年 6 月
地 點	香山轉運站及鄰近社區
活動內容	1.感謝香山轉運站長期服務本校教職員生回家返鄉車輛運輸，另結合社區推動菸害防制宣導工作，特辦理「敦親睦鄰」菸害防制宣導活動，走出校園關懷社區，以行動強化社區與學校的良性互動共同營造無菸環境，另與周遭便利商店合作宣導菸害防制，藉由服務學習的歷程擴大宣導成效。 2.活動以每 5 人為一組，同心協力將負責區域打掃乾淨後，拿菸害防制宣導布條於香山轉運站及學校週邊地區便利商店實施宣導，爭取社區對菸害防制支持及認同。
參與對象	軍訓室、生輔組、春暉社及有意願之教職員生
過程評價	1.希望藉由教職員生共同的參與，走入社區服務，不僅可以獲得社區民眾對學校的認同與肯定，亦可為學校宣傳知名度及增進優質的形象。 2.同學在服務過程中同時學習如何培養合群性及團隊默契，在活動過程中體會「施」與「受」之間，形成互惠的關係，並塑造出積極學習的態度，進而關懷社會。

(四)安全校園建置

策 略 1	心肺復甦術加自動體外電擊去顫器 CPR+AED
舉辦期程	辦理一梯次
地 點	運動休閒中心
參與對象	全校教職員生
活動內容	根據 105 年統計:心臟疾病已成為國人的第二大死因，每天近百人因為心臟不適

	<p>而倒下，衛福部公告 8 類公共場所(含交通要衝、長距離交通工具、觀光旅遊地區、學校、大型集會場所或特殊機構、大型休閒場所、大型購物場所、旅宿場所與大型公眾浴場或溫泉區)等，應設置 AED 等必要緊急救護設備，以提高急救成功率。</p> <p>新竹市目前已達 123 台，每 10 萬人約有 28 台 AED，本校設立有 2 台 AED，對於推廣 CPR+AED 急救教育需要盡一份心力。</p> <p>4 小時課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆基本救命術概論(急救的定義、目的及處理原則) ◆CPR 心肺復甦術(心肺復甦術講解、示範教學及實際操作) ◆呼吸道異物哽塞(呼吸道異物哽塞的處理) ◆AED 自動體外電擊去顫器(AED 介紹講解、示範教學及實際操作演練)
成效評價	<p>1.參與人數及參與者滿意度調查。</p> <p>2.通過訓練測驗者佔 95% 以上。</p>

策略 2	初級急救員訓練活動
舉辦期程	辦理一梯次
地點	運動休閒中心
參與對象	全校教職員生
活動內容	<p>授課內容依中華民國紅十字會叢書—急救理論與技術，除聘請專業講師授課講解外，並分組由助教指導技術練習。</p> <p>課程內容:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆基本救命術概述(急救的定義、目的及處理原則) ◆CPR 心肺復甦術加 AED 自動體外電擊去顫器 ◆呼吸道異物哽塞(呼吸道異物哽塞的處理) ◆止血(一般創傷的處理與止血方法) ◆包紮(包紮與骨折固定的處理) ◆傷患運送(運送傷患的原則與方法) ◆學科及術科測驗 <p>全程參加訓練，學科及術科測驗成績均達 70 分，可取得紅十字會初級急救員證書，活動總時數至少 15 小時。</p>
成效評價	辦理活動的前後測，參與滿意度高至 95% 以上

七、實施步驟進度與人力配置：

本計畫內容於 106 年 9 月 13 日提案送衛生委員會會議審議通過。

	106 年		107 年											
	9~12 月		1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月
1.組成建康促進工作團隊	—													
2.進行現況分析與需求評估	—													

委員	周侑平	總務處事務營繕組長	協助學校建立安全健康之校園環境
執行小組	學生社團	陽光大使團	協助執行「愛滋防治」、「菸害防制」活動
執行小組	學生社團	春暉社	協助執行「愛滋防治」、「菸害防制」活動
執行小組	學生社團	有品社	協助執行「愛滋防治」、「菸害防制」活動

八、經費編列明細

主題	經費項目	計畫經費明細				說明(請說明用途)
		單價	數量	總價(元)		
				教育部補助	學校配合	
一、健康體位	講師費	1,600	6	9,600		有氧體適能與健康飲食課程講師
	宣導品	90	100	9,000		製作健康體位的宣導品
	樓梯標語	15,000	1	15,000		製作樓梯步道熱量消耗標示及健康標語貼紙
	運動手環	500	50	25,000		租用
	血液檢查	400	100	40,000		每人前測與後測，共 50 人
	藍芽體重機	3,900	1	3,900		檢測用
	禮卷	10,800		10,800		獎勵前 5 名第 1 名:禮卷 3,000 元, 第 2 名:禮卷 2,500 元, 第 3 名:禮卷 2,000 元, 第 4 名:禮卷 1,800 元, 第 5 名:禮卷 1,500 元
	文宣海報	5,400		5,400		運動健康飲食宣導海報印製
	餐費	80	60	4,800		結業式學員與工作人員
	雜支	1,000	1		1,000	事務用品及文具、成果報告書
	小計			123,500	1,000	
二、愛滋病防治	餐費	80	40	3,200		辦理捐血愛滋匿篩活動工作人員餐費
	講師費	1,600	4		6,400	愛滋防治講座
	宣導品	90	100	9,000		製作愛滋病防治的宣導品
	餐盒(券)	50	60	3,000		填寫卷愛滋病防治宣導問卷每人一份
	文宣海報	4,500	1	4,500		布條、宣導大型海報設計製作
	雜支	900	1		900	影印、活動報告書
		小計			19,700	7,300
三、菸	宣導品	30	330	9,900		菸害防制專題講座、敦親睦鄰掃街暨菸害防制宣導、無菸校園聯署暨有獎徵答之文宣品

害 防 制	紅布條	900	4		3,600	菸害防制專題講座、敦親睦鄰掃街暨菸害防制宣導、無菸校園聯署暨有獎徵答
	活動海報	2,600	3		7,800	減少吸菸區標誌與活動海報、敦親睦鄰掃街暨菸害防制宣導、無菸校園聯署暨有獎徵答
	演講費	1,600	2		3,200	菸害防制專題講座
	餐費	80	210	16,800		菸害防制專題講座、敦親睦鄰掃街暨菸害防制宣導、無菸校園聯署暨有獎徵答
	聯署布條	1,600	1		1,600	無菸校園聯署暨有獎徵答
	文宣布幔	1,500	8	12,000		無菸校園聯署暨有獎徵答、減少吸菸區標誌
	中空板印刷品	2,400	2	4,800		無菸校園聯署暨有獎徵答、減少吸菸區標誌
	餐盒	50	50	2,500		CO檢測濃度減少之學生獎勵麵包兌換卷
	雜支	900	1	900		各項活動成果報告書印製、文具
	小計			46,900	16,200	
四、 安 全 校 園 建 置	講師費	1,600	18	28,800		初級急救員班與 CPR+AED 活動講師費
	教練費	1,600	10	16,000		初級急救員班與 CPR+AED 活動技術教練費
	餐費	80	130	10,400		學員、講師、助教餐費
	茶敘費	2,400	1	2,400		初級急救員活動結業茶敘
	文宣海報	4,000	1	4,000		宣導海報印製
	AED 簡易練習機	3,800	5	19,000		AED 技術分組練習
	雜支	2,800	1		2,800	面膜、酒精、棉球、成果報告書等
	小計			80,600	2,800	
總 計				270,700	27,300	

教育部補助計畫項目經費申請表核定表

申請單位：中華大學 計畫名稱：健康促進生活家

計畫期限：奉核定日期至 107 年 12 月 31 日

計畫經費總額：298,000 元，申請金額：270,700 元，自籌款：27,300 元

擬向其他機關與民間團體申請補助：■無□有

(請註明其他機關與民間團體申請補助經費之項目及金額)

經費項目	計畫經費明細				教育部核定經費 (申請單位請勿填寫)		
	單價(元)	數量	總價(元)	說明	金額(元)	說明	
業務費	講師演講與教練費	1,600	40	64,600	子計畫 1、3、4 講師費 (含學校配合款支付 9,600)		
	血液檢查	400	100	40,000	子計畫 1 活動中使用		
	租運動手環	500	50	25,000	子計畫 1 活動中使用		
	禮卷	10,800	1	10,800	子計畫 1 活動中使用		
	餐費(誤餐)	80	440	35,200	子計畫 1、2、3 活動中使用		
	宣導印刷(製)費	58,700	1	58,700	子計畫 1、2、3、4 活動中使用 (含樓梯標語、紅布條、海報、布幔、中空板印刷..等) (含學校配合款支付 13,000)		
	餐券(盒)	50	110	5,500	子計畫 2、3 活動中使用		
	茶敘費	2,400		2,400	子計畫 4 活動中使用		
	宣導品	30	330	9,900	子計畫 3 活動中使用		
	宣導品	90	200	18,000	子計畫 1、2 活動中使用		
	雜支	5,600	1 式	5,600	子計畫 1、2、3、4 活動中使用 (含學校配合款支付 4,700)		
小計			275,100				
設備費	藍芽體重計	3,900	1	3,900	測體重、體脂肪		
	AED 簡易練習機	3,800	5	19,000	CPR+AED 技術課程分組練習操作		
小計			22,900				
合計			298,000	以上准予相互勾支			

承辦單位	會計單位	機關長官 或負責人	
------	------	--------------	--

<p>備註：</p> <p>1、依行政院 91 年 5 月 29 日院授主忠字第 091003820 號函頒對民間團體捐助之規定，為避免民間團體以同一事由或活動向多機關申請捐助，造成重複情形，各機關訂定捐助規範時，應明定以同一事由或活動向多機關提出申請捐助時，應列明全部經費內容，及擬向各機關申請補助經費項目及金額。</p> <p>2、補助案件除因特殊需要並經本部同意者外，以不補助人事費為原則；另內部場地使用費及行政管理費則一律不予補助。</p> <p>3、各經費項目，除依相關規定無法區分者外，以人事費、業務費、雜支、設備及投資四項為編列原則。</p> <p>4、雜支最高以【(人事費+業務費)*5%】編列。</p>	<p>教育部補助方式</p> <p><input type="checkbox"/>全額補助</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>部分補助【補助比率】</p> <p><input type="checkbox"/>酌予補助</p> <p>餘款繳回方式 依核發結報作業要點辦理</p> <p><input type="checkbox"/>繳回</p> <p><input type="checkbox"/>不繳回</p> <p><input type="checkbox"/>其他（請備註原因）</p>
--	---

八、以往推動 HPS 之實際成果：

- (一) 介入健康飲食與運動課程前後，本校代謝症候群高危險群學生之體重、腰圍呈顯著改善；並推動飲料機販售低卡無糖飲料、學生餐廳販賣餐種熱量標示、飲食熱量轉盤等致胖環境之改善。
- (二) 辦理愛滋防治宣導教育，並結合新竹市衛生局、台大醫院新竹分院及風城部屋等舉辦免費愛滋匿名抽血篩檢。
- (三) 透過急救教育暨自動體外心臟電擊去顫器訓練，活動前後的技術操作以及知識認知，呈顯著差異。
- (四) 活動設計主要以互動性的自我健康管理為方向，透過知識的傳遞改變健康行為，才能有效且持續的改善健康問題。
- (五) 建立「無菸校園之問卷調查」、「一氧化碳檢測」等校本菸害防制資料庫，作為推動無菸校園的依據，營造菸害防制支持性環境。
- (六) 邀請校外專家學者以菸害防制為主題辦理宣導講座，另參加 104、105 學年度新竹市衛生局「菸害防制網路大會考」榮獲大專校院第一名殊榮，共同營造校園及社區的無菸環境。