

f
LINE
☐

焦點新聞

健康週趣味體驗人氣夯，護理系師生攜手提升校園健康



參加體驗活動的林奇宏校長、衛保組陳俞琪組長以及參與健康市集的護理系師生

陽明交大師生安全性教育及格嗎？衛保組在10月17日至21日推出為期一週的健康週活動，其中健康市集「避孕你我做」活動，由未來準護理師——大四護理生親自上陣，帶領大家認識正確的安全性教育，結果發現正確答題達80分的師生約有八成；不過保險套教學中，仍有許多同學無法分辨正反面，可見健康教育確實有必要！

交大校區每年都會舉行一年一度的健康週，透過講座與闖關答題拿禮物等活動，增進師生對健康飲食、健康體位及性教育愛滋防治的認識。今年合校後，首度邀請陽明校區的護理系參與，由林承霈老師帶領20名研習「社區衛生護理實習」課程的大四生，規劃有趣的互動與體驗活動——「避孕你我做」和「疫情大作戰」，成為今年健康市集人氣最高的兩個攤位。



孕婦裝體驗活動趣味十足



校長穿孕婦裝深蹲，體驗孕婦的辛苦



保險套教學測試同學是否能正確使用

交大校區衛保組姚正容護理師說，每年健康週各種闖關問答遊戲都吸引許多師生參加，平均都有1500人次參與；今年推出的線上講座讓各校區都能同步參與，而健康市集的創意體驗活動，則讓現場氣氛更為活潑有趣，讓大家在趣味的活動中提升健康識能。

像是在「避孕你我做」活動中，答題低於60分的人，必須穿上孕婦裝深蹲，以體驗懷孕時期婦女的身體負荷。多數人做完三次深蹲後就會覺得很辛苦，但也因此更能了解避孕的重要。「疫情大作戰」則是讓大家穿上免寶寶裝走一圈，實際感同身受防疫人員在執行工作時的辛苦。有趣而難得的體驗，也炒熱現場氣氛！



許多同學都想體驗身著免寶寶裝的感受

負責「社區衛生護理實習」課程的林承霈老師表示，這次護理系同學參加交大校區健康週活動，除了促進兩校區學生的交流，也希望能夠互相分享各自的專長；事實上，大學本身就是一個社區，因此讓同學藉著此次活動「做中學」，也是一個很好的「社區衛生護理實習」機會。

10月19日，健康市集當天，林老師一早就帶著20名同學搭乘校車，從陽明校區出發；來到交大校區後首先跟衛保組的校護討論，了解健康週的籌備細節與目的，也藉以了解如何維護校園師生健康；接著便實地參與健康促進活動，包括場地布置、活動內容規畫以及在活動現場教學與指導等等。



健康週活動促進兩校區學生交流



創意體驗活動吸引人潮



健康市集活動，師生參與熱烈

林承霈老師指出，其實在這次疫情中，就可看到校護在管控校園疫情與健康管理上扮演很重要的角色；而大四生即將畢業、投入職場，對於社區或學校健康衛生有興趣的同學，就可以在這次實習過程中體會到這個角色、功能的重要性。

參與健康週的護理四同學也表示，這次活動除了有機會了解校護的運作，也很高興能幫大家破解現今網路資訊氾濫下的一些迷思，而健康策進指導也讓他們提升教學能力，現場師生的回饋更讓他們成就感十足、學到很多：「原來校園健康週活動確實可以增進不少健康知識！」「且活動好玩、有學習、有禮物、有抽獎，真的非常值得參與！」

除了交大校區的健康週活動，陽明校區也在本學期推出一系列健康促進活動，包括：挑戰21天健康營、「健康體位」大作戰活動、職場安全衛生教育講座等等，詳見衛保組網頁<https://osa.nycu.edu.tw/health/news>，歡迎參加！

← Prev. 三

訂閱/取消 上期電子報

發行人：林奇宏 總編輯：陳惠亭 執行編輯：彭琬玲、羅茜文
網頁維護：創創數位科技 瀏覽人數：**0416267**

Copyright © 2021 National Yang Ming Chiao Tung University All rights reserved