



弘光衛保組粉

衛生保健組（健康中心）服務簡介



副班代群組

壹、服務時間：週一至週五早上 8:00 至晚上 9:45

貳、地點：D 棟一樓 (D107)

參、服務項目：

一、傷病處理與轉介：

- (一) 協助發生意外傷害或突發疾病之處理，必要時轉介醫院（至光田醫院就醫者，於繳費時出示“學生證(已蓋當學期註冊章)或在學證明”，可減免掛號費）。
- (二) 緊急傷病時，通知護理人員（分機 1461~1463）至現場處理，若情況危急亦可以先打 119 救護車或光田醫院救護車 0800-520-995 求援。

二、校醫門診及醫療諮詢服務：

每週一、三 下午 1:00~3:00 由光田醫院家醫科醫師到校提供看診服務，社區藥局藥師配合藥事服務（處方藥物自費：100 元/次；醫療諮詢：免費）。

三、學生團體保險之理賠辦理：

保障內容：A. 住院醫療給付(含因意外、疾病) B. 意外傷害門診給付(含診)
C. 初次罹患癌症津貼 D. 殘廢給付 E. 身故給付。

※三商美邦人壽每週二 10:00~11:30 於健康中心提供駐點服務。

四、其他服務：

1. 提供醫藥箱、熱水袋、冰袋、拐杖、輪椅等器材借用（請持學生證借用物品）。
2. 提供身高、體重、體脂肪、血壓等之檢測及 E 化健康促進管理系統服務。
3. 設有集乳室(平日 D107)，提供給有集（哺）乳需求的媽媽使用。
4. 舉辦健康促進及衛生教育活動，例如急救訓練、體重控制、營養教育、有氧瑜珈、健走、紓壓、遠離代謝症候群、性教育(含愛滋病防治)、菸害防制活動。
5. **營養師：(1)提供營養諮詢服務 (2)餐廳、便利店餐飲衛生督導與問題反應處理。**
6. 於 M 棟 1F(近 P16 停車場出入口)設置「保險套販賣機」及「愛滋在家自我篩檢試劑服務機」，提供教職員生使用。
7. **弘光校園性教育(含愛滋防治)諮詢專線：04-26318652 分機 1460**

信箱：fanlin@sunrise.hk.edu.tw

五、校園 AED 設置地點：本校設置 AED 7 台，分別位於警衛室、D 棟衛保組、L 棟 B2(7-11 旁)、H 棟毓麟館 1 樓、G 棟圖書館 1 樓、Q 棟 3 樓及 5 樓電梯口，緊急情況時可取用。



六、菸害防制宣導

(一) 依據 112 年 3 月 22 日實施菸害防制法規定：

1. 禁菸年齡提高到 20 歲(大學 2 年級以下禁止吸菸)。
2. 擴大禁菸場所：各級學校(含大專院校)、幼兒園、托嬰中心及居家式托育場所全面禁菸。
3. 禁止販售電子煙(歸類為「類菸品」)，全面禁止使用、製造、輸入、販賣、供應、廣告及展示。

(二) 本校校區全面禁菸，包含宿舍周邊道路及所有校、外停車場區域，請全校教職員工生遵守規定。

1. 校區全面禁菸，包括教室、實驗室、圖書館、會議廳、辦公室、個人研究室、學生宿舍周邊道路、餐廳、運動場館、校內及校外停車場區域等地點，請全校教職員工生遵守規定。
2. 違規吸菸經糾舉登記者，依校規「弘光科技大學菸害防制辦法」規定處份。



本校 全面禁菸

《菸害防制法》規定大專校院全面禁菸
違者處新臺幣 2,000 至 10,000 元罰鍰
Maximum Fine NT\$10,000

七、P棟1-2樓美食街介紹

(一) 各櫃位及訂餐電話(圖)：

弘光科技大學 P 棟 美食街櫃位 Food Court

1st Floor

<p>1F A01</p> <p>長虹自助餐</p> <p>自助餐/素食自助餐</p> <p>營業時間/10:30-13:30 16:00-18:30</p> <p>校內分機/7169 預購專線/0912-679943</p>	<p>1F A02</p> <p>嗑吧 CUPBAR</p> <p>石鍋拌飯/韓式鍋物/ 烤肉飯</p> <p>營業時間/10:00-19:30 校內分機/7168</p>	<p>1F A03</p> <p>維維食堂</p> <p>牛肉麵/肉羹飯麵/ 咖哩牛肉飯</p> <p>營業時間/11:00-18:00 校內分機/7167</p>	<p>1F A04</p> <p>川福美食</p> <p>酸辣粉/螺絲粉/麵食</p> <p>營業時間/10:00-19:00 校內分機/7166 預購專線/0905-936377</p>
---	--	--	--

2nd Floor

<p>2F B01</p> <p>活力早餐</p> <p>吐司/漢堡/飲料 蛋餅/鐵板麵</p> <p>營業時間/07:00-13:00 校內分機/7177 預購專線/0982-559247</p>	<p>2F B02</p> <p>樂享輕食</p> <p>新鮮蔬果/蛋白質 沙拉自由配</p> <p>營業時間/10:30-13:30 16:30-18:30 預購專線/7176</p>	<p>2F B03</p> <p>蔬香館</p> <p>飯捲/快餐/鍋燒/湯品 炒泡麵/燻雞/甜品</p> <p>營業時間/10:00-19:30 校內分機/7175 預購專線/0921-942633</p>	<p>2F B04</p> <p>有這間</p> <p>炒飯/炒麵/乾麵麵/湯 /快餐</p> <p>營業時間/11:00-19:00 校內分機/7174 預購專線/0956-963360</p>
<p>2F B05</p> <p>和風館</p> <p>快餐/鍋燒麵 燻飯/蛋包飯</p> <p>營業時間/10:00-19:30 校內分機/7173 預購專線/0919-659330 0919-022996</p>	<p>2F B06</p> <p>招募中!</p>	<p>2F B07</p> <p>雪克飲料</p> <p>冷熱飲/水果切盤/ 現打果汁</p> <p>營業時間/10:00-19:00 校內分機/7171 預購專線/0933-435284</p>	<p>2F B08</p> <p>湯才滷味</p> <p>各式滷味</p> <p>營業時間/W1-W3/11:00-19:30 W4-W5/11:00-19:00 校內分機/7170</p>

最後點餐時間為營業結束前 30 分鐘

(二) 活力餐介紹，活力餐集集樂，集滿 10 點，至衛保組 D107 兌換 50 元餐券。

**活力餐
集集樂**

吃一餐集一點 (每餐10點)
(每餐50元餐券) 1餐

憑活力餐集集樂集滿10點
即可兌換50元餐券1張
兌換地點: 衛生保健組D107
兌換時間: 免費兌換

<p>活力餐</p> <p>長虹美食</p> <p>會菜餐 50 雞腿套餐 70</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>川福美食</p> <p>酸辣粉 100</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>活力早餐</p> <p>水果蔬菜燻飯 50 雞魚蛋吐司綠茶 55</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>樂享輕食</p> <p>樂享輕食活力餐 105</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>蔬香館</p> <p>三杯香腸燻飯燻雞 60 雞腿麵 70</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>
<p>活力餐</p> <p>有這間</p> <p>蛋炒飯 50 雞腿香香麵 75</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>和風館</p> <p>招牌蛋包飯 55 雞腿牛奶風味拉麵 65</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>香草洋食小館</p> <p>特選雞腿鮮菇燻飯 50 茄汁肉排義大利麵 50</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>雪克飲料</p> <p>水果 50 無糖飲 30</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>	<p>活力餐</p> <p>湯才滷味</p> <p>綜合滷味套餐A 50 綜合滷味套餐B 60</p> <p>活力餐集集樂 吃一餐集一點 送50元餐券1張</p>

* **餐飲衛生意見反應管道:** 如果您在學校餐廳、便利商店、飲料吧...等餐飲店購買的食物中發現有異常或不新鮮等問題，請不要將食物丟掉，請通知我們(校內分機 1465)，並將食物完整送至衛生保健組(D棟 107室)，我們會與廠商負責人共同確認並且找出問題，要求改善，以維護全校師生的權益。

【衛保組聯絡電話：04-26318652 護理人員分機：1461-1463 營養師分機：1465】

弘光科技大學

114年健康促進學校實施計畫

健康調色盤

畫出健康新生活

性福粉滋味

- ★ 校園性教育(含愛滋及性傳染病防治)
- ★ 世界愛滋病日宣導
- ★ 親密關係探索工作坊
- ★ 戀愛學分

赤海任務

- ★ CPR+AED急救訓練
- ★ 住宿學生防災安全教育

纖盈食尚紅綠燈

- ★ 減糖運動
- ★ 纖吃纖盈-活力餐集集樂
- ★ 解開體適能密碼
- ★ 增肌減脂-揪團減重比賽
- ★ 多元健康運動
- ★ 「珍」重-體重過輕教育

綠色保健

- ★ 職員工癌症預防保健活動
- ★ 口腔保健活動
- ★ 校園空氣品質警訊及自我防護宣導

清新藍天

- ★ 「無菸校園」活動
- ★ 新世代反毒(防制學生藥物濫用)活動



f 弘光-衛生保健組

學務處衛生保健組(D107)



113 學年度第 2 學期 衛生保健組活動一覽表

序號	活動項目	活動內容
1	「纖吃纖盈- 活力餐集點活動	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：在美食街選購「活力餐」，由櫃位發卡蓋章集點，買一餐集一點，集滿 10 點，至衛保組 D107 兌換 50 元餐券。 ● 地點時間：P 棟美食街(114. 2. 17~至餐券兌換為止)
2	減糖嘉年華 I ~ 我愛無糖飲	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：選購校內飲料店特定無糖飲，折價 5 元。 ● 對象：全校教職員工生 ● 地點時間：L 棟 B2 弘磨坊(114. 2. 17-3. 28) P 棟 2F 雪克飲料(114. 3. 10-3. 14)
3	增肌減脂揪團減 重比賽	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：體組成檢測與分析、減重講座、營養諮詢、健身房及有氧運動，增進健康生活型態及健康自我管理。 ● 對象：教職員工生 BMI\geq24 或體脂肪男\geq25%；女\geq30%者 ● 地點時間：D107 衛保組、D30403 檢測諮詢室、O 棟韻律教室、健身房(114. 3. 3-114. 6. 6)
4	「珍重」~ 體重過輕輔導	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：體型認知、營養諮詢與定期體重追蹤 ● 對象：身體質量指數(BMI)$<$17 ● 地點時間：D107 衛生保健組(114. 3. 10-114. 5. 29)
5	減糖運動~ 喝水任務大挑戰	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：將每天喝水量記錄於喝水記錄卡，連續二週喝足量的水，繳回記錄卡並寫下體驗感想，可獲實用好禮。 ● 對象：全校教職員工生 ● 地點時間：D107 衛生保健組(114. 3. 12-114. 3. 28)
6	減糖嘉年華 II ~ 創意減糖海報票 選	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：多喝水少喝含糖飲-創意減糖海報票選活動 ● 對象：全校教職員工生 ● 地點時間：D 棟 107 衛生保健組前廣場(114. 4. 28-4. 30)
7	● 「CPR+AED」急救 訓練	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：CPR+AED 急救訓練，通過考核者申請合格證書 ● 地點：D107 衛生保健組 ● 場次：114. 03. 13、03. 27、05. 15 ● 教師參與活動可認列「教師評鑑-輔導服務」2 分
8	減糖嘉年華 III ~ 創意減糖教具體 驗與票選活動	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：多喝水少喝含糖飲-創意減糖教具體驗與票選活動 ● 對象：全校教職員工生 ● 地點時間：N 棟 1 樓大廳(114. 5. 19)
9	113-2 學期戒菸教 育	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：戒菸衛教講座 ● 地點時間：N 棟教室(114. 05. 29)
10	性教育(含愛滋病 及性傳染病防治) 宣導講座	<ul style="list-style-type: none"> ● 內容：透過講座建立正確的性價值觀及愛滋病防治的知識，培養正確態度與價值觀 ● 地點：國際會議廳(114. 05. 22) ● 教師參與活動可認列「教師評鑑-輔導服務」2 分



請



我

副班代



群組

學務處衛生保健組