

台南市立醫院小小醫師防疫營

壹、活動目的

本院致力推動健康促進活動，培養學員正確醫學知識，搭配親子運動、營養DIY、有趣的課程設計、促進知能與衛教常識，落實到家庭與社區，建構預防醫學的概念，進而引發對醫學的興趣，能熱心服務群眾，回饋社會。煩惱暑假期間沒有特別的精采活動？別懷疑！『小小醫師防疫營』是您最好選擇。

貳、課程特色

1. 豐富社區經驗

因本院於民國 1999 年起，即承接各衛生機關於安平推廣社區健康營造工作，長期深耕大台南，與衛生局合作各項預防保健計劃，守護民眾健康。此外，與本院合作之社區血壓站總計 170 站，遍佈大台南地區，本院預防保健經驗、社區發展經驗豐富，能給學員不同的醫學及社區體驗。

2. 充足師資、多方教育

本院醫護專業人員人力充足，亦有公衛、醫管、職安等背景專業人員，可為學員帶來完整且正確的傳染病基礎、預防、治療知識。過去與台南市衛生局、週邊大專院校合作，包括成功大學、中華醫事科技大學、嘉南藥理科技大學等。

3. 課程設計

課程涵蓋 8 大類(如下表)，包含養成訓練、醫學知識、社區防疫、衛生局防疫、實驗、生態園區、健康體能、醫學技術。學習活動包含一般授課、實作、科普實驗、影片欣賞、腦力激盪創作、觀察與發現訓練等。另外，本計劃特別加入健康體能活動，強化學員體能教育。

4. 多元營隊闖關露營

課程分為共通課程與專業課程，透過動、靜態課程安排，讓學員對醫學知識有更充分的認識。另外，第二天、第三天課程為戶外露營活動，其目的是希望學員於遊憩中延長戶外活動的時間，或在戶外生活中得到許多不同的樂趣及體驗，也安排醫學健康分組闖關活動，將學習到的醫學知識充分發揮於活動中。

參、醫學營活動時間、對象、收費如下：

營隊名稱	招生人數	課程日期	招生對象	活動費用
小小醫師防疫營	120 名學員 (保留 40 名 弱勢名額)	103 年 8 月 15 日(星期五) ~ 103 年 8 月 17 日(星期日)	國小 4~6 年級 (暑假升 4 年級不入取)	2,500 元/位
親子減重營 (簡章請另參閱親子減重營)	20 組親子	103 年 7 月 19 日(星期六) ~ 103 年 8 月 17 日(星期日)	年滿 10 歲以上孩童由家 長陪同	5,000 元/組

備註：8 月 15 日上課地點為台南市立醫院五樓大會議室、8 月 16 日-17 日烏山頭風景區露營區

肆、報名辦法

1. 對健康促進有興趣之民眾皆可報名參加健康醫學營。
2. 請至 beclass 報名系統填寫(<http://www.beclass.com/rid=1635180534e316fba9d2>)，並多加利用站內搜尋「台南市立醫院」。
3. 報名者每人贈送一條高級運動毛巾(尺寸：33cm*100cm)、帽子。
4. 戶外露營可攜帶家人一起參與，請繳交費用每人 1,500 元 (含露營費、餐費、交通、保險、活動費)。
5. 主辦單位保有課程更動及調整之權利。

伍、課程表

時間	主題	進行方式	課程內容	師資
0800-0830	營隊始業式	營隊始業式	營長致詞、授旗、問卷填寫	黃文河 主任
0830-0900	經驗分享	分享醫療工作者求學/工作經驗、人生理想	分享求學/工作經驗、人生理想	院長、護理部主任、 藥劑科主任
0900-1000	小世界大學問 自己動手養細菌	微生物概論【授課】 細菌培養【實驗】	介紹常見微生物、科普實驗 利用培養皿培養細菌	成功大學 陳俊良 講師
1000-1100	夏日好「肥」蚊	登革熱防疫【授課】	教導防治登革熱	疾管局 童儀莉 講師
1100-1200	健康「手」護神	認識腸病毒、紅眼症、手部衛生【授課】 練習洗手技巧【技術操作】	介紹腸病毒、紅眼症 教導學員如何正確洗手	胡怡芬 衛教師
1200-1330	健康快樂的飲食+午休			
1330-1430	叫叫 ABCD	心肺復甦術【授課】 心肺復甦術練習【技術操作】	教導學員如何急救	急診 專科護理師
1430-1530	專業課程	1. 小小醫師防疫【授課】：外科醫師的一天 2. 小小護師【授課】：身體大探索 3. 小小藥師【授課】： (1)藥丸子的一生(何謂藥師) (2)就藥你知道(簡單藥安觀念宣導)	1. 小小醫師防疫-介紹外科醫師的一天在忙些什麼 2. 小小護師-教導學員認識身體構造 3. 小小藥師-透過藥師宣導讓學員對藥品有正確知識	外科 護理部 藥劑科
1530-1630	專業課程	1. 小小醫師防疫【技術操作】：微創手術-腹腔鏡 2. 小小護師【技術操作】：基本生命徵象與運動 3. 小小藥師【技術操作】： (1)神農再現(中藥局參觀) (2)藥學常識、人體包藥機分組競賽	1. 小小醫師防疫：教導學員操做腹腔鏡、實際練習 2. 小小護師： (1)教導學員如何測量體溫脈搏呼吸血壓 (2)教導學員操作協助輪椅上下床翻身等 3. 小小藥師：教導學員如何分辨藥物	外科 護理部 藥劑科
1630-1730	運動健走	運動健走【體能活動】	指導學員正確健走技巧	體適能健走指導員
1730	回家			

烏山頭風景區露營【第一天 8/16】

時間	活動內容	負責人	地點	
09:00~09:20	報到	林培剛專員	崇明路停車場	
09:20~10:00	搭車露營去囉~~	各隨車工作人員	烏山頭風景區	
10:00~11:00	放行李、搭帳篷	小隊輔	露營區	
11:00~11:30	開訓典禮 1. 介紹營長 2. 各隊小隊輔 3. 露營相關規定宣導	陳怡 副院長 林聖哲局長 疾管科長官	露營區	
11:30~13:00	午餐~~補充精力與精神	郭嘉惠專員	園區內	
13:00~17:00	大地遊 戲闖關	菸檳酒宮格	周千琪護理師	園區內
		就是「藥」你好看	林怡儂藥師	園區內
		心「肝」寶貝	薛榕樺護理師	園區內
		防疫總動員	童儀莉科長	園區內
		「口腔」保健大作戰	蔡佳靜個管師	園區內
		永保安康「腸腸」久久 第一支舞教學	胡怡芬衛教師 各小隊輔	園區內
17:00~19:00	晚餐~BBQ	各小隊輔	烤肉區	
19:00~21:00	社區健康醫學康樂晚會 1. 營長致詞 2. 各小隊勁歌熱舞表演	全體參與人員	露營區	
21:00~21:30	宵夜時間	蘇雅慧 鄭玉燕 各小隊輔	露營區	
21:30~23:00	睡前盥洗	全體參與人員	露營區	
23:00	就寢完畢，晚點名	林聖凱專員 林培剛專員	露營區	

烏山頭風景區露營【第二天 8/17】

時間	活動內容	負責人	地點
07:00~07:30	吹響起床號	林聖凱專員	露營區
07:30~07:40	有氧健康操(早起做操身體好)	周千琪護理師	露營區
07:40~08:30	3公里健走	各小隊輔	露營區
08:30~09:30	早餐(整理行李、拆帳篷)	郭嘉惠專員	露營區
09:30~12:00	園區景點導覽： 八田技師紀念室 八田與一紀念園區 1. 八田宅 2. 祈福區 3. 和服拍照	胡怡芬衛教師 薛榕樺護理師 蔡佳靜個管師 各小隊輔	園區內景點
12:00~13:00	午餐	郭嘉惠專員	露營區
13:00~14:30	消暑戲水 vs 水球大戰	全體參與人員	親水公園 (自備一套換洗衣物)
14:30~15:30	營隊結業式 1. 營長致詞 2. 各營隊頒獎合照 3. 親子減重成果頒獎	林聖凱專員 林培剛專員	露營區
15:30~16:30	滿載健康寶典行囊	各小隊輔	返回台南市立醫院
16:30~~	期待下次再相會		