109 學年度寒假作業-衛生組藝文比賽，收件日期為下學期開學後 2/22-2/26，請送至衛生組

請勾選	負責年級	項目	形式	內容	備註
	低年級	1.視力保健	創意貼圖	8 開圖畫紙四個貼圖設計，內容須符合「用眼 3010」、「戶外時間 120」、「3C 小於 1」和「定期就醫追蹤」四個主題，每個主題皆設計一個貼圖，貼圖內文字可自行構思。繪製貼圖大小約 15x13cm。	低年級各班挑選 3 張作品交回
	中高年級	2.口腔衛生	創意貼圖	8 開圖畫紙四個貼圖設計，以「口腔保健」為主題，四個貼圖需為同一角色，文字與圖簡潔設計，如「餐後潔牙-使用牙線、貝氏刷牙法配合 1000ppm 含氟牙膏」、「第一大臼齒窩溝封填」、「定期看牙醫」、「不喝含糖飲料」、「不吃零食」或其他口腔保健內容。	中年級請從項目 2-5 擇 1。各班挑選 3 張作品交回
	中高年級	3.健康體位	漫畫學習單(附件)	四格漫畫學習單，健康體位『85210』主題為： 睡滿 8 小時　　天天 5 蔬果　　四電少於 2 天天運動 30 分　　喝足白開水天天零糖飲	
	中高年級	4.健保用藥	創意圖像徽章學習單(附件)	**徽章學習單** **全民健保暨正確用藥，以下主題擇一進行設計:** **1.觀察病症的情形:**觀察自己身體的警訊，判斷是否就醫。 **2.優先選擇一家醫:**固定選居家附近的基層診所就醫。 **3.病症表述用口訣:**能利用口訣完整表述病情給醫生知悉。 **4.合理期待最和諧:**配合並感謝專業人士。 **5.聰明用藥愛健保:**遵循醫囑服用藥品，不浪費醫療資源。 **6.如期回診要記牢:**遵醫囑如期回診，避免浪費醫療資源。 **7.聰明就醫六要素，珍惜健保 We can do!:**綜合以上六要素進行繪製。 **作品正面不可出現任何可識別學校或個人有關的文字或圖像**。作品設計內容可以文字或圖像為主要設計內容： (1)文字為主的設計，可發想創意標語，並針對標語進行美編設計或圖像化設計； (2)圖像為主的設計，除圖像之外，另需有與主題內容相關的文字。	高年級請從項目 2-6 擇 1。各班挑選 3 張作品交回

	中高年級	5.反菸拒檳	學習單或其他紙張(附件)	「拒絕菸害」、「無菸校園」或「無菸家庭」 「無檳家庭」「檳榔子本身就是致癌物」 1.構思 **10 字以內的標語**，具創意夠活潑，不得抄襲。 2.將標語內容，設計圖案，畫在大小為直徑 10.4 公分圓形內。 3.手繪直接以 A4 大小圖畫紙或 A4 紙繪圖繳交，**無須裁切**，但需注意清潔度；或電腦繪圖方式，另存 300DPI 的 JPG 檔，並用 A4 紙彩色輸出繳交。	
	高年級	6.性教育	漫畫	8 開圖畫紙四格或六格漫畫設計三個主題擇一。 (1)我的青春記事~青春期生理與外觀變化之保健與調適(如：第二性徵、青春痘、身高……) (2)我的青春記事~青春期的心理變化與調適(如：人際互動、友誼、親子關係……) (3)網路交友停看聽 漫畫創作及編排方式: 必須標有主題，漫畫格子的大小及編排方式不限，可直式或橫式自由發揮，惟於格子上需標上 1.2.3.4.5.6 的順序。	

需要圖畫紙的班級再告知衛生組。中高年級因為可以選擇要做的作業項目，所以請 **3-6** 年級的學年主任告知需要的學習單張數，由衛生組印製。

寒假作業的部分教師可以利用期末考完試後全班一起進行，或者分配為寒假作業。

項目 3.4.5 的附件如後:

[附件]

新竹市109學年度健康促進藝文競賽「健康體位」四格漫畫創作單

學校：＿＿＿＿＿＿國中	班級：＿＿年＿＿班＿＿號	姓名：＿＿＿＿＿＿

說明：

1. 以健康體位推廣的五大核心「85210」為創作主題，彩繪實踐健康生活的方式
2. 註明創作，健康體位「85210」內容為：
   睡滿8小時、天天5蔬果、四電少於2、1天運動30分鐘、多喝白開水每天0糖飲。

宣導短片參考網址	youtube影片關鍵字搜尋	網址	主題：＿＿＿＿＿＿
	85210BMI	https://www.youtube.com/watch?v=mlqo2T4Urko	BMI
	85210 8	https://www.youtube.com/watch?v=IJYW0RGzaxU	8
	85210 5	https://www.youtube.com/watch?v=JuqQejtsGO0	5
	85210 2	https://www.youtube.com/watch?v=WDjAucXQ8dY	2
	85210 1	https://www.youtube.com/watch?v=9ti1EeFD0nU	1
	85210 0	https://www.youtube.com/watch?v=ds7kOpQgKxU	0

家長回饋:

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

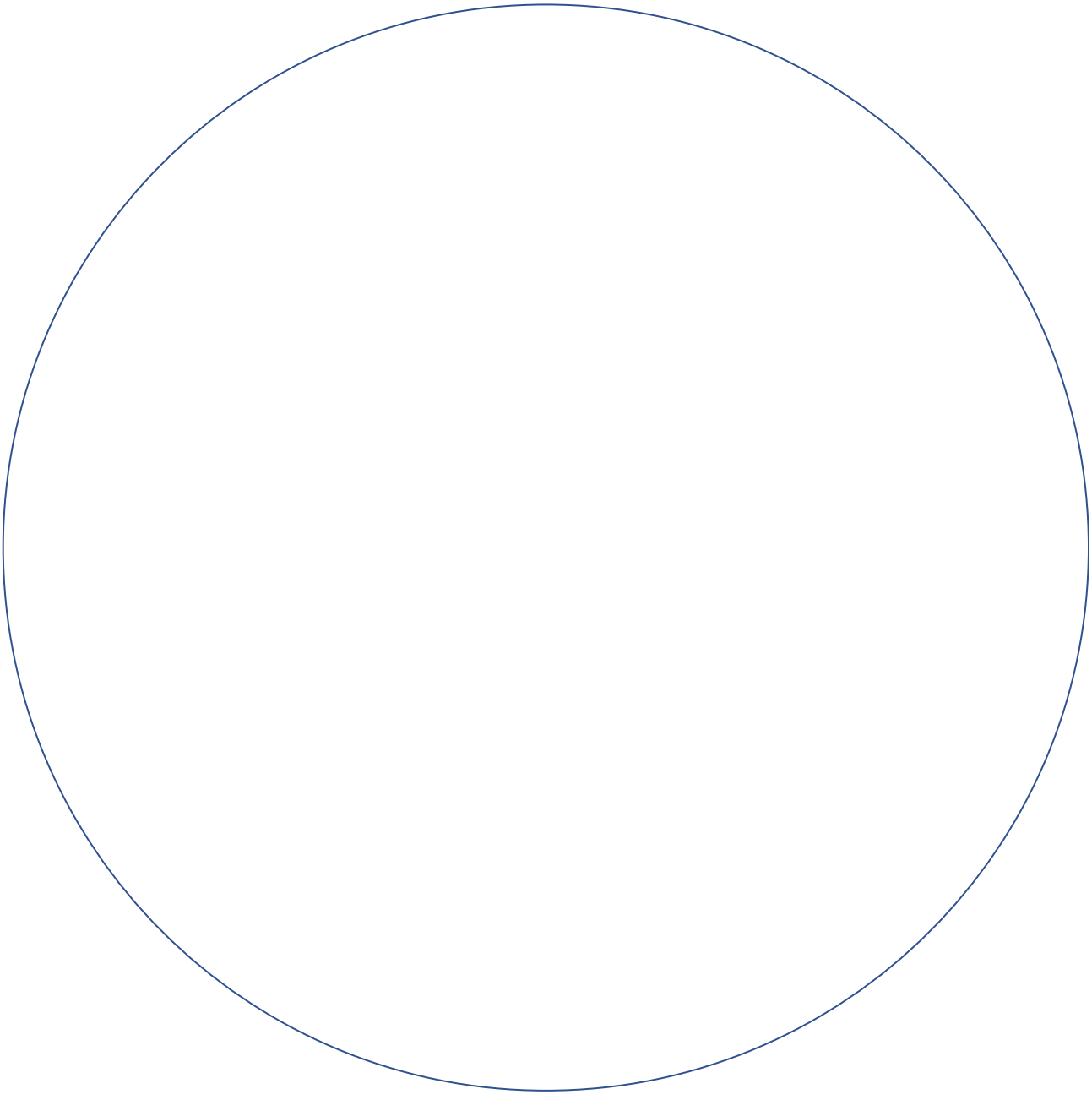
＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿家長簽名:＿＿＿＿＿＿

[附件]

新竹市 109 學年全民健保暨正確用藥議題藝文比賽
「聰明就醫六要素　珍惜健保 We can do!」
創意圖像徽章設計 專用稿紙

◆設計說明：

1. 徽章以圓形設計為主。
2. 請畫於圓形框內，請盡量畫滿。
3. 請考慮縮小尺寸之後的效果。
4. 力求簡潔、有創意及設計美感。
5. 須符合推廣主題，具推廣可行性。

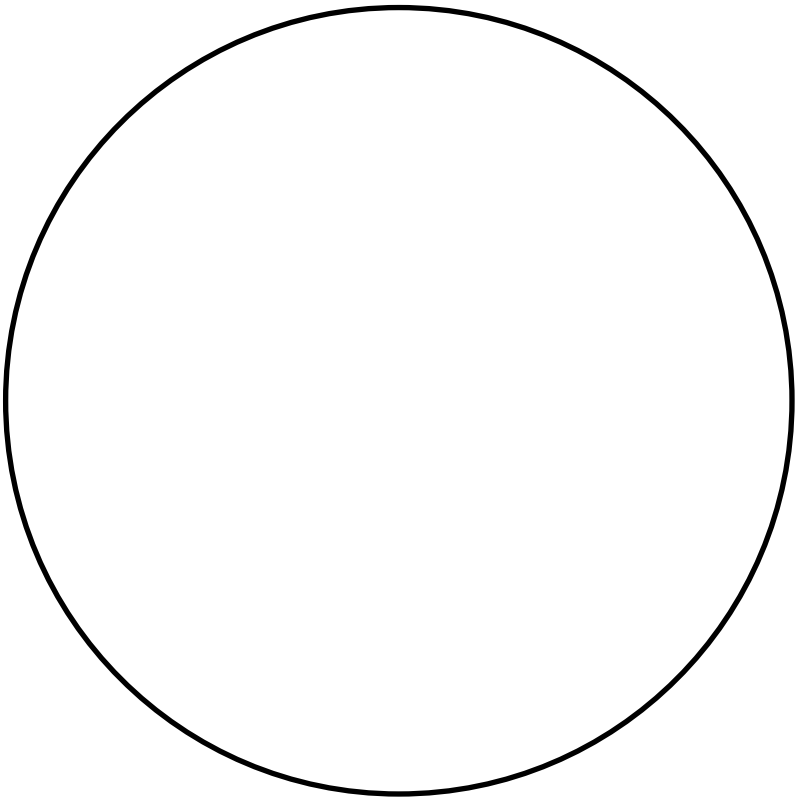


[附件]

反 菸 拒 檳 創 意 杯 墊 標 語 競 賽，可自備紙張

外圈直徑 10.4 公分

圖案不可超出

10.4 公分的圓框要留下

重要圖文，請在 9.4 公分內