

109年8月份臺北市萬華區健康服務中心大事紀

月份	行政區	已結案/正進行中/未來將辦理事件報告	
8月	萬華區	已結案件 (8月)	<p>現代人常見酸痛問題，主要與久坐生活型態、不當姿勢及身體老化有極大關係，本中心自109年8月5日起至8月28日每週從南萬華至北萬華，利用6個里辦公處及結合物理治療師，辦理拉筋運動課程。本課程共121位(男性27位、女性94位)參加，經收集參加者資料發現八成多民眾(100位)曾經有肌肉酸痛，其中肩頸部位71人最多、次之腰部63人；處理酸痛方式以「看醫師安排復健治療」55人佔最多、「自行買藥布(膏)、吃止痛藥」48人、「能忍則忍」41人及「自行購買熱敷、按摩、拔罐等復健器材」等33人佔較多數。課程內容經由專業的物理治療師導入正確的體態觀念並指導復健的方法及注意事項，各招式拉筋都能在家自己做，再加上平時多留意自己站、坐、臥姿勢，就可降低身體酸痛的發生率，提高生活品質。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 至福星里(8/3)、西門里(8/3)、新起里(8/5)、青山里(8/6)、和平里(8/7)、忠德里(8/7)、壽德里(8/10)、興德里(8/11)、新安里(8/11)、忠貞里(8/12)、凌霄里(8/12)、騰雲里(8/14)、華江高中(8/14)、西園國小(8/18)、萬華國中(8/18)、雙園國小(8/26)、龍山國小(8/26)、東園國小(8/27)、萬大國小(8/27)進行登革熱病媒蚊密度調查，布氏指數0級共11里及7所學校，1級共1里。 2. 因應嚴重特殊傳染性肺炎疫情防疫措施，辦理居家隔離相關防疫措施累計共124案；列管中共3案、解除隔離累計共121案；通報個案疫情調查共74案；SQMS系統通報入境旅客追蹤個案共338人次。 3. 於瑞生診所(8/5)、洛陽立體停車場(8/11)、艋舺公園(8/12)、本中心(8/12、8/26)、龍山國中(8/26)、板橋火車站(8/28)，辦理CPR暨AED緊急救護教育訓練，共7場次，共197人參加。 4. 於本轄區加強高中(職)以下學校之禁菸場所禁菸宣導、禁菸貼紙張貼(8/27)，並於艋舺公園執行菸害防制宣導共4次，共宣導262人次。 5. 於本中心辦理志工特殊教育訓練，包含防疫訓練講座(8/4)、長照訓練講座(8/7)、失智及菸害防治講座(8/10)、癌症防治及CPR訓練講座(8/12)，共4場次，共145人次參加。 6. 於本中心(8/5)及中華民國紅十字會(8/13)辦理「活躍樂齡防失智，延「能」益壽好厝邊」課程，共2場次，共49人參加。 7. 於忠德里辦公處(8/18)辦理「動手動腳動動腦·預防失智作伙來」課程，共34人參加。 8. 於富福里(8/3、8/10、8/17、8/24)、福音里(8/4、8/11、8/18、8/25)辦理「社區體適能推廣課程II」，共8場次，共117人次參加。 9. 於本中心(8/25、8/27、8/28)辦理「大小i玩客，運動真快樂」代間課程，邀請社區長者及國小學童共同參與，共3場次，共90人參加。 10. 於頂碩里(8/1)、忠貞里(8/1)、華江里(8/8)、壽德里(8/8)、仁德里(8/9)、榮德里(8/10)、和德里(8/11)、菜園里(8/14)、新安里(8/15)、

月份	行政區	已結案/正進行中/未來將辦理事件報告
		<p>保德里(8/16)、雙園里(8/19)、富民里(8/21)、富福里(8/22)、頂碩里(8/27)、新和里(8/28)、新忠里(8/29)辦理社區篩檢，共 16 場次，乳房攝影檢查共 617 人、子宮頸抹片檢查共 652 人、大腸癌篩檢共 438 人。</p> <p>11. 於中華民國紅十字會(8/7、8/14、8/21、8/28)辦理 109 年度銀髮養生弓、踩踏繽紛墊運動保骨本活動，共 4 場次，共 110 人次參加。</p> <p>12. 於本中心(8/4、8/6、8/10、8/17)辦理 109 年高齡友善量能計畫健康識能講座，共 4 場次，共 96 人次參加。</p> <p>13. 至快樂兒童診所、西園醫院、約翰婦產科診所、臺北市立聯合醫院附設萬華聯合診所、青年診所、漢宗小兒科診所、國立臺灣大學醫學院附設醫院北護分院、劉小兒科診所進行疫苗冷運冷藏評核，共 8 家，查核結果皆合格。</p> <p>14. 至天行健診所、快樂兒童診所、瑞生診所、西園醫院、幸福診所、新和診所、益銓診所、仁濟醫院、聖約翰婦產科診所、國立臺灣大學醫學院附設醫院北護分院、君怡耳鼻喉科診所、昆明院區、漢宗小兒科診所、萬華醫院、永康診所、青年診所、萬華蔡耳鼻喉科診所、萬華劉小兒科診所、全合診所、光耳鼻喉科診所、佳安診所、盧漢隆耳鼻喉科診所、許孟權小兒科診所、慧洋診所、維恩耳鼻喉科診所進行克流感查核，共 25 家，查核結果皆合格。</p>
		<p>進行中事項 (9月)</p> <p>1. 於福星里(9/5)、興德里(9/6)、騰雲里(9/12)、日祥里(9/16)、(和平里(9/19)、糖廍里(9/20)、華中里(9/26)、仁德里(9/26)、青山里(9/27)辦理社區篩檢，共 9 場次。</p> <p>2. 至菜園里(9/7)、富民里(9/8)、福音里(9/8)、仁德里(9/9)、綠堤里(9/10)、頂碩里(9/11)、雙園里(9/14)、和德里(9/15)、保德里(9/16)、榮德里(9/16)、新和里(9/21)、日祥里(9/22)、華江國小(9/23)進行登革熱病媒蚊密度調查，共 12 里次及 1 所學校。</p> <p>3. 於ubike 站務中心(9/3)、臺北市政府警察局萬華分局(9/22、9/24)辦理 CPR 暨 AED 緊急救護教育訓練，共 3 場次。</p> <p>4. 於壽德里辦公處 (9/1)、新和里辦公處 (9/3)、騰雲里辦公處 (9/10)、新忠里辦公處 (9/25) 辦理「動手動腳動動腦·預防失智作伙來」課程，共 4 場次。</p> <p>5. 於萬華運動中心(9/7、9/14、9/21、9/28)辦理社區健康促進課程，共 4 場次。</p> <p>6. 本中心承接衛生福利部國民健康署補助辦理「109 年度國民健康署補助縣市辦理整合性預防及延緩失能計畫-子計畫 1: 高齡友善城市及社區計畫」，於本中心(9/1、9/8、9/15、9/22)及凌霄里辦公處(9/3、9/10、9/17、9/24)辦理生命關懷宣導課程課程，共 8 場次。</p> <p>7. 於本中心(9/2、9/9)辦理志工教育訓練進階課程，共 2 場次。</p> <p>8. 於於富福里(9/7、9/14、9/28)、福音里(9/1、9/15、9/22、9/29)辦理</p>

月份	行政區	已結案/正進行中/未來將辦理事件報告	
			<p>「社區健康飲食宣導課程」，共7場次。</p> <p>9. 9/25 於本中心與大理高中餐飲科辦理青銀營養共學歡樂頌活動。</p>
		<p>未來將進行 (10月)</p>	<p>1. 於孝德里(10/17)、華中里(10/24)、新和里(10/29)、富福里(10/30)辦理社區篩檢，共4場次。</p> <p>2. 至萬壽里、富福里、柳鄉里、糖部里、華江里、日善里、孝德里、錦德里、全德里、銘德里、華中里、新忠里及西門國小進行登革熱病媒蚊密度調查，共12里次及1所學校。</p> <p>3. 於龍山國中(10/19)辦理菸害防治講座。</p> <p>4. 於家樂福桂林店(10/27)辦理「活躍樂齡防失智，延「能」益壽好厝邊」課程，共1場次。</p> <p>5. 於萬華運動中心(10/5、10/12、10/19、10/26)辦理「社區健康促進課程」，共4場次。</p> <p>6. 本中心承接衛生福利部國民健康署補助辦理「109年度國民健康署補助縣市辦理整合性預防及延緩失能計畫-子計畫1:高齡友善城市及社區計畫」，於環宇國際文化教育基金會(10/5、10/12、10/19、10/26)辦理生命關懷宣導課程課程，共4場次。</p> <p>7. 至快樂兒童診所、西園醫院、約翰婦產科診所、臺北市立聯合醫院附設萬華聯合診所、青年診所、漢宗小兒科診所、國立臺灣大學醫學院附設醫院北護分院、劉小兒科診所進行疫苗冷運冷藏評核，共8家。</p>