

安全與健康校園

健康管理與促進

學校致力透過維護教職員工生的身心健康，提供相應的支援和資源，改善學習和工作環境，以提升個體幸福感、參與度和校園社區凝聚力，對學校人員全體福祉與教育產生積極的循環。

教職員身心健康促進

- 每學期辦理教職員工。
- 教職員工免費流感疫苗施打。
- 每月職醫到校健康服務，服務項目包括：個別健康諮詢、特殊體檢異常說明、實驗室巡檢、錄製宣導影片、工作壓力諮詢、不法侵害訪談、母性健康諮詢、人因性危害評估、不法侵害宣導等。
- 落實本校教職員工之母性健康保護，各單位協助回報妊娠、分娩後未滿一年及分娩後仍持續哺乳之教職員工（含計畫助理），本中心與其聯繫，並提供諮詢服務與健康管理。
- 安排同仁作特殊體檢，依特殊體檢報告異常同仁者，安排職醫進行一對一訪談，告知需注意事項，並予以每年體檢追蹤。
- 關懷同仁工作狀況，若同仁有壓力異常時，中心職護予以瞭解關懷以維護同仁情緒穩定，並請諮商輔導組協助關懷。
- 每周四下午 15:10-16:40 舉辦教職員健促活動，鼓勵同仁運動促進身體健康。
- 不定期舉辦四大計畫主題與健康講座活動。
- 身心健康資訊公告電子公布欄。
- 中心網站文宣（健康促進運動影片、圖片）。
- 辦理急救教育訓練。



▲ 教職員健康促進活動場地使用情形



▲ 教職員急救人員教育訓練



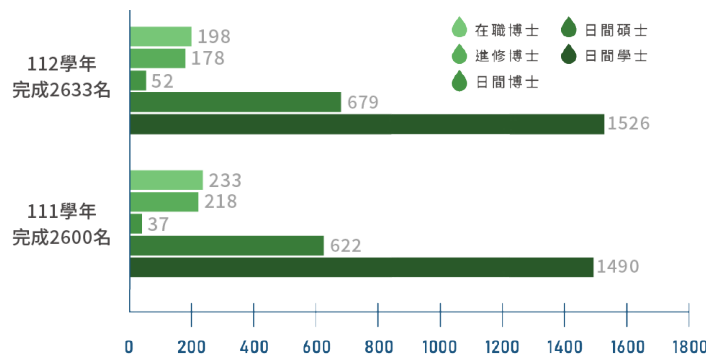
2023 年教職員健康促進服務統計

項次	服務項目	服務人數
1	健促活動人數	536 人
2	教職員關懷諮詢人數	480 人
3	職業醫師訪談	58 人
4	職業醫師關懷女性勞工同仁	11 人
5	特殊體檢	19 位船員： 一級管理：12 正己烷作業 8 人、30 甲醛作業 2 位、04 異常氣壓作業 3 位、32 汞作業 1 人、二甲基甲醯胺作業 1 人、噪音作業 3 人及其無機化合物作業 2 位。 二級管理：19 人，03 游離輻射作業 3 人、04 異常氣壓作業 1 位、16 苯作業 1 位、30 甲醛作業 9 位、32 汞作業 1 位、噪音作業 2 位及其無機化合物作業 2 位。 四級管理：噪音作業 1 位。
6	安排職醫對本校所有工廠或實驗室進行安全健康巡檢	巡檢 43 間實驗室、15 位同仁特殊體檢報告異常說明，職醫協助訪談追蹤同仁特殊體檢異常情形。

學生身心健康促進

學生健康促進活動

本校依據學生健康檢查資料分析結果，並於衛生暨膳食委員會議制訂年度衛生工作計畫以推動校園健康促進，112學年度擇定健康體位（含代謝症候群）、菸害防制（含無菸校園）及性教育（含愛滋病防治）為主軸議題，另辦理多場次急救教育、健康飲食、防制學生藥物濫用及傳染病宣導，以提昇教職員工生之健康管理知能、態度並進而落實至日常生活，共同於校園推展。健康促進活動邀集學生會及學生社團協助推動宣導與服務，另結合校內多處室共同推動。因應疫情影響，活動推動受限於避免群聚與不特定接觸，改採用線上與實體參與交互辦理進行。



▲ 新生健康檢查統計



▲ 學生急救教育訓練



▲ 學生捐血活動

量化效益



學年學期	活動主題	場次
111-1	社區健康促進營隊、海洋教育營、新生體檢、急救教育訓練、健康體位系列活動、捐血活動、餐飲衛生講習、愛滋防治講座、社區衛生講座、多喝水有獎徵答、防疫有獎徵答。	20 場次
111-2	寒轉新生入學健康檢查、自我健康減重挑戰、捐血活動、餐飲衛生講習、宜蘭龍潭國小冬令營活動、戒菸健康班、健康煮 - 健康餃友趣活動、愛滋防治數位課程 - 「性傳染病及愛滋病與我有關嗎」、馬祖塘岐國小夏令營。	20 場次
112-1	新生體檢、健康體位系列活動、捐血活動、餐飲衛生講習、急救教育訓練、愛滋防治健康講座、社區健康衛教講座銀髮生活健康 GO、新生體檢異常複檢。	22 場次

量化效益



校園心理健康促進措施與專業輔導人員

鑑於環境快速變遷，現今大學生面對學習、生活、經濟等多重壓力，身心發展任務較過去更為多元而複雜。本校聘有數名專業輔導人員提供諮商、個案研討與轉介，並提供舒適、安全、隱密兼具的諮商空間。112學年度個別諮商共計 1,798 人次（諮商個案人數共計 320 位），個別關懷共計 219 人次、個管共計 286 人次。

個別諮商議題人次統計表

議題	精神情緒	自我探索	人際關係	家庭關係	課業學習	愛情關係	生涯發展	生活適應	性別議題	生理健康	其他	危機狀況	總計
總計	477	289	284	206	183	158	75	44	42	27	9	4	1798
百分比 (%)	26.53%	16.07%	15.80%	11.46%	10.18%	8.79%	4.17%	2.45%	2.34%	1.50%	0.50%	0.22%	100%

來談學院人次統計表

單位	海運	生科	電資	海資	工	法政	教職員	人社	總計
人次	557	433	286	194	168	62	54	44	1798
百分比 (%)	30.98%	24.08%	15.91%	10.79%	9.34%	3.45%	3.00%	2.45%	100%

■ 校園心理健康促進活動及友善校園氣氛

本校諮商輔導組負責提供各種心理健康與生涯發展的輔導和服務，針對同學在學校生活中，可能面臨的各種學習、人際、心理發展課題，規劃多種體驗課程與活動，協助學生學習情緒調適、培養健康抒壓管道，建立充足之心理衛生知識與自我照顧能力，預防校園憂鬱與自我傷害。透過結合「服務學習 - 愛校服務」辦理 6 週「大一學習促進課程」、實施新生心理健康篩檢、心理衛生活動、導師知能會議等，以強化學生支持系統，加強心理衛生三級預防工作，營造友善校園氣氛。



▲ 自殺防治系列活動



▲ 自殺防治系列活動 - 導師輔導知能



▲ 性平宣導系列活動



▲ 馬祖校區心理衛生宣導

量化效益



2023 年學生心理衛生活動辦理情形

	新生心理健康篩檢	大一學習促進課程	心理衛生宣導活動
場次	6	32(含 17 場實體)	21
人次	1,461 人	1,295 人	898 人
參與率 / 滿意度	98.65%	85.61%	93.42%

● 健康與友善住宿

■ 精進宿舍軟硬體品質

為提供學生安全安心住宿環境，本校整合校內外資源，加強維護與逐步更新硬體設備。112 學年度校本部學生宿舍進行女一舍結構修復工程、男一舍屋頂防水工程、女一舍及男三女二舍熱水鍋爐及周遭管路汰換更新、男三女二舍屋頂防水工程及 1 樓地坪更新、男一舍、男二舍與男三女二舍增設壁掛型冷氣儲值機…等，且於馬祖校區新建學生宿舍，以提供學生便利學習與生活環境，善盡永續與社會教育責任。

■ 學生住宿使用率

本校學生宿舍床位主要以日間學制大學部一年級新生、身心障礙學生、境外生、低收入與中低收入戶學生、原住民學生及有特殊困難學生（經濟弱勢、身體因素）等優先申請。

112 學年度學生宿舍總床位數為 2,979 床，扣除特殊床位（含緊急用床、漏水床和 ICDF 學生住宿 2 人房）、國際處保留床及防疫隔離宿舍床位數，可提供住宿床位為 2,701 床，於 112 學年度第 1 學期中，實際住宿學生 2,669 名，學生住宿使用率為 98.8%。

量化效益



112 學年度學生宿舍住宿情形

可提供住宿床位	實際住宿學生	學生住宿使用率
2,701 床	2,669 名	98.8%