



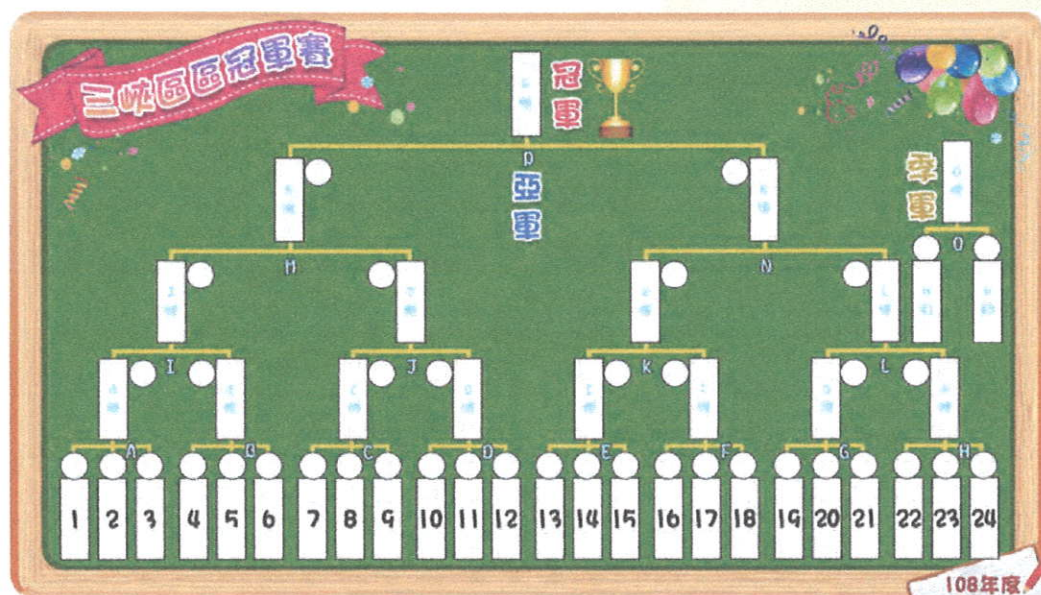
撰文◎健康促進組管理師 范怡琪

一起動動金頭腦， 生活健康樂逍遙

「嗨！大家好，Good Morning，我們是鳳鳴Super，我們身騎白馬，走三關，來到貴寶地，最要的是感謝偉大的恩主公關聖帝君，再來要感謝恩主公醫院，讓我們擁有健康的金頭腦，第三要懇請恩主公保佑我們，智慧高、運勢強，今天表現一定好，鳳鳴！鳳鳴！Super！Super！」來自鶯歌區鳳鳴國小慷慨激昂的創意隊呼，揭開一年一度恩主公醫院舉辦的國小學童健康常識競賽—健康金頭腦序幕。

三鶯樹地區國小學童健康常識競賽，已連續辦理十八年，為使活動更趨近完美，我們不停進行活動改良，小至





三峽區校際區冠軍賽晉級圖

活動動線、大至競賽規則及比賽題材……而在之中，唯一不變的是我們在辦理金頭腦活動的初衷：「健康識能向下扎根，社區健康小種子發芽」。

金頭腦活動是透過組隊搶答的模式，每隊由三名學童組成，進行淘汰賽，參加小選手皆是各校選出的健康小尖兵，由學校初賽（初選），推出校際代表隊，他們將各自代表自己的學校，來到恩主公醫院爭奪區冠軍的榮耀；而獲得區冠軍榮耀之隊伍，將代表各區（三峽、鶯歌、樹林）進行三角循環賽，爭奪「三鶯樹地區總冠軍」之殊榮。活動分為三大部，分別是校際初賽、校際區冠軍賽及三鶯樹地區總冠軍賽暨頒獎典禮。

校際初賽

本院每年都會重新編撰及更新健康常識手冊，今年分為九大健康常識主題：「全民健康保險」、「家庭保健」、「校園安全」、「四大癌症篩檢」、「常見疾病照護」、「常見傳

染病」、「社會福利」、「事故傷害與急救」及「中醫保健」。手冊完成後輸出寄至三鶯樹地區各國民小學，而參與活動之學校於三月、四月時進行校際初賽，並使用本院發放的健康常識手冊訓練選手，最終比賽推選出學校代表隊。

校際區冠軍賽

三峽區、鶯歌區及樹林區各校於初賽推出校際代表隊，今年報名相當踴躍，共有廿二所學校，共計五十七支隊伍參加比賽，於五月十八日及十九日校際代表隊來到恩主公醫院爭奪校際區冠軍的榮耀，經過緊張刺激的淘汰賽後，三峽區三峽國小「拓荒三俠隊」、鶯歌區中湖國小「黃金三瞎堡」及樹林區桃子腳國小「電爆你」獲得各區校際區冠軍。

另外，為增加活動的趣味性，並提高中年級學童參與感，舉辦創意隊呼獎及人氣獎的活動，各隊進行隊呼表演，由評審選出各區創意隊呼，而人氣獎由現場的觀眾共同投票選出。



學童精心準備創意隊呼表演－鳳獅隊



民眾踴躍參與人氣獎投票



三鶯樹總冠軍賽三角循環圖



金頭腦挑戰賽－恩主公代表隊

第十八屆總冠軍－樹林區「電爆你」隊

三鶯樹地區總冠軍賽暨頒獎典禮

三鶯樹地區總冠軍賽

經過校際區冠軍賽，三區的冠軍代表隊於五月廿五日至本院進行總冠軍賽，爭奪「三鶯樹地區國小學童健康常識競賽」之殊榮（三峽區冠軍因要事無法參加，由亞軍代表出賽），經過三輪激烈的三角循環賽，最終於由樹林區桃子腳國小「電爆你」勝出，獲得三鶯樹地區國小學童健康常識競賽總冠軍。

金頭腦挑戰賽

金頭腦挑戰賽是邀請觀賽的師長一同參與金頭腦的活動，比照學童比賽的形式，以趣味競賽的方式進行，其他觀賽者也能共同參與神

預測摸彩及Call Out救援，達到寓教於樂的效果。

頒獎典禮

緊接著是隆重的頒獎典禮，獲獎隊伍皆滿載而歸，獎勵包含獎狀、獎牌、獎盃及獎金，最大贏家三鶯樹地區總冠軍抱得獎金一萬五千元圖書禮券，第十八屆三鶯樹地區國小學童健康常識競賽－健康金頭腦活動於一片歡樂掌聲中畫下完美的句點。

鼓勵・回饋・感謝

本院針對參加的學童、老師及親友進行滿意度調查，並將活動建議作為明年活動改良之

2019三鶯樹地區國小學童健康常識競賽					
榮譽榜					
第18屆三鶯樹地區總冠軍 桃子聯國小 電爆你					
	三峽區		鶯歌區		樹林區
冠軍	三峽國小	拓荒三傑隊	中壢國小	黃金三曜星	桃子聯國小 電爆你
亞軍	大埔國小	大埔我最強隊	國壘國小	國壘Super	文林國小 文林隊
季軍	北大國小	鐵字號陸挺籃籃	呂福國小	模範書院	大同國小 慶哲宇
創意呼	育木國小	育木健康戰隊	國壘國小	國壘Super	山佳國小 健康金滿載
隊呼人氣	大埔國小	大埔第一隊	呂福國小	模範書院	山佳國小 健康金滿載
共計 15 隊	中國國小	超級ET	中壢國小	黃金三曜星	文林國小 文林隊
	安樂國小	聖靈五車隊	建國國小	建國必勝客	柏園國小 best隊
	五藝國小	健康DNA	永吉國小	苦力柏特攻隊	桃子聯國小 電爆你
	育木國小	育木之光			大同國小 慶哲宇
	育木國小	曾敏女全副			

第十八屆三鶯樹地區榮譽榜

依據，數據顯示96%的參加者對於金頭腦感到滿意，此外也獲得很多正向的鼓勵及回饋：

◎三峽區教師：「感謝恩主公醫院的伙伴用心全力辦理此活動，本活動受到各校師生的支持力挺，爆滿整個會場，是個很棒又有意義的活動。」

◎三峽區參加學童：「這一項活動設計得很好，可以多舉辦這類活動。」

◎三峽區家屬、親友：「很棒的活動，給小朋友不一樣的體驗，讓小朋友關心此議題，讚！」

◎鶯歌區教師：「這是項非常有意義的活動，可以增加每個人的健康知識，給活動一百個讚！」

◎鶯歌區參加學童：「謝謝辛苦的工作人員。」

◎樹林區家屬、親友：「健康教育要從小開始，金頭腦可以增加健康知識和保健的重要，持續舉辦十八年令人佩服，繼續加油！」

◎樹林區參加學童：「你們做得不錯，繼續保持，加油！」

感謝今年所有參與活動的師長、學童，你們熱情參與及滿意的微笑是我們十八年來不間斷辦理活動的動力，另外要特別給活動背後不辭辛勞、默默付出的所有工作人員掌聲鼓勵，因為這些無名英雄的協助，活動才能順利進行；期許藉由金頭腦種下健康的種子，將健康常識扎根於生活中，持續茁壯成為健康社區。



作者介紹

范怡琪 健康促進組管理師

輔仁大學畢業，辦理社區活動，如：社區檢測、社區校園講座、「當我們同在憶起」課程及三鶯樹國小學童健康常識競賽。透過與社區民眾互動，期望能將健康促進帶進社區。