

2023年離島健康照護研討會

金門縣金城鎮健康營造中心成果報告

許雅荃、林佩珍、薛奕麟、郝淑雲、李美麗、許美蘭、吳淑昭

前言

本社區特性為：1.住宅型態:是一個具有閩南建築文化特色為基礎的城市型住宅社區2.人口方面:金城鎮為金門縣人口數最多的城鎮，其中西門里、南門里的人口也呈逐年上升趨勢，高齡人口也逐年成長。3.產業方面:金城鎮第三產業人口占比甚高。本健康營造中心深耕社區二十餘年，積極經營社區健康環境，提升社區民眾的自我健康管理為使命。本研究目的在說明本中心使用「健康人權教育網」網站進行社區健康營造之成果。

方法

本研究使用國立陽明大學、人權教育基金會與台灣身心健康促進學會共同開發的「健康人權教育網」(<http://cmc.ym.edu.tw>)進行社區民眾健康之調查與監測，以找出社區健康議題與研擬推動健康營造策略之依據。該網站包含九大健康議題：肺結核防治、身體活動久坐、健康體位、視力保健、吸菸防治、網路成癮、睡眠困擾、情緒健康、握力等衛教資訊與線上篩檢問卷。填報結果可呈現個人健康護照以及社區整體的健康情形。

結果

根據過去三年(110-112年)本中心使用「健康人權教育網」的填報結果(註：紅燈代表風險較高)發現：健康體位、青光眼、睡眠習慣等3項是本社區健康問題，112年健康體位紅燈比率微下降；青光眼、黃斑部病變等二項視力問題，也持續轉介衛生所專業眼科特約門診，社區資源專業眼科轉介檢查與追蹤。健康體位:提升健康飲食識能，規律性運動養成及積極執行改善。

長者健康促進

成立「社區長者健走隊」、「長者健康管理-健康動動班」營造長者規律運動的氛圍及養成運動習慣。

- 1.長者可以選擇適合自己體能活動方式，規律執行每周至少150分鐘，以促進個人健康體能，提高生活品質，延緩失能及延長健康壽命
- 2.透過團體活動減少長者衰弱風險，維護老人日常生活功能，營造在老地健康老化生活圈。
- 3.提供促進長者健康，結合在地社區資源及多元健康促進活動，建立活躍老化社區。

地域位置圖

