



臺北



淡水



新竹



臺東

# 提升社區志工參與健康促進活動競賽計劃

洪大川、黃初雪、田容禎  
淡水馬偕紀念醫院社區醫學中心

## 研究動機

本院為善盡社會責任、積極推展社區健康促進服務，讓醫療服務得以走出藩籬進入群眾，並將衛生保健觀念紮根，故以醫院為中心臨近的五個行政區設置「社區健康服務站」，培養「在地社區志工」提供定時定點BMI、血壓及腰圍等量測服務，針對量測異常者提供就醫轉介，傳遞健康促進活動訊息等。為激勵志工永續推動並參與社區健康促進活動，共同營造健康生活環境，故籌辦「績優健康服務站及績優志工個人獎」之競賽計畫。

## 執行方法

103年10月透過社區健康服務站負責人會議，討論推動內容、方向及參與之意願，制定績優健康服務站選拔辦法，選訂活動項目有「預防保健服務」、「慢性病防治」、「肥胖防治」、「活躍老化」、「營造生活化運動社區」等，並於志工教育訓練中宣導。為落實志工參與各項活動，製作「健康樂活好幫手」集點存摺簿，有團體與個人集點競賽，活動執行期為104年4月~10月，並定期檢討各站參與及達成情形，並於104年12月17日志工大會中公開表揚與獎勵，並邀請獲獎團隊心得分享。



## 執行成果

本活動參與志工人數共計339人，各站集點存摺簿回收率達73.3%，經由志工參與各項活動累計點數，取最高點數前三名為績優健康服務站，另在個人獎部份，包括減重績優個人前三名與個人最佳健走全勤獎一名。

各細項活動執行成果分別如下：①「預防保健服務」：老人免費健康檢查、成人健康檢查及免費癌症預防篩檢，各站參與率23.3%；②「慢性病防治」：針對血壓異常者給予衛教宣導並適時提供轉介服務，各站參與率46.7%；③「肥胖防治」：完成前、後測體重量測志工數計291人、減重公斤數達273.2公斤；④「活躍老化」：本院於淡水區、三芝區及八里區辦理「健康加滿油，享壽好生活」銀髮族健康活力秀競賽活動，共19個團體合計611人次參與，同時邀請各區第一名團體於成果發表會上進行表演；⑤「營造生活化運動社區」：健走參與人數為170人，個人平均每週健走次數2.1次。



## 結論

為凝聚志工向心力，發揮更好的成效，於104年籌辦第一屆集點活動競賽計畫，推動過程中匯集各方面給予的建議，進行檢討與修正，修訂105年第二屆競賽辦法，且志工反應有感受醫院的用心，此項計畫有達到激勵作用，會更加投入社區健促活動，未來將邀請更多社區民眾投入志願服務行列，共同推廣社區健康活動，促進民眾身心社靈的全人健康。



頒發績優健康服務站優良獎