

## 新竹市婦女權益促進委員會分工小組會議紀錄表

小組名稱	健康醫療組		會議時間	105年4月18日 下午14點
業務單位參與人員	職稱	姓名	府外委員代表	蔡委員慧嬌
	科長	郭芃莉		陳委員明雄
	專任助理	徐美燕		
議題討論摘要	<p>1、更年期後婦女因賀爾蒙改變，致使血壓、血糖與血脂都容易飆高，形成三高病況，而且會因此而成為腦中風與心臟病高風險族群；平常除了注意飲食，以及養成運動習慣之外，防範三高，更應該要定期健康檢查，及早發現及早接受治療，可以降低腦中風與心臟病的機率。</p> <p>2、職業婦女在追求完美的工作和家庭生活的過程中，往往會出現生理、心理和人際關係方面的不適應症狀。因為需要同時充當多種角色，而且總想儘量完美地扮演好這些角色，所以難免會產生內心的緊張和壓力，以及生理和心理上疲勞。</p>			
府外委員建議	<p>陳委員建議： 衛生局近來於社區放置血壓機供社區民眾運用，提供社區民眾健康自我把關管理的概念非常好，且符合早期發現的重要性。建議於東區樂齡學習中心放置1台，提供本中心上課學員運用，並將協助推廣宣導。</p> <p>蔡委員建議： 透過辦理心理衛生宣導講座，讓民眾學習適當的人際互動方式、情緒及壓力調適技巧，以因應日常生活中所面臨的各類壓力、情緒困擾及人際問題。</p>			
未來工作目標及策略	<p>1、有關心理衛生部份將移會請本局心理健康及毒品防制科提供意見，俾利下次會議說明辦理情形。</p> <p>2、另有關東區樂齡學習中心放置血壓機（寶貝機）一事，因考量學習中心與本局置放血壓機處為同棟大樓（衛生社福大樓）且僅一樓之差，建議邀請學員以前往使用，此區將列為優先處理據點。</p>			

\* 本市婦權會每年訂於5、11月召開，各小組會議時間請於每年3、9月進行。

\* 各小組會議結束後請完成紀錄表，並函送委員知悉，副本抄送社會處。