新北市106學年度學校健康促進計畫書

106年8月25日校務會議通過

校名：08新北市三重區厚德國民小學

壹、背景現況分析：

一、學校地理位置、基本資料概況

厚德國小位於新北市三重區，鄰近台北市大同區，西邊鄰近蘆洲區，校園占地3.67公頃，位於三重區中心，緊臨三重交流道，交通方便。校區內樹木、花草林立，環境安靜舒適。學生人數1560人64班，165名教職員。

學生家長多屬勞工階級，家庭經濟普通，家長大多時間忙於生計，依校務行政系統的數據看來，本校單親家庭、寄養家庭、隔代教養家庭、清寒家庭、身障家庭、新住民家庭、原住民家庭及社福補助資料來看，本校弱勢家庭比率大約為15.67%。對學童健康關懷也呈現兩極化，特別是四年級過後，年級越高，家長對學童的健康多呈現緊急傷病醫療而無預防保健醫療態度。

二、請以六大範疇及主議題進行SWOT分析

六大範疇	S優勢（校內）	W劣勢（校內）	O機會（校外）	T威脅（校外）
學校衛生政策	1.教職員工學歷高，接受衛生教育度高。 2.已成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。 3.學校主管重視健康促進學校之落實。 4.制訂整潔競賽辦法。 5.推動飯後潔牙與每周一次的含氟漱口水口腔策略。 6.校長重視學校辦理的各項活動。 7.各處室積極配合學務處辦理健康促進宣導活動。	1.學校衛生委員會功能待加強。 2.健康中心被定位在著重救護功能。 3.學生數眾多，健康中心經費及資源有限。 4.學校各項推動健康政策與教學活動應進行整合，以提升效能。	1.教育部及行政院衛生署積極鼓勵各校辦理菸害防制教育宣導活動，提供多元的教學資源。 2.教育局支持各項健康促進政策。 3.家長為了學生健康著想，多數	1.家長的配合意願將影響成效。

	8. 法定傳染病通報、緊急應變小組會議。	5. 師生對於校園健康問題有覺知，但是認知部分尚待加強。 6. 外來經費有限。	能配合相關策略。 4. 家長會和學校互動良好，樂於支援學校推行各項有益學童的活動。	
學校社會環境	1. 教師用心且敬業，教師間感情融洽互動多，能接受教育改革的新觀念，與家長互動良好。 2. 學校推動教師不以飲料零食當作鼓勵學童的正增強。	1. 部分學生對於健康活動反應不積極。	1. 大多數家長鼓勵學生多接觸不同文化之家庭，並鼓勵學生多利用下課時間、課餘時間到戶外活動並參加相關社團或育樂營。	1. 出入學校之家長及廠商，其中不乏癮君子，對學生產生不良示範。
學校物質環境	1. 本校屬中型學校，地處文教區，校區內樹木、花草林立，環境安靜舒適，給予全校師生、社區良好學習、工作、休閒的環境。 2. 校園內未設立合作社，不供應學童零食及飲料。 3. 資源利用，尋求經費支援擴充設備。 4. 增設監視器。	1. 校舍分布廣闊亦有死角，巡守校園人力負擔重。 2. 學生人數眾多，且多數學生喜歡到戶外活動，管理難度增加，空間使用上也略顯擁擠。 3. 學校經費能提撥使用額度有限。	1. 設計校園安全路徑，並加強校園及廁所的安全巡視。 2. 學校於下課後適合提供休閒娛樂的場所	1. 周邊住宅人口數多，大樓林立，交通發達車流量大， 2. 鄰近的公園空間小且出入人口複雜不適合學童在此活動。 3. 學區內便利商店飲料店林立，學生易取得零食及飲料。
健康生活技能教學及活動	1. 健體領域教師與專業教練投入教學且積極參與相關領域研習，提升教學知能與技能。 2. 健體領域教師與專業教練，對教學創新與研究投入。 3. 各處室積極配合學務處辦理健康促進宣導活動。 4. 導師積極配合進行健康活動；學生個性活潑反應佳，學習態度意願高。	1. 健康課程時數較少，課程推動上容易因時數短而中斷學習，成效累積較慢。 2. 健康活動及講座較為零散，統整性有待加強。 3. 學生學校課程多以室內	1. 學校結合校外運動協會及團體辦理之課後活動與育樂營眾多，學生參與度高。 2. 部分家長具醫護背景者，可邀請參與學校健康教育課程及活動。	1. 普遍課後使用 3C 產品超過一小時。 2. 課後也多為配合家長工作時間而參加安親班。

	5. 教職員工注重健康，參與健康社團，營造注重健康的氛圍。 6. 以「給孩子健康快樂的童年及正常學習」為出發點，爭取更多家長會的支持。 7. 發展學生自治組織，給予參與學校事務的機會。 8. 招募培訓學生成為校園衛生糾察，協助推展健促活動。	課為主； 4. 教師撰寫健康課程計畫時，應與健康促進相關活動結合，以提升動力與成效。 5. 教育政策眾多，時間有限，難以全心力積極投入健康議題推展。 6. 學童學習時間拉長，相對縮短運動休閒時間，影響健康。 7. 學校各式活動多，加上學生課業有課程進度的壓力，壓縮班級自由運作之空間。	3. 大部分家長願意配合學校教學，在家中持續健康技能的培養。 4. 可尋求社區健康服務中心、董氏基金會提供協助。	
社區關係	1. 學校與社區發展協會、里辦公室關係良好。 2. 辦理親師座談會，有利宣導學校衛生政策。 3. 營造健康促進情境布置，校門口及走廊醒目處均懸掛及張貼健促海報。 4. 結合家長日活動，推廣健康議題。 5. 可多透過校內周末辦理的親子健康講座，將健康新知帶進社區，共同創造健康生活與環境。 6. 每年度校慶暨社區運動會推廣社區健康議題。 7. 結合社區醫療資源，成立健康體位保健聯盟。 8. 學校與衛生所銜接，支援系統便捷。 9. 積極建立學校與醫院間的溝通橋樑。 10. 設置健康飲食與運動資	1. 家長工作繁忙，聯繫不易。 2. 家長認同感及參與度待加強	1. 家長會及社區志工願意組織導護團隊，協助維護學生安全。 2. 家長志工團體人數眾多，具衛教專長之志工媽媽，熱心於健康中心提供協助。 3. 社區中愛心服務商店眾多。 4. 學區醫療資源豐富，健康照護系統連結容易。 5. 家長將健康資訊落實在生活面的部份仍待努力，參與意識不足	1. 家長僅對學童課業學習成就要求較高。 2. 部分家長對健康不重視，不熱衷於學校、社區活動。

	訊專區。 11.校網、穿堂及校門口跑馬燈對社區民眾宣導，隨時提供即時健康資訊。		6.志工團隊、愛心媽媽，加入健康促進相關活動，協助學校在推廣上增添人手與共識。	
健康服務	1.利用集會、刊物、闖關活動宣導保健資訊。 2.學生預防流感接種。 3.健康中心提供即時傷病服務與追蹤；建置完善的校園緊急傷病處理要點。 4.每學年均實施一和四年級學生健康檢查。 5.每學年邀請牙科醫生到校，為二、五年級學生進行牙齒檢查。 6.針對過瘦、過重體位學生實施健康管理。	1.僅一、四年級學生進行健康檢查。 2.教職員工有健康上問題，不會主動至健康中心尋求協助。	1.鄰近三重醫院，及其他醫療院所診所，可提供諮詢服務，資源豐富。	部分弱勢家庭對學生健康檢查結果，消極配合矯治。

三、以105學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

項目	指　標	本校	本市	全國	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率	53.60	48.43	45.77	■高於全國指標尚需努力
	視力不良複檢率	91.23	94.53	89.83	■符合全國指標以上
口腔保健	四年級初檢齲齒率	27.31	38.52	41.63	■符合全國指標以上
	四年級齲齒就醫矯治率	82.80	91.21	86.10	■低於全國指標尚需努力
健康體位	體位過輕率	7.70	7.50	7.89	■符合全國指標以上
	體位過重及肥胖率	29.10	28.32	28.28	■高於全國指標尚需努力
	學生體位適中率	63.20	64.18	63.83	■低於全國指標以上

貳、健康促進學校議題：

一、必選議題：

國小：■ 視力保健 ■ 健康體位(含營養教育) ■ 口腔保健 ■ 菸檳防制

■ 全民健保(含正確用藥)

二、校本重點議題：(議題未達全國指標者，一律列入學校校本重點議題)

國小：■視力保健 ■健康體位(含營養教育) □口腔保健 □菸檳防制

三、自選議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

國小：□ 性教育（含愛滋病防治）■安全急救教育 ■傳染病防治 □心理衛生

參、實施策略及內容說明：

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 成立健康促進學校計畫推動小組，邀請相關教職員工、醫師、護理師達成「健康體位」、「視力保健」、「口腔衛生」之推行宣導活動及課程編設之依據。 2. 於擴大行政會議、教師晨會、兒童朝會宣導健康促進議題與目標。 3. 85110 健康體位推行 4. 法定傳染病通報、緊急應變小組會議。	必選議題 校本重點議題	學務處		經常性
學校社會環境	1. 從學校願景以愛 LOVE 出發， L:Lively 活潑 O:Orderlly 有條理的 V:igorous 有活力的 E:Excellent 傑出的， 創造健康的校園文化。 2. 配合生教組辦理反霸凌友善校園環境、無菸無檳榔校園。 3. 辦理健康社團，創造注重健康校園氛圍。 4. 舉辦各年級健康活動競賽，獎勵各年級優秀前四名，帶動師生愛運動且愛健康的好習慣養成。 5. 為弱勢家庭的學生辦理健康關懷活動。	必選議題 校本重點議題	學務處	輔導處	經常性
學校物質環境	1. 提供美綠化的校園景觀。 2. 定期飲用水安全維護檢測。 3. 環境設施顧及特殊需求學生，達成無障礙環境標準。 4. 訂定學校場地開放借用辦法，提供社區運用學校資源。 5. 辦理視力保健講座，並配合各刊物宣導件促相關議題。 6. 學校提供社區居民運動休閒場所。	校本重點議題 自選議題	總務處	學務處	經常性

健康生活技能教學及活動	1. 健康體位及健康飲食議題融入課程計畫並確實實施。 2. 辦理健康促進校園講座與活動，以凝聚推動共識並增進健康促進學校相關知能。 3. 課程設計重視性別平權觀念與策略。 4. 一~六年級之生活及健康課程，逐漸強化及落實「健康體位」、「視力保健」、「口腔衛生」等保健技能教學。 5. 鼓勵本校健康與體育領域老師踴躍參與相關研習，並運用到平日教學活動中。 6. 利用集會、刊物宣導保健資訊，以預防一般常見的疾病。 7. 建立正確用藥資訊網路。	必選議題 校本重點議題 自選議題	學務處	教務處 輔導處	經常性
社區關係	1. 辦理社區居民健康講座。 2. 社區參與學校健康體育活動。 3. 志工隊中增設健康中心志工組協助推動健康業務。 4. 結合親子教育講座推動健康促進概念。 5. 招募培訓家長成為校園健康志工，協助推展健促活動。	校本重點議題	學務處 總務處	輔導處	經常性
健康服務	1. 學生預防流感接種。 2. 健康中心提供即時傷病服務與追蹤；建置完善的校園緊急傷病處理要點，並提供相關輔導諮詢與戒治轉介服務。 3. 一和四年級學生健康檢查。 4. 辦理身高、體重檢查及體適能檢測，對於過瘦、過重體位、視力不良學生實施個案健康管理。 5. 聯絡醫療院於校慶活動時設立健康攤位，進行親師健康檢查。	必選議題 校本重點議題 自選議題	學務處 健康中心		經常性

肆、學校衛生委員會組織表

職稱	本職	姓名	任務執掌
主任委員	校　　長	陳明利	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
社區組	家長會長	家長會長	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	學務主任	陳姿伊	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務主任	江佳齡	各項健康促進議題融入多元課程教學,培育學生健康知能。
執行秘書	衛生組長	黃馨慧	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。 4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
設備組委員	總務主任	蘇育呈	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備（如洗手設備、衛生器材的維護及修繕…等）
輔導組委員	輔導主任	李肇祥	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組委員	護理師	曾雪雲 李湘琦	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。 4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。 6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。

			7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組委員	健康科任	藍立群老師	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能、使學生、家長實踐健康生活。
	班級導師	林美華老師 李麗慧老師 李文正老師 林宜鍵老師 紀宜君老師 林瓊玉老師	1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。 5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作實施，促進家庭學校間合作關係。
社區組	志工代表	李應珍	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表	蔡明潔	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

伍、策略執行干梯圖

	月份 / 年度	106年						107年					
編號	工作項目	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
1	召開衛生委員會議		●					●				●	
3	擬定及執行學年度學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
4	新生入學活動:愛眼大作戰	●											
5	家長日:播放護眼宣導影片		●										
6	護眼筆記	●	●	●	●								
7	班級馬拉松	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
8	班會討論議題:如何在生活			●									

	中落實愛護眼睛												
9	各學年研究會討論出適合學生愛護眼睛之執行策略				●			●					
10	過程評量、分析與改善				●	●	●	●	●	●	●	●	
11	前測					●	●						
12	後測									●	●		
13	成效評量、分析與改善					●	●	●	●	●	●	●	
14	成果撰寫									●	●	●	
15	成果報告											●	●

陸、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉

必　　選　　議　　題		
推動議題	成效指標說明	預期成效自我評估
健康體位	1. 體位過輕率。 2. 體位肥胖率。 3. 體位適中率。 4. 體位過重率。 5. 每天吃早餐達成率。 6. 學生符合 85210 原則達成率	1. 體位過輕率能下降 0.4%，到 7%。 2. 體位肥胖率能下降 0.5%，到 15.1%，。 3. 體位適中率能提升 0.5%，到 63.5%。 4. 體位過重率能下降 0.5%，到 13.5%。 5. 每天吃早餐達成率 75%。 6. 學生 85210 達成率能達成 50%。
視力保健	1. 學生裸視視力不良率。 2. 視力不良學生複檢率。 3. 定期就醫追蹤率。 4. 視力不良惡化率。 5. 規律用眼 3010 達成率。 6. 天天戶外活動 120 達成率。 7. 下課教室淨空率。 8. 3C 小於 1 小時達成率。 9. 高度近視>500 度個案管理率。 10. 高危險群體個案管理率。 小一 100 度、小二 200 度、小三以上 >300 11. 未就醫追蹤關懷達成率。	1. 學生裸視視力不良率下降 0.5%，到 59% 2. 視力不良學生就醫複檢率達 95%。 3. 定期就醫追蹤率達 85%。 4. 視力不良惡化率下降 0.5%，到 9%。 5. 達到 70% 6. 達到 80% 7. 達到 70% 7. 達到 55% 8. 達到 85% 9. 達到 85% 10. 達到 85% 11. 達到 85%

	12. 高度近視高危險群衛生教育成率。	12. 達到 85%
口腔保健	1. 學生未治療齲齒率。 2. 學生齲齒複檢診治率。 3. 第一大臼齒窩溝封填施作率(國小) 5. 學生早餐後潔牙率。 6. 學生午餐餐後潔牙率。 7. 學生每天平均刷牙次數。 8. 學生使用貝氏刷牙法比率。 9. 含氟漱口水使用率（國小） 10. 學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙 11. 睡前潔牙%。 12. 高年級以上使用牙線潔牙% 13. 在校不吃零食% 14. 在校不喝含糖飲料%	1. 學生初檢齲齒率下降 1%，到 35.87%。 2. 學生齲齒複檢率提升 1%，到 87.83%。 3. 第一大臼齒窩溝封填施作率達 80% 5. 學生早餐後潔牙率 75% 6. 推動午餐餐後潔牙平均執行率達 75%。 7. 學生每天平均刷牙次數至少兩次 8. 學生使用貝氏刷牙法比率達 75% 9. 含氟漱口水使用率達 80% 10. 學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙 80% 11. 睡前潔牙 70% 12. 高年級以上使用牙線潔牙 50% 13. 在校不吃零食 90% 14. 在校不喝含糖飲料 90%
全民健保	1. 對全民健保有正確認知比率。 2. 珍惜全民健保行為比率。	1. 對全民健保有正確認知比率達 100%。 2. 珍惜全民健保行為比率達 100%。
正確用藥	1. 遵醫囑服藥率。 2. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。 3. 不過量使用止痛藥比率。	1. 遵醫囑服藥率達 100%。 2. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示達 100%。 3. 不過量使用止痛藥比率達 100%。
菸檳防制	1. 無菸校園率。 2. 校園二手菸曝露率。 3. 學生吸菸率。 4. 吸菸學生參與戒菸率。 5. 菸害衛教種子教師人數。 6. 無檳校園率。 7. 學生嚼食檳榔率。	1. 無菸校園率達 100%。 2. 校園二手菸曝露率達 100%。 3. 學生吸菸率降至 95% 4. 吸菸學生參與戒菸率達 100%。 5. 菸害衛教種子教師人數 1 人 6. 無檳校園率達 100%。 7. 學生嚼食檳榔率達 100%。
自　選　議　題		
推動議題	成效指標	預期成效自我評估

傳染病防治	辦理傳染病防治宣導至少 1 場次。	辦理一場傳染病防治宣導
安全急救教育	1. 國小五年級以上學生參加 CPR 教育訓練課程比率。 2. 教職員具有 CPR 證照比率。	1. 國小五年級以上學生參加 CPR 教育訓練課程比率達 90%。 2. 教職員 CPR 證照率達 100%。

柒、經費概算表：

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
外聘講師費	時	1600	2	3200	外聘講師費
禮品費	式	40	70	2800	獎品(獎勵參加各項健康活動且落實健康自主管理的學生獎品，不足部分由家長會費支應)
合計				6000	

捌、計畫書內容可依局端建議內容修訂之。

承辦人：　　單位主管：　　主計：　　校長：

衛生組長黃馨慧　　學務主任陳姿伊　　會計室主任薛艷紅　　校長陳明利