

# 新北市108學年度學校健康促進計畫書

108年8月28日經校務會議通過

校名：新北市三重區厚德國民小學

## 壹、依據：

- 一、 教育部國教署108年7月2日臺教國署學字第1080071226號函辦理。
- 二、 新北市政府教育局108年8月14日新北教體字第1081512987號函「新北市108學年度學校健康促進計畫」辦理。

三、

## 貳、計畫目標：

- 一、 透過健康知能、教育宣導與專題講座，強化家長和學生對視力保健及健康體位之重視，以建立正確的健康觀念、態度和行為。
- 二、 凝聚社區力量，連結社區資源推行學校健康促進活動，共同營造健康生活態度。
- 三、 提升學校教師視力保健知識與教學技能，有效推動健康促進之相關活動。
- 四、 營造優質、健康、安全之校園環境，鼓勵學生多到戶外環境活動，養成每天戶外活動至少兩小時的好習慣。
- 五、 訂立視力保健政策，推動相關活動。
- 六、 廣開運動社團，培養學童規律運動的習慣。
- 七、 提供健康服務，有效管理高危險群與高度近視學生之視力。
- 八、 強化學生的營養教育及均衡飲食知識,以養成良好的飲食習慣。
- 九、 鼓勵體位不佳者以均衡飲食及運動方式進行減重,並培養正確體型意識，學會對體重之自我監測管理，維持理想體重。

## 參、背景現況分析：

- 一、 學校地理位置、基本資料概況（學生數、班級數、教職員、家長社經背景）含弱勢學生%

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1575人65班，168名教職員。

家長多屬勞工階級，家庭經濟普通，家長多忙於生計，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，本校弱勢家庭比率大約為25.89%。對學童健康關懷也呈現兩極化，特別是四年級後，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、以重點議題～（視力保健）六大範疇進行 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.成立學校健康促進委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。<br>2.學校主管重視學生視力保健之落實。<br>3.推動戶外活動120、3010眼安康、3C 小於1、下課淨空運動策略。<br>4.校長重視學校辦理的各項活動。<br>5.各處室積極配合學務處辦理視力保健宣導活動。 | 1.行政人員教學與行政工作繁重。<br>2.健康中心著重救護功能。<br>3.學生數眾多，健康中心經費及資源有限。<br>4.學校各項推動健康政策與教學活動需整合，以提升效能。 | 1.教育局、衛生局鼓勵學校辦理健康促進活動，並提供教學資源。<br>2.家長為了學生健康著想，多數能配合學校相關政策。<br>3.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。 | 1.少數家長的配合意願低，故學校政策如何確切落實於家庭及社區仍須努力。 |
| 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，                                                                                                                     | 1.校舍分布廣闊亦有死角，巡視校園人力不足，負擔重。                                                               | 1.學校家長熱心擔任學校環保志工，不僅協助子母車及資源回收                                                                  | 1.常有以下課後進入校園運動休憩的民眾亂丟垃圾，缺乏公德        |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                           |                                                                                               |                                                                                      |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>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。</p> <p>2.校園內無合作社，不主動提供學童零食及含糖飲料。</p> <p>3.本校透過午餐督導會議，謹慎評估各月營養午餐菜單，增加午餐中富含保護視力的營養食物，讓視力保健從每一口佳餚開始。</p> <p>4.行政善用現有資源，並且一級主管與家長會積極向外尋求經費、支援，全面提升學校各項硬體軟體設備，例如投影機全面更新、增設飲水機、改善照明設備、更新遊樂設施、持續綠化美化校園等等，讓學生更喜歡走進戶外活動。</p> | <p>2.學生人數多，多數學生也喜歡到戶外活動，安全管理難度增加，且如遇天候不佳，活動空間上略顯擁擠不足。</p> | <p>作業，更定期協助修剪植栽，維護學校綠美化工作。</p> <p>2.學校於課後提供社區民眾休閒運動的場所。</p> <p>3.校園周遭設計安全路徑，導護志工協助加強安全巡視。</p> | <p>心，造成校園環境髒亂，並加重學童環境維護的壓力。</p> <p>2.鄰近有不少公園，但有些出入口複雜，不適合學童到此活動，限制了學童戶外活動的空間與機會。</p> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|

|        |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                    |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|        | 5.設計校園安全路徑，並設置導護老師加強校園及廁所的安全巡視次數。                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                    |
| 學校社會環境 | <p>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。</p> <p>2.學校推動準時下課、增加學生戶外活動時間當作鼓勵學童的正增強。</p> <p>3.教職員工重視身體健康，成立健走社、羽球社、桌球社、瑜珈社等運動社團。</p> <p>4.學校鼓勵學生參與各樣體育活動，從小一就有體育課後班、桌球課後班、籃球隊、未來升上五年級還可徵選進入體育班，有效提升學童從小培養運動的好習慣，讓眼睛避免</p> | <p>1.部分學生對於健康活動反應不積極。</p> <p>2.課業壓力沉重，有時因考試的緊迫，讓班級導師在有限時間內，面對選擇學童課業優異或增加戶外運動加強健康體能上易產生矛盾、猶豫。</p> | <p>1.家長鼓勵學生多利用下課與課餘時間到戶外活動並參加相關社團或育樂營。</p> <p>2.家長會鼓勵親師生多多參與校內外運動與健康活動，不僅為校爭光也帶動愛運動樂健康的良好風氣。</p> <p>3.校外慈善團體不僅提供家庭弱勢學童生活費的、學費、午餐費救助，亦提供家經濟救助，讓家庭經濟弱勢學童能參與學校課後運動社團。</p> <p>4.教師與家長互動良好。</p> | <p>1.普遍家長工時長，對於學生課後時間，多安排安親班、才藝班、運動課後班，但較少有時間與子女一起互動享受親子運動的時光。</p> |

|             |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                       |                                                               |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|             | 近距離使用過度。                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                       |                                                               |
| 健康生活技能教學及活動 | <p>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。</p> <p>2.健體領域教師與專業教練，對教學創新與研究投入。</p> <p>3.導師積極配合進行健康活動，遵從教育部電子白板、E化教學原則，指導學生正確坐姿、閱讀、書寫及握筆姿勢，定期更換座位。</p> | <p>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。</p> <p>2.視力保健活動及講座較為零散，統整性有待加強。</p> <p>3.學生學校課程多以室內課為主，教師應適當規劃自然、藝文、數學或語文課程戶外化。</p> <p>4.教育政策眾多，時間有限，難以全心力積極投入視力保健議題推展。</p> <p>5.教師可增加動態作業，例如跳繩、做家事等等。</p> | <p>1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。</p> <p>2.部分家長具醫護背景者，可邀請協助學校健康教育課程及活動。</p> <p>3.透過不同基金會所提供免費健康講座，利用在學時間強化學生健康知能，也彌補正是健康課程間較少的遺憾，讓追求健康的風氣從小養成。</p> | <p>1.3C 產品普遍，部分學童居家使用頻率過高或時間過長，家長若未督促管理，可能會影響學童視力及正常生活作息。</p> |
| 社區關係        | <p>1.學校與社區發展協會及里辦公室關係良好。</p> <p>2.結合家長日活動，辦理親師座談會，有利宣導</p>                                                                                         | <p>1.家長工作繁忙，親師聯繫不易。</p> <p>2.部分家長對學校辦理之健康活動的認同感及參</p>                                                                                                                                             | <p>1.家長會及社區志工組織導護團隊，協助維護學生安全。</p> <p>2.家長志工團體人數眾多，具衛</p>                                                                                              | <p>1.部分家長僅要求學童的學習成就，對健康不重視，不熱衷於學校或社區活動。</p> <p>2.部分家長讓學</p>   |

|      |                                                                                                                                                                                |                                         |                                                                                                                   |                                                                                  |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
|      | <p>學校視力保健政策，推廣視力保健議題。</p> <p>3.每年度校慶暨社區運動會推廣社區視力保健議題執行策略。</p> <p>4.結合社區醫療資源，成立視力保健聯盟。學校與衛生所銜接，支援系統便捷。</p> <p>5.積極建立學校與醫院間的溝通橋樑。</p> <p>6.校網、穿堂及校門口跑馬燈對社區民眾宣導，隨時提供即時視力保健資訊。</p> | 與度仍待加強。                                 | <p>教專長之志工媽媽，熱心提供協助。</p> <p>3.社區愛心服務商店眾多。</p> <p>4.學區醫療資源豐富，健康照護系統連結容易。</p> <p>5.志工團隊與愛心媽媽加入健康促進活動，協助學校推廣相關政策。</p> | <p>童課後參加安親班，多待在室內學習，進而影響戶外活動時間。</p>                                              |
| 健康服務 | <p>1.學生上下學期進行視力檢查，並落實視力異常學生轉診矯正或遵醫囑矯正。</p> <p>2.高度近視及高危險群個案管理、追蹤輔導。</p> <p>3.社區醫療院所於校慶活動時設立健康攤位，進行親師視力健康</p>                                                                   | <p>1.學生近視比率高，學生人數眾多，導師及護理師工作負擔日益加重。</p> | <p>1.學校鄰近三重醫院，及其他醫療院所診所，資源豐富可提供健康諮詢服務。</p>                                                                        | <p>1.部分家長因工作繁忙或未即時掌握訊息，導致學童未能即時進行相關矯治。</p> <p>2.隔代教養及單親家庭日益增多，造成少數學童矯治的配合度低。</p> |

|  |      |  |  |  |
|--|------|--|--|--|
|  | 檢 查。 |  |  |  |
|--|------|--|--|--|

三、 以107學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

102～107學年度視力不良％統計表（國小適用）

|     | 102上   | 102下   | 103上   | 103下   | 104上   | 104下   | 105上   | 105下   | 106上   | 106下   | 107上   | 107下   |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 一年級 | 37.4%  | 40.1%  | 33.6%  | 37.8%  | 30.5%  | 32.5%  | 29.8%  | 38.3%  | 38.4%  | 37.6%  | 30.5%  | 40.30% |
| 二年級 | 43.8%  | 42.3%  | 40.5%  | 43.9%  | 39.3%  | 44.3%  | 42.4%  | 46.3%  | 41.9%  | 48.1%  | 42.0%  | 43.7%  |
| 三年級 | 51.8%  | 52.6%  | 48.9%  | 54.0%  | 48.9%  | 54.2%  | 51.3%  | 55.4%  | 48.6%  | 54.7%  | 53.2%  | 57%    |
| 四年級 | 64.8%  | 68.6%  | 55.0%  | 58.6%  | 57.9%  | 64.1%  | 55.3%  | 56.4%  | 57.2%  | 64.2%  | 60.5%  | 65.80% |
| 五年級 | 70.4%  | 74.4%  | 68.6%  | 68.8%  | 61.9%  | 66.8%  | 67.2%  | 68.6%  | 61.0%  | 65.5%  | 65.9%  | 70.80% |
| 六年級 | 73.5%  | 75.3%  | 76.4%  | 78.5%  | 73.2%  | 74.6%  | 69.7%  | 70.9%  | 71.3%  | 74.9%  | 69.7%  | 71.60% |
| 全校  | 57.70% | 59.70% | 54.40% | 57.40% | 52.60% | 56.80% | 53.70% | 56.90% | 53.70% | 58.40% | 53.40% | 58.10% |
| 惡化％ | 8.72%  | 4.20%  | 4.24%  | 5.16%  | 6.92%  | 8.18%  | 9.48%  | 7.14%  | 6.80%  | 8.48%  | 8.84%  | 7.76%  |

107學年度待矯治（新增）齲齒％統計表（國小適用）

|     | 102上   | 103上   | 104上   | 105上   | 106上    | 107上    |
|-----|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| 一年級 | 33.96% | 44.81% | 33.33% | 45.15% | 35.48%  | 37.76%  |
| 四年級 | 49.27% | 30.77% | 37.45% | 27.17% | 25.19%  | 21.90%  |
| 增減％ | -      | -      | -      | -6.7%  | -19.62% | -11.43% |

102～107學年度健康體位～體位過輕％統計表

|     | 102上 | 102下 | 103上 | 103下 | 104上 | 104下 | 105上  | 105下 | 106上  | 106下 | 107上  | 107下 |
|-----|------|------|------|------|------|------|-------|------|-------|------|-------|------|
| 一年級 | 2.3% | 2.6% | 4.2% | 3.0% | 7.0% | 5.3% | 4.2%  | 3.0% | 5.6%  | 4.4% | 4.2%  | 4.2% |
| 二年級 | 8.1% | 2.9% | 4.9% | 2.6% | 6.0% | 4.9% | 11.1% | 7.0% | 10.1% | 5.4% | 5.6%  | 4.4% |
| 三年級 | 6.1% | 2.3% | 8.5% | 3.7% | 6.0% | 2.3% | 7.8%  | 5.2% | 11.1% | 7.4% | 8.4%  | 5.0% |
| 四年級 | 7.4% | 4.0% | 8.0% | 5.1% | 7.7% | 6.2% | 5.3%  | 2.6% | 8.5%  | 4.4% | 10.7% | 9.9% |
| 五年級 | 5.6% | 4.6% | 8.1% | 4.4% | 6.7% | 4.5% | 9.9%  | 5.5% | 5.7%  | 1.9% | 5.6%  | 4.8% |
| 六年級 | 4.2% | 2.7% | 6.3% | 4.3% | 7.3% | 3.3% | 6.4   | 3.5  | 8.0   | 5.8  | 3.8%  | 2.3% |
| 平均  | 5.6% | 3.2% | 6.7% | 3.9% | 6.8% | 4.4% | 7.4%  | 4.4% | 8.1%  | 4.9% | 6.3%  | 5.0% |

102～107學年度健康體位～體位過重％統計表

|     | 102上  | 102下  | 103上  | 103下  | 104上  | 104下  | 105上  | 105下  | 106上  | 106下  | 107上  | 107下  |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 一年級 | 12.1% | 15.8% | 11.7% | 13.6% | 14.8% | 16.0% | 9.3%  | 10.5% | 12.5% | 13.3% | 11.2% | 11.5% |
| 二年級 | 15.8% | 16.2% | 14.3% | 14.7% | 15.5% | 14.3% | 15.2% | 18.6% | 8.9%  | 11.7% | 15.3% | 14.9% |
| 三年級 | 19.9% | 17.4% | 16.2% | 15.0% | 14.3% | 14.0% | 14.4% | 14.4% | 14.8% | 12.8% | 15.1% | 16.3% |
| 四年級 | 16.2% | 16.8% | 19.6% | 20.0% | 12.5% | 13.9% | 14.0% | 13.6% | 14.4% | 13.0% | 14.4% | 12.8% |
| 五年級 | 17.2% | 16.9% | 16.5% | 13.5% | 15.0% | 16.3% | 13.1% | 13.1% | 14.3% | 13.2% | 11.1% | 11.9% |
| 六年級 | 14.2% | 13.3% | 14.2% | 15.5% | 14.2% | 16.4% | 18.2% | 15.1% | 10.9% | 13.1% | 13.2% | 11.3% |
| 平均  | 16.0% | 16.0% | 15.5% | 15.5% | 14.4% | 15.2% | 14.3% | 14.3% | 12.7% | 12.9% | 13.4% | 13.0% |

102～107學年度健康體位～體位超重％統計表

|     | 102上  | 102下  | 103上  | 103下  | 104上  | 104下  | 105上  | 105下  | 106上  | 106下  | 107上  | 107下  |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 一年級 | 16.2% | 17.7% | 12.8% | 10.2% | 12.3% | 12.3% | 13.5% | 12.2% | 12.1% | 14.9% | 11.9% | 11.5% |
| 二年級 | 13.2% | 14.7% | 14.7% | 15.8% | 10.2% | 12.1% | 11.5% | 13.2% | 10.5% | 10.9% | 11.3% | 15.3% |
| 三年級 | 16.4% | 19.3% | 15.4% | 17.2% | 16.6% | 15.1% | 11.5% | 13.0% | 15.2% | 16.0% | 11.3% | 11.7% |
| 四年級 | 15.4% | 17.2% | 19.2% | 20.5% | 18.7% | 19.4% | 17.4% | 19.2% | 13.7% | 17.4% | 17.3% | 19.8% |
| 五年級 | 22.2% | 24.2% | 16.1% | 17.2% | 23.0% | 22.4% | 19.7% | 20.8% | 17.0% | 19.2% | 20.0% | 19.3% |
| 六年級 | 21.8% | 21.5% | 22.5% | 20.7% | 17.2% | 16.8% | 19.5% | 19.9% | 21.1% | 19.3% | 20.8% | 21.5% |
| 平均  | 17.7% | 19.3% | 17.0% | 17.1% | 16.6% | 16.6% | 15.7% | 16.6% | 15.1% | 16.4% | 15.4% | 16.5% |

102～107學年度健康體位～體位適中％統計表

|     | 102上  | 102下  | 103上  | 103下  | 104上  | 104下  | 105上  | 105下  | 106上  | 106下  | 107上  | 107下  |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 一年級 | 69.4% | 63.8% | 71.3% | 73.2% | 65.8% | 66.3% | 73.0% | 74.3% | 69.8% | 67.3% | 72.7% | 72.7% |
| 二年級 | 62.6% | 66.2% | 66.0% | 66.8% | 68.3% | 68.7% | 62.1% | 61.2% | 70.5% | 72.0% | 67.7% | 65.3% |
| 三年級 | 57.6% | 61.1% | 59.9% | 64.1% | 63.0% | 68.7% | 66.3% | 67.4% | 58.5% | 63.8% | 65.3% | 66.9% |
| 四年級 | 61.0% | 61.9% | 53.2% | 54.2% | 61.2% | 60.4% | 63.4% | 64.5% | 63.3% | 65.2% | 57.6% | 57.6% |
| 五年級 | 55.0% | 54.3% | 59.3% | 65.0% | 55.3% | 56.9% | 57.3% | 60.6% | 63.0% | 65.7% | 63.3% | 64.1% |
| 六年級 | 59.7% | 62.4% | 57.0% | 59.5% | 61.3% | 63.5% | 55.9% | 61.5% | 60.0% | 61.8% | 62.3% | 64.9% |
| 平均  | 60.7% | 61.5% | 60.8% | 63.5% | 62.2% | 63.8% | 62.6% | 64.7% | 64.1% | 65.8% | 64.9% | 65.5% |



(請依據107學年度健康資訊系統資料填寫)

| 項目       | 指 標                                  | 本校     | 本市       | 全國       | 達成指標情形                                                                              |
|----------|--------------------------------------|--------|----------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 視力<br>保健 | 裸視視力<br>不良率                          | 53.40% | 國小47.36% | 國小44.79% | <input type="checkbox"/> 符合全國指標以下<br><input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中77.24% | 國中73.48% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中81.69% | 高中83.25% |                                                                                     |
|          | 視力不良<br>複檢率                          | 96.43% | 國小94.84% | 國小91.43% | <input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上<br><input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中89.81% | 國中84.16% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中46.96% | 高中42.98% |                                                                                     |
| 口腔<br>保健 | 學生初檢齲<br>齒率〈一、<br>四、七、十<br>年級〉       | 37.76% | 國小42.19% | 國小42.16% | <input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以下<br><input type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力 |
|          |                                      | 21.90% | 國小35.64% | 國小36.43% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 國中28.22% | 國中27.33% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中34.27% | 高中28.24% |                                                                                     |
|          | 學生齲齒就<br>醫矯治率<br>〈一、四、<br>七、十年<br>級〉 | 96.30% | 國小94.48% | 國小88.57% | <input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上<br><input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力 |
|          |                                      | 89.79% | 國小92.84% | 國小86.24% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 國中88.56% | 國中80.08% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中48.58% | 高中36.43% |                                                                                     |
| 健康<br>體位 | 學生體位<br>過輕率                          | 6.30%  | 國小7.30%  | 國小7.87%  | <input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以下<br><input type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中6.41%  | 國中6.55%  |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中8.94%  | 高中8.88%  |                                                                                     |
|          | 學生體位<br>適中率                          | 64.90% | 國小65.24% | 國小64.51% | <input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上<br><input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中62.86% | 國中62.82% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中59.52% | 高中60.57% |                                                                                     |
|          | 學生體位<br>過重率                          | 13.40% | 國小13.05% | 國小12.95% | <input type="checkbox"/> 符合全國指標以下<br><input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中13.04% | 國中12.91% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中13.52% | 高中13.25% |                                                                                     |
|          | 學生體位<br>超重率                          | 15.40% | 國小14.41% | 國小14.68% | <input type="checkbox"/> 符合全國指標以上<br><input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力 |
|          |                                      |        | 國中17.69% | 國中17.72% |                                                                                     |
|          |                                      |        | 高中18.02% | 高中17.30% |                                                                                     |

#### 肆、健康促進學校議題：

##### 一、教育部重視學生健康，下列議題列為必選：

(一) 國小：視力保健、口腔保健、健康體位(含營養教育)、菸檳防制、全民健保(含正確用藥)

(二) 國高中：健康體位(含營養教育)、菸檳防制、性教育（含愛滋病防治）

故各校於108學年度就未達全國指標者，擇一列為學校重點議題，可於下列必選議題中以■標示之；已達者也請至少擇一議題辦理。

(一) 國小：■視力保健 ■口腔保健 ■健康體位(含營養教育) □菸(檳)害防制  
□全民健保(含正確用藥)

(二) 國中：□口腔保健 □健康體位(含營養教育) □性教育（含愛滋病防治）  
□菸檳防制 □全民健保(含正確用藥)

(三) 高中：□口腔保健 □健康體位(含營養教育) □性教育（含愛滋病防治）  
□菸檳防制 □全民健保(含正確用藥)

##### 二、自選議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

(一) 國小：■性教育（含愛滋病防治） □藥物濫用防制 □安全急救教育  
□心理衛生 ■傳染病防治

(二) 國中：□視力保健 □藥物濫用防制 □安全急救教育 □心理衛生  
□傳染病防治

(三) 高中：□視力保健 □藥物濫用防制 □安全急救教育 □心理衛生  
□傳染病防治

#### 伍之一、實施策略及內容：

##### 108學年度擇定之重點議題～（視力保健、口腔保健、健康體位）寫策略

| 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、護理師達成視力保健之推行宣導活動及課程編設之依據。 | 國小視力保健 | 學務處  |      | 108.9~109.6<br>經常性 |

|        |                                                                                                                                                                                                                                              |  |     |     |                    |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|-----|--------------------|
|        | <p>2.於擴大行政會議、教師晨會、兒童朝會宣導視力保健議題與目標。</p> <p>3.推行戶外活動120、3C 小於1、下課淨空運動。</p> <p>4.兒童朝會時鼓勵全校師生配戴帽子和太陽眼鏡保護眼睛。</p> <p>5.鼓勵學生到戶外上課時配戴帽子和太陽眼鏡保護眼睛。</p> <p>6.鼓勵學生走路上下學</p> <p>7.每月一次全校午餐時間辦理視力保健廣播推廣。</p> <p>8.評比上下學期視力測量結果，保持未近視及視力不良未惡化者，進行公開表揚。</p> |  |     |     |                    |
| 學校物質環境 | <p>1.提供美化綠化的校園景觀。</p> <p>2.環境設施顧及特殊需求學生，達成無障礙環境標準，讓學生能在安全無虞的環境下進行下課淨空的活動。</p> <p>3.訂定學校場地開放借用辦法，提供社區運用學校資源。</p> <p>4.辦理視力保健講座，並配合各刊物宣導件促相關議題。</p> <p>5.學校提供社區居民運動休閒場所。</p> <p>6.每學期照度檢測一次。</p> <p>7.第一排課桌前沿距離黑板兩公尺</p> <p>8.使用不反光桌墊。</p>     |  | 學務處 | 總務處 | 108.9~109.6<br>經常性 |

|             |                                                                                                                                                                                                        |  |            |            |                        |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------|------------|------------------------|
| 學校社會環境      | <p>1.辦理健康社團，創造注重健康校園氛圍。</p> <p>2.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，增加戶外活動120的好習慣養成。</p> <p>3.為弱勢家庭的學生辦理健康關懷活動。</p> <p>4.視力保健情境佈置。</p>                                                                 |  | 學務處        | 輔導處        | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康生活技能教學及活動 | <p>1.食物營養與眼睛健康議題融入課程計畫並確實實施。</p> <p>2.辦理視力講座與活動，以凝聚師生推動愛眼共識並增進護眼知能。</p> <p>3.一~六年級之生活及健康課程，逐漸強化及落實「視力保健」等保健技能教學。</p> <p>4.鼓勵本校健康與體育領域老師踴躍參與護眼相關研習，並運用到平日教學活動中。</p> <p>5.利用集會、刊物宣導護眼保健資訊，提高眼睛疾病預防力。</p> |  | 學務處        | 教務處<br>輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 社區關係        | <p>1.辦理社區居民健康講座。鼓勵社區參與學校健康體育活動。</p> <p>2.結合親子教育講座推動視力保健概念。</p>                                                                                                                                         |  | 學務處<br>總務處 | 輔導室        | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|        |                                                                                                                                                                                                                |      |             |                   |                        |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------|-------------------|------------------------|
| 健康服務   | 1.學生上下學期進行視力檢查。<br>2.健康中心提供完善的環境，進行學生視力檢查，並掌握學生視力狀況、並提出高度近視及高危險群個案管理服務。                                                                                                                                        |      | 學務處<br>健康中心 |                   | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 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.成立學校健康促進委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議。<br>2.落實餐後潔牙(早餐後、午餐後)。<br>3.潔牙氟化物結合：使用>1000PPM 牙膏潔牙，國小學生每週一次含氟漱口水含漱措施。<br>4.鼓勵多喝白開水、不喝含糖飲料。<br>5.兒童朝會辦理學校性口腔衛教宣導活動。<br>6.配合寒暑假健康自主管理單，請老師列入寒暑假作業，優良學生公開表揚。 | 口腔保健 | 學務處         | 教務處<br>總務處<br>輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 學校物質環境 | 1.充足水龍頭、洗手台配置。<br>2.設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。<br>3.無合作社，不販售含糖飲料、高油脂食品。                                                                                                                                        |      | 學務處         | 總務處               | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|             |                                                                                                                                  |  |     |     |                        |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|-----|------------------------|
|             | <p>4.提供安全環境、穿堂張貼口腔保健海報文宣。</p> <p>5.購買牙刷作為小一新生入學禮物之一，宣導口腔保健觀念。</p> <p>6.運用健康促進經費購置立鏡、牙菌斑顯示劑等提供一年級潔牙講座使用。</p>                      |  |     |     |                        |
| 學校社會環境      | <p>1.制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度、勉勵持續保持無齲齒、自主餐後潔牙等良好行為學生。</p> <p>2.弱勢、就醫困難、有特殊需求學生適當協助與關懷。</p> <p>3.口腔保健情境佈置。</p> <p>4.未能就醫診療學生之協助。</p> |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康生活技能教學及活動 | <p>1.口腔保健議題融入健康教育課程。</p> <p>2.鼓勵學生養成自主健康管理習慣、並融入家庭，全家一起來。</p> <p>3.結合其他課程融入健康議題</p> <p>4.指導貝氏刷牙法，落實餐後潔牙以維護口腔衛生。</p>              |  | 學務處 | 教務處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 社區關係        | <p>1.於聯絡簿提供健康小叮嚀。</p> <p>2.結合家長日辦理健康促進活動，邀請家長參與。</p> <p>3.邀請社區牙醫師辦理口腔保健講座。</p> <p>4.指導學生健康生活技能融入家庭，親子一起培育自主健康管理習慣。</p>           |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|        |                                                                                                                                         |      |      |                   |                        |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|-------------------|------------------------|
|        | 5.利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。                                                                                                        |      |      |                   |                        |
| 健康服務   | 1.落實一、四年級學生牙齒檢查與統計分析。<br>2.口腔衛生異常學生落實轉診矯治。<br>3.潔牙技巧協同教學指導<br>4.落實窩溝封填矯治。                                                               |      | 學務處  |                   | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 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.成立學校健康促進委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議。<br>2.結合 SH150，舉辦班級馬拉松，鼓勵學生養成每天運動好習慣。<br>3.喝足量白開水，拒絕含糖飲料。<br>4.兒童朝會辦理學校性健康體位衛教宣導活動。 | 健康體位 | 學務處  | 教務處<br>總務處<br>輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 學校物質環境 | 1.充足水龍頭、洗手台配置。<br>2.設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。<br>3.營養午餐供餐合約制定少油、少糖、少鹽飲食。<br>4.使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量<br>5.設計健康飲食，避免油炸、過油、勾芡餐食。        |      | 學務處  | 總務處               | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|             |                                                                                                                                                                             |  |     |     |                        |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|-----|------------------------|
|             | 6.運用健康促進經費購置食物模型等教具，提供健康教學使用。                                                                                                                                               |  |     |     |                        |
| 學校社會環境      | 1.落實三級輔導工作，營造友善的校園環境。<br>2.制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度，勉勵持續保持體位適中，自主健康管理等良好行為學生。<br>3.弱勢、就醫困難、未吃早餐及有特殊需求學生適當協助與關懷。<br>4.健康體位、健康飲食情境佈置。<br>5.成立教師健康社團，聯絡同仁情誼。<br>6.菜單附註營養小常識、健康小叮嚀。 |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康生活技能教學及活動 | 1.健康體位議題融入健康教育課程。<br>2.培育學生健康生活技能，養成自主健康管理習慣。<br>3.結合其他課程融入健康體位議題。<br>4.培育一人一運動習慣，每天自主運動一小時習慣。                                                                              |  | 學務處 | 教務處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 社區關係        | 1.提供健康體位小叮嚀於聯絡簿。<br>2.結合家長日，辦理健康體位活動，邀請家長參與。<br>3.假日親子戶外活動推動。<br>4.開放校園鼓勵社區民眾運                                                                                              |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |



|      |                                                                                                 |  |     |  |                        |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|--|------------------------|
|      | 動。<br>5.利用學校網頁.川堂公佈欄.跑馬燈，宣導推動健康體位議題訊息。                                                          |  |     |  |                        |
| 健康服務 | 1.每學期健康檢查、統計分析。<br>2.體位異常學生異常學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理，追蹤輔導。<br>3.指導學生健康飲食。每天自主運動一小時，做好體位自主健康管理與監控。 |  | 學務處 |  | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

## 伍之二、實施策略及內容：

### 108學年度擇定之自選議題～（性教育、傳染病防治）寫策略

| 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.成立學校健康促進委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議。<br>2.規劃性教育活動行事曆，以提升「性態度正向率」及「關懷包容愛滋感染者率」為目標進行宣導，完成問卷分析及成果報告。<br>3.下學期辦理六年級愛滋病防治講座。 | 性教育  | 學務處  | 教務處<br>總務處<br>輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 學校物質環境 | 1.校園提倡綠化美化植栽。<br>2.提供標準運動場，學生的活動空間足夠。<br>3.充足水龍頭、洗手台配置。                                                                                 |      | 學務處  | 總務處               | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|             |                                                                                                                                          |  |     |     |                        |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|-----|------------------------|
|             | <p>4.提供安全環境、穿堂海報標示校園危險區域。</p> <p>5.校園設置監視系統，以預防犯罪。</p>                                                                                   |  |     |     |                        |
| 學校社會環境      | <p>1.落實三級輔導工作，營造友善的校園環境。</p> <p>2.進行性別平等活動。</p> <p>3.配合世界愛滋病日(12/1)，製作關懷愛滋小卡佈告欄，提升學生接納愛滋感患者比率。</p> <p>3.性別平等、預防愛滋校園情境佈置</p>              |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康生活技能教學及活動 | <p>1.性別平等議題融入健康教育課程。</p> <p>2.培育學生健康生活技能，指導拒絕技巧，感染愛滋危險知覺比率。</p> <p>3.辦理「性教育、性別平等」宣導，培養學生正確觀念。</p> <p>4.結合跨領域課程融入健康議題。</p>                |  | 學務處 | 教務處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 社區關係        | <p>1.結合家長日、親師懇談日、社區運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與辦理性教育親職講座。</p> <p>2.結合社區醫療資源、民間公益團體、基金會、大專院校建交合作，協助學校推動健康促進。</p> <p>3.利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康</p> |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|      |                                         |  |     |  |                        |
|------|-----------------------------------------|--|-----|--|------------------------|
|      | 促進議題訊息。                                 |  |     |  |                        |
| 健康服務 | 1.針對需協助學生列冊諮詢管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、追蹤輔導與諮詢。 |  | 學務處 |  | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

| 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.成立學校健康促進委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議。<br>2.學校健康促進計畫經校務會議通過，凝聚全校共識。<br>3.於兒童朝會、家長日辦理腸病毒、登革熱、流感等傳染病防治宣導。<br>4.若有有群聚感染情形，成立傳染病防治因應小組。<br>5.校園流感疫苗施打。 | 傳染病防治 | 學務處  | 教務處<br>總務處<br>輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 學校物質環境 | 1.定期清理水塔，進行飲用水品質之監測及維護。<br>2.充足洗手台、水龍頭與洗手設備，不定期提供肥皂、洗手乳、漂白水。<br>3.校園環境定期清潔與消毒。<br>4.每週至少一次班級漂白水消毒。<br>5.張貼洗手五步驟、防疫小常識等海報於校園。                                     |       | 學務處  | 總務處               | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

|             |                                                                                                                                               |  |     |     |                        |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----|-----|------------------------|
| 學校社會環境      | 1.定期進行腸病毒自我檢查與防治登革熱媒蚊孳生源自我檢查。                                                                                                                 |  | 學務處 |     | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康生活技能教學及活動 | 1.傳染病防治議題融入健康課程。<br>2.增進學生健康生活知識，指導正確傳染病防治技能，例如正確洗手步驟、巡倒清刷防登革熱。<br>3.善用衛服部疾病管制署之多媒體、海報、手冊等資源融入課程及宣導活動。                                        |  | 學務處 | 教務處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 社區關係        | 1.結合迎新活動、家長日、親師懇談日、社區運動會等，宣導相關傳染病防治議題。<br>2.結合社區醫療資源、民間公益團體、基金會，協助學校推動健康促進。<br>3.利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動傳染病防治訊息。<br>4.於聯絡簿上黏貼傳染病防治小叮嚀，加強家長健促觀念。 |  | 學務處 | 輔導處 | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |
| 健康服務        | 1.指導正確傳染病防治技能，例如正確洗手步驟、巡倒清刷防登革熱。<br>2.針對感染學生進行相關協助與病情追蹤。                                                                                      |  | 學務處 |     | 108.9~<br>109.6<br>經常性 |

陸、學校健康促進委員會組織表

| 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。<br>2、核定各項活動策略及其設備事項。<br>3、籌措學校交通安全經費。<br>4、主持「健康促進委員會」，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 | 洪鈺旻        | 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 | 林美宏        | 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 | 蘇育呈        | 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 | 藍樂榛        | 1、執行委員會決議事項。<br>2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。<br>3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。<br>4、協助健康教育教學及各項衛生活動。<br>5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。<br>6、辦理各項衛生教育競賽及活動。<br>7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。<br>8、其他有關衛生保健事項。     |
| 設備組委員 | 總務主任 | 江佳齡        | 1、學校內外衛生環境的佈置與整理。<br>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）。<br>3、提供完善的健康教學器材管理。<br>4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。<br>5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。<br>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 | 陳姿伊        | 1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。<br>2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。<br>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<br>李湘琦 | 1、負責學校健康中心一切事務。<br>2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。                                                                                                                                             |

|           |              |                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------|--------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           |              |                                                    | <p>3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。</p> <p>4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。</p> <p>5、對於慢性病學生應加強管理與照護。</p> <p>6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。</p> <p>7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。</p> <p>8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。</p> <p>9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。</p> <p>10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。</p> <p>11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。</p> <p>12、協助辦理學校健康促進委員會有關工作。</p> <p>13、其他學校衛生保健相關事宜。</p> |
| 教育組<br>委員 | 健康科任         | 高美琪<br>吳玲玲                                         | 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<br>江彥亭老師<br>李文正老師<br>鄭羽君老師<br>林佩瑩老師<br>藍立群老師 | <p>1、落實執行學校健康促進委員會所訂定之計畫。</p> <p>2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。</p> <p>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。</p> <p>4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。</p> <p>5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。</p> <p>6、推動學校健康教育及各項健康活動。</p> <p>7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。</p>                                                                                                    |
| 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<br>自治市長 | 蘇莉婕                                                | 協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

### 柒、策略執行干梯圖(其他執行項目請自行延伸)

| 月份 | 年度                    | 108年 |   |    |    |    | 109年 |   |   |   |   |   |   |
|----|-----------------------|------|---|----|----|----|------|---|---|---|---|---|---|
|    |                       | 8    | 9 | 10 | 11 | 12 | 1    | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 編號 | 工作項目                  |      |   |    |    |    |      |   |   |   |   |   |   |
| 1  | 召開學校健康促進委員會           |      | ● |    |    |    |      | ● |   |   |   | ● |   |
| 2  | 擬定及執行學年度學校健康促進計畫      | ●    | ● | ●  | ●  | ●  | ●    | ● | ● | ● | ● | ● |   |
| 3  | 健康促進計畫經校務會議通過         | ●    |   |    |    |    |      |   |   |   |   |   |   |
| 4  | 新生入學活動:健康99九宮格-愛eye宣導 | ●    | ● |    |    |    |      |   |   |   |   |   |   |
| 5  | 家長日播放護眼宣導影片           |      | ● |    |    |    |      |   |   |   |   |   |   |
| 6  | 班級馬拉松                 | ●    | ● | ●  | ●  | ●  | ●    | ● | ● | ● | ● | ● |   |
| 7  | 辦理健康促進講座              |      |   | ●  | ●  |    | ●    |   | ● | ● | ● |   |   |
| 8  | 各年級體育競賽               |      | ● | ●  | ●  | ●  | ●    | ● | ● | ● | ● | ● |   |
| 9  | 問卷前測與後測分析             |      |   | ●  | ●  |    |      |   |   | ● | ● |   |   |
| 10 | 資料分析檢討與改善             |      |   | ●  | ●  | ●  | ●    |   | ● | ● | ● |   |   |
| 11 | 成果撰寫                  |      |   |    |    |    |      |   |   | ● | ● | ● |   |
| 12 | 行動研究成果報告              |      |   |    |    |    |      |   |   |   |   |   | ● |

### 捌、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                                       | 學校自我預期成效評估<br>(務必填寫) |
| 視力保健    | 1. 學生裸視篩檢視力不良率。<br>107-1 53.40% 107-2 58.10% | 1、52.40%             |
|         | 2. 裸視篩檢視力不良惡化率。<br>107-1 8.84% 107-2 7.76%   | 2、7.8%               |
|         | 3. 視力不良學生複檢率。<br>107-1 96.43% 107-2 96.87%   | 3、96.99%             |
|         | 4.定期就醫追蹤率。100%                               | 4、100%               |
|         | 5.規律用眼3010達成率。40%                            | 5、41%                |
|         | 6.天天戶外活動120達成率。33%                           | 6、34%                |
|         | 7.下課教室淨空率。(重點年級) 57%                         | 7、58%                |
|         | 8.3C 小於1小時達成率。51%                            | 8、52%                |
|         | 9.高度近視>500度個案管理率。                            | 9、預估40人/列管40人/列管     |

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | <p>共43人/列管43人/列管100%</p> <p>10.高危險群體個案管理率。<br/>(小一100度、小二200度、小三以上&gt;300度者)。<br/>應列管207人/實際列管207人/列管100%</p> <p>11.未就醫追蹤關懷達成率。<br/>未就醫27人/追蹤達成17人/63%</p> <p>12.高度近視、高危險群衛生教育宣導達成率。100%</p>                                                                                                                                                                                       | <p>100%</p> <p>10、國小：預估應列管180人<br/>/實際列管180人/列管100%</p> <p>11、未就醫26人/追蹤達成18<br/>人/67%</p> <p>12、100%</p>                                                                                           |
| 口腔保健 | <p>1. 學生未治療齲齒率。數據一年級 37.76% 四年級 21.9%</p> <p>2. 學生齲齒複檢診治率。一年級 96.3% 四年級 87.79%</p> <p>3. 低年級第一大白齒窩溝封填施作率（國小填寫）。<br/>一年級16% 二年級46%</p> <p>4. 學生午餐後搭配&gt;1000含氟牙膏潔牙率%。10%</p> <p>5.學生睡前潔牙率%。86%</p> <p>6.高年級以上使用牙線潔牙率%。45%</p> <p>7. 在校不吃零食率%。18%</p> <p>8. 在校不喝含糖飲料率%。41%</p> <p>9. 含氟漱口水使用率。98%</p> <p>10. 學生早餐後潔牙率%。85%</p> <p>11. 學生午餐餐後潔牙率%。96%</p> <p>12. 學生使用貝氏刷牙法比率%。85%</p> | <p>1、一年級36% 四年級20%</p> <p>2、一年級97.3% 四年級 88.79%</p> <p>3、一年級17% 二年級17%</p> <p>4、15%</p> <p>5、87%</p> <p>6、46%</p> <p>7、19%</p> <p>8、42%</p> <p>9、99%</p> <p>10、86%</p> <p>11、97%</p> <p>12、86%</p> |
| 健康體位 | <p>1. 體位過輕率。107-1 6.3% 107-2 5.0%</p> <p>2. 體位適中率。107-1 64.9% 107-2 65.5%</p> <p>3. 體位過重率。107-1 13.4% 107-2 13%</p> <p>4. 體位超重率。107-1 15.4% 107-2 16.5%</p> <p>5. 每天吃早餐達成率%。80%</p> <p>6.學生符合85110原則達成率（以下分述）：<br/>（1）學生每天睡足8小時達成率%。88%<br/>（2）學生每天午餐理想蔬菜量（1拳半）達成率%。<br/>國小：78%</p>                                                                                                | <p>1、4.5%</p> <p>2、66.4%</p> <p>3、12.5%</p> <p>4、16%</p> <p>5、81%</p> <p>6-1、89%</p> <p>6-2、79%</p>                                                                                                |



|                 |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                   |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | <p>(3) 每天3C 產品使用時間少於1小時平均達成率 %。51%</p> <p>(4) 學生目標運動量平均達成率%。(運動420/週) 48%</p> <p>(5) 學生喝足白開水目標平均達成率%<br/>(每日喝足白開水、體重每公斤*30CC)。78%</p> <p>(6) 在校零含糖飲料%(與口腔保健第8.9點相同)。41%</p>                                                          | <p>6-3、52%</p> <p>6-4、49%</p> <p>6-5、79%</p> <p>6-6、42%</p>                                                       |
| 菸檳防制            | <p>1. 學生吸菸率%(及吸菸學生人數)。3.92%/ 61 人</p> <p>2. 學生使用電子煙人數及使用率%。31人/1.96 %</p> <p>3. 學生參與菸害教育率%。78%</p> <p>4. 校園二手菸曝露率%。8%</p> <p>5. 吸菸學生參與戒菸教育率100%。</p> <p>6. 菸害衛教種子教師人數。1人</p> <p>7. 學生參與檳害教育率%。82%</p> <p>8. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。無學生嚼食檳榔</p> | <p>1、3%/47人</p> <p>2、30人/ 1%</p> <p>3、79%</p> <p>4、7%</p> <p>5、100%</p> <p>6、1人</p> <p>7、83%</p> <p>8、無學生嚼食檳榔</p> |
| 全民健保<br>(含正確用藥) | <p>1. 對全民健保有正確認知比率。44%</p> <p>2. 珍惜全民健保行為比率。51%</p> <p>3. 遵醫囑服藥率。83%</p> <p>4. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。81%</p> <p>5. 不過量使用止痛藥比率。74%</p>                                                                                                      | <p>1、45%</p> <p>2、52%</p> <p>3、84%</p> <p>4、82%</p> <p>5、75%</p>                                                  |
| 性教育<br>(含愛滋病防治) | <p>1. 性知識正確率%。57%</p> <p>2. 性態度正向率%。70%</p> <p>3. 接納愛滋感染者比率%。67%</p> <p>4. 危險知覺比率%。52%</p> <p>5. 拒絕性行為效能比率%。52%</p> <p>6. 負責任的性行為：請參考附件(高中職填寫)</p> <p>(1)延後第一次性行為發生時間。</p> <p>(2)增加性行為過程中防護措施使用次數。</p>                               | <p>1、58%</p> <p>2、71%</p> <p>3、68%</p> <p>4、53%</p> <p>5、53%</p> <p>(高中職)</p> <p>6-1</p> <p>6-2</p>               |
| 藥物濫用防制          | <p>1. 辦理藥物濫用防制宣導至少1場次。</p>                                                                                                                                                                                                           | <p>1、1場次</p>                                                                                                      |

|                     |                                                                                                                                                                      |                                                                 |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 安全<br>教育<br>與<br>急救 | 1. 國小五年級以上學生參加 CPR+AED 教育訓練課程比率。24%<br>2. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率。77%<br>3. 成立急救（衛生）隊培訓學生人數。40人<br>4. 辦理學校職業安全工作宣導場次。1場次<br>5. 學校通過 AED 安心場所認證最近日期。<br>（有效年2022月4日17） | 1、25%<br>2、78%<br>3、41人<br>4、1場次<br>5、（有效年月日）20220417<br>持續申請辦理 |
| 心理<br>健康            | 1. 辦理心理健康宣導場次。1場次<br>2. 辦理自殺防治宣導場次。1場次<br>3. 辦理性別平等宣導場次。1場次<br>4. 辦理防制霸凌宣導場次。1場次                                                                                     | 1、1場次<br>2、1場次<br>3、1場次<br>4、1場次                                |
| 傳染<br>病<br>防治       | 1. 辦理傳染病防治宣導至少1場次。1場次<br>2. 每週執行漂白水環境消毒一次%。70%                                                                                                                       | 1、1場次<br>2、71%                                                  |

**玖、經費概算表：**（表格請自行延伸）

| 項目     | 單位   | 單價   | 數量 | 金額   | 說明(用途)                       |
|--------|------|------|----|------|------------------------------|
| 外聘講師費  | 時    | 2000 | 1  | 2000 | 講師鐘點費                        |
| 內聘講師費  | 時    | 1000 | 1  | 1000 | 講師鐘點費                        |
| 衛教宣導器材 | 批    | 1000 | 1  | 1000 | 立鏡、食物模型等<br>健促教學用物品或<br>教材   |
| 獎品     | 批    | 2000 | 1  | 2000 | 獎勵參加健促活動<br>及落實健康自主管<br>理的學生 |
| 合計     | 6000 |      |    |      |                              |

承辦人： 學務主任：

護理師： 輔導主任：

主計：

校長：



 教務主任：

總務主任：