

臺南市新泰國小 109 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫標題：

臺南市新營區新泰國民小學 109 學年度健康促進學校實施計畫

二、計畫依據：

(一) 學校衛生法

(二) 臺南市 109 學年度健康促進學校實施計畫

(三) 臺南市政府教育局 109 年 8 月 14 日南市教安(二)字第 1090974007 號函

三、計畫摘要：

109 學年度健康促進必選推動議題，視力保健、口腔衛生、健康體位、菸(檳)防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防制)等六項議題。自選議題將以安全教育與急救。

四、背景說明：

本校 94 學年度即開始推動「健康促進學校」計畫，除了配合政策持續推動菸檳防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育及全民健保等六項必選議題之外，本年度以「安全教育與急救」為自選議題。持續推動數年之後，在視力保健部分，108 學年度裸視篩檢視力不良率 45%，由於 3C 產品的普及，校外安親補習及學童的繁重課業，學生的近視率雖然下降緩慢，但也因為難以掌握學生在家用眼情形，因此本學期繼續加強視力保健推展。至於，口腔保健雖然也是行之不易，108 學年度一年級齲齒盛行率為 35.4%，相較於 107 學年度一年級齲齒盛行率為 41.8%，大幅下降表示學校在推動口腔保健的區塊有所成效。因為學校每日受傷人次依然偏高，108 學年達 6.98 人次/日，雖然每日受傷人數逐年下降，但學生活潑好動再加上配合下課教室淨空，因此運動場上受傷的人次最高，所以將再持續加強宣導。學校衛生委員們相信，唯有透過學校完善的宣導、活動的辦理，以及班級老師的就近督導與以身作則，還有再進步空間。其他性教育、正確用藥及藥物濫用等議題配合春暉教育及性別平等教育持續推動，透過強宣導以降低全民健保的浮濫與資源浪費。

依 108 學年度學生健康資訊系統資料

議題名稱	指標	臺南市 平均值	本校 ()	達成指標情形
視力 保健	裸視視力不良率	國小 44.11	41.9	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小 95.18	93.7	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
口腔 保健	學生初檢齲齒率	小一 37.60 小四 26.65	35.4 9.2	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	學生齲齒複檢率	小一 91.74 小四 89.70	100 100	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
健康 體位	體位過輕率	國小 7.77	4.6	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位適中率	國小 63.31	62.9	<input type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	體位過重率	國小 13.33	14.2	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	國小 15.59	18.3	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

以下是學校選定議題時的現況分析（SWOTA）

議題	S（優勢）	W（劣勢）	O（機會點）	T（威脅點）	A（行動）
菸害防制	1.全校 25 班共 620 人，屬中型學校，人力資源充足推動容易。 2.學校健康中心具備各項設備。	1.鄰近社區位處新興社區，工地甚多，工人都數有吸菸的習慣。常有附近國高中生在校園角落抽菸。	1.新校舍落成，環境更加舒適。 2.社區家長認同學校活動，參與度高。 3.鄰近市衛生局，資源引進容易。	1.位處市區邊緣，交通較不便利。 2.家長較重智育，衛生健康概念需加強。 3.家長經商關係抽煙人口較多。	1.辦理社區親師生健康講座。 2.落實無菸害之活動。

議題	S（優勢）	W（劣勢）	O（機會點）	T（威脅點）	A（行動）
視力保健	1.校舍新穎教室採光充足。 2.校地綠地多，強化校園綠美化。 3.課桌椅充足，依照學生身高配置課桌椅。	1.家長對課業重視，學生相對用眼過多。 2.家庭社經水平提升，90%家庭均有電腦及電視。	1.校舍環境舒適、美觀，空間寬敞。 2.社區家長認同學校活動，參與度高。 3.家長及學生有危機意識。	1.上課單檯的使用普遍及時間長。 2.燈具的省能和使用衝突加強。 3.校外安親補習多。	1.辦理社區親師生健康講座。 2.辦理課後社團增加學生運動及眼球舒張。

議題	S（優勢）	W（劣勢）	O（機會點）	T（威脅點）	A（行動）
口腔保健	1.學校無合作社，不販賣食品及含糖飲料。 2.廣設飲水機，鼓勵學生多飲用白開水。	1.學生攜帶含糖飲料到校飲用。 2.潔牙習慣在家無法落實。	1.推動餐後潔牙及含氟漱口口水使用。 2.融入課程。 3.爭取牙醫診所和學校結盟。	1.鄰近商店誘惑多，居家口腔衛生不落實。 2.口腔檢查回診率有待提升。	1.辦理社區親師生健康講座。 2.加強潔牙及衛教宣導。

議題	S（優勢）	W（劣勢）	O（機會點）	T（威脅點）	A（行動）
全民健保	鄰近市衛生局，資源引進容易。	弱勢族群也是無法享受全民健保的福利。	融入課程加強宣導全民健保精神理念。		利用集會及親職講座加強宣導全民健保的重要性。

議題	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A (行動)
健康體位	1.午餐自辦有營養師協助菜單審視。 2.學校教師年輕活動力強，配合度高。	1.學生生活飲食不易掌握。 2.飲料店林立，造成學生肥胖主因。	1.結合健康333及快活210活動增加學生運動量。 2.體適能減測篩選體位不良加強肥胖及過瘦學生教育。	1.學生外食營養及衛生不易掌控。 2.雙新家庭較多，學生晚餐自理。	1.辦理課後運動社團。 2.辦理營養衛生教育闖關活動。 3.過胖及過瘦學生採運動及增加營養策略。
議題	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A (行動)
性教育 (含愛滋病防治)	1.校舍空間較無死角，設置求救鈴。 2.社區環境單純無情色場所。 3.愛心商店多協助校園安全維護。	1.單親家庭學生下課後易獨自在外遊蕩。 2.開放校園出入份子不易管理。	1.強化安全裝置及保全設施。 2.導護巡察落實加上教師彼此守望相助。	1.學生因家長或安親班延誤接送易產生威脅。 2.警衛人力單薄有空窗時間。	1.辦理社區親師生性別教育講座。 2.落實性教育及犯罪防範活動。

議題	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A (行動)
安全教育與急救	1.學校設計符合校園安全建置兼具兩性需求。 2.學校健康中心各項設備齊全。 3.全校教職員工均受訓急救訓練課程，並取得證照。	1.學生下課奔跑多容易推撞。 2.磁磚地面雨天易打滑，容易。	1.校舍環境舒適、安全。 2.志工媽媽協助健康中心值勤。 3.結合衛生所及醫院資源。	1.位處市區邊緣，交通及安全維護較不便利。	1.辦理社區親師生安全教育講座。 2.落實防震、防火等防災教育活動。 3.辦理志工急救訓練。

五、計畫內容：

本計畫分兩階段進行，第一階段學校健康促進委員會組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工生之健康狀況、現有與健康有關的人力、物力及資源及進行健康之需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序。第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，以增進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康品質；此外亦進行過程評價以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效

果。茲將二階段之工作內容、實施方法及進行步驟分述如下：

第一階段

(一) 成立學校衛生委員會、組成健康促進工作團隊

本校健康促進工作團隊隸屬學校衛生委員會，成員包括校內健康專業教師（健康與體育課程教師、訓育人員、學年主任）、行政人員（衛生組、輔導室）、學生社團代表及家長志工代表。健康促進工作團隊負有規劃及執行的功能，能廣徵學校成員的健康需求，決定目標的優先順序，也能發展健康促進計畫及執行各項活動。同時網羅社區中與健康有關或有興趣的組織、機構及團體共同參與，建立互惠之合作關係，以期有效聯結社區內外之資源，發揮更大之影響力。

(二) 決定目標及健康議題

健康促進團隊依據學校健康促進之現況分析及需求凝聚共識，提出安全校園及菸檳防制、口腔保健、視力保健、性教育（含愛滋病防制）、全民健保、健康體位、正確用藥及安全教育與急救等議題，訂定實施日程及方式。

(三) 召開執行工作協調會將健康議題融入各科教學

- 1、依據學校各領域教學現況，融入學校健康議題，並藉由互動過程建立健康促進教學共識。
- 2、蒐集並分析現有健康檢查資料，做成相關統計調查。
- 3、運用溝通及互動技巧徵詢同仁參與意願。
- 4、發展有校的策略及計畫，訂定落實衛生政策的策略及時間表。

第二階段：執行策略

執行策略主要包括教育層面及政策層面，茲說明如下：

(一) 政策層面：運用之策略主要為訂（修）定相關規定與強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

1. 訂（修）定相關規定方面：召開學校健康促進委員會，審定學校健康促進計畫，並依據計畫執行之所需，協調各單位修訂定相關規定，以增進人力/物力資源之可近性及設備之可利用性，並有充足之經費，以提供更完善的健康環境（如校園污染防治、景觀規劃、健康餐飲供應）與健康服務（如建立完整的預防、篩檢、追蹤、矯治、輔導、諮商及轉介系統）。
2. 強化組織方面：透過健康促進專業知能及人際溝通技巧與領導能力訓練，以提升健康促進工作團隊、學生社團及家長志工之組織效能，增進各行政組織之運作功能、協調合作能力、組織與成員的互動及學校組織

與社區資源的聯結，期能提升行政服務品質及建立和諧健康的校園社會文化。

(二) 教育層面：運用之策略主要為課程介入、活動介入及媒體傳播，以增進學校成員之健康知覺、知識、態度、價值觀、技能並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升身體、心理、情緒及社會之全人健康狀態。

表一

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(一) 訂定學校衛生政策	1. 召開衛生委員會議，評估學校健康問題現況與需求訂定健康促進學校的行事曆。	衛生委員會	衛生組	109.8
	2. 訂定安全教育與急救年度推動計畫。	健康中心	衛生組	109.8
	3. 加強學生糾察隊的組訓及巡邏。	生教組		109.9~110.6
	4. 成立減重班。	健康中心	衛生組	109.9~110.6
(二) 健康教學與活動	1. 教導正確的執筆寫字姿勢及閱讀姿勢並要求學生注意讀書寫字看電視打電腦應保持適當距離每30分鐘休息10分鐘。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	2. 課間活動時全部離開教室做活動或遠眺休息。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	3. 教導學生能均衡飲食，不挑食。	午餐執秘	各班導師	109.9~110.6
	4. 落實推動飯後潔牙。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	5. 每週二全校含氟漱口使用。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	6. 辦理班際體育競賽。	體育組	各班導師	109.12
	7. 辦理運動會。	體育組	各班導師	110.3
	8. 辦理菸害及檳榔防制宣導。	健康中心	各班導師	109.12
	9. 辦理正確用藥宣導講座。	健康中心	各班導師	109.11

	10. 辦理性侵害防治及愛病防治影片欣賞及討論。	健康中心	高年級導師	110.1
	11. 高年級實施游泳教學及水上自救教學	體育組	高年級體育教師	110.3~110.5
	12. 辦理防火、防災等宣導活動。	生教組	各班導師	109.9
(三)健康服務	1. 每學期全校學生實施視力篩檢新生增加立體圖及色盲篩檢。	健康中心	各班導師	109.9
	2. 到各班教導正確的貝氏刷牙法及口腔衛生宣導。	健康中心	各班導師	109.9~109.12
	3. 對牙齒篩檢異常者發通知單一個月內到牙科治療。	健康中心	各班導師	109.10~109.12
	4. 測量身高、體重，並予以分析，讓小朋友了解自己的體位狀況。	健康中心	各班導師	109.9
	5. 有關於害及檳榔防制相關「Q&A」宣導。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	6. 建置學生緊急聯絡電話。	生教組	各班導師	109.9
	7. 上下學的交通安排導護老師及志工協助，注意小朋友的安全。	生教組	各班導師	109.9~110.6
(四)學校物質環境	1. 佈置視力保健看板加強宣導。	衛生組	健康中心	109.9
	2. 張貼正確的貝氏刷牙法及口腔衛生宣導海報	衛生組	健康中心	109.9
	3. 每學期採買含氟漱口水提供各班使用	健康中心	衛生組	109.9
	4. 張貼禁菸標誌，禁止師生、訪客、家長、社區人士於校園內抽菸。	衛生組	健康中心	109.9
	5. 校園內張貼菸害及檳榔防制標語得獎作品，達宣導效果。	衛生組	健康中心	109.9

	6. 電子佈告欄宣導全民健保正確用藥觀念與知識。	衛生組	健康中心	109.9
	7. 了解校園意外可能發生的地點，積極改善環境並提醒小朋友。	生教組	衛生組	109.9
	8. 各班張貼校園危險地圖。	生教組	衛生組	109.9
	9. 校園防火救災管理。	總務處	事務組	109.9
	10. 定期維護飲用水衛生。	事務組	各班導師	109.9
(五)學校社會環境	1. 視力異常者能在一個月內持通知單到合格眼科接受進一步檢查。	健康中心	各班導師	109.10
	2. 各班每天飯後要求執行潔牙行為並做成記錄。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	3. 進行體適能檢測及宣導。	體育組	體育老師	109.12
	4. 成立多元社團，鼓勵小朋友從事正當休閒活動。	體育組		109.9~110.6
	5. 校園內張貼正確用藥海報及相關文宣，達宣導效果。	衛生組	健康中心	109.9
	6. 提供有特殊需求的學生適當的協助。	健康中心	各班導師	109.9~110.6
	7. 制定班級經營的健康生活守則。	各班導師	健康中心	109.9
(六)社區關係	1. 鼓勵家長下課或假日將學生帶到校園運動並放鬆眼睛	學務處	家長會	109.9~110.6
	2. 每學年請牙醫師到校宣導口腔衛生觀念。	健康中心		109.12
	3. 運動會中邀請社區參與觀摩及學習。	體育組	家長會	110.3
	4. 結合衛生所辦理菸檳防制的相關宣導。	健康中心		110.3
	5. 無菸校園的宣導。	生教組	衛生組	109.9~110.6
	6. 結合消防隊，進入校園對師生進行防火、防災活動，給予場地設備等支援及宣導。	生教組	體育組	110.3

表二、

實施大綱	訂定學校衛生政策	健康教學與活動	健康服務	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生視力不良率比108學年度下降3%。 2. 學生視力不良矯正率達90% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 低年級塗色比賽宣導。 2. 中年及標語創作。 3. 宣導用眼30分鐘，休息10分鐘。 4. 聘奇美醫院眼科專任護理師辦理講座。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教室測光，以確保有足夠亮度。 2. 視力檢測並提供相關諮詢。 3. 視力異常發通知單追蹤。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 張貼宣導海報。 2. 校園環境綠化。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 低年級塗色比賽宣導。 2. 中年及標語創作。 3. 下課所有學生至戶外活動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 親師生座談會宣導視力保健。 2. 聘3所眼科診所為本校特約診所。 3. 與奇美醫院合作辦理講座。
口腔衛生	<ol style="list-style-type: none"> 1. 全校餐後潔牙實施率達90%。 2. 每週含氟漱口水一次，實施率達90%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理全校性潔牙比賽。 2. 護理師到班宣導貝氏潔牙法。 3. 依各年段設 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康中心提供口腔保健相關諮詢。 2. 一、四年級口腔檢查。 3. 口腔 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供充足的洗手檯及水龍頭。 2. 提供含氟漱口 3. 每位學生備有刷牙用具。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每日中午餐後潔牙。 2. 每週二執行含氟漱口水。 3. 辦理全校性潔牙比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 牙醫師到校宣導。 2. 聘2所牙科診所為本校特約診所。

	3.107 學年度齙齒矯正率達 98%。	計口腔衛生教學活動。 4. 辦理闖關活動。	檢查異常學生複檢追蹤。			
健康體位	1. 學生過重、超眾人數比率各低於 13%。 2. 本學年度過重、超重學生達 BMI20。	1. 二、三年級提供食育課程。 2. 成立減重班，追蹤學生減重成效。 3. 設立體育性課後社團，提供學生參與運動。 4. 舉辦校慶運動會，供學生展示成果。 5. 推行蔬果存摺銀行活動。 6. 課間多項運動。 7. 辦理營養講座。 8. 辦理減糖活動。	1. 提供量體重，並提供飲食建議。 學校午餐提供水果及牛奶。	1. 有遊樂器材讓學生能充分活動。 2. 體育器材室提供每班 2 顆球類，供學生下課活動使用。 3. 全校每位學有一條跳繩，可實施全校跳繩活動。 4. 學校不設立福利社，及販賣含糖飲料。	1. 成立減重班，學生彼此互相激勵。 2. 舉辦校慶運動會。 3. 下課學生都到戶外運動。	1. 舉辦校慶運動會促進學校與社區關係。 2. 與福智文教基金會辦理食育課程。 3. 結合運動會聘請長榮大學為親師生做體能測驗及衛教。
菸害防制	1. 擬定無菸	1. 舉辦禁菸	1. 提供菸害	1. 宣導海報張貼。	1. 禁菸藝文比	1. 學生社區打

	校園實施計畫，並成立工作小組。	藝文比賽。 2. 辦理反菸檳酒宣導。 3. 融入各科教學課程。 4. 闖關遊戲教學。 5. 聘請醫師到校辦理講座。	防制以及戒菸相關資訊。	2. 電子跑馬燈宣導。 3. 出入口禁菸標與張貼。 4. 大型活動(如運動會)張貼布條宣導。	賽。 2. 反菸檳酒宣導。 3. 學生社區打掃檢拾菸蒂。	掃檢拾菸蒂。 2. 運動會、班親會辦理菸害防治宣導。 3. 與新營醫院、衛生所合作，辦理菸害防制衛教宣導。 4. 邀請社區相關人士宣導無菸校園及家庭活動。
全民健保(含正確用藥)	1. 每學期至少辦理兩次宣導活動。	1. 融入健康與體育課程教學。 2. 配合班親會辦理全民健保及	1. 提供全民健保及安全用藥之相關訊息及諮詢服務。	1. 張貼全民健保衛教海報。	1. 問卷調查了解學童知識概況。	1. 聘請社區藥師到校宣導全民健保衛教。

		安全用藥衛教活動。				
性教育	1. 成立性評教育委員會	1. 依年級融入課程教學 2. 高年級辦理性教育與愛滋病防治講座	1. 提供性教育與愛滋病相關諮詢與服務	1. 電子跑馬燈宣導 2. 宣導海報張貼	辦理性教育作文比賽	1. 請EASY SHOP專任講師辦理性教育講座 2. 邀請志工奶奶參與幫助個別需要之學童
自選議題-急救教育	1. 成立突發傷害緊急處理小組。	1. 護理師到各班教導意外傷害處置。 2. CPR研習。	1. 提供意外傷害初步處置。	1. 校內牆角安設防撞條。 2. 籃球場裝設防撞墊。 3. 樓梯、走廊張貼禁止奔跑標語。	1. 糾察隊巡視校園，減少意外發生。	1. 邀請消防隊辦理水域安全及急救宣導。 2. 邀請衛生局辦理CPR急救研習訓練。

六、人力配置：

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	張溪南	校長	研究策劃並主持計畫，及督導計畫之進行。
協同主持人	黃竣炫	學務主任	研擬計劃及計畫之執行督導計畫執行，並協助行政工作之協調。
協同主持人	林素蓮	教務主任	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
協同主持人	林佳惠	總務主任	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
協同主持人	沈志成	輔導主任	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
協同主持人	蕭現元	衛生組長	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
協同主持人	黃國卿	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
研究人員	李亭儀	體育組長	配合辦理體適能評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫。
研究人員	趙俐蓁	專任輔導教師	配合進行心理健康狀況及需求評估，社區及學校資源之協調聯繫。
研究人員	趙和修	科技與人文領域教師	辦理健康網路網頁製作及維護。
研究人員	劉美英	事務組長	社區及學校資源之協調聯繫維護。
研究人員	蕭淑美	校護	配合辦理身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合。
研究人員	盧素香	新東里里長	協助社區及學校資源之協調整合。
協助單位		衛生所	協助相關議題的宣導及講座

七、預定進度：

月次 工作項目	第 1 月	第 2 月	第 3 月	第 4 月	第 5 月	第 6 月	第 7 月	第 8 月
1.成立學校健康促進委員會	■							
2.組成健康促進工作團隊	■							
3.進行現況分析及需求評估		■						
4.決定目標及健康議題		■						
5.擬定學校健康促進計畫			■	■				
6.編製教材及教學媒體			■	■				
7.建立健康網站與維護			■	■	■	■	■	■
8.擬定過程成效評量工具			■	■				
9.成效評量前測				■				
10.執行健康促進計畫				■	■	■	■	
11.過程評量					■	■		
12.成效評價後測							■	
13.資料分析								■
14.報告撰寫								■

八、評價方法：

由護理師自行設計相關問卷，以及利用學生健康資訊系統的前後測來分析。

九、預期效益：

- (一) 凝聚學校健康促進的共識及建立健康校園的願景：全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的目標。健康促進學校能實踐民主化、參與式及透明化的學校管理策略。
- (二) 營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康：提供易適應且安全的校園建築、設施，使學生容易於學校環境中適應並與教師的

互動良好。

- (三) 教職員工生共同參與並且發展其為健康行為能力，落實於日常生活中。
- (四) 結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係，成立愛心商店，拒賣菸、酒、檳榔等危害學童之物品。
- (五) 結合社區資源及家長會共同營造無菸拒檳之校園環境。
- (六) 評價指標：本指標分為 A 過程評量、B 成效評量

A、過程評量：

- 1. 學校健康促進委員會能每個月開會一次，針對行政和政策因素、組織因素、資源因素層面做檢討。
- 2. 符合實施進度及預期成效，對整體計畫不斷做評值、回饋及修正。
- 3. 健康促進工作團隊能建立有系統、分工的合作模式。

B、成效評量：包括影響評價及結果評價：

(1). 影響評價

- 1. 口腔檢查率篩檢可完成 100%。
- 2. 教職員工生可做到午餐餐後潔牙運動執行率達 85%。
- 3. 學生 BMI 值正常比率達 70% 以上。
- 4. 維持學生零吸菸率、零嚼檳榔率、零藥物濫用率。
- 5. 推行入校園不吸菸運動。
- 6. 進行特約醫院及診所建置。
- 7. 降低意外傷害比例達 3%。

(2). 結果評價

- 1. 能提升對菸害、嚼檳榔及口腔保健相關知識的認知。
- 2. 結社區資源及家長會共同營造無菸拒檳之學校環境。
- 3. 100% 教職員工能遵守校園之禁菸、拒檳政策。
- 4. 養成學生 333 規律運動習慣，達到快活 210 目標。
- 5. 中高年級學生能清楚說明六大類食物營養成分與飲食比率。
- 6. 口腔齟齒矯治率可達 80%。
- 7. 教職員工生可做到午餐餐後潔牙運動執行率達 90%。
- 8. 教職員工生健康體位正常率達 70%。
- 9. 完成牙科特約醫院診所簽約。
- 10. 完成學校各班安全教育宣導及志工培訓。

承辦人：

主任：

校長：

表三

109 學年度健康促進學校計畫撰寫自我檢核表

校名:新泰國民小學

編號	項目		自我檢核有無 (請勾選)	
			有	無
一	計畫依據			
二	計畫摘要			
三	背景說明	學校健康問題分析		
		在地化問題		
		推動議題重點		
四	計畫內容	具體實施策略、作法或步驟		
五	人力配置	人力配置與工作職掌		
		成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)		
六	預定進度	甘梯圖或相關表格呈現		
七	評價方法			
八	預期效益			
九	計畫經校務會議提案討論通過並列入會議紀錄(計畫須核章)			

109 學年度健康促進議題推動重點參考

議題名稱	推動重點
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 落實規律用眼 3010 。 2. 戶外活動 120 。 3. 3C 小於 1 。 4. 推動戶外活動戴帽護眼措施。 5. 規劃班級活動與場地，推動下課淨空計畫。 6. 落實視力異常個案追蹤矯治工作，增加視力不良就醫率。 7. 落實教室照度檢測，確實改善教室照明設備，並加強電子白板使用規範。 8. 加強師生及家長正確視力保健觀念。 9. 與學區課後照顧及課輔機構合作推動視力保健工作。
口腔衛生	<ol style="list-style-type: none"> 1. 指導正確潔牙方法與觀念 加強口腔衛生認知及潔牙習慣養成。 2. 落實餐後潔牙，並搭配使用含氟量達 1000ppm 以上之含氟牙膏。 3. 與家長協力督導睡前潔牙。 4. 高年級牙線教導與使用 。 5. 加強口腔複診與矯治追蹤 。 6. 降低含糖飲料與零食攝取頻率 。 7. 推動幼兒塗氟及國小一二年級白齒窩溝封填策略。 8. 鼓勵食用氟碘鹽之宣導 。
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國小持續與董氏基金會合作推動「健康吃、快樂動」飲食營養教育。 2. 持續推動健康體位 85210 五大核心能力培養並融入教學。 3. 鼓勵多喝白開水禁止校園含糖飲料，且不得以含糖飲料獎勵學生。 4. 加強學生正確體型意識的建立，定期實施體位篩檢針對體位不佳學生進行個案管理。 5. 培養規律及正確的運動習慣。 6. 與社區家長結盟辦理營養親職講座，增進學生主要照護者正確體位意識。

<p>菸檳防制</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 落實菸檳防制教育，強化學生反菸拒檳意識與技能，針對吸菸或嚼食檳榔學生加強戒菸戒檳教育。 2. 落實校園禁菸規定，針對師生、入校民眾及施工廠商應嚴加規範與宣導。 3. 加強電子煙危害認知教學，如有查獲個案，請協助追查來源，並將電子菸納入校規規範辦理。 4. 善用校內戒菸種子師資加強推動戒菸教育，未滿 18 歲吸菸學生，應令其接受戒菸教育 2 小時。 5. 配合衛生局加強校園周邊無菸範圍不得抽菸之規定。 6. 每學年至少應辦理 1 次以教職員工、學生、家長為對象的拒菸活動。
<p>全民健保 (含正確用藥)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 增進全民健保正確認知，融入課程教學，強化珍惜健保資源、正確就醫、自助互助及照顧弱勢的觀念推廣家庭醫師理念 避免越級就醫，以珍惜急診資源。 2. 善用校藥師與衛福部食藥署正確用藥資源，落實推動正確用藥教育。 3. 將正確用藥五大核心能力融入課程教學 並與社區家長結盟共同推動。 4. 將「遵醫囑服藥」、「藥品標示要看清，詢問藥師最安心」、「藥品分三級 正確使用 處方籤、指示藥與成藥」、「正確使用止痛藥」納入推動重點。
<p>性教育 (含愛滋病防治)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 落實性教育 含愛滋病防治 融入課程教學，指導生活技能 例如：拒絕技巧、自我肯定、溝通能力等進行的方式不僅單純講述，還應包括討論或實際演練。 2. 鼓勵教師發展性教育 含愛滋病防治 教案、教學模組。 3. 加強學生對愛滋病正確認知，並能接納 愛滋患者。 4. 請善用與宣導 衛福部國健署建置「性福 e 學園」網站 https://young.hpa.gov.tw/index/。

