

# 臺南市安定區安定國民中學114學年度健康促進學校實施計畫

## 一、依據：

- (一) 學校衛生法第19條及其施行細則第14條
- (二) 臺南市114學年度辦理健康促進學校計畫

## 二、計畫摘要：

(一) 教育部推動多年的健康促進學校計畫，於2010年邁入實證導向型的「二代健康促進學校」，2016年延續現今臺灣健康促進學校的發展模式，並結合十二年國民教育推動重點，將精進教學挹注到健康促進學校推動策略，深化現代化健康教育學習成效。

(二) 本市114學年度健康促進學校計畫必選議題為視力保健、口腔衛生、健康體位、菸檳防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)、正向心理健康促進等七項議題；主推議題為健康體位；本校自選議題為藥物濫用防制。

(三) 113學年度本校在健促業務推動方面仍有許多不足之處，114學年度將針對各項議題進行補正及修改，以特定議題進行前測，了解學生知能背景後，擬訂確實可行之方案加以推動，並進行議題後測，期能建構更完善之健促環境。

## 三、背景說明：

### (一) 學校現況

臺南市安定國中教職員工約50人，班級有13班，學生人數約310人，屬於臺南市的中型鄉村學校。學生家長大多屬於務農或勞工階層，社經地位較低落，再加上年輕人口外移，單親家庭或外籍配偶子女比例達約25%，在學生的學習、成長過程中，普遍缺乏如何規劃健康生活的相關知識。

本校學生在一天之中，待在學校的時間至少都有八小時以上，而本校教師的流動率低，同事之間相處氣氛融洽，如果教師能加強健康促進工作知能及訓練，發揮健康促進的功效，對學生可以產生長遠的影響力。

### (二) 健康問題分析

表1.111-113學年度裸視視力不良率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	65.4	59.3	67.4	66.7	62	61
八年級(%)	68.3	64.2	59.8	60.5	68	68
九年級(%)	65.1	62	70.5	68.9	63.9	63.9
全校平均值(%)	66.4	62.2	66.6	65.9	64.6	64.3
惡化率(%)	-4.2		-0.7		-0.3	
臺南市國中市平均(%)	71.53		70.01		70.57	
全國國中平均(%)	73.10		72.26		71.84	

表2. 111-113學年度未治療齲齒率

學年度/年級	111學年度	112學年度	113學年度
七年級(%)	17.07	2.5	15.79
全校七年級平均(%)	17.07	2.5	15.79
臺南市七年級平均(%)	15.97	14.69	12.00
全國七年級平均(%)	19.41	18.14	16.61

表3. 111-113學年度體位過輕比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	4.94	3.7	11.58	6.38	7	3
八年級(%)	11.38	13.01	6.10	2.47	7.22	6.19
九年級(%)	13.18	11.63	13.93	5.17	7.23	3.61
全校平均值(%)	10.51	10.21	11.04	8.08	7.14	4.29
臺南市國中 市平均(%)	7.84		8.03		8.13	
全國國中平 均(%)	8.00		8.28		8.21	

表4. 111-113學年度體位適中比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	62.96	49.14	57.89	63.83	63	66
八年級(%)	61.79	56.1	68.29	70.37	68.04	67.01
九年級(%)	51.94	55.04	52.46	50	63.86	69.88
全校平均值(%)	58.26	58.86	58.53	59.93	65	67.5
臺南市國中 市平均(%)	60.71		62.01		62.30	
全國國中平 均(%)	61.80		63.12		63.42	

表5. 111-113學年度體位過重比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	13.58	12.35	11.58	11.7	14	10
八年級(%)	8.94	13.01	9.76	13.58	5.15	6.19
九年級(%)	13.18	12.4	16.39	16.39	16.87	15.66
全校平均值(%)	11.71	12.61	13.04	14.14	11.79	10.36
臺南市國中市平均(%)	12.31		12.07		11.92	
全國國中平均(%)	12.35		11.90		11.96	

表6. 111-113學年度體位肥胖比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	18.52	14.81	18.95	18.09	16	21
八年級(%)	17.89	17.89	15.85	13.58	19.59	20.62
九年級(%)	21.71	20.93	17.21	20.49	12.05	10.84
全校平均值(%)	19.52	18.32	17.39	17.85	16.07	17.86
臺南市國中市平均(%)	19.13		17.90		17.66	
全國國中平均(%)	17.85		16.70		16.41	

表7. 依113學年度學生健康資訊系統資料

議題名稱	指標	全國 平均值(%)	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44.69 國中71.84	國小43.85 國中70.57	64.3	■達市平均以下 □高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小92.12 國中85.55	國小96.42 國中92.19	97.24	■達市平均以上 □低於市平均仍需努力
	裸視視力不良惡化率	國小6.72 國中3.81	國小7.36 國中4.79	-0.3	■達市平均以下 □高於市平均仍需努力
口腔保健	未治療齲齒率	小一29.80 小四25.08 國一16.61	小一25.32 小四20.59 國一12.00	15.79	□達市平均以下 ■高於市平均仍需努力
	齲齒複檢率	小一88.93 小四86.91 國一79.39	小一96.96 小四94.13 國一86.24	84.21	□達市平均以上 ■低於市平均仍需努力
	窩溝封填施作率	小一9.34 小四35.22 國一22.74	小一8.28 小四25.00 國一19.60	28.28	■達市平均以上 □低於市平均仍需努力

健康體位	體位過輕率	國小9.96 國中8.21	國小10.10 國中8.13	5.72	<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66.37 國中63.42	國小64.95 國中62.30	66.25	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	體位過重率	國小11.40 國中11.96	國小11.70 國中11.92	11.08	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	國小12.27 國中16.41	國小13.25 國中17.66	16.97	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

### (三) 健康議題擇定

#### 1. 視力保健 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
※校園寬廣，視野開闊，綠色植物多。 ※教師、行政人員配合度高。	※區內無眼科相關診所、醫院。 ※學生看書時間長，姿勢不當。	※改善校園照明設備。 ※視力保健教學融入。 ※喜歡戶外運動學生比率高，可常舉辦各項競賽，吸引學生多參與戶外活動。	※科技發達，日易進步，3C 產品誘惑大，學生易沉迷。 ※學生回家只有電視、電腦的陪伴。

#### 2. 口腔保健 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
※學校重視學生身心健康發展。 ※健康中心提供充足資源。	※教師忙於教學，對學生飯後潔牙工作，認為是個人衛生習慣，未落實檢核機制。 ※齲齒檢查於七年級進行普查，但八年級後缺乏全面檢查之機會。 ※老師會以飲料獎勵學生。	※教職員工重視學生健康。 ※班級教師對潔牙的要求，影響到整體成效。	※學校附近飲料店林立。 ※國中生自主性高，較不受約束。潔牙落實程度低。

#### 3. 健康體位 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
※校園內活動空間大，各項運動設施齊全。	※學校附近飲料店多，臨近菜市場、夜市，攤	※喜歡運動學生比率高，可常舉辦各項競	※本校無合作社，常常發現學生到校時一人攜

<p>※提供多種全校性運動社團。</p> <p>※自辦營養午餐，菜色經營養師專業審核。</p>	<p>販多。</p> <p>※部分學生無運動習慣。</p> <p>※學生吃早餐的習慣欠佳。</p>	<p>賽，吸引學生多參與活動。</p> <p>※配合低碳城市，每週訂有蔬食日。</p> <p>※教師自主性運動社團逐漸成形。</p> <p>※12年國教重視體適能之訓練。</p>	<p>帶多杯含糖飲料。</p> <p>※外食人口增加，家長忽視營養均衡。</p>
---	---	---	--

#### 4. 菸(檳)防制 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
<p>※校內學生吸菸人數極低。</p> <p>※教師同仁經過前幾年的推動後，吸菸人數減少許多。</p> <p>※社會風氣對於反菸有良好宣導。</p>	<p>※家庭社經背景普遍低落，勞動階層眾多，多數家庭成員仍有吸菸。</p> <p>※鄉村間廟會活動頻繁，部分學生參與陣頭活動，易因好奇而接觸。</p>	<p>※教育局、衛生所、董氏基金會之協助，強化本校活動之不足。</p> <p>※家長會大力配合校內活動，對於經費或人力之協助，大有改善。</p> <p>※菸害防制法的修訂提供了明確法律依據。</p>	<p>※部分學生校外活動太多，易接觸不同階層之人士，誘惑增加。</p> <p>※部分家長忙於賺錢，無暇兼顧孩子問題。</p>

#### 5. 全民健保(含正確用藥)SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
<p>※國家政策，每人皆享受過其服務。</p> <p>※可融入健體及社會領域。</p>	<p>※多數人不了解制度之美意。</p> <p>※家長尚未具備正確轉診觀念，造成浪費。</p>	<p>※二代健保之推動，挹注健保財源。</p> <p>※成為推動議題，增加曝光度。</p>	<p>※民眾缺乏惜用之精神，造成浪費。</p> <p>※部分家庭成員健康問題嚴重亟需龐大健保資源支持(如洗腎患者或慢性病患者)。</p> <p>※部分家長認為健保是自己所繳納的費用，不用白不用的錯誤觀念。</p>

#### 6. 性教育(含愛滋病防治)SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
<p>※護理師具專業知識，可</p>	<p>※本校家長社經地位落</p>	<p>※整合社區資源辦理活</p>	<p>※社會風氣開放，學生</p>

進行衛教宣導。 ※和衛生所配合良好。 ※教學活動融入健康與體育課程教學。	差極大，隔代教養、單親家庭、外配子女相當多，家庭教育功能較不彰顯。	動。 ※衛生所能提供協助。 相關防治機構可提供師資辦理預防保健專題演講。	資訊取得容易。科技發達，網路上各項錯誤或偏差訊息，容易藉由社群軟體散播。
--	-----------------------------------	--	--------------------------------------

### 7. 心理健康 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
※專輔教師具專業知識，可進行輔導。 ※教學活動融入健康與體育課程教學。	※本校家長社經地位落差極大，隔代教養、單親家庭、外配子女相當多，家庭教育功能較不彰顯。	※專任輔導教師的介入。 ※相關防治機構可提供師資辦理預防保健專題演講。	※新聞事件推波助瀾，引起學生好奇。 ※家庭狀況不一，部分家庭功能不彰。

### 8. 防制學生藥物濫用 SWOT 分析

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
※極少藥物濫用之學生個案。 ※家長配合度高。	※部分低學習成就學生容易因參與廟會活動而接觸毒品，或沉迷網咖而受不法份子引誘接觸毒品。	※社會對藥物濫用有良好的宣導。	※新聞事件推波助瀾，引起學生好奇。 ※家庭狀況不一，部分家庭功能不彰。

## 五、計畫內容：

### (一) 具體實施內容

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. 召開學生衛生委員會，健全健康促進推動小組及各議題工作小組之運作。 2. 透過問卷調查，並依現況提出需求評估，擬訂適合學校之實施計畫並列入行事曆，據以推展健促活動。 3. 建立學生之健康資料檔案，於計畫實施前後進行成效評價，並提出成果報告。 4. 健康促進學校相關議題納入課發會、行政主管會報及各領域教學研究會，課程融入健促八大議題。	學務處	健康中心各班導師志工	8月

(二)健康服務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理學生的身體健康檢查，並有效建檔、儲存與運用。</li> <li>2. 學校提供健康性社團及健康訊息，鼓勵並協助教職員工及學生參與。</li> <li>3. 於校刊或校園佈告欄等刊登健康相關之文章或資訊。</li> <li>4. 透過聯絡簿、親師座談等機制，請家長協助學生在家飲食與運動計畫。</li> </ol>	學務處	健康中心 各班導師 志工	<p>9-10月</p> <p>2-3月</p> <p>定期</p> <p>定期</p> <p>9月</p>
(三)健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用朝會、週會及班會時間宣導健促八大議題。</li> <li>2. 針對各議題進行全校學生及社區家長意見及問卷調查。</li> <li>3. 辦理教師健康促進增能研習。</li> <li>4. 辦理健康體位社團、實施每日健康護照並統計以增進師生運動量和健康飲食。</li> <li>5. 舉辦有獎徵答、美術及書法比賽並透過多元管道宣導引發教職員工生關心健促議題。</li> <li>6. 聯合地區醫院在校辦理教職員健康檢查、配合衛生所行動醫院之舉辦，提供學生志工參與。辦理社區民眾和家長社區菸害宣導及反菸簽署活動。</li> <li>7. 配合531世界無菸日舉辦健康促進宣導週：健康促進盃三對三班際籃球賽，並做健康體位、飲食及菸害防制宣導。</li> <li>8. 配合衛生所實施性教育—安全性行為及愛滋病及傳染病宣導。</li> <li>9. 進行學生身高、體重、視力、體適能檢測。</li> <li>10. 辦理菸害防制講習，配合衛生所針對曾接觸過菸品的學生實施戒菸教育。</li> <li>11. 落實樂活時間，藉以帶動全校學生運動風氣。</li> <li>12. 配合輔導室多元文化週活動，邀請愛心媽媽到校進行健康美食烹飪。</li> <li>13. 全校體重偏高或偏低的學生進行講習及</li> </ol>	教務處	各處室 各班導師 家長 志工	<p>定期</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>9-10月</p> <p>定期</p> <p>定期</p> <p>9-12月</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p>

	<p>提供解決方案，以達到健康體位的目標。</p> <p>14. 訂定健康體位及健康飲食公約，推舉減重達人及辦理各項班際運動競賽。</p> <p>15. 健康促進網路平臺建置更新資料、菸害防制宣導、辦理學生健康檢查、學生體適能檢測更新資料、健康促進成果整理與報告。</p> <p>16. 各領域提供健促議題教案，並於課堂中融入教學活動。</p>			<p>學期中</p> <p>1-3月</p> <p>學期中</p>
(四)學校物質環境	<p>1. 落實校園各項設備及設施的安全檢查及管理。</p> <p>2. 營造安全活動及運動環境，強化學生及教職員工安全觀念。</p> <p>3. 提供校園健康生活及健康飲食的環境與設施（發揮健康中心之衛教功能、學校午餐提供健康飲食等）。</p> <p>4. 學校提供安全的校園環境及適當的衛生設備，並維護校園用水安全。</p> <p>5. 學校維持環境健康，並符合國家傳染預防的法令及消毒的標準。</p> <p>6. 推行生活環保，學生參與維護校園乾淨與美化學校環境。</p> <p>7. 簡化校園活動使用辦法，提供青少年及家庭親子互動活動場所。</p> <p>8. 鼓勵學生愛護學校的運動、餐飲設備。</p> <p>9. 在選購設施及器材時，考慮安全因素，並確保使用人員瞭解安全的使用方法。</p> <p>10. 定期實施建築物及設備、設施之安全檢查，並加以維護，如：天然災害、水電設備管理、校園建築管理、消防安全管理。</p> <p>11. 完善監控系統，維護師生安全。</p>	總務處	<p>各處室</p> <p>各班導師</p> <p>志工</p> <p>家長</p>	<p>寒暑假</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>學期中</p> <p>寒暑假</p> <p>學期中</p>
(五)學校社會環境	<p>1. 凝聚學校健康促進的共識，並建立共同的願景。</p> <p>2. 全校教職員工生及家長都能深刻感受到</p>	學務處	<p>各處室</p> <p>各班導師</p> <p>志工</p>	<p>2-6月</p> <p>9-1月</p>

	<p>學校重視健康的氛圍。</p> <p>3. 學校成員願意產生健康行為、建立健康的生活形態，進而提升健康的品質。</p> <p>4. 藉由學校健康促進推動小組的運作，配合有關之機構、團體，建立互惠合作關係，以期有效聯結社區內外之資源。</p> <p>5. 成立師生健康社團，提供學生機會參與學校健康管理。</p> <p>6. 教師尊重學生個人特質，提供協助予有特殊需求的學生，落實健康教學，改善健康問題。</p>		家長	
(六)社區關係	<p>1. 結合學校、家庭、社區資源建構共同的支持環境，共同推動健康議題。</p> <p>2. 建立學校、家庭、社區推動健康促進議題的夥伴關係（學校與社區結盟）。</p> <p>3. 健促議題的宣導與推廣，鼓勵社區推動健康飲食環境，推動食品營養或分量標示。</p> <p>4. 積極開放校園，提供社區民眾運動場所，規劃具社區特性之動態生活環境。</p> <p>5. 鼓勵並協助家長參與與主題契合之活動及社區服務。</p> <p>6. 邀請社區相關人士，參與健康促進學校活動、制訂和檢討發展健康促進學校政策，並公開表揚社區積極參與健康活動之人員。</p> <p>7. 與醫療院所建立特約醫院制度，以利緊急傷病人員的救護工作。</p> <p>8. 校內刊物開闢專欄，邀請家長或師長著文發表健康促進之文章，於重大活動時發放宣導。</p> <p>9. 結合社區愛心商店，拒售違禁物品（菸、酒）給學生，並協助低收入戶供餐服務。</p>	輔導室	各處室 各班導師 志工 家長	2-5月 9-12月

(二) 健康議題與六大範疇對應情形

實施大綱	訂定學校衛生政策	健康服務	健康教學與活動	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
視力保健	列入健康促進計畫，並落實於114學年度行事曆	1. 舉辦新生健康檢查。 2. 全校學生每學期進行視力、健康體位檢查。	1. 融入健體、綜合、自然領域教學。 2. 辦理各項健康議題講座。 3. 辦理班際體育競賽。	1. 修繕硬體資源。 2. 充足飲水設備。 3. 張貼各式警示標語。	1. 將各項主題融入教室佈置，增加學生接觸衛教資訊之機會。 2. 充分利用文化走廊，宣導健康知能或展示學生成果作品。	1. 邀請社區人士蒞校演講。 2. 辦理親職講座。
口腔衛生						
健康體位		1. 健康中心設有衛教諮詢。 2. 輔導室整合社區資源。				
菸害防制						
全民健保(含正確用藥)						
性教育(含愛滋病)						
正向心理健康促進						
防制學生藥物濫用						

(三) 議題實際操作方式

實施大綱	操作方式	資源整合
視力保健	1. 每年8(2)月修繕教室燈光與檢核採光問題。 2. 每年9(3)月進行全校視力檢查。 3. 每年10(4)月追蹤視力不良學生之複診情形。 4. 每年11(5)月~12(6)月加強朝會、海報、LED 電子看板宣導。	總務處 學務處 社區資源
口腔衛生	1. 每年9月進行新生健康檢查。 2. 辦理教室佈置與海報比賽。 3. 鼓勵學生午餐飯後潔牙。	學務處 教務處 社區資源
健康體位	1. 每年9(2)月進行全校健康檢查。 2. 每年宣導健康體位議題，針對營養衛教、生活習慣、運動習慣進行改善。 3. 辦理田徑、籃球、排球、足球、大跳繩、拔河、羽球等運動競賽，鼓勵學生多元參與，享受運動樂趣。	學務處 社區資源

菸害防制	1. 每年辦理講座。 2. 張貼禁菸海報與標語。 3. 結合社會、自然、健體領域融入課程教學。	學務處 教務處 社區資源
全民健保 (含正確 用藥)	1. 廣用校園 LED 電子看板。 2. 融合社會、自然、健體領域融入課程教學。 3. 每年辦理講座。	學務處 教務處
性教育 (含愛滋 病防治)	1. 每年辦理講座。 2. 結合教、學、輔進行性別教育、兩性教育及知識性的教導。	學務處 教務處 輔導室 社區資源
正向心理 康促進	1. 每年辦理講座。 2. 融入綜合領域教學。	學務處 教務處 輔導室 社區資源
藥物濫用 防制	1. 配合教育局辦理反毒宣講團宣導講座活動。 2. 進行校內學生特定人員清查及尿液篩檢，並融入反毒宣導。 3. 融入健體、綜合領域課程教學。	學務處 教務處 社區資源

## 六、人力配置：

計畫之主要人力為學校健康促進委員會及工作團隊之成員，計14人，另有兩位諮詢顧問。各成員之職稱及工作項目如下表。

編號	計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
1	計畫召集人	江怡靜	校長	主持、督導計畫執行及行政協調
2	執行秘書	施宏忠	學務主任	落實各項活動計畫協調與執行，並進行過程評估
3	委員	蔡秉綦	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
4	委員	謝恕珍	教務主任	綜理促進健康之課務活動，協助行政協調，加強社區參與
5	委員	郭錦蓉	體衛組長	執行承辦促進健康生活習慣相關活動，體適能評估，活動設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫
6	委員	潘怡君	生教組長	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調

7	委員	李軒志	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，協助行政協調，統籌環境改善及經費運用
8	委員	王聯鐘	輔導主任	綜理促進健康之學生輔導，協助行政協調，加強社區參與
9	委員	宋佩真	健康與體育領域教師	體適能評估，活動策略設計及效果評價
10	委員	方怡堯	健康與體育領域教師 兼任輔導組長	學生諮詢輔導、辦理生命教育活動，及社區學校資源之協調聯繫，並擔任會議紀錄
11	委員		資訊設備組長	健康網路網頁連結及維護
12	委員	吳盈蕾	護理師	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
13	委員	衛生所 護理長	社區代表	社區及學校資源之協調聯繫
14	委員	各班 衛生股長	學生代表	協助辦理學生需求及與行政處室聯絡之協助
15	諮詢顧問	王芳綺	奇美醫院醫師	提供專業諮詢
16	諮詢顧問	李易儒	奇美醫院醫師	提供專業諮詢

七、 預定進度：

月次	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
1. 進行現況分析及需求評估	■											
2. 決定目標	■	■										
3. 擬定學校健康促進計畫	■	■										
4. 編製教材及教學媒體	■	■										
5. 建立健康網站連結與維護			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
6. 擬定過程成效評量工具			■	■	■							



(3)校園社會文化：提升師生的凝聚力、和諧性以及對學校的認同感。

4. 個人因素：提升師生健康知識、態度、價值觀及健康生活技能。

九、 成效指標與預期效益：

議題名稱	指標名稱		114學年度預期績效指標
視力保健	部頒指標	裸視視力不良率	降低0.2%以上
		視力不良就醫率	達95%以上
		裸視視力不良惡化率	國中4%以下
	地方指標	規律用眼3010達成率	達80%以上
		戶外活動120達成率	達80%以上
		3C少於1達成率	達80%以上
		下課淨空率	達90%以上
口腔保健	部頒指標	學生未治療齲齒率	降低1%以上
		學生齲齒複檢率	達95%以上
	地方指標	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	達90%以上
		學生睡前潔牙比率	達90%以上
		學生在學校兩餐間不吃零食比率	達80%以上
		學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	達80%以上
	健康體位	部頒指標	學生體位過輕比率
學生體位適中比率			提升1%以上
學生體位過重比率			降低1%以上
學生體位肥胖比率			降低1%以上
地方指標		學生飲水量達成率	達80%以上
		學生睡眠時數達成率	達80%以上
		學生運動量達成率	達80%以上
全民健保(含正確用藥)	地方指標	學生一日蔬菜建議量達成率	達80%以上
		遵醫囑服藥率	達95%以上
		不過量使用止痛藥比率	達95%以上
		使用藥品前看清藥袋藥盒標示率	達95%以上
		對全民健保正確認知比率	達80%以上
菸檳防制	部頒指標	無菸校園率	達100%
		無檳校園率	達100%
	地方指標	學生吸菸率	2.3%以下
		學生嚼檳率	1.4%以下
		學生電子煙使用率	1.3%以下

		學生參與菸害防制教育比率	達90%以上
		學生參與檳榔防制教育比率	達90%以上
		校園二手菸暴露率	6%以下
		吸菸學生參與戒菸教育率	達100%
		嚼檳學生參與戒檳教育比率	達80%以上
性教育(含 愛滋病防 治)	地方 指標	性知識正確率	達85%以上
		性態度正向率	達80%以上
		接納愛滋感染者比率	達85%以上
		性危險知覺比率	達80%以上
正向心理 健康促進	地方 指標	至少辦理1場結合生命教育、正向心理健康議題課程或相關宣導活動，鼓勵學生用正向樂觀態度面對學習。	至少1場次
		心理健康正確知識率	後測較前測提升5%
		心理健康正向態度率	後測較前測提升5%
		心理健康自我效能比率	後測較前測提升5%

十、本計畫經校務會議或行政會議通過後施行。如有未盡事宜，得由健康促進委員會另訂補充規定辦理之。

承辦人：

教師兼  
體育衛生組長  
郭錦蓉

單位主管：

教師兼  
學生事務主任  
施宏忠

校長：

臺南市立安定  
國民中學校長  
江怡靜