

臺南市114學年度大橋國民小學健康促進主推議題成效說明

壹、主推議題：口腔保健

貳、主推原因、背景成因及現況分析說明：

一、主推原因：

114學年度擔任口腔保健議題中心學校，配合健康促進學校計畫，教師於課程中融入教學與健康中心護理師致力衛教宣導下，學校口腔保健平均值優於市平均並持續推廣中，期望全校師生皆有正確口腔知識觀念及擁有健康的口腔。

二、背景成因及現況分析：

(一)背景成因：

1. 校園周邊便利超商、飲料店林立，取得高含糖食物相對容易，放學後，學生常禁不住含糖飲品的誘惑，家長忙於工作，亦可能忽略孩子飲用含糖飲料之風險，對於學生養成良好健康生活習慣有加強之必要性。
2. 單親家庭、新住民家庭、中低收入戶、隔代教養之比例不低，在教養態度及對健康生活型態的認知觀念落差亦頗大，是造成本校健促議題推動上的阻因之一。

(二)現況分析

111-113學年度口腔狀況統計

111學年度	全國 平均值	臺南市 平均值	本校	與臺南市平均值 比較
未治療齲齒率	一年級：33.1% 四年級：27.85%	一年級：30.1% 四年級：24.84%	一年級：33.42% 四年級：31.81%	高於 臺南市平均值
齲齒複檢率	一年級：86.9% 四年級：84.92%	一年級：94.21% 四年級：93.17%	一年級：95.2% 四年級：94.59%	高於 臺南市平均值
窩溝封填施作率	一年級：8.8% 四年級：29.79%	一年級：7.08% 四年級：20.66%	一年級：12.83% 四年級：34.1%	高於 臺南市平均值


112學年度	全國 平均值	臺南市 平均值	本校	與臺南市平均值 比較
未治療齲齒率	一年級：31.67% 四年級：26.51%	一年級：27.61% 四年級：22.9%	一年級：19.18% 四年級：16.09%	低於 臺南市平均值
齲齒複檢率	一年級：87.73% 四年級：85.71%	一年級：94.86% 四年級：94.22%	一年級：93.44% 四年級：92.86%	低於 臺南市平均值
窩溝封填施作率	一年級：8.71% 四年級：32.7%	一年級：9.08% 四年級：28.54%	一年級：10.38% 四年級：29.31%	高於 臺南市平均值

113學年度	全國 平均值	臺南市 平均值	本校	與臺南市平均值 比較
未治療齲齒率	一年級：29.8% 四年級：25.08%	一年級：25.32% 四年級：20.59%	一年級：8.77% 四年級：10.16%	低於 臺南市平均值
齲齒複檢率	一年級：88.93% 四年級：86.91%	一年級：96.96% 四年級：94.13%	一年級：100% 四年級：96.88%	高於 臺南市平均值
窩溝封填施作率	一年級：9.34% 四年級：35.22%	一年級：8.28% 四年級：25.01%	一年級：1.4% 四年級：21.27%	低於 臺南市平均值

參、實施過程：

一、學校衛生政策：

- (一)研擬討論口腔保健校園推動計畫，將課程、活動納入年度行事曆。
- (二)召開健康促進學校委員會議計畫說明及擬定分工和進度時程規劃。
- (三)114學年度健康促進學校計畫經校務會議討論通過。
- (四)成立口腔保健工作小組，推動與執行各項計畫工作。
- (五)結合健康護照推廣少喝含糖飲料。
- (六)下課時間廣播小叮嚀。
- (七)每日餐後潔牙紀錄表。
- (八)每週二學生進行含氟漱口水活動。

	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">編號</th> <th style="width: 25%;">3</th> <th style="width: 25%;">提案單位</th> <th style="width: 35%;">學務處</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>案由</td> <td colspan="3">審定本校 114 學年度健康促進學校實施計畫</td> </tr> <tr> <td>說明</td> <td colspan="3"> <p>計畫目標：</p> <ul style="list-style-type: none"> (一)提升學生知識運動知能，激發學生運動興趣，養成規律運動習慣，奠定終身健康與能力發展。 (二)增加學生身體活動時間，強化學生身心健康，培養自力與智慧之能力。 (三)培養學生健康飲食習慣，促進運動、健康美體的觀念。 (四)培養健康飲食觀念，結合區域教學，激發學生對於健康飲食的興趣，養成規律飲食習慣，落實健康生活。 <p>(一)健康促進：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 體適量學生增加至 80%。 <p>(二)口腔保健：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 齲齒年復發率 1% 2. 體適量增加 10% <p>(三)健康飲食：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知，並增加利用預防愛滋病專線。 <p>(四)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(五)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(六)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(七)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 </td> </tr> <tr> <td>建議</td> <td colspan="3"></td> </tr> <tr> <td>決議</td> <td colspan="3">通過(118 人同意)</td> </tr> <tr> <td colspan="4">提案日期：114/9/3 (星期三) 13:30</td> </tr> </tbody> </table>	編號	3	提案單位	學務處	案由	審定本校 114 學年度健康促進學校實施計畫			說明	<p>計畫目標：</p> <ul style="list-style-type: none"> (一)提升學生知識運動知能，激發學生運動興趣，養成規律運動習慣，奠定終身健康與能力發展。 (二)增加學生身體活動時間，強化學生身心健康，培養自力與智慧之能力。 (三)培養學生健康飲食習慣，促進運動、健康美體的觀念。 (四)培養健康飲食觀念，結合區域教學，激發學生對於健康飲食的興趣，養成規律飲食習慣，落實健康生活。 <p>(一)健康促進：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 體適量學生增加至 80%。 <p>(二)口腔保健：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 齲齒年復發率 1% 2. 體適量增加 10% <p>(三)健康飲食：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知，並增加利用預防愛滋病專線。 <p>(四)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(五)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(六)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(七)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 			建議				決議	通過(118 人同意)			提案日期：114/9/3 (星期三) 13:30			
編號	3	提案單位	學務處																						
案由	審定本校 114 學年度健康促進學校實施計畫																								
說明	<p>計畫目標：</p> <ul style="list-style-type: none"> (一)提升學生知識運動知能，激發學生運動興趣，養成規律運動習慣，奠定終身健康與能力發展。 (二)增加學生身體活動時間，強化學生身心健康，培養自力與智慧之能力。 (三)培養學生健康飲食習慣，促進運動、健康美體的觀念。 (四)培養健康飲食觀念，結合區域教學，激發學生對於健康飲食的興趣，養成規律飲食習慣，落實健康生活。 <p>(一)健康促進：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 體適量學生增加至 80%。 <p>(二)口腔保健：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 齲齒年復發率 1% 2. 體適量增加 10% <p>(三)健康飲食：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知，並增加利用預防愛滋病專線。 <p>(四)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(五)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 學生正確辨識食品營養標籤。 2. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(六)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 <p>(七)知識與技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. 體適量普及率增加至 80%。 2. 齲齒年復發率增加至 10%。 3. 學生能對健康飲食有正確認知。 4. 學生能辨識食品營養標籤。 																								
建議																									
決議	通過(118 人同意)																								
提案日期：114/9/3 (星期三) 13:30																									
<p>114學年度健康促進學校計畫經校務會議討論表決通過。</p>	<p>114學年度健康促進學校計畫經校務會議提案討論。</p>																								

目標二：喝足白開水(1500CC 或6杯馬克杯)



喝白開水好處：

1. 加速新陳代謝，維持美侖美奐的肌膚
2. 促進消化與腸胃蠕動，預防便秘問題
3. 避免頭暈昏沉，降低中暑及頭痛機會

目標三：不喝含糖飲料

(不包含現榨不加糖果汁，但不得以果汁替代水果供應)

含糖飲料的缺點：

1. 增加蛀牙機率
2. 導致肥胖
3. 精神不濟、注意力不能集中
4. 越喝越渴，止渴效果不好



結合健康護照推廣少喝含糖飲料。

每週二學生進行含氟漱口水活動。

二、教學課程與活動：

- (一) 護理師進行潔牙教學，培訓各班潔牙小天使。
- (二) 護理師進行牙線教學，培訓參與校外比賽的學生。
- (三) 牙菌斑顯示劑操作，讓學生了解自我潔牙狀況。
- (四) 參加校外口腔宣導海報比賽。
- (五) 衛生組長入班進行口腔保健教學。
- (六) 開學始業式及親師座談會時向家長進行口腔保健相關宣導。
- (七) 學生朝會向學生進行口腔保健相關宣導。



校長於始業式及親師座談會時向家長進行口腔保健相關宣導。



護理師進行潔牙教學，培訓各班潔牙小天使。



學生朝會向學生進行口腔保健相關宣導



學生朝會向學生進行口腔保健相關宣導



帶領學生使用牙菌斑顯示劑，讓學生了解自我潔牙狀況。



護理師進行牙線教學，培訓參與校外比賽的學生。



學生創作潔牙海報，參加校外口腔宣導海報比賽。



衛生組進班宣導潔牙技巧。

三、社區關係：

(一)運動會辦理健康促進闖關活動，讓家長及小孩一同參與。



學生與家長一同參與闖關活動。



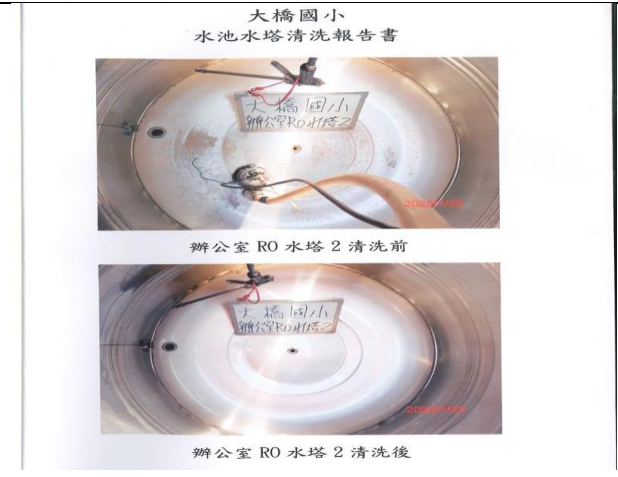
闖關成功後，與同學一同合影。

四、學校物質環境：

- (一) 各班設置潔牙用具置放架。
- (二) 學校定期清洗水塔，維護水質，提供師生優良水質。
- (三) 學校每層樓皆有裝設飲水機，提供師生飲用，並鼓勵師生多喝白開水。



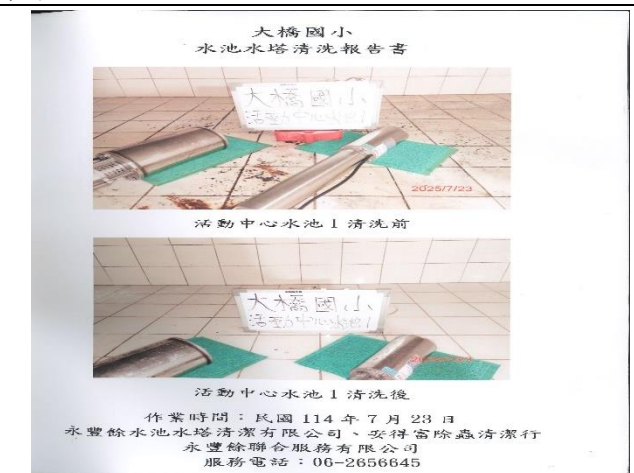
每班發放置物架，提供師生擺放潔牙用具組。



每學年暑假皆會固定清洗水塔，確保水質衛生安全。



推廣多喝水，學校各班走廊添購更新飲水機設備，並定期維護水質，確保師生健康。



每學年暑假皆會固定清洗水塔，確保水質衛生安全。

五、學校社會環境：

(一)健康主題情境布置，佈告欄張貼口腔與飲食觀念訊息。



不定期更新各種健康議題訊息提供全校師生認識。

口腔宣導運用各種簡單口號，建立學生正確觀念。



體育器材室外佈置口腔相關知識，達到宣傳提倡作用。

體育器材室外佈置口腔相關知識，達到宣傳提倡作用。

六、健康服務：

(一)牙醫師到校進行牙齒檢查與教學。

(二)護理師追蹤齲齒治療回條。



牙醫師到校為一、四年級學生進行牙齒檢查。



護理師持續追蹤學生齲齒治療回條繳交情形，並主動關心學生治療狀況。



牙醫師到校為一、四年級學生進行牙齒檢查時也針對口腔進行衛教教學。

護理師持續追蹤學生齲齒治療回條繳交情形，並主動關心學生治療狀況。

肆、成效：

- (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口腔保健的目標。
- (二) 教職員工生共同參與並且落實於日常生活中。
- (三) 學校健康教育課程及活動：提供教職員工口腔保健相關研習、教導學生口腔保健衛教知識。學生對口腔保健認知率達95%以上，未治療齲齒率能降1%。
- (四) 齲齒複檢率能達100%。
- (五) 窩溝封填施作率提高1%。
- (六) 學生能有正確口腔保健的觀念。
- (七) 學生能確實做到餐後潔牙工作，並會使用牙線等潔牙工具。

伍、分析改進：

一、一年級、四年級窩溝封填施作率，低於臺南市平均值，分析原因可能有：

- (一) 政策認知與家長配合度，許多家長知道小一入學時有補助，但對於2022年新放寬的「9-12歲（約三、四年級）仍可評估施作或重做」的政策不知情，導致四年級施作率明顯滑落。
- (二) 家長觀念落差：部分家長認為「天天刷牙就夠了」或「遲早會換牙」，對窩溝封填防齲齒的效益認知不足。
- (三) 時間難以配合：雖有全額補助，但家長仍須親自帶學童至合約診所就醫。雙薪家庭或隔代教養家庭常因工作繁忙、無暇抽空預約，導致施作率卡關。

二、四年級齲齒複檢率未能達100%，分析原因可能有：

- (一) 家長工作繁忙、時間難以配合：複檢需要家長親自帶學童前往牙醫診所。許多雙薪家庭、單親或隔代教養家庭，家長因工作排班或日常照顧分身乏術，難以抽空預約並陪同就醫。
- (二) 學童對看牙醫的恐懼心理：四年級學童已有相當的自主意識。若過去有不愉快的看牙經驗（如拔牙、鑽牙的疼痛或噪音），常會產生強烈的抗拒排斥心理，家長有時因拗不過孩子而拖延複檢。

陸、改進策略：

若要提升一、四年級的施作率及齲齒複檢率，可朝以下方向努力：

- (一)校園巡迴醫療：積極媒合牙醫師公會進駐校園進行集體施作。
- (二)精準催診機制：將催診重點延伸至四年級，針對校園健檢中「大白齒未齲齒且未封填」的學童名單進行精準追蹤。
- (三)分眾衛教宣導：利用聯絡簿、學校官方 LINE 或班親會，強調「四年級（9-12 歲）還能補做」的政策，翻轉家長誤區。
- (四)弱勢家庭專案協助：針對高風險、隔代教養或弱勢家庭，由學校輔導室或衛生所志工協助媒合醫療資源，甚至提供就醫媒合與陪伴。