

臺南市新化區大新國小 114 學年度學校健康促進實施計畫

一、計畫標題

臺南市新化區大新國民小學 114 學年度學校健康促進實施計畫

二、計畫依據

- (一) 學校衛生法
- (二) 臺南市114學年度健康促進學校實施計畫
- (三) 臺南市政府教育局114年8月15日南市教安(二)字第1141157315號

三、計畫摘要

本計畫旨在發展多元層面、多元策略、多元評價的統整性學校健康促進計畫，以增進全校教職員工與學生的全人健康為目的。本計畫共分為三階段進行：

第一階段：

依據學校現行問題分析與健康需求評估進行議題選擇，除必選議題視力保健、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)等6項議題及本校以【安全教育與急救】為自選議題。秉持「健康、快樂、榮譽、創新」的學校願景，打造一個全人健康和學習健康的環境。

第二階段：

依據所訂定之目標及議題，以融入課程的方式執行，配合領域教學、結合社區家長及校本課程安排相關學習活動，宣導健康概念、培養健康習慣與技能，並強調日常生活中健康行為實踐力，並提供充分的環境支持與健康服務，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。

第三階段：

進行成效評價，例如本校 113 學年度具體成效評價結果如下：

- (一) 本校曾經吸菸及有吸菸習慣學生人數為 0 人，所以 114 學度將持續進行宣導並辦理相關活動。
 - (二) 第一、二學期比較健康體位肥胖比率降低 1.62%，過重比率上升 2.77%，過輕比率降低 5.93%，適中比率增加 5.21%。
 - (三) 視力不良率由 112 學年 43.6% 上升至 113 學年 44.9%。
 - (四) 午餐餐後潔牙率達 99%、刷牙次數平均為 3 次/日。
 - (五) 教職員工領有 CPR 證照率:111 學年度為 96%，112 學年度為 94%，113 學年度為 93%。
- 以上評價結果將做為本年度本校健康促進實施計畫之改進依據。

四、背景說明

(一) 現況分析與在地文化

本校位處於城鄉交界，民風純樸，是一所中型學校，近年來逐漸減班，少子化情況日漸嚴重，目前一至六年級共有 16 班，學生數共 362 人(不含幼兒園)，教職員工 53 人。學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低落，普遍因工作忙碌且缺乏健康生活型態的相關知識。再加上由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本

校單親家庭及隔代教養學童比例逐漸增加，學童之生活、學習與成長頗值得關切。因此本校健康促進計畫擬於培養、訓練學生「生活技巧」為導向，發展學生自我覺察與實踐之能力為目標。

(二)本校 SWOT 分析

分析項目	優勢	劣勢	機會點	威脅
學校政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校願景為健康、快樂、榮譽、創新，將健康列為首要。 2. 已將健康促進學校計畫納入行事曆執行中。 3. 校長對健康促進學校計畫給予支持及鼓勵。 4. 每週行政會議，各處室探討問題都能縱、橫溝通。 5. 學校團隊、家長會與志工團皆能支持學校健康衛生計畫，並協助辦理學校健康促進活動。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校課程緊湊，辦理相關活動的時間難覓。 2. 健康促進學校活動策劃方向、作法及事宜，大多落在護理師一人身上。 3. 部分教師仍兼辦行政工作，工作量過於繁重。 4. 教師雖多數能配合健康促進活動計畫之推行，但僅止於配合，較少能主動提出建言。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與熱心或認同健康促進計畫之同仁或家長發展夥伴關係 2. 設計之健康促進活動盡量配合原先學校擬訂之課程和行事曆，以不影響學校正常作息為原則。 3. 強化行政對教學整合互動機制。 4. 配合各處室，合宜修正計畫案，達到可行性與變通性。 5. 整合校內相關業務，設計課程融入教學，發展健康促進學校之特色。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師對健康促進活動，因課業上壓力與進度會顯得心有餘而力不足。 2. 組織、制度及資源尚待整合。 3. 縣市合併之後，人員編制仍無法達到法定編制，在行政與教學間產生一定負面效應。
學校環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校主要校舍有兩棟，一為南北一為東西座向。教室的通風及採光良好，照明設備普遍在合宜的範圍。 2. 本校中庭前草原遼闊，可運用進行戶外遠眺及體適能活動。 3. 本校校園寬廣，學生活動空間大，有 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 無法徹底實施戒菸拒檳環境(假日尤為嚴重且不易勸阻)。 2. 老舊社區，家長生活結構及習慣難更改。 3. 學校為淹水淺勢地區，逢超大豪雨容易積水成災，加速少子化趨勢 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 善用人際互動，結合並與社區內醫療專業人員互動良好。 2. 與各鄰里長和守望相助隊合作，盡可能協助學校在假日進行查訪。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學區周圍飲料店林立，學生購買取得含糖飲料方便。 2. 飲料店為求生存競爭，與學校合作意願低下。

	<p>利推動各項健康活動。</p> <p>4. 與社區醫療院所互動良好，提供必要的資源與協助。</p>			
人口學特徵	<p>1. 教師會利用隨機教學、聯絡教學縱橫交叉課程。</p> <p>2. 有關健康教育課程，教師會向專業人員尋求支援與協助或聯合教學。</p> <p>3. 有健康促進共識的教師與班級，實施情形良好，教師願意提供經驗與突破困難方法。</p> <p>4. 教師每年接受 CPR 訓練並持續每兩年換證。</p> <p>5. 每年均辦理防災及安全教育宣導。</p>	<p>1. 健康體位活動除全校性活動，亦應班級經營配合，部分教師配合度較低。</p> <p>2. 少數教師對健康促進學校概念不清楚。</p> <p>3. 少數教師對健康促進學校活動配合度偏低，學生參與意願低，健康行為出現少。</p> <p>4. 部分教師對事故傷害的認知不足。</p>	<p>1. 教育局推動各項評鑑，其中健康促進學校列為校務重點</p> <p>2. 健康促進各項活動皆融入教學活動以減少衝擊。</p> <p>3. 校護團體願意協助推動校園安全與急救工作。</p> <p>4. 學生普遍對於危害認知高。</p>	<p>1. 學校家長以工商業為主，忙於生計，對本身及學生的健康及健康議題普遍不重視。</p> <p>2. 家長對事故傷害存有僥倖心態，認為事件不會發生。</p> <p>3. 少子化現象，導致班親會部分家長出席不踴躍。</p>
家長與參與	<p>1. 家長純樸，對學校信任度高。</p> <p>2. 家長會長態度積極、熱心。</p> <p>3. 家長會參與學校行政事務具有規劃遠見。</p>	<p>1. 大部份家長忙於生計，參與學校活動意願低。</p> <p>2. 單親及隔代教養比率偏高，家庭教育欠缺，疏於兒童日常生活照顧及督導。</p>	<p>1. 利用聯絡簿、電話及衛教單張，加強與家長的聯繫。</p> <p>2. 透過辦理親子間活動，增加彼此溝通機會。</p> <p>3. 透過家長會長力量，強化家長與校方間的連結。</p>	<p>1. 學校家長以工商業為主，忙於生計，對學校舉辦健康促進活動與靜態講座參與意願不高。</p>
教師參與	<p>1. 教師具有專業教學知能，能為健康促進活動規畫之顧問。</p> <p>2. 推動健康促進成果好的班級，老師經驗分享，並於會</p>	<p>1. 課程及各式議題繁複，教師需繳交各式教學檔案，對其他活動較無動力合作。</p> <p>2. 有些老師認為推動健康促進活動</p>	<p>1. 積極參與教務處課程開發，結合教師規畫健康促進活動於各領域課程。</p> <p>2. 落實學本位課程發展機制，實施</p>	<p>1. 學校以「十二年國家」、「領域教學」為發展目標，健康促進活動非發展主流，支持受限制。</p>

	<p>中表達可行之處。</p> <p>3. 教師會作隨機教學、聯絡教學、縱橫交叉課程。</p> <p>4. 事先規畫之相關活動與需求，教師均能配合執行。</p> <p>5. 有關健康教育課程，教師會向專業人員尋求支援與協助，或聯合教學。</p>	<p>是行政人員的業務。</p> <p>3. 部份教師對健康促進活動辦理配合度偏低。</p>	<p>健康教學。</p> <p>3. 增加校內教師專業進修，行銷健康促進計畫與經驗，以求得認同後實施。</p> <p>4. 增強校內同事間人際關係。</p>	<p>2. 部份教師對健康促進議題不感興趣，相關研習會缺席。</p> <p>3. 教師非專業人員，在落實專業度上有困難，故無法一貫作業達成目標。</p>
學生學習	<p>1. 學生天真、純樸，精擅體育運動。</p> <p>2. 排斥教條式的課程，偏愛活潑式教學。</p> <p>3. 本性質樸，可塑性高。</p> <p>4. 推動低年級馮尼氏刷牙法，中、高年級採貝氏刷牙法。</p>	<p>1. 少子化趨勢影響，學習呈現M型化之分佈。</p> <p>2. 多數學童屬低社經家庭，不易提供良好學習環境及設備。</p> <p>3. 少數學童屬於高成就，亦以自我為中心，對於健康促進議題非升學主流而漠視。</p>	<p>1. 規劃生動活潑式教學課程，提升學生參與意願。</p> <p>2. 建立健康諮詢及資源管道。</p> <p>3. 學生可塑性強，提供兒童多元課程，實施適性教學，以達自我實現。</p>	<p>1. 擺脫教條式的授課，課程中運用多媒體、圖畫、遊戲、角色扮演等多元教學法，活絡學習氣氛及動機。</p> <p>2. 規劃校園學習風氣，提供健康議題閱讀相關資源供學習。</p>
社區資源運用	<p>1. 社區衛生所定期舉辦各項活動，且與本校協同合作度佳。</p> <p>2. 志工團熱心參與，成立健康服務隊，協助推動各項活動，配合度高。</p>	<p>1. 家長偏重學生成績表現，對健康議題較不重視。</p> <p>2. 家長認為近視問題常見，就醫診治並不積極。</p> <p>3. 本行政區藥師缺少，媒合不易，對正確用藥推行產生一定阻礙。</p>	<p>1. 與社區醫療院所專業人員互動良好，並樂意提供醫療諮詢。</p> <p>2. 與社區內有各機關單位互有聯繫合作，如衛生所、醫療院所、圖書館、區公所，互享互利。</p>	<p>1. 學區附近商家以利益導向，缺乏健康概念。</p> <p>2. 社區人士對學校不愛惜，常有破壞情事發生，對教學產生反效果。</p>

(三)學校健康促進議題問題分析:

1、必選議題

(1)菸害防制

本議題已執行多年，歷年統計結果本校學生雖無吸菸者，但家長吸菸並與有吸菸習慣家人同住者居多，因此學校期望透過菸害防制的教育工作讓反菸的觀念根植於學生腦海中，114 學年度將持續辦理宣導與相關活動。

(2)健康體位

本校 113 學年度體位適中率為 63.6%，過重及超重合計為 25.34%，過輕為 11.06%，上下學期比較結果顯示本校健康體位超重比率降低 1.62%，過重比率上升 2.77%，過輕比率降低 5.93%，適中者增加 5.21%。經過擬定改善策略並實施後，113 學年度健康體位整體表現有所進步，期望 114 學年度能繼續維持健康體位的優質成果，因此本學年度將推動「健康吃、快樂動」飲食營養教育計劃，並透過晨間、課間與班級自主時間推動全校體能運動，藉由正確的飲食及充足的運動量，期望將本校體位過重及超重比率由 25.34%降至 25%，體位過重比率由 12.67%降至 12%。

	超重	過重	過輕	適中
第一學期	13.48%	11.32%	14.02%	61.19%
第二學期	11.86%	14.02%	8.09%	66.04%
總平均	12.67%	12.67%	11.06%	63.6%

大新國小 113 學年度體位統計表

(3)口腔衛生

本校 113 學年度學生齲齒盛行率，一年級為 17.19%，四年級為 18.75%，因 111-112 學年度齲齒率居高不下，故擬定改善策略，致力推展口腔保健工作，除了加強落實學生餐後潔牙外，亦培訓班級潔牙小天使、實施餐後潔牙檢測計畫，並透過活動設計將健康知識與技巧融入課程教學，促使學生養成健康行為並內化於日常生活中。114 學年度將朝一、四年級整體齲齒率於 35%以下的目標努力，期望口腔保健觀念從學校推廣至家庭中，鼓勵家長培養學童護齒的好習慣，共同維護學童口腔衛生。

年級	學生數	齲齒人數	齲齒盛行率	複檢完成率
一	66	11	17.19%	100%
四	64	20	18.75%	100%
總數	130	31	35.94%	100%

113 學年度一、四年級齲齒盛行率統計表

(4)視力保健

本校學生裸眼視力不良率逐年偏高，探究其原因得知，其一為學童除學校上課時間外，參與安親班的小孩居多，學童學習時間過長、且閱讀姿勢欠佳。其二，電視觀賞時間過長，睡眠時間也不規律，因學童用眼過度且休息、睡眠不足，導致裸眼視力不良率攀升。其三，我們也發現第二學期的視力不良率往往高於第一學期，究其原因可能與寒假期間，孩子放假在家過度使用 3C 產品有關。因此，本年度除了每天的「下課教室淨空」之外，再配合學校作息，實施「課間活動」、「健康與均衡飲食」，讓學生從飲食方面得到視力保健需要的營養素，鼓勵小朋友放假期間多從事運動休閒活動，建議家長多讓學生接觸大自然，看遠及看綠色植物，調節睫狀肌，期望將規律用眼 3010 落實於日常生活中。

學年度	兩眼均達 0.9 人數			裸眼視力不良人數				裸眼視力檢查人數			就醫率
	男	女	合計	男	女	合計	百分比	男	女	合計	
108 學年度	98	72	170	77	56	133	43.7%	175	128	303	95%
109 學年度	95	70	165	67	62	129	43.9%	162	132	294	95%
110 學年度	99	82	181	70	72	142	44%	169	154	323	95%
111 學年度	98	92	190	76	71	147	41.8%	174	163	337	97%
112 學年度	101	88	189	81	92	173	45.6%	182	180	362	97%
113 學年度	103	97	200	84	87	171	46.05%	186	184	371	98%

大新國小 108-113 學年度視力檢查結果統計表

(5)性教育含愛滋病防制

本校從 100 學年度曾進行性教育之行動研究，結果顯示：在經適當之教學設計後，學生之性知識正確率平均達 90%。105 學年度起教育局雖已取消國小學童進行「性教育及愛滋防治」議題之健康促進網路問卷前後測，但性教育及愛滋病防制工作仍應持續進行，因此今年度本校將繼續執行性教育議題，以期維持性知識正確的觀念，並開始對於正向性態度進行宣導。希望透過相關活動與增能，配合家長與教師的共同引導，讓孩子有正確的觀念去面對自己成長時所面臨的生、心理之改變。

(6)全民健保(含正確用藥)

全民健保是依據《中華民國憲法增修條文》所實施的全民醫療保險制度。1995 年 3 月 1 日起實施，保險人為中央健康保險局，主管機關為行政院衛生署。2013 年，政府組織再造規劃，立法院三讀通過《衛生福利部組織法》和相關組織法，行政院衛生署正式改制衛生福利部，由於《醫療開支過度成長》及《保費結構不良》，因而衍生《補充保險費》之問題(簡稱二代

健保)。為使我國舉世稱羨之保險制度永續發展，本校將以部編能力指標為中心，透過相關教學活動，提升孩子對於健保正確的認知率，並懂得珍惜健保資源。113學年度透過健康促進網路問卷系統針對「全民健保」議題—全民健保正確認知率、珍惜全民健保行為率等議題進行前後測。從抽樣結果顯示，經過有計劃的宣導及教學後，在正確認知率和珍惜全民健保行為率均有顯著提升，為世界第一的臺灣健保，種下永續發展的種子。

有效樣本數 38 人

	前測平均	後測平均
全民健保正確認知率	49.12%	94.74%
珍惜全民健保行為率	55.26%	95.61%

大新國小 113 學年度學生全民健保議題前後測分數統計表

國人對用藥的知識常可由廣播、網路與電視等多元方式取得，但藥物廣告亦可由前述管道獲得，用藥效果也常出現誇大浮實之情狀，政府關心國人用藥安全及提升正確用藥認知，以及避免藥物濫用等與健康影響甚鉅的議題，透過學校與相關單位的協助，讓學生從小即對如何正確用藥與防制藥物濫用議題有更深入的瞭解。以提升學生用藥安全的生活技能教學、營造校園用藥安全及社區重視正確用藥為主軸，本校 113 學年度所做統計資料顯示：學童之遵醫囑服藥率為 100%，本學年度亦致力將遵醫囑服藥率維持於 95% 以上，並加強正確用藥的觀念。

113 學年度透過健康促進網路問卷系統針對「正確用藥」議題—正確用藥認知率、正確用藥行為率等議題進行前後測，從抽樣結果顯示，經過有計劃的宣導及教學後，在正確用藥認知率和正確用藥行為率均有顯著提升。

有效樣本數 38 人

	前測平均	後測平均
正確用藥認知率	86.47%	99.62%
正確用藥行為率	93.98%	100%

大新國小 113 學年度學生正確用藥議題前後測分數統計表

(7) 正向心理健康

鑑於學生的心理健康狀態攸關其健康品質與生活適應，也影響其專注力與學習能力，教育部國教署業於 110 學年度新增正向心理健康促進為必選議題，為配合推動心理健康促進工作，本校採取「跨議題」的推動模式。心理健康促進工作，配合輔導室業務與其他必自選議題進行連結、統整、轉化，規劃、執行跨議題的整合性計畫與工作。

2、自選議題：

(1) 安全教育與急救

本市位在台灣西部地震帶上，民國 99 年 3 月 4 日甲仙地震造成臺南極大傷害，當時全校正在活動中心辦理活動，在疏散過程中有學生受到驚嚇，也有幾位學生跌倒擦傷。再者依據本校學生外傷人次資料統計顯示，受傷地點以「運動場」最多，其次依序為走廊及遊戲場，受傷種類以擦傷居首，其次為裂割傷、挫撞傷、扭傷，表示學生從事運動或遊戲追逐時較容易跌倒受傷，因此建立校園安全概念與實務能力，務期教職員工生具備危機意識及意外事故處理的能力是本校自選議題努力的方向與目標。

3、主推議題：口腔保健

本校 111-112 學年度「一、四年級學生初檢齲齒率」指標皆高於臺南市平均值，故擬定相關改善策略並實施後，113 學年度「一、四年級學生初檢齲齒率」指標有明顯下降趨勢，為延續並確保學生持續落實口腔衛生保健工作，故選定『口腔保健』為本校 114 學年度健康促進學校主推議題。

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43.75%	46.05%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小96.42%	98%	<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	小一25.32% 小四20.59%	小一17.19% 小四18.75%	<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	小一96.96% 小四94.13%	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10.10%	11.06%	<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64.95%	63.6%	<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11.70%	12.67%	<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13.25%	12.67%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

五、計畫內容

(一)計畫目的：

- 1、從小養成健康的觀念與知識，形成預防性的健康行為。
- 2、建立拒菸的意識，使學生遠離誘惑，並能將正確的觀念影響家人。
- 3、以具體有效方法使校園成為無菸且有益健康的學習環境。
- 4、增強全校師生視力保健常識，並能確實將規律用眼 3010 落實於日常生活中，期使降低現行裸眼視力不良人數比率。
- 5、建立學童養成餐後睡前潔牙習慣，增加每日刷牙次數，降低齲齒罹患率並提高齲齒矯治率。
- 6、推動「學校—家庭—社區」健康營造模式，強化健康體位生活知能。
- 7、提升全校師生衛生保健常識並建立良好的健康行為。
- 8、提升全校學童 85210 之行動落實，以維持良好體位。
- 9、養成正確的性觀念與知識，讓學童擁有自我保護的能力。
- 10、養成學生正確用藥之能力並建立用要五問、堅守「五不原則」及「五大核心能力」。
- 11、推動學生瞭解全民健保，並養成提升珍惜醫療資源的行為。
- 12、落實各項防災教育計畫，提昇全校師生防災的覺知與技能，並建構安全的學習環境。

(二)具體策略：

1. 整體學校衛生策略：

計畫項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
整體學校衛生政策	1. 透過委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定各項衛生健康教育實施計畫。	學務處	體衛組 健康中心	114/8	1. 凝聚健康促進學校推展共識。 2. 參與之教職員工能具備執行本計畫的能力。 3. 能利用校園或社區可用資源，完成健康促進學校活動。 4. 提升社區民眾對學校的認同。 5. 透過課程融入，引導孩子吸收更多健康知識，帶動大家一起重視健康的風氣。
	2. 制定實施計畫並納入學校行事曆。	學務處	體衛組 健康中心	114/8	
	3. 制定「學生緊急傷病處理辦法」。	學務處	教務處	經常性	
	4. 加強校園美化綠化及生態教學環境。	學務處	總務處	經常性	
	5. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。	學務處	健康中心	114/8	
	6. 鼓勵教師將健康議題納入課程與教學。	學務處	體衛組 健康中心	經常性	
	7. 級任教師加強學生日常生活中健康行為指導與心理輔導。	教務處	各班級任	經常性	
	8. 結合社區資辦理相關活動。	學務處	體衛組	經常性	
	9. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。	學務處	健康中心 各班級任	經常性	
	10. 舉辦家長親師座談，宣導「健康促進學校計畫」內涵。	學務處	體衛組 健康中心	經常性	

(三)各項健康促進議題實施作法與步驟

1. 視力保健具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	1. 擬定學童視力保健計畫。 2. 確實執行戶外遠眺活動。 3. 視力不良學童團體衛教。 4. 正確的 3010 用眼習慣與知能融入教學。 5. 新型課桌椅對號入座。 6. 各學年融入領域教學。	健康中心 學務處 健康中心 教務處 總務處 教務處	學務處 學務處 低年級師 各班級任 健康中心 學務處	114/8 經常性 114/12 經常性 經常性 經常性	◎學生裸眼視力不良人數百分比，從目前 46.05% 降至 46%。 ◎增加學童視力保健常識
健康服務	1. 全校定期視力檢查。 2. 視力檢查一個月內通知家長篩檢結果。 3. 優先追蹤視力 0.6-0.8 族群，減緩高度近視發生。	健康中心 健康中心 健康中心	各班級任 各班級任 各班級任	114/9 114/10 114/10	◎維持視力不良學童矯治率為 96% 以上。
健康教學與活動	1. 指導學生確實下課休息。 2. 指導學生正確握筆姿勢。 3. 指導學生用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。	各班級任 各班級任 各班級任	健康中心 教務處 學務處	經常性 經常性 經常性	◎養成正確的 3010 用眼習慣。
學校物質環境	1. 定期檢查教室之燈光照度，每學期至少 1 次。 2. 低年級盡量不使用電子白板。	健康中心 低年級師	總務處 總務處	114/9、 經常性	◎符合桌面照光度 500 米燭光，黑板照光度 750 米燭光。
學校社會環境	1. 刊登視力保健文章。 2. 寒暑假期間發放視力保健通知單。 3. 善用親師聯絡簿。	學務處 學務處 學務處	體衛組 各班級任 各班級任	經常性 115/1、 115/6 經常性	◎喚醒家長、安親班守護孩童視力保健防治的意識。
社區關係	1. 利用親師座談辦理視力保健講座。	學務處	健康中心	114/9	◎喚醒家長視力保健防治的意識。

2. 口腔衛生具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各學年融入課程領域，加強口腔衛生教育。 2. 進行每日的餐後潔牙及每週含氟漱口水活動。 3. 辦理口腔檢查並追蹤輔導 4. 舉辦口腔保健親職教育活動。 5. 辦理低年級口腔衛生保健宣導。 6. 中年級實施貝氏刷牙法及牙線之操作。 	教務處 各班級任 健康中心 學務處 健康中心 健康中心	各班級任 健康中心 體衛組 各班級任 體衛組 低年級師 中年級師	經常性 經常性 114/11 114/9 114/9 經常性	◎降低一、四級學童的整體齲齒率至 35%。 ◎增加學童口腔保健知識及養成良好的衛生習慣。
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 牙齒健康檢查及白齒窩溝封填防齲活動執行。 2. 全校每週二含氟漱口水活動。 3. 檢核每日餐後潔牙紀錄。 4. 每週二抽檢學生餐後潔牙完整性。 	健康中心 健康中心 各班級任 健康中心	各班級任 各班級任 健康中心 各班級任	114/11 經常性 經常性 經常性	◎降低全校齲齒率至 35%。
健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 利用朝會、晨會強化學生及教師口腔保健認知及行為。 	健康中心	體衛組	經常性	◎強化口腔認知行為。
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 含氟漱口水使用的安全性及漱口杯的衛生把關。 	健康中心	總務處	經常性	◎採用無副作用的漱口水。
學校社會環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 刊登口腔保健文章。 2. 張貼口腔保健海報。 3. 善用親師聯絡簿。 	學務處 學務處 學務處	體衛組 體衛組 各班級任	經常性 經常性 經常性	◎口腔保健教育落實於日常生活中。
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 利用親師座談辦理口腔保健講座。 	學務處	健康中心	114/9	◎民眾獲得健康知能。

2. 菸害防制具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實施無菸校園計畫。 2. 訂定5月及12月為菸害及檳榔防制教育宣導月。 3. 結合親子運動會，將拒菸拒檳之健康議題融入化裝遊行，行銷「無菸拒檳家庭」計畫。 4. 舉辦菸害防制親職教育活動。 5. 各學年融入課程領域，加強菸害防制教育。 	學務處 學務處 學務處 學務處 教務處	體衛組 體衛組 體衛組 體衛組 各班級任	114/9 114/12 115/5 114/12 114/9 經常性	◎營造健康的校園環境。
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 配合親職教育日及班親會宣導菸害防治。 	學務處	健康中心 各班級任	114/9	◎提升菸害防制知能。
健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學年實施菸害及檳榔防制課程教學。 2. 實施隨機教學。 	各班級任 各班級任	教務處 學務處	經常性 經常性	◎學生對拒菸認知均分達90%以上，並維持吸菸率為0。
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 圖書館設置菸害防制書籍提供借閱。 2. 標示本校為禁菸場所。 	註冊組 總務處	教務處 學務處	經常性 經常性	◎本校全面為禁菸學校。
學校社會環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 給家長的信~推銷無菸校園。 2. 於校園中張貼禁菸禁檳標誌。 	學務處 總務處	各班級任 體衛組	114/9 經常性	◎學會向二手菸說“不”之拒絕技巧。
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 配合衛生所辦理無菸家庭宣導活動。 	學務處	健康中心	114/9	◎藉由活動推展，深入家庭營造健康新主張，減少二手菸危害。

4. 健康體位具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體適能教育、提倡 85210 規律運動、養成健康儲蓄觀念。 2. 健康教育課程及活動。 3. 營養諮詢。 	學務處 學務處 學務處	教務處 總務處 教務處 健康中心	114/9~ 115/6 經常性 經常性	◎藉由健康體位與健康飲食的倡導，養成學生正確的體型意識及觀念。
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每年實施學生體適能檢測並培養學生運動知能及促進運動習慣。 2. 全校體位測量 3. 利用午餐時間飲食指導並針對體位異常學童（過輕或過重），進行個別飲食指導，及飲食選擇指導。 	體衛組 健康中心 各班級任	各班級任 體衛組 健康中心	114/9~ 114/10 114/9 115/3 經常性	◎將學生過重及肥胖百分比從現行 25.84% 降到 25%。
健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理飲食營養教育課程。 2. 舉辦班級體育對抗賽及校際運動會。 3. 每天晨間活動時間配合提升體適能計畫實施全校各學年健康活動，促進身體健康。 4. 組訓學生體育團隊。 	各班級任 健體教師 體衛組 體衛組 體衛組	體衛組 健康中心 學務處 各班級任 學務處 學務處	經常性 經常性 經常性 114/9	◎養成教職員工生「自我照顧」之健康知能、生活的技巧，養成健康行為，進而建立健康生活型態。
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供均衡營養之午餐。 2. 提供白開水供學生飲用。 3. 定期更換飲水器濾心。 	午餐執秘 總務處 總務處	總務處 學務處 事務組	經常性 經常性 經常性	◎養成不喝含糖飲料習慣並確保飲用水安全。
學校社會環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理健康具運動性之課後社團。 2. 集會宣導〔早餐一定要吃、吃全穀類健康、天天五蔬果、健康體位等〕並張貼宣導海報。 	體衛組 學務處	學務處 各班級任	114/10 經常性	◎學生了解健康體正確觀念
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 專題演講。 	學務處	健康中心	114/10	◎獲得健康飲食知識技能

5. 性教育含愛滋病防制具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	1. 成立「性別平等教育委員會」執行計畫，以提昇學生正確性知識、性態度以及性傳染疾病預防觀念，並能預防、早期發現性侵害個案為目標。	學務處	教務處 總務處 人事室 各班級任	114/9~ 115/6	◎學童能具備正確性觀念與知識，學習尊重他人。
健康服務	1. 配合親職日，辦理社區家長性教育座談會。 2. 提供性侵害個案學生個別輔導或建立轉介機制。 3. 提供性教育諮商服務。	學務處 輔導室 輔導室	輔導室 學務處 健康中心	114/9 114/9~ 115/6 經常性	◎本校學童能夠了解兩性相處正確觀念與技巧重要，並確實落實於日常生活中。
健康教學與活動	1. 依領域課程融入，將生活技巧課程融入性教育相關健康議題教學。 2. 透過學校大型活動，辦理健康促進闖關活動，寓教於樂。	教務處 學務處	各班級任 教務處	經常性 114/9~ 115/6	◎全校學生均接受相關兩性教育課程（含活動及講座）達4節課。
學校物質環境	1. 鼓勵相關學習領域教師研發性教育之教材教法與教具。	教務處	各科教師	經常性	◎提升學童對自主身體意識、兩性相處、尊重他人行為與青春期身生理變化的正確認知與行為技能建立。
學校社會環境	1. 舉辦性教育相關競賽。	學務處	輔導室	115/4	◎學校進行多元化性教育。
社區關係	1. 結合學術單位、轄區衛生所、醫療院所等資源，提供校園豐富的性教育資訊。 2. 邀請並配合衛生單位等機構至校辦理性教育、愛滋病防制、家暴防制等活動宣導，提昇教職員工生對於性教育的認知。	學務處 學務處	健康中心 健康中心	115/3 115/3	◎藉由轄區衛生所、醫療院所等資源，創造宏觀的性教育教學場域。

6. 全民健保(含正確用藥)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	預期達成目標
訂定學校衛生政策	1. 配合市政府健康促進學校全民健保(含正確用藥)議題。 2. 納為學校行事曆,落實政策面。	學務處 學務處	教務處 教務處	經常性 114/8	◎以推動健康促進學校為基礎,有效推廣師生及家長正確用藥知能,且珍惜及善用健保資源。
健康服務	1. 配合親職日,辦理社區家長性教育座談會。	健康中心	各班級任	經常性	◎提高遵從醫囑服藥率達90%以上。
健康教學與活動	1. 每學期至少辦理1次全校性「全民健保及正確用藥」宣教活動,教導學生如何正確用藥,培養學生正確思考之能力。	健康中心	體衛組	114/11 115/4	◎落實正確用藥五大核心能力。
學校物質環境	1. 跑馬燈宣導。 2. 鼓勵老師踴躍發展融入或協同教學將5大核心能力以生活技能教學融入。	學務處 教務處	網管 學務處	經常性 經常性	◎培訓本校工作人員,建利用藥安全教育的教學與推廣團隊。
學校社會環境	1. 每年舉辦「全民健保及正確用藥」認知檢測,訂定獎勵辦法,對於答錯率較高之題目,加強宣教導正。 2. 海報張貼。	學務處 學務處	各班級任 健康中心	115/5 經常性	◎推動正確用藥教育,落實校園正確用藥基礎。
社區關係	1. 結合社區相關資源及專業醫療、輔導機構,有效防制學生藥物濫用,達成「健康校園」之目標。	學務處	體衛組 生教組	115/4	◎結合本地衛生所為策略聯盟共同推動校園正確用藥教育。

7. 正向心理健康具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	1. 配合市政府健康促進學校正向心理健康議題。 2. 納為學校行事曆，落實政策面。	學務處 學務處	教務處 教務處	經常性 114/8	◎以推動健康促進學校為基礎，鼓勵學生擁有正向樂觀的學習態度。
健康服務	1. 配合親職日，辦理社區家長心理健康座談會。	輔導室	各班級任	經常性	◎本校學童能夠將心理健康落實於日常生活中。
健康教學與活動	1. 每學期至少辦理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。	輔導室	各班級任	114/9~ 115/6	◎鼓勵學生用正向樂觀態度面對學習。
學校物質環境	1. 鼓勵相關學習領域教師研發正向心理健康之教材教法與教具。	教務處	各科教師	經常性	◎培訓本校工作人員，建立正向心理健康的教學與推廣團隊。
學校社會環境	1. 依領域課程融入，將生活技巧課程融入心理健康相關健康議題教學。 2. 海報張貼。	教務處 輔導室	各班級任 健康中心	經常性 經常性	◎提升學生的心理健康，也間接地提升其學業表現、生理健康，以及生活適應能力。
社區關係	1. 結合學術單位、轄區衛生所、家庭教育中心等資源，提供校園豐富的心理健康資訊。	學務處	輔導室	115/3	◎藉由轄區衛生所、醫療院所等資源，創造宏觀的正向心理健康教學場域。

8. 安全教育與急救具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程	預期達成目標
訂定學校衛生政策	1. 成立校園防災推動小組、園災害防救編組、研訂校園災害防救計畫。	學務處	教務處 總務處	114/9	◎凝聚全校共識，增進災害防救能力。
健康服務	1. 本校為災難避難所。	學務處	生教組	114/9	◎熟悉災害防救路線。
健康教學與活動	1. 辦理防災避難演練。 2. 實施防災問題前後測。 3. 辦理急救安全教育。	學務處	生教組 體衛組. 健康中心	114/9 115/5 115/6	◎增進災害防救觀念與能力
學校物質環境	1. 建立在地化防災教學，設計融入各領域教學課程及主題式教學。	教務處	學務處	經常性	◎提升教師與學生專業的知能，發展學校防災教育課程。
學校社會環境	1. 繪製防災地圖。 2. 防災海報張貼。	學務處 學務處	總務處 生教組	114/9 經常性	◎熟悉災害防救路線。
社區關係	1. 結合消防隊志工實施師生演練射水滅火及緩降機逃生演練。	學務處	總務處	115/3	◎熟悉災害防救各項技能。

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	王建智	校長	研擬並主持計畫，並督導計畫執行
協同主持人	蘇春燕	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	林佳伶	教務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	李榮茂	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	劉薇玲	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
研究人員	王國勳	體衛組長	校園環境評估，社區及學校資源之協調整合，活動策略設計及效果評價
研究人員	林子暘	生活教育組長	校園安全評估，活動策略設計及效果

			評價
研究人員	王耀德	事務組長、網路管理	健康促進網頁製作及維護
研究人員	林采嫻	護理師	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聯繫
研究人員	楊士正	教師代表	協助辦理學生需求評估與活動，並協助級務與行政單位之聯繫
研究人員	鄭樺萱	國語文領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	楊士正	數學領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	蔡有靜	社會領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	黃珮甄	自然科學領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	林佳伶	英語文領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	徐韶伶	藝術領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	黃崢	綜合領域召集人	教學教案實際融入之課程發展人員
研究人員	梁建弘	健康與體育領域召集人	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	黃照元	家長代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
參與人員	郭雅瑄	學生代表	協助辦理學生需求評估與活動，並協助班級與行政單位之聯繫

七、預定進度

月次	114年 8月	114年 9月	114年 10月	114年 11月	114年 12月	115年 1-2月	115年 3-4月	115年 5月	115年 6-7月
1. 召開學校健康促進委員會	■					■			
2. 進行現況分析需求評估		■							
3. 決定目標及健康議題		■							
4. 擬定學校健康促進計畫		■	■						
5. 編製教材及教學媒體		■	■	■	■				
6. 建置維護健康促進網站			■	■	■	■	■	■	
7. 擬定過程成效評價工具			■	■					
8. 成效評價前測				■					
9. 執行健康促進計畫		■	■	■	■	■	■		
10. 過程評量				■	■	■	■	■	
11. 成效評價後測								■	
12. 總成效評價								■	■
13. 資料分析								■	■
14. 成效檢討與報告撰寫									■

八、講座及課程安排

(一)健康中心衛教宣導講座六場

1. 一年級衛教宣導主題：「口腔保健」。
2. 二年級衛教宣導主題：「視力保健」。
3. 三年級衛教宣導主題：「健康體位」。
4. 四年級衛教宣導主題：「貝氏刷牙法與牙線使用」。
5. 五年級衛教宣導主題：「青春期暨愛滋病防治教育」。
6. 六年級衛教宣導主題：「急救安全教育」。

(二)輔導室辦理生命教育及心理健康宣導講座十二場

1. 9/8(一) 08:00-08:40 全校師生特教宣導。
2. 9/17(三)~11/12(三) 08:00-08:40 生命教育入班宣導共九場次。
3. 10/1(三) 14:00-16:00 教職員特教研習。
4. 10/15(三)14:00-16:00 教職員正向情緒輔導知能研習。

九、評價方法

(一)過程評價

1. 每學期召開學校衛生委員會，檢討各項必選議題及自選議題是否落實於生活教育實踐，並做成會議記錄以為下學期或明年改進之依據。
2. 經由班親會、親子運動會、校務會議檢討各類有關問題，提供學校改進建議。
3. 辦理活動照片或其他成果（學習單、戲劇腳本、相關軟硬體設施改變、或成立之規範及組織）、活動心得（從活動中得到的看法或感受）展示……等。

(二)結果評價

開發健康促進學校教學模式，教學內容包括生活技能、拒絕技巧、菸害防制、健康生活實踐，整合學校的行政機制，以校園介入方式，對一至六年級均以融入其他領域為原則，進行上下學期各四小時之課程推動教學。評價時，為兼顧效度與信度，部分採用部編版本問卷，一至二年級以強調生活技能進行自評表式勾選，以瞭解自身進步；此外由於本課程具有連續性，為了評價課程推動成效，將在計畫實施前，對三年級以上學生先進行前測，授課內容(活動)終了再進行後測，該學年結束再進行最總評價或質性訪談，蒐集質性資料以評估計畫成效。

十、預期效益

- (一) 學生對拒菸認知均分達 90 以上，並維持吸菸率為 0。
- (二) 將學生裸眼視力不良人數百分比從現行 46.05%減低至 46%、維持視力不良學童的矯治複檢率為 96%以上。
- (三) 將一年級學童齲齒率由現行 17.19%降至 17%，四年級學童齲齒率由現行 18.75%降至 18%，且維持學生午餐餐後潔牙率達 90%以上。
- (四) 心理健康正確知識率可達 85%以上。
- (五) 習得拒絕技巧及性教育及愛滋病防制認知率維持 90%以上。
- (六) 宣導 85210 觀念，將學生過重比率從現行 12.67%降至 12%，超重比率從現行 12.67%降至 12%。
- (七) 學生對於全民健保正確認知率與正確用藥遵從醫囑服藥率達 95%以上。
- (八) 學童對災害防治教育正確認知比率達到 85%。

十一、本計畫經學校衛生委員會提案，校務會議決議，校長核可通過後實施，修正時亦同。

護理師：

護理師林采嫻

體衛組長：

代理教師兼代
體育衛生組長 王國勳

學務主任：

教師兼
學務主任 蘇春燕

校長：

臺南市新化區大新國民小學
校長 王建智