

臺南市下營區中營國民小學114學年度健康促進學校計畫

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：

- 三、本年度推動之必選議題：視力保健、口腔衛生、健康體位等三項；本校選擇的議題為「口腔保健」，以上議題之推動方法是以符合六大範疇之活動實施，融入健康教育教學與多元活動介入，用以增進教職員生對於健康議題的健康覺察、知識、態度、價值觀、生活技能與行動能力，將健康議題落實於日常生活，並透過學校、家長、社區共同參與及執行的模式，讓教職員生及社區人士體認健康議題之重要性，並學會因應之知識技能，藉以經營一個健康的校園與社區。

四、背景說明：

(一) 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	36.5	<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92.12 國中85.55	國小96.42 國中92.19	98	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 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	4	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 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	58.82 25.93	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 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	100 100	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 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	76.47	<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9.96 國中8.21	國小10.10 國中8.13	11.315	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" 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	60.58	<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11.40 國中11.96	國小11.70 國中11.92	12.41	<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12.27 國中16.41	國小13.25 國中17.66	15.695	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

(三)健康議題擇定

1. 必選議題:視力保健、口腔保健、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7項。
2. 自選議題:藥物濫用防治。
3. 主推議題:口腔保健。
4. 正向心理健康促進議題業於110學年度起列入新增議題，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，推動心理健康促進為重要的教育議題。為配合推動心理健康促進工作，各校可彈性採取「主題式」或「跨議題」的推動模式。
「主題式」：心理健康促進為獨立的議題主軸，以規劃、執行主題式的單一議題計畫與工作。
「跨議題」：心理健康促進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。

五、計畫內容：

(一) 視力保健(議題)具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	工作時程
1. 訂定學校衛生政策	(1) 訂定視力保健六大範疇實施內容。 (2) 衛生委員會定期開會檢討。	教導處	114.8月
2. 健康服務	每學期檢查視力並將結果通知家長，持續追蹤關懷視力不良學生之矯治情形。	健康中心	114.10月、 115.3月
3. 健康教學與活動	(1) 健康教育教師以〈生活技能取向〉設計視力保健課程。 (2) 藉由衛教宣導、影片加強保健常識。 (3) 推動下課教室淨空鼓勵學生戶外遠眺並運動。	教導處 學務組	114.10月 114.9月-115.6月
4. 學校物質環境	(1) 提供充足照明(定期檢測採光照度)。 (2) 佈置宣導海報。	總務處	114.8月 115.2月
5. 學校社會環境	(1) 視力保健列入班級健康生活守則。 (2) 每學期表揚視力優良的同學。	學務組	114.9月-115.6月
6. 社區關係	(1) 結合衛生所、衛生局、奇美醫院做衛教宣導或提供衛教資源。 (2) 定期由家長填視力保健檢核表。	學務組	114.8-9月

(二) 口腔衛生(議題)具體實施內容

六大範疇	計畫內容(策略)	工作團隊	預計實施期程
學校政策	1. 擬定健康促進學校工作計畫並定期召開會議	學務處	115年1月
	2. 成立口腔保健校園推動小組，以利計畫推動。	學務處、健康中心	115年1月
	3. 透過問卷調查，了解學生口腔保健態度及相關知識的概況，並進行「前後測成效評價」分析。	學務處	114年12-1月 115年4-5月
	4. 口腔保健議題計畫成果報告彙整與撰寫	學務處、健康中心	115年5-6月
物質環境	1. 於中午吃飽飯後的時間播放潔牙歌	學務處	114學年度
	2. 口腔保健相關教材宣導品購置	學務處、健康中心	114學年度
	3. 設置足夠且通風的架子，以利學生晾乾潔牙用具，提升刷牙之意願及衛生。	總務處	115年1-2月
健康教學活動	1. 辦理口腔保健的教師增能研習，提升教師知能。	學務處	預計114學年度第2學期3月週三下午1:30~3:30 外聘2節
	2. 透過議題融入教學，利用相關課程進行口腔衛生教學及宣導。	教導處、健康中心	114學年度第2學期
	3. 訓練潔牙小天使入班教學。	學務處、健康中心	114學年度第2學期
	4. 透過生活技能的融入，落實正確潔牙的課程與教學	學務處	114學年度第2學期
	5. 於校慶時辦理口腔保健的闖關活動。	教務處	115年3月
	7. 寒暑假作業納入口腔保健通知單及潔牙紀錄表，增進學生、家長對於口腔保健之重視。	學務處、健康中心	114學年度
健康服務	1. 進行師生健康諮詢與輔導。	健康中心	114學年度
	2. 利用健康櫥窗放置相關宣導品。	健康中心	114學年度
	3. 進行口腔健康衛教活動。	學務處/ 健康中心/	114學年度

		導師	
	4. 提供正確刷牙方法相關資訊。	學務處/ 健康中心	114學年度
社會環境	1. 運用學生的團體榮譽感、班級向心力，互相提醒進行潔牙。	學務處/ 健康中心/ 導師	114學年度
	2. 辦理「美牙大使」活動，獎勵學生提高口腔保健之意識及相關正確行為。	學務處	114學年度
社區關係	1. 利用跑馬燈宣導，讓社區民眾也可了解口腔保健之重要性。	學務處	114學年度
	2. 與鄰近醫院之牙醫師合作進行宣導活動。	學務處 健康中心	114學年度
	3. 邀請校園周邊商家合作，與學校周遭商店取得共識，販售無糖飲料給學生。	學務處	114學年度

(三) 健康體位(議題)具體實施內容

實施大綱	具體實施	主辦單位	工作時程
1. 訂定學校衛生政策	制訂健康體位六大範疇實施內容並定期超開會議。	教導處	114.8月
2. 健康服務	(1)每學期測量身高體重。 (2)不良體位者發通知單與衛教單給家長。	健康中心	114.10月、115.3月 114.11月—115.4月
3. 健康教學與活動	(1)健康教育教師以<生活技能取向>設計健康體位課程。 (2)利用學生朝會實施營養教育與健康體位講座。 (3)配合體育活動方案、SH150鼓勵學生多運動。(推行跳繩、慢跑、健身操活動)。 (4)於上學期末舉辦期末體育競賽，下學期舉辦校慶運動會。	教導處 學務組	114.9月-115.6月 114年12月-全學年 114.9月-115.6月 114.9月-115.6月
4. 學校物質環境	(1)廚房提供檢驗合格飲用水。 (2)鼓勵學生多喝白開水，不含糖飲料。 (3)各班慢跑登記表、跳繩檢定確實填	總務處 學務組	全學年

5. 學校社會環境	(1)健康體位列入班級健康生活守則。 (2)每學年表揚體適能獎章表現優良同學。 (3)將跳繩表現優良者，公布於公布欄榮譽榜。 (4)寒暑假將每日運動也列為作業。	學務組	114.10月 114.1月、115.5月 每月 115.1月、115.6月
6. 社區關係	(1)結合衛生所、衛生局、奇美醫院、營養師做衛教宣導或提供衛教資源。 (3)結合社區附近的健康餐飲店，鼓勵學生選擇健康早餐。	教導處 學務組	114.12月 每學期一次 經常宣導

六、人力配置：

編制	職 稱	姓 名	職 掌
召集人	校長	沈佳蓉	督導推動健康促進學校計畫之各項事宜。
副召集人	家長會代表	陳志霖	協助推展健康促進學校計畫工作，並喚起家長對健康之重視，進而擴大至社區。
執行秘書	教導主任	李家華	1. 研究策劃，督導健康促進學校計畫執行，並協助行政協調。 2. 協調各項執行達成預期指標或進度。
活動組	學務組長	鍾佩璇	1. 負責支持性環境之營造及佈置。 2. 舉辦健康促進學校相關活動。 3. 體適能與健康活動的推行。 4. 負責策劃健康促進學校計畫之推動，協調各項執行及達成預期指標或進度。 5. 計畫對內、對外之聯絡窗口。
教務組	教學組長	曾楚芸	負責推動健康議題融入各領域教學。
服務組	護理師	蔡姿玲	1. 提供學生、家長、教職員工相關健康諮詢。 2. 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價。
總務組	總務主任	林啓華	1. 協助活動會場開放、音響及空調。 2. 負責活動所需物品之採購及經費核銷。 3. 社區及學校資源之協調聯繫。
輔導組	一甲導師	謝秀艷	1. 學生之缺點矯治追蹤。
	二甲導師	朱宸誼	2. 指導班級學生配合健康促進學校活動之進行及事

	三甲導師	胡慧蓮	宜。 3. 健促議題融入各領域教學。
	四甲導師	柯進益	
	五甲導師	莊喬茹	
	六甲導師	張雅筑	

七、 預定進度：

次 工作項目	月	114年 7-8月	114年9- 10月	114年 11-12月	115年 1-2月	115年 3-4月	115年 5月	115年 6月
	1. 召開學校健康促進委員會		■					
2. 進行現況分析及需求評估		■						
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. 建置與維護健促網站			■	■	■	■	■	■
7. 成效評價前測			■	■				
8. 執行健康促進計畫			■	■	■	■	■	■
10. 過程評量					■	■	■	
11. 成效評價								■
12. 資料分析及報告撰寫								■

八、 評價方法：

(一) 形成性評價

1. 召開學校衛生委員會，檢討健促議題實施成果，輔以質量兼具資料，了解學生是否落實於生活實踐，做成會議記錄以為改進依據。
2. 經由學生班會檢討自選與必選議題實施成效與改進意見，提供學校改進參酌。
3. 彙整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、建議、家長意見等，並建置網站以為分享。

(二) 總結性評價

1. 對四年級以上學生進行前後測，亦輔以訪談，蒐集質性資料以確實評估計畫成效。
2. 利用問卷，收集家長對健促議題成效的評價。
3. 利用問卷調查學校老師對健促議題推動成效的評價。

九、 成效指標與預期效益：

- 甲、學生對視力保健及其他健促議題認知率達85%以上。
- 乙、不良視力矯治率達92%以上。
- 丙、學生體位正常率達60%以上。
- 丁、口腔檢查矯治率達95%。一四年級齲齒率能降低3%。
- 戊、學生意外受傷人數降低每日2.5人。

十、本計畫呈校長核准於校務會議通過後實施，修正時亦同。

承辦：

教師兼代學務組長 鍾佩璇

教導主任：

教師兼代教導主任 李家華

校長：

臺南市下營區中營國小校長 沈佳蓉

學校護理師：

護理師兼營養執行秘書 蔡次玲

總務主任：

教師兼代總務主任 林啓華

