

臺南市114學年度新生國小健康促進學校實施計畫

一、計畫標題：

114年09月3日校務會議通過

臺南市國民小學114學年度健康促進學校實施計畫

二、計畫依據：

(一) 學校衛生法第19條及其施行細則第14條

(二) 臺南市114學年度健康促進學校實施計畫114年8月15日函(南市教安(二)字第141157315號辦理

速號)

三、計畫摘要：

本計畫旨在發展本校健康促進之多元策略，強化學校衛生保健功能，規劃整體衛教課程。將在地特色融入教學、生活技能融入各議題之健康教學活動，養成學生健康行為的基本能力並提升學童及教職員的健康觀念與技能。

1. 健康體位：113體位適中率為70.59%低於市平均續持續努力維持，肥胖比率佔14.71%高於市平均仍需努力，鼓勵學生天天喝水1500c.c及第二節課間「配合魔法健康存摺」列為常規推廣，增加課後運動社團。
2. 視力保健：113裸視不良率32.4%低於市平均，裸視視力不良惡化率18.69%均低於市平均，AI網路與電子程式設計推動與每人一平板使用，線上課程學習增加，3C使用已成常態，故要長期維持良好日常視力保健，持續推動防盲與重度近視防治是目前學生重要課題。
3. 口腔保健：113學年齲齒率一年級16.67%、四年級33.33%，窩溝封填率一年級33.37%、四年級83.33%，目標齲齒矯治癒率可達100%。執行「口腔衛生教育介入策略」融入課程，加強全校與1、6年級餐後潔牙重要性，訓練3-5年級餐後潔牙種子隊，推動潔牙觀摩參賽。
4. 菸害及檳榔防制：校園無吸菸、嚼檳榔學生，以禁菸觀念融入家庭為主要推廣，加強宣導重要性。
5. 全民健保含正確用藥：健保正確認知及珍惜健保行為比率有進步，114學年度持續宣導正確用藥的觀念與重要性。
6. 性教育(含愛滋病防治)：將性教育健康教學活動融入課程，並將月經教育相關生理知識生活技能融入健康教學模組課程架構。
7. 正向心理健康：建立兒童友善的學習環境，辦理生命教育活動，增加心理健康。
8. 傳染病防治：由生活中推動各項預防傳染病行為落實於生活中，增強師生對各項傳染病疾病認知行為與防護，減少師生感染風險，降低師生因校園傳染病群聚發生。

四、背景說明：

計畫分政策面及執行面二階段，學校政策面方面:成立健康促進委員會並組成工作團隊，確立學校成員共同認定的目標及健康議題，訂定學校衛生政策並無縫接軌持續正常運作。執行面則依據各議題所訂定之目標，依健康促進六大範疇設計具體可行之執行方案並落實各項內容，透過護理師與教師及學生家長配合為全校師生的健康把關。此外亦進行過程評價，利用問卷前測資料適時回饋修正衛教內容，並進行後測及成效分析來評估計畫實施之效果。

(一)學校健康問題分析

本校位於臺南市新營區外圍，鄰近鹽水區，國小全校只有6班，附設幼兒園1班，學生數共43人，教職員工16人。周圍社區資源缺乏，學區家長大部分屬於勞動階層，學生缺乏照顧比率相當高。加上近年來年輕人口外移、家庭結構改變，單親及隔代教養等弱勢家庭比例達37%，13人，鄰近就讀學生以家庭弱勢居多；家長對學童健康觀念認知薄弱，無法陪伴指導，附近學校與家庭對健康認知較缺，多數學童戶外活動大部在校園居多，因此需要學校付出更多時間與心力推動健促習慣之養成；本校推行健康促進學校多年，在學校、家長與社區共同努力下，已經形成一股學區健康的運動風氣。在114學年度，希望能以「學校衛生政策、學校物質環境、學校社會環境、健康生活技能教學與行動、社區關係及健康服務」等六大面向來加深加廣推動各項健促議題，以增進全校教職員工生之身心理健康。

※依113學年度學生健康資訊系統資料顯示結果如下表

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	53.1%	51.36%	32.35%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	裸視視力不良就醫複檢率	89.36%	94.79%	100%	<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	6.72%	國小7.36%	20.83%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
口腔保健	未治療齲齒率	23.63%	19.38%	25.%	<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	85.88%	93.76%	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%	小一8.28% 小四25%	小一33.33% 小四83.33%	<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	過輕率	9.42%	9.54%	2.94%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以內 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	適中率	65.46%	64.2%	70.59%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以內 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	過重率	11.57%	11.76%	11.76%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	肥胖率	13.55%	14.49% %	14.71%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

裸視視力不良率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	0	28.6%	0%	-0%
二	25%	14.29%	14.29%	+0%
三	16.7%	25.0%	25%	+0%
四	0%	33.33%	40%	-6.67%
五	25%	50%	33.33%	-16.67%
六	28.6%	37.5%	50%	+12.5%

未治療齲齒率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	57.14%	16.67%	16.67%	-0%
四	25%	33.33%	20%	-13.33%

體位適中率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	71.43%	66.67%	71.43%	-4.76%
二	100%	71.43%	57.14%	+14.29%
三	66.67%	100%	50%	+50%
四	25%	66.67%	40%	+26.67%
五	87.50%	25%	50%	-25%
六	28.57%	87.5%	50%	+37.5%

體位過重率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	0%	66.67%	0%	-0%
二	0%	71.43%	14.29%	-57.14%
三	16.67%	0%	25%	+25%
四	50%	66.67%	40%	-26.67%
五	0	25%	33.33%	+8.33
六	42.87%	87.5%	25%	-62.5%

體位超重率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	14.29%	16.67%	28.57%	+11.9%
二	0%	14.29%	14.29%	-0%
三	0%	0%	12.5%	+12.5%
四	25%	14.29%	20%	+5.71%
五	12.5%	25%	16.67%	-8.33%
六	28.57%	12.50%	25%	+12.5%

體位過輕率-分年級

學年度/年級	112學年度	113學年度	114學年度	114與113同一母群體比較
一	14.29%	0%	0%	%
二	0%	14.29%	14.29%	-0%
三	16.67%	0%	12.5%	+12.5%
四	0%	0%	0%	+40%
五	0%	0%	0%	+50%
六	0%	0%	0%	-0%

(二)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:傳染病防治。

3. 主推議題:健康體位防治。

由「112~114學年度學生健康檢查統計表」的統計分析可得知本校學生健康需求評估如下：

1.視力保健:113學年度本校學生裸視視力不良率增加**32.35%**，優於市平均**51.36%**及**全國平均數53.1%**，故持續推動視力保健宣導及各項護眼措施，加強學生視力保健觀念與行為的建立。依據學童視力問卷調查統計分析顯示：藉由視力保健教育與活動宣導，學童在視力保健知識平均答對率有進步，但行為面達成率(3C少於1)則是大部分學童都無法遵守。且部分學童先天視力不良，加上AI學習與學童假日居家時用平板機率增加所致，線上課程增加，3C產品使用已成常態，更容易使近視加深；且戶外活動時間明顯偏少，而長時間近距離用眼、課後安親時間長、長時間使用3C、生活作息不良……等均是造成視力不良的原因。

2.口腔衛生:學生齲齒率較113學年度已有**下降為16.67%**，但仍高於市平均19.38%及全國

23.63%，須持續加強學生潔牙觀念與行為的養成，口腔保健融入活化課程。學校與牙醫師及衛生局口腔巡迴車配合，進行全校學童口腔檢查，另學生齲齒複檢率下降，利用個案管理電話或面談，針對齲齒之學生家長加強就醫的重要性，督促儘速帶學童做進一步矯治。

3.健康體位:113學年度學生體位適中人數優於市平均及全國，學生體位過重人數為11.76%、肥胖人數14.71%，二者比率+26.47%，均高於市平均26.25%、全國人數25.12%，113學年度持續增強學生在體重控制自我效能及體重控制行為，未來並調整策略，增加運動社團，提高學生運動機會，配合全校健康魔法健康存摺，以加強督促與宣導。

4.菸害及檳榔防制:除加強菸害防制宣導外，應進一步預防學童日後養成吸菸習慣，更要利用各項活動日加強二手菸及三手菸宣導，期望學生將戒菸觀念融入家庭。

5.全民健保含正確用藥:根據學童在全民健保問卷統計資料顯示，問卷後測在全民健保正確認知比率及珍惜全民健保行為比率無明顯變化。多數學童能遵醫囑服藥，用藥認知與用藥行為皆有不錯成效，114學年度持續融入課程教學，強化珍惜健保資源，推動正確用藥觀念。

6.性教育(含愛滋病防治):辦理性教育(含愛滋病防治)的健康教學活動並融入課程，並將生活技能融入健康教學模組課程架構。

7.正向心理健康促進:兒童的心理健康(mental health)不僅是個人健全發展的基石，也是延續國家和個人發展的基本要件。由1.建立兒童友善的學習環境。2.協助兒童建立正向的人際關係，避免受到霸凌侵害。3.協助兒童遵守校園規範與增進社會化歷程。4.增進校園內兒童心理健康資源等處著手。

建立兒童友善的學習環境，辦理生命教育活動，增加教職工生心理健康。

8.傳染病防治議題(自選議題):

傳染病容易在校園經由學生之間密切接觸造成群聚感染，在返家後會對家中嬰幼兒或老年人等其他成員造成威脅，故養成良好衛生習慣為預防各項傳染病的根本，諸如:落實勤洗手、執行正確咳嗽禮節及佩戴口罩、接種疫苗、徹底清除病媒蚊孳生源，以及生病不上班、不上課、在家休息等良好防疫觀念。

藉由低年級進行配合歐巴尼傳染病唱遊活動，中年級進行繪本製作，高年級進行各項傳染病知識桌遊競賽等活動落實對傳染病認識，推動各項預防傳染病行為落實於生活中，增強師生對各項傳染病疾病認知行為與防護，減少師生感染風險，降低師生因校園傳染病群聚發生。

。

五、計畫內容

(一)教學策略

1.教學原則:

(1)定時教學:各年級導師時間及健康與體育課程時間做融入式教學。

(2)全校宣導:配合學校行事曆每週二朝會時間進行衛教宣導。

2.配合其他六大學習領域課程及課外活動教學。

(二)各項健康議題具體實施內容

1.視力保健議題

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.將視力保健活動納入學校校務計畫。 2.落實下課時間離開教室到外運動及輕鬆遠眺。 3.每天在校配合音樂進行眼球運動、遠眺，讓眼睛休息，避免近距離的用眼活動。	學務組	教學組	114.08.1- 115.06.30
(二)健康教學與活動	1.每學年至少辦理 1 次視力保健活動。 2.教師多安排非近距離用眼活動：如戶外教學、社區踏查...等。 3.運用聯絡簿宣導加強師生及家長正確視力保健觀念。 4 申請教育局視力保健巡迴劇團表演	學務組	班級導師	114.09.01- 115.06.30 115.06.30
(三)健康服務	1.每學期依標準化檢查方法，進行學童視力篩檢。 5.新生入學一個月內，以亂點立體圖進行協弱視篩檢，並將檢查結果登錄於健康檢查紀錄卡「立體圖檢查」適當欄位。 6.視力檢查結果及亂點立體圖異常者通知家長帶往眼科醫師處複檢，並提醒視力保健相關注意事項。 7.追蹤輔導接受眼科藥物治療及配戴眼鏡矯治視力之學童。 8.製作全校學生視力篩檢與矯治統計結果，公布並檢討執行成效。 9.針對近視度數年增超過 100 度或 <u>高度近視>600 度</u> 之學童發給通知單，提醒家長注意及定期追蹤。 10.提出成果分析及改善策略。	健康中心	班級導師	114.9.1-115.6.30
(四)學校物質環境	1.校園綠美化	總務處	健康中心	114.9.1-115.6.30

	<p>2.增加綠植</p> <p>3.規劃活動場地，推動下課淨空計畫</p> <p>4.每學期進行照度檢測，<u>教室桌面照度不低於 500LUX，且燈光不閃爍；白板照度不低於 750LUX，且白板不反光。</u></p> <p>5.每學年依學生身高調整提供新型課桌椅並檢視新型課桌椅使用之正確性。</p>			
(五)學校社會環境	1.新生家長說明會、每學期定期舉辦班親會、親職教育邀請家長參與，加強師生及家長正確視力保健觀念。	教導處	班級導師	114.9.1-115.6.30
(六)社區關係	1.與學區課輔機構合作推動視力保健工作	學務組	健康中心	114.10

2.口腔衛生議題

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	<p>1.訂定口腔保健實施計畫及餐後潔牙實施辦法，全校學童每日 12:25 配合音樂執行餐後潔牙。</p> <p>2.每週二餐後潔牙後執行含氟漱口水。</p>	學務組	教學組	114.09.1-115.06.30
(二)健康教學與活動	<p>1.辦理一系列口腔衛生教育介入策略:認識牙齒、口腔疾病介紹、貝氏刷牙法教學及牙線使用，並利用回覆示教及有獎徵答加強學童行為及記憶。</p> <p>2.將口腔保健教案之生活技能融入口腔保健健康教學活動課程。</p> <p>3.將口腔保健主題融入美勞教學活動課程</p> <p>4.持續推動督導式潔牙</p>	學務組	班級導師	114.10.1-115.06.30
(三)健康服務	<p>1.全校推動午餐後刷牙活動，並藉由播放潔牙歌提醒學童，再由學童自主登記於潔牙記錄表。</p> <p>2.每週二，1次含氟漱口水活動，並紀錄之。</p> <p>3.指導高年級牙線使用。</p>	健康中心	班級導師	114.10.1-115.06.30

	5.給予學童正增強及加強記憶:舉辦美齒寶寶頒獎(學習單.齶齒.正確貝氏刷牙)。			
(四)學校物質環境	1.張貼口腔保健海報。 2.有足夠的洗手台設施供學童使用。 3.學校使用自來水環境設備維護及檢修。	總務處	健康中心	114.09.1- 115.06.30
(五)學校社會環境	1.每學期定期舉辦班親會。 2.親職教育邀請家長參與，並運用表單提供加強宣導口腔保健重要性。	教導處	班級導師	114.09.01 115.12.30
(六)社區關係	1.結合衛生局口腔巡迴專車及校牙醫，辦理低年級學童窩溝封填，及全校口腔檢查。 2.利用校慶活動，辦理學童口腔衛生有關之宣導活動、親子闖關活動、加強溝通齶齒學童追蹤矯治事宜。	學務組	健康中心	114.09.01 115.12.06

3.健康體位議題

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.推動健康體是能與飲食教育計畫 .將健康體位納入學校行事曆並排定「85210」主題。 2.訂定健康體位獎勵辦法(本學期與上學期比較，BMI 適中維持.過重超重過輕 BMI 有進步者)。 3.配合中央廚房政策開辦每週一日蔬食。 4. 魔法健康存摺紀錄學生每月活動狀況	學務組	教學組	114.09.1- 115.06.30
(二)健康教學與活動	1.配合營養午餐推動飲食營養教育，設計以生活技能取向及以學生為中心的健康教學教材:「吃全穀顧健康」.「黃金比例 211 讓你健康吃一餐」 2.融入各領域課程，並發展 85210 教案於彈性課程教學。 3.辦理健康教育課程與生活經驗相連結之議題-小小農夫下田去(校園植物認識與照護體驗)。	教學組	班級導師	114.09.1- 115.06.30

	<p>4.在地食材--營養教育，配合地方特色，社區農作物參訪體驗</p> <p>5.邀請外聘老師定期進行運動社團訓練課，藉由多元化運動學習，養成學童的固定運動習慣。</p> <p>6.推動每日跑走運動養成學童的固定運動，並運用健康存摺護照、跑步大撲滿培養學生自主運動習慣。</p>			
(三)健康服務	<p>1.每學年辦理衛教宣導： (1)體位不佳學童個案管理。(2)健康飲食宣導。(3)體控進步者期末績優獎勵。</p> <p>2.了解學生疾病史並視況評估學生體能狀況調整運動規劃。</p> <p>2.利用聯絡簿發給體位不良學生家長通知單，與家長保持雙向聯繫，督促學童良好生活作息習慣，家長簽名後收回條。</p> <p>3.提供教職員工血壓量測、身高體重量測服務及諮詢。</p> <p>4.配合學校課間活動及體育課時間進行體適能檢測。</p> <p>5.健康促進闖關活動。</p> <p>6.健康體位成效統計分析及改善策略。</p>	健康中心	班級導師	114.09.1-115.06.30
(四)學校物質環境	<p>1.飲用水設備充足並定期更換設備。</p> <p>2.推行環保-一人一水壺並鼓勵在校喝白開水 1500c.c，且不得以含糖飲料獎勵學生。</p> <p>3.張貼海報宣導。</p>	總務處	學務組	114.09.1-115.06.30
(五)學校社會環境	<p>1.辦理教職員工生健康促進相關活動： (1)暑期活動(2)校外教學(3)教職員工健康活動及健康檢查(4)新生健康紀錄王活動比賽</p> <p>2.校慶嘉年華-運動會暨闖關活動。</p> <p>3.多元學校社團—籃球社團、舞蹈律動課、樂樂棒球社團、獨輪車社團。</p> <p>4.全校健康生活守則及設立點數獎勵制度並公開表揚體位進步學生。</p>	教導處 總務處	教務組	114.07.01-115.06.30

(六)社區關係	1.利用班親會、親職教育講座宣導。 2.辦理大型活動，健促親子闖關活動，增進學生主要照顧者正確體位意識。 3.結合衛生單位(衛生所、健檢團隊...等)加強推動健康體位。	教導處	健康中心	114.08-115.06
---------	--	-----	------	---------------

4.菸檳防治議題

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.訂定菸害防制實施計畫。 2.推動100%無菸校園。	學務組	教學組	114.09.1-115.06.30
(二)健康教學與活動	1.菸害防制議題融入課程教學。 2.各項拒絕技巧之說明與實際應用。	學務組	班級導師	114.10.1-115.06.30
(三)健康服務	1.辦理菸害及檳榔防制議題衛教宣導：吸菸對人體的危害、知識、法規、如何拒菸等。 2.每學年師生吸菸狀況調查分析。	健康中心	班級導師	114.10.1-115.06.30
(四)學校物質環境	1.推動無菸校園拒菸環境：校園張貼禁菸標誌(含法規)及標語、海報等宣導。 2.校園全面禁菸及吃檳榔。	總務處	健康中心	114.09.1-115.06.30
(五)學校社會環境	1.辦理親職教育宣導:利用親師座談會及親職活動中宣導菸害檳榔防制議題。	教導處	班級導師	114.09-115.06.30
(六)社區關係	1.舉辦菸害闖關活動。(行事曆-菸害防制週) 2.藉由學童在校習得菸害及檳榔知識，帶回家中勸導家人不吸菸。 3.提供轄區衛生所及醫療院所戒菸門診及諮詢服務。 4.與社區商店合作，勿賣菸給未成年學童。	學務組	健康中心	114.09.01-115.06.30

5.全民健保(含正確用藥)議題

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.將正確用藥教育及藥物濫用宣導納入學校行事曆並訂定計畫。	學務組	教學組	114.10-115.6.30

(二)健康教學與活動	1.將全民健保議題融入課程教學。 2.製作學習單。	學務組	班級導師	114.09-115.06
(三)健康服務	1.善用衛福部食藥署正確用藥資源，提供正確用藥推動 2.落實醫療分級就醫宣導	健康中心	班級導師	114.09-115.06
(四)學校物質環境	1.辦理全民健保及正確用藥議題宣導，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」、「正確使用止痛藥」融入宣導	總務處	健康中心	114.09-115.06
(五)學校社會環境	1.將正確用藥五大核心能力融入生活，與家長會成員共同推動。	教導處	班級導師	114.10
(六)社區關係	1.班親會宣導全民健保及正確用藥重要性。	學務組	健康中心	114.09.115.06

6.性教育(含愛滋病)議題

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(一)衛生政策	訂定性教育(含愛滋病防治)實施計畫。	教導處	學務組	114.09-115.06
(二)學校物質環境	1.張貼愛滋病宣導海報。 2.張貼正確用藥宣導海報，走廊明顯處張貼藥物濫用標語，佈置健康促進櫥窗，傳遞正使用藥物情境	學務組	健康中心	114.9-11
(三)學校社會環境	1.辦理相互關懷及關愛生命活動。	教務組	班級導師	114.09-115.6.30
(四)健康教學及活動	1.辦理性教育(含愛滋病防治)的健康教學活動並融入課程，並將生活技能融入健康教學模組課程架構。 2.鼓勵教師發展性教育(含愛滋病防治教案)。 3.善用「幸福 e 學園網站」融入教學 4.善用小紅帽月經教具融入教學	學務組	班級導師	114.09-115.06

	<p>5.設計正確用藥教案，將正確用藥教育議題融入健康體育領域課程教學。</p> <p>2.健康生活技能活動~拒絕毒品的的方法:學習協商能力、拒絕技能、批判思考之生活技能。</p> <p>3.製作學習單了解學生學習狀況。</p>			
(五)社區關係	<p>1.利用宣導單張向家長宣導愛滋傳染途徑及預防方法等知識。</p> <p>2.每學年舉辦正確用藥教育議題宣導，提高學童用藥知識及用藥經驗與效能。</p> <p>(1)正確用藥宣導</p> <p>(2)教師反毒宣導:參加對象-全校教職員</p>	學務組	健康中心	114.09
(六)健康服務	<p>1.每學年辦理性教育含愛滋病防治議題宣導。</p> <p>2.性教育愛滋病防治評量問卷調查分析。</p> <p>3.提供親師生性教育含愛滋病防治醫療資源及諮詢協助。</p>	健康中心	班級導師	114.10-115.06

7.正向心理健康

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(一)衛生政策	<p>1.建立正向心理健康輔導制度。</p> <p>2.修訂臺南市新生國民小學學生輔導工作委員會組織章程及設置要點</p>	輔導組	班級導師	114.9-115.06.30
(二)學校物質環境	<p>1.設置校園友善環境。</p>	總務處	班級導師	114.9-115.6.30
(三)學校社會環境	<p>1.透過校園勵志標語、故事的張貼，內化、形塑學生正向心理之建立。</p>	學務組	健康中心	114.9-115.6.30
(四)健康教學及活動	<p>1.辦理1場結合生命教育宣導活動，鼓勵學生用正向樂觀態度面對學習。</p>	教務組	學務組	114.9-115.6.30

(五)社區關係	1.建立與社區鄰里長對弱勢學生家庭關懷管道。	教務組	班級導師	114.9-115.6.30
(六)健康服務	1.針對個案進行關懷追蹤。	輔導組	班級導師	114.9-115.6.30

8.傳染病防治(自選議題)

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(一)衛生政策	1.制訂傳染病防治實施要點及處理流程。 2.修訂傳染病防治疑似傳染病群聚通報辦法。 3.成立健康防疫小組並依傳染病變化趨勢定期開會，調整學校防疫作為。 4.傳染病防治週列入行事曆。 5.視實際情形依法進行傳染病通報及校安通報。	學務組	健康中心	114.9-115.6.30
(二)學校物質環境	1.設立安全飲水設備並定期檢測、進行濾心更換。 2.提供足夠洗手設備。 3.每日校園環境清潔綠美化、清除積水容器。 4.提供足夠防疫物資，供全校使用 5.設立用餐防疫隔板，並依防疫規定保持社交距離。	總務處	總務處-廠商	114.9-115.6.30
(三)學校社會環境	1.辦理常見傳染病防治宣導。 2.配合防疫規定校門入口張貼實名制 QR CODE 及防疫管制規定及防疫布條，供社區人士入校運動遵守。 3.定期自主校園環境檢視並配合衛生單位稽查。 4.配合政府防疫規定，入校量體溫、實名制。	教務組 學務組	健康中心	114.09
(四)健康教學及活動	1.傳染病議題融入健體領域課程教學。	教務組 學務組	健康中心	114.10-115.04

	<p>2.教導正確洗手方法及生病不上學、預防傳染病自我防護方法。</p> <p>3.運用學生自製傳染病繪本或唱遊，融入低、中年級課程。</p> <p>4.配合歐巴尼防疫競賽融入議題、增加學生對傳染病認知與防範措施</p>			
(五)社區關係	<p>1.發給各項傳染病之防治宣導家長通知單、資料等，家庭-學校-社區齊防疫。</p> <p>2.學校與社區一起清除病媒蚊及防止疫情。</p> <p>3.參與歐巴尼防疫基金會活動，加強培養學生傳染病知識。</p> <p>4.結合衛生單位入校施打流感疫苗及宣導相關事項</p>	校長	里長	114.09.01-115.04
(六)健康服務	<p>1.辦理各項傳染病防治及衛教宣導。</p> <p>2.每學期進行頭蝨檢查、疫苗施打...等</p> <p>3.一、四年級進行蟻蟲取樣健康檢查。</p> <p>4.各班級定期清潔消毒，提供並教導漂白水泡製方法</p>	學務組	健康中心	114.09-115.06.30

六、人力配置

計畫職稱	姓名	所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	林昱翰	校長	研擬並主持計畫推動，各行政部門橫向聯繫
協同主持人	郭秋君	教導主任	研究策畫，督導計畫推行，並協助行政協調
協同主持人	陳今屏	總務主任	研究策畫，督導計畫推行，並協助行政協調
執行人員	周明生	學務組長	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
執行人員	王淑芬	教學組長	融入健康教學領域教案設計與評估

月次	114年	114年	114年	114年	115年	115年	115年	115年	115年
工作項目	8-9月	10月	11月	12月	1-2月	3月	4月	5月	6月
12.資料分析								—	
13.報告撰寫									—

八、評價方法與指標

配合計畫執行過程中進評量，並於計畫執行前、後進行資料調查與蒐集，以瞭解實施成效，並依據本校所擬定之自評檢核表評估計畫成效，並進行相關檢討。茲說明如下：

(一)形成性評量

每學期召開學校衛生委員會，檢討各項衛生教育得失，視力保健、口腔保健、反菸拒檳、學生健康體位、性教育、正確用藥以及傳染病防治等觀念是否落實於生活教育實踐於日常生活，並做成會議記錄以為改進之依據。經由各班學生討論視力保健、口腔保健、反菸拒檳、學生健康體位、性教育、校園安全與急救等相關問題，提供學校改進建議。學期末將各項活動照片、學習單及心得等確實紀錄並製作成果，以為持續健康促進教學活動辦理之依據參考。

九、成效指標與預期效益：

議題名稱	114學年度計畫指標		本校114學年度預期效益	
視力保健	部頒指標	裸視視力不良率	裸視視力不良率降低0.2%	
		裸視篩檢視力不良惡化率	裸視篩檢視力不良惡化率降低到3.5%以下	
		裸視篩檢視力不良就醫複檢率	裸視篩檢視力不良就醫複檢率95%以上	
	地方指標	規律用眼3010達成率	規律用眼3010達成率80%	
		戶外活動120達成率	戶外活動120達成率90%	
		下課淨空率	下課淨空率90%	
		3C少於1達成率	3C少於1達成率75%	
口腔保健	部頒指標	未治療齲齒率	未治療齲齒率降低10%以上	
		齲齒複檢率	未治療齲齒率98%以上	
		國小四年級學生窩溝封填施作率	國小四年級學生窩溝封填施作率達20%	
	地方指標	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率90%	
		學生睡前潔牙比率	學生睡前潔牙比率90%	
		學生在學校兩餐間不吃零食比率	學生在學校兩餐間不吃零食比率70%	

		學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率70%
		國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率70%
健康體位	部頒指標	學生體位過輕比率	學生體位過輕比率降低1%
		學生體位適中比率	學生體位適中比率提升2%
		學生體位過重比率	學生體位過重比率降低1%
		學生體位肥胖比率	學生體位肥胖比率降低1%
	地方指標	學生飲水量達成率	學生飲水量每日1500CC達成率90%
		學生睡眠時數達成率	學生睡眠時數達成率80%
		學生運動量達成率	學生運動量達成率80%
		學生一日蔬菜建議量達成率	學生一日蔬菜建議量達成率70%
全民健保(含正確用藥)	地方指標	「遵醫囑服藥率」後測達90%	「遵醫囑服藥率」後測達90%
		「不過量使用止痛藥比率」後測達90%	「不過量使用止痛藥比率」後測達90%
		「使用藥品前看清藥袋藥盒標示率」後測達90%	「使用藥品前看清藥袋藥盒標示率」後測達90%
		「對全民健保正確認知比率」後測達70%	「對全民健保正確認知比率」後測達80%
		「珍惜全民健保行為比率」後測達成率提升5%或計畫指標達80%	「珍惜全民健保行為比率」後測達成率提升5%或計畫指標達80%
菸檳防制	部頒指標	無菸校園率	無菸校園率100%
		無檳校園率	無檳校園率100%
	地方指標	學生吸菸率	學生吸菸率0%
		學生嚼檳率	學生嚼檳率0%
		學生電子煙使用率	學生電子煙使用率0%
		學生參與菸害防制教育比率	學生參與菸害防制教育比率90%
		學生參與檳榔防制教育比率	學生參與檳榔防制教育比率90%
		校園二手菸暴露率	校園二手菸暴露率7%以下
		吸菸學生參與戒菸教育比率	吸菸學生參與戒菸教育比率0%
		嚼檳學生參與戒檳教育比率	嚼檳學生參與戒檳教育比率0%

性教育 (含 愛滋 病防 治)	地方 指標	性知識正確率	性知識正確率85%
		性態度正向率	性態度正向率80%
		接納愛滋感染者比率	接納愛滋感染者比率85%
		性危險知覺比率	性危險知覺比率80%
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。	學生參與生命教育比率90%
		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%
傳染 病防 治 (自 訂議 題)	地方 指標	每學期至少辦理一場傳染病介紹	彙整成效數據資料與成果照片。
		辦理低年級傳染病唱遊活動	彙整傳染病主題唱遊活動編劇錄音參賽
		全校教職員工學習認識防疫12招	學期末將成果上傳至網頁。
		認識傳染病疾病發生與防範措施	完成歐巴尼傳染病繪本參賽
		降低校園傳染病群聚發生	完成電子有聲書參賽

承辦人：

教師兼代理
輔導主任 周明生

教導主任：

教師兼代理
教導主任 郭秋君

校長：

林顯翰
校長

臺南市新營區新生國民小學 114 學年度健康促進學校健康體位議題計畫

一、計畫依據

(一)臺南市 114 學年度辦理學校健康促進實施計畫。

二、目的：

(一)藉由健康檢查、健康介入與問卷調查等瞭解學生的健康狀況及影響健康行為的相關因素。

(二)落實體適能教育與活動、操場跑走與跳繩，獨輪車隊，培養教職員工生規律運動習慣。

(三)建立學生均衡健康飲食習慣及培養正確營養知識。

(四)推動「學校—家庭—社區」一體之健康營造模式，落實學童主動規律運動好處。

三、計畫內容與實施策略(以下僅供參考，請依實際推動議題及分工擬定)：

六大範疇 實施大綱	具體實施內容	工作 團隊	預計實施期程
衛生政策	擬定健康促進學校工作計畫 並定期召開會議 114 年 8-9 月	教導處	114 年 8-9 月
	將健康體位納入學校行事曆並 排定「85210」主題	教導處	114 年 8-9 月
	配合政策開辦每週一日蔬食。	總務處	114 年 9 月~
學校物質 環境	1. 飲用水設備充足並定期更換 相關設備。	教導處	114 年 9 月
	2. 推行環保—一人一水壺並鼓 勵在校喝白開水 1500c.c。	教導處健康中心	114 年 9 月~
	3. 張貼海報宣導。	健康中心	114 年 10 月-115 年 3 月
學校社會 環境	1. 辦理教職員工生健康促進相 關活動： (1)寒期活動(2)校外教學(3) 教職員工健康活動。	教導處總務處	114 年 10 月-115 年 6 月
	2. 校慶嘉年華-運動會暨闖關 活動	全體	114 年 5 月-115 年 4 月
	3. 多元學校社團—籃球隊、獨 輪車、棒球課。	教導處	114 年 10 月-115 年 6 月
	4. 全校健康生活守則及設立新 生王紀錄代幣獎勵制度並公 開表揚體位進步學生。	教導處	114 年 9 月-115 年 6 月

健康教育課程及活動	1. 配合董氏基金會推動飲食營養教育，設計以生活技能取向及以學生為中心的健康教學教材：認識六大類食物及如何攝取、對身體的好處（培養學生目標設定、自我監控與自我覺察能力等生活技能）	教導處健康中心	114年9月-115年6月
	2. 將健康體位議題融入健康體育領域(5年級)。	教導處/導師	114年11月-115年11月
	3. 融入各領域課程，並發展85210教案於彈性課程教學	教導處	114年9月-115年6月
	4. 辦理健康教育課程與生活經驗相連結之議題-小小農夫下田去	教導處/導師	114年10月-115年6月
	5. 在地食材--營養教育(配合社區挖地瓜、採玉米體驗)。	教導處	114年12月至115年2月
	6. 籃球隊、樂樂棒球，獨輪車課技能。	教導處/體育老師	114年10月-115年6月
社區關係	1. 利用班親會、親職教育講座宣導健康體位重要性。	教導處	114年9月-115年3月
	2. 健促親子闖關活動	教導處健康中心	114年5月-115年3月
	3. 結合衛生單位(衛生所、營新醫院、健檢團隊...等)加強推動健康體位。	教導處	114年9月-115年6月
	4. 獨輪車隊及樂樂棒球隊、呼拉圈，籃球隊表演活動。	教導處	114年9月-115年6月
	5. 每學年舉辦校慶聯合運動會及母親節親職活動結合成果發表會，鼓勵家長與學童參與，一起養成運動習慣。	教導處總務處	114年4月-115年5月
健康服務	1. 每學年辦理衛教宣導： (1)體位不佳學童進行個案管理。 (2)健康飲食宣導。 (3)體位控之進步學童、期末績優獎勵	健康中心	114年9月-115年6月

	2. 利用聯絡簿發給體位不良學生家長通知單，與家長保持雙向聯繫，督促學童良好生活作息習慣，家長簽名後收回條。	健康中心/導師	114年9月-115年6月
	3. 提供教職員工血壓量測、身高體重量測服務及諮詢	健康中心	114年8月-115年7月
	4. 配合學校課間活動及體育課時間進行體適能檢測。	教導處	114年10月-115年6月
	5. 健康促進闖關活動。	教導處健康中心	114年9月-115年6月
	6. 健康體位成效統計分析及改善策略	教導處健康中心	115年5月
成果報告	1. 彙整成效數據資料與成果照片。 2. 召開衛生委員會說明執行成效與推動困難或不足之處。	教導處	114年5月-115年6月

四、人力配置

計畫職稱	姓名	所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	林昱翰	校長	研擬並主持計畫推動，各行政部門橫向聯繫
協同主持人	郭秋君	教導主任	研究策畫，督導計畫推行，並協助行政協調
協同主持人	陳今屏	總務主任	研究策畫，督導計畫推行，並協助行政協調
執行人員	周明生	學務組長	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
執行人員	王淑芬	教學組長	融入健康教學領域教案設計與評估
執行人員	曾秀珍	護理師	視力、口腔、健康體位、防菸拒檳、性教育、正確用藥等議題需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合
執行人員	王淑芸 翁婉婷 林于仙 邱穗真 林樺廷 范師齊	級任導師	協助計畫執行
執行人員	周婉薇	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

計畫職稱	姓名	所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
執行人員	班鼎霖	學生代表	協助辦理學生參與宣導健康促進等相關活動

七、預定進度

月次 工作項目	114年	114年	114年	114年	115年	115年	115年	115年	115年
	8-9月	10月	11月	12月	1-2月	3月	4月	5月	6月
1.成立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.建置與維護健康網站				—	—	—	—	—	—
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								—	
12.資料分析								—	
13.報告撰寫									—

六、預期效益(以下僅供參考，請依實際推動議題擬定)：

- (一)提高學生在學校兩餐間不吃零食比率達 90%。
- (二)提高學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 90%。
- (三)提高年度學生體位適中比率達0.5~0.9%。
- (四)學生身體質量指數(BMI)過重及超重比率能低於 20%。
- (五) 100%且通過率50%以上，通過率與上學年度相比進步10%

承辦人

護理師曾秀珍

學務組長

教師兼學務組長周明生

教導主任

教師兼代理教導主任郭秋君

校長

金湖市南門國民小學 校長林昱翰