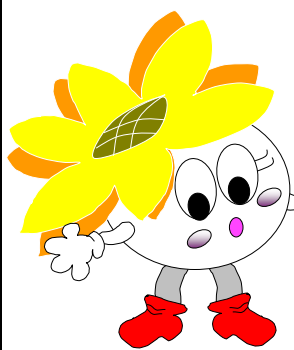
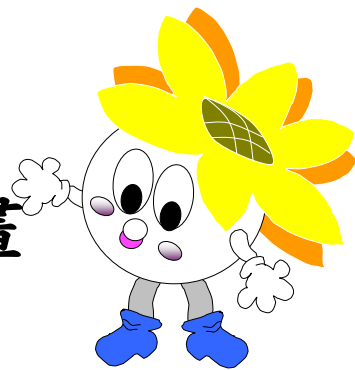


臺南市佳里區信義國民小學



114 學年度
健康促進學校實施計畫



一、計畫標題：

臺南市佳里區信義國民小學 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：

本校本著「健康小太陽、熱力十足 Go」之發展願景，經「學校健康促進委員會」開會，評估學生與教職員身心健康狀況，配合學校環境與社區資源，積極規劃學校之衛教政策、有效執行學校衛生保健措施，並落實學生健康教育融入課程與活動，透過擬定具體有效的教學活動與實行策略，促進全校師生達到全人健康之目標。114 學年度健康促進必選推動議題，視力保健、口腔衛生、健康體位、菸害防制、全民健保、性教育（含愛滋病防治）、正向心理健康促進等七項議題，皆有不錯的成效。自選議題「安全教育及急救」部分，在實務推動上，除了平日下課不時廣播宣導「請勿在走廊上奔跑」，亦於學期間進行「如何進行 CPR 與使用 AED」等正確急救安全的常識，授予學生正確的自我安全保護方式。

四、背景說明：

本校位處於台南市佳里區市中心，是一所中小型學校，一至六年級共有 19 班學生數約 444 人，教職員工 60 人。學區家長大部分屬於勞工階層，抽菸、嚼檳榔的習慣依然存在，家庭教育對於健康的觀念較為薄弱；再者，電子產品氾濫，家長會以 3C 產品作為獎勵，或因工作不常在家，無法監管學生在家使用 3C 產品的時間，因此，在健康促進計劃的推動上，有相當的難度，需要學校與班導努力的推展，把正確的概念帶給學生，希望借由淺移默化的方式，改變下一代的觀念，進而提升整體的健康，配合加強宣導，讓正確的觀念深入家庭。

(一)針對六大範疇進行 SWOT 分析

六大範疇	S 優勢 (校內)	W 劣勢 (校內)	O 機會 (校外)	T 威脅 (校外)
學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立健康促進委員會，推動學校健康促進各議題相關活動。 2. 利用校務會議和教師晨會向教職員工詳細說明健康促進計畫、校本議題推動方向和方式。 3. 學校推行課間戶外活動課間操、跳繩、遠眺休息。 4. 多元性的社團活動，鼓勵學生走出教室活動。 5. 每學年固定舉行校外教學，將課堂學習拉至戶外。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各領域議題融入教學、內容品項極為繁雜，健康衛生議題易被忽略。 2. 屬中小型學校，教職員工編制人數有限。 3. 老師可能因行政、教學忙碌而未能完全配合施行。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各項計畫中訂定具體之行動策略，儘量讓教師能易於執行與推動。 2. 家長會組織關心學校事務發展，願意支持學校推廣健促計畫。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校內活動多且課務繁忙，須花較多的時間與教師溝通協調。 2. 一般家長工作忙碌，家庭衛生教育的宣導，除了家長日外，平時僅能靠宣導單或學生的口頭傳達傳達至家長耳中。 3. 家長們對於各項健康促進推行計畫，僅在於配合階段，較少提出積極性的建言與方案。
健康生活技能教學及活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康與體育領域課程行政與教學能協同合作，不論是課程、教學、活動、設備，皆能發揮相互整合效益。 2. 開辦各項才藝班，種類眾多，並有運動性社團讓學生參加，增加運動機會。 3. 配合董事基金會「健康吃、快樂動」計畫，增加健康知識的推廣的機會。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校內進修健康體育課程研習略顯不足。 2. 教師重視健康程度不同，易影響師生對健康促進的重視程度。 3. 推動此類健康議題增加老師額外工作量，導致影響正常上課的品質。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校配合推動健康促進學校已有多年的經驗與成果。 2. 教師對學校有認同感，充滿活力，樂意推廣健促相關知能、讓知識藉由學生傳遞到家庭。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康與體育非入學考試科目，易被家長忽視。 2. 家庭文化刺激與監督力不足，易造成學生在家過度放鬆對自我本身的健康損。 3. 多數家長安排學生參加課後安親班及才藝班課程，安親班老師以課業輔導為優先，忽略了學生視力保健的習慣。 4. 家長可能因工作忙碌忽略孩子的營養及視力保健。
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康中心提供各項健康教學資源諮詢與健康服務。 2. 利用學校刊物或政府之宣導資料，隨時提供家長健康相關訊息。 3. 有效管理師生健康資訊。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 部分家長對孩子健康檢查結果不在意，未能依通知書帶孩子進行複檢與矯治，形成健康服務的落差。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 盡量將各項宣導事先規劃、並融入課程之中，減輕教師負擔。 2. 具備健康促進知能之教師社群尚待開發。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 部分學生因家庭因素，家長不容易配合學生持續追蹤改善不良情形。
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 持續落實校園內房舍建築、操場、各項設備及器材等硬體設施的提供、保養與安全。 2. 提供健康的學習環境、飲食環境、無菸及無毒環境的營造。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 經費資源有限，各項硬體設備需新購經費不足與困難，修繕更迭。 2. 部分教室投影機投影不清晰，或有反光情況，教室窗簾不足，使用投影機時，無法有效遮光、學生容易造成閃光、影響視力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校內設備維修迅速，盡力符合教學需求。 2. 學校行政積極爭取經費，盡可能強化教學設備。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校園開放時間社區民眾湧入校園，易造成學校設施損壞或造成校園的髒亂。 2. 雨天學生活動空間稍嫌不足。

六大範疇	S 優勢 (校內)	W 劣勢 (校內)	O 機會 (校外)	T 威脅 (校外)
學校社會環境	1. 學生喜歡戶外活動，有利學生重視全人發展。 2. 家長會認同學校各項健康促進措施，做到基本的配合或回應。	1. 可提供學生作為健康榜樣的家長須待發掘。 2. 環保的前提下，課堂使用投影或影片教學比例較高，多少會影響學生的視力。 3. 教室視力保健情境佈置尚須加強。	1. 參與學校志工的家長，充滿服務熱誠，無條件協助學校推展各項活動。	1. 家長疼愛學生，對於衛生健康教育觀念與孩子生活技能的要求與培養相較於薄弱。 2. 吸菸與嚼檳榔家庭對孩子身心健康上造成負面的影響。 3. 家長因工作較忙，學生在家接觸3C的時間較難控制。
社區關係	1. 利用班親會家長座談時宣導視力保健與健康體位。 2. 社團活動展演、教學成果展，於校慶期間舉辦活動，邀請家長、社區民眾共襄盛舉。	1. 社區民眾到校參與學校靜態活動意願較低。	1. 學校積極主動，尋找適當資源。 2. 與衛生所及民間機構合辦各項健促相關議題之宣導工作。	1. 家長忙於工作對於學校的活動不是很在意。 2. 家庭功能不彰，可能會造成學校與家長聯繫、配合狀況不佳。

表 1. 111-113 學年度裸視視力不良率

年級 \ 學年度	111 學年度第 1 學期	111 學年度第 2 學期	112 學年度第 1 學期	112 學年度第 2 學期	113 學年度第 1 學期	113 學年度第 2 學期
一年級(%)	31.6	34.2	20.3	27.1	20.0	26.1
二年級(%)	41.3	51.1	40.3	42.1	30.0	34.3
三年級(%)	38.0	38.0	48.4	51.1	37.7	39.0
四年級(%)	53.1	50.0	42.6	53.6	54.4	59.6
五年級(%)	55.7	62.5	56.3	57.3	54.9	55.6
六年級(%)	64.0	66.0	60.9	64.4	64.9	67.0
全校平均值(%)	46.70	49.80	46.10	50.20	45.30	48.50
惡化率(%)	4.27	7.42	6.02	6.45	5.8	4.37
臺南市國小市平均(%)		43.75		43.88		43.85
全國國小平均值(%)		45.20		45.11		44.69

表 2. 111-113 學年度未治療齲齒率

年級 \ 學年度	111 學年度	112 學年度	113 學年度
一年級(%)	35.44	40.00	60.00
四年級(%)	29.59	18.46	34.44
全校平均(%)	32.515	29.23	47.22
臺南市小一市平均(%)	30.10	27.61	25.32
臺南市小四市平均(%)	24.84	22.90	20.59
全國小一平均(%)	33.11	31.67	29.80
全國小四平均(%)	27.86	26.51	25.08

表 3. 111-113 學年度體位過輕比率

學年度 年級	111 學年度 第 1 學期	111 學年度 第 2 學期	112 學年度 第 1 學期	112 學年度 第 2 學期	113 學年度 第 1 學期	113 學年度 第 2 學期
一年級(%)	11.39	7.59	8.70	7.14	8.57	8.70
二年級(%)	16.30	10.87	16.88	11.84	14.29	8.57
三年級(%)	7.04	4.23	17.20	14.13	11.69	11.69
四年級(%)	11.22	8.16	7.35	5.88	16.67	10.11
五年級(%)	4.55	6.82	10.42	7.29	7.04	4.17
六年級(%)	10.00	10.00	8.05	3.45	8.25	8.25
全校平均值 合計(%)	10.25	7.95	11.63	8.38	11.16	8.65
臺南市國小 市平均(%)		9.68		10.35		10.1
全國國小平 均值(%)		9.17		10.3		9.96

表 4. 111-113 學年度體位適中比率

學年度 年級	111 學年度 第 1 學期	111 學年度 第 2 學期	112 學年度 第 1 學期	112 學年度 第 2 學期	113 學年度 第 1 學期	113 學年度 第 2 學期
一年級(%)	77.22	79.75	68.12	75.71	67.14	71.01
二年級(%)	67.39	69.57	67.53	67.11	68.57	71.43
三年級(%)	67.61	71.83	66.67	66.30	64.94	63.64
四年級(%)	56.12	60.20	63.24	64.71	61.11	67.42
五年級(%)	62.50	69.32	55.21	57.29	59.15	63.89
六年級(%)	58.00	60.00	63.22	66.67	58.76	55.67
全校平均值 合計(%)	64.85	68.62	63.67	65.85	62.95	64.98
臺南市國小 市平均(%)		62.69		64.39		64.95
全國國小平 均值(%)		64.38		65.79		66.37

表 5. 111-113 學年度體位過重比率

學年度 年級	111 學年度 第 1 學期	111 學年度 第 2 學期	112 學年度 第 1 學期	112 學年度 第 2 學期	113 學年度 第 1 學期	113 學年度 第 2 學期
一年級(%)	5.06	6.33	10.14	7.14	15.71	13.04
二年級(%)	8.70	9.78	7.79	10.53	7.14	8.57
三年級(%)	14.08	11.27	6.45	9.78	11.69	12.99
四年級(%)	12.24	12.24	17.65	13.24	10.00	10.11
五年級(%)	22.73	12.50	14.58	15.63	18.31	12.50
六年級(%)	12.00	12.00	18.39	17.24	14.43	19.59
全校平均值 合計(%)	12.55	10.67	12.45	12.47	12.84	13.08
臺南市國小 市平均(%)		12.6		11.69		11.7
全國國小平 均值(%)		12.39		11.43		11.4

表 6. 111-113 學年度體位肥胖比率

年級 \ 學年度	111 學年度 第 1 學期	111 學年度 第 2 學期	112 學年度 第 1 學期	112 學年度 第 2 學期	113 學年度 第 1 學期	113 學年度 第 2 學期
一年級(%)	6.33	6.33	13.04	10.00	8.57	7.25
二年級(%)	7.61	9.78	7.79	10.53	10.00	11.43
三年級(%)	11.27	12.68	9.68	9.78	11.69	11.69
四年級(%)	20.41	19.39	11.76	16.18	12.22	12.36
五年級(%)	10.23	11.36	19.79	19.79	15.49	19.44
六年級(%)	20.00	18.00	10.34	12.64	18.56	16.49
全校平均值 合計(%)	12.34	12.76	12.24	13.29	13.05	13.29
臺南市國小 市平均(%)		15.03		13.57		13.25
全國國小平 均值(%)		14.06		12.48		12.27

表 7. 依據 113 學年度健康資訊系統資料填寫

項目	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	國小 43.85	48.5	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良複檢率	國小 92.12	國小 96.42	98.7	<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	國小 7.36	4.37	<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	小一 25.32	60.00	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
		小四 25.08	小四 20.59	34.44	<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	小一 96.96	100	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
		小四 86.91	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
	窩溝封填施作率	小一 9.34	小一 8.28	15.71	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
		小四 35.22	小四 25.00	33.33	<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	體位過輕率	國小 9.96	國小 10.10	8.65	<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	國小 64.95	64.98	<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	國小 11.70	13.08	<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	國小 13.25	13.29	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

(二)健康議題擇定

114 學年度健康促進計畫，預計包含「視力保健、口腔衛生、健康體位、菸（檳）害防制、全民健保（含正確用藥）、性教育（含愛滋病）、正向心理健康促進等七項必選議題，配合政策推行，進行各項宣導活動及課程融入教學。

其次，四項自選議題「安全教育與急救、藥物濫用防制、環境保護教育、傳染病防治」中，有鑑於國小階段，學童活力充沛，下課時間追逐嬉戲、意外頻傳，經由會議討論，進行評估本校需求後，決議將「安全教育及急救」選定為 114 學年度自選議題，除了日常的宣導外，亦預計開設課程或講座，讓學生對於自身急救有進一步的認識。

此外，就視力不良率居高不下的問題言，根據專家研究，視力不良成因除先天遺傳外，主要是「長時間近距離用眼不當」形成，加上 3C 產品的氾濫，致使台灣學生視力不良的情形相當嚴重。就 113 學年度來看，本校裸視視力不良率仍較臺南市平均率高，因此 114 學年度將「視力保健」列入主推議題，希望透過加強學生自我視力保健能力與認知，能減少視力不良人數。

至此，本學年度本校學校健康促進計畫的推行，除了七項必選議題與自選議題之「安全教育與急救」議題外，將制訂相關政策，輔以「食品安全」之校本課程，以學生健康提升為終極目標，配合推動健康體適能等宣導及教育活動，由學校推動，再擴及家長，最後延伸至社區，進行由點而線，由線而面，希望能達到全面且多元化的健康促進推廣方式，營造一個積極健康的生活型態。

五、計畫內容：

本計畫旨在發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的健康。

依行政院衛生署公佈的「健康促進學校工作指引」資料，世界衛生組織推動健康促進學校計畫時，包含了六大範疇，即學校衛生政策、健康教學與活動、健康服務、學校物質環境、學校社會環境、社區關係等，本校以此六大範疇為架構，將所選定的各項健康促進議題融入其中，擬出學校健康促進計畫的相關內容，將推動的工作，預定實施期程，詳述如下二表。

表甲、

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. 整合學校資源、規劃、審核及監督學校衛生政策。	學務處	衛生組	114.08
	2. 制定各項議題推行活動實施辦法。			
	3. 於行事曆排定各項活動，並擬定具體方案及時程。			
(二) 健康教學與活動	1. 教師週三進修排定相關健康議題的研習活動。	學務處	衛生組 體育組	每學期 1 次
	2. 辦理教師體育相關研習活動一體適能研習。			每學期 1 次
	4. 辦理全校性視力保健宣導活動。	學務處	健康中心	114.11
	5. 邀請麻豆新樓醫院專業醫護人員提供相關諮詢。			115.03
	6. 於課間活動時間，進行遠眺休息活動。		衛生組 體育組	經常性
	7. 辦理健康促進相關藝文競賽或展覽。	教務處	教學組 衛生組	114.12
	8. 辦理校內體育競賽活動。	學務處	體育組	經常性
	9. 請健體領域任課教師將此一議題融入，配合相關教學活動。	教務處	課研組 健康中心	經常性
	10. 辦理校內班際體育競賽。	學務處	體育組	經常性
	11. 辦理全年級健康飲食觀念宣導活動。		健康中心	115.01
	12. 辦理健康體位相關之藝文競賽活動。	教務處	衛生組 教學組	114.12
	13. 配合跨領域教學，將健康體位觀念融入其中。		課研組 健康中心	經常性
	14. 辦理各項議題的宣導活動。	學務處 輔導室	健康中心	經常性

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
	15. 辦理教師相關議題的研習活動。	教務處	課研組	每學期 1 次
	16. 辦理三年級潔牙比賽，選拔潔牙小天使。		健康中心	115. 4
	17. 將各項議題融入各學科領域教學中。	教務處	課研組 健康中心 輔導室	經常性
	18. 辦理各項議題的藝文展演或競賽活動。		教學組 衛生組	114. 11 115. 02
	19. 於課間活動時間，進行跳繩活動、課間操、健身操。	學務處	衛生組 體育組	經常性
	20. 辦理各項班級運動競賽。			經常性
	21. 辦理一、四年級新式健康操教學。			114. 10
	22. 辦理全校運動會。			115. 03
	23. 成立各種體育性社團—劍道隊、桌球社、獨輪車社、羽球社、直排輪社、足球隊、舞蹈姿體律動、跆拳道社以及民俗鼓藝社團。			經常性
(三) 健康服務	1. 每學期初全校學生進行身高體重視力檢查及通知矯治。	學務處	健康中心	114. 09
	2. 實施有特殊症狀學生列冊及防護管理。			114. 09
	3. 每學年一、四年級學生進行全身健康檢查、通報及通知矯治。			114. 11
	4. 落實傳染病防制及通報措施。			經常性
	5. 辦理教職員工體適能研習，並提供健康諮詢服務。	學務處	衛生組 健康中心	115. 04
	6. 辦理全校學生視力檢查服務。	學務處	健康中心	114. 09
	7. 發給視力不良學生通知單，輔導家長至眼科診所複診及矯治。			114. 09

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
	8. 邀請麻豆新樓醫院專業醫護人員提供相關諮詢服務。			114. 12
	9. 每學期進行全校學生體位檢測服務，並通知家長。	學務處	健康中心	114. 09
	10. 與董事基金會合作，參與「健康吃、快樂動」計劃，將正確的健康觀念融入課程、帶入生活中。		健康中心 衛生組	經常性
	12. 四～六年級實施體適能檢測活動。		體育組	114. 10 115. 04
	13. 請營養師到校提供宣導及諮詢服務。		健康中心	115. 01
	14. 於學校公佈欄及網站上，提供健康體位相關訊息。		衛生組	經常性
	15. 進行全校學生家長吸菸及嚼食檳榔習慣普查。		學務處	衛生組
	16. 請家醫科醫師提供宣導及諮詢服務。	健康中心		114. 12
	17. 發放家長健康促進宣導單張。			115. 01
	18. 每年一、四年級齶齒與口腔檢查，並進行追蹤矯治。	學務處	健康中心	114. 11
	19. 請衛教師提供口腔保健宣導及諮詢服務。			115. 05
	20. 於教室或川堂佈告欄張貼口腔保健宣傳品。			經常性
	21. 宣導每天午餐後，進行全面性的潔牙活動。			經常性
	22. 建立健康諮詢信箱，提供學生相關諮詢服務。			經常性
	23. 於教室或川堂佈告欄張貼相關宣傳品。	學務處	衛生組 健康中心 午餐執秘	經常性
	24. 於學校公佈欄及網站上，提供健保、用藥、食安相關訊息。			

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(四) 學校物質環境	1. 每學年進行全校教室照度普測。	總務處	事務組 健康中心	115.04
	2. 每學期進行身高檢查，進行課桌椅調整。	學務處	健康中心	114.09
	3. 校園出入口及重要場館，張貼禁菸標誌或警語。		衛生組	經常性
	4. 定期檢修運動及遊戲器材。	總務處	事務組 體育組	經常性
	5. 隨時督導廚房，確實做好衛生清潔工作。	總務處	午餐執秘	經常性
	6. 學校飲用水機，定期請專人保養、測試水質，避免飲用水衛生問題。			經常性
	7. 學校營養午餐食材，均經過衛生單位檢驗合格。			經常性
(五) 學校社會環境	1. 推行禮貌運動，營造師生良好的互動關係。	學務處	生教組	經常性
	2. 藉由開班親會或校慶期間，辦理家長親職講座。		衛生組 健康中心	114.09 115.03
	3. 辦理同理心體驗活動，學習了解身障者，提升關懷及助人的心。	輔導處	健康中心	115.05
(六) 社區關係	1. 徵求愛心商店的設立，擴大學童保護範圍。	學務處	生教組	經常性
	2. 配合衛生所，辦理健康促進的相關工作。		健康中心	經常性
	3. 開放運動場，供社區民眾使用，以營造運動社區的健康形象。	總務處	體育組	經常性
	4. 邀請臨近醫療診所到校進行衛教宣導或義診活動。	學務處	健康中心	115.04
	5. 利用家長親職講座，宣導學校健康促進工作及理念。	學務處	衛生組 健康中心	114.10 115.03
	6. 運用學校網站，做為宣導及溝通的平台。		資訊組	經常性
	7. 善用家庭聯絡簿，做為宣導健康促進各項議題的管道。		健康中心	經常性
	8. 利用學校重要活動期間(運動會、校慶)，進行健康促進各項議題的宣導。		健康中心 衛生組	經常性

表乙、

實施大綱	訂定學校衛生政策	健康教學與活動	健康服務	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生視力不良率比111學年度下降2%。 2. 學生視力不良矯正率達99%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中、高年級標語創作。 2. 宣導用眼30分鐘，休息10分鐘。 3. 聘奇美醫院眼科專任護理師辦理講座。 4. 每日課間活動結束、全校學生統一進行遠眺休息、舒緩眼壓。 5. 鼓勵班級利用課間時間，進行眼部按摩操。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教室測光，以確保有足夠亮度。 2. 視力檢測並提供相關諮詢。 3. 視力異常發通知單追蹤。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 張貼宣導海報。 2. 校園環境綠化。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中、高年級標語創作。 2. 下課所有學生至戶外活動。 3. 推動下課淨空計畫。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 親師生座談會宣導視力保健。 2. 與奇美醫院合作辦理講座。
口腔衛生	<ol style="list-style-type: none"> 1. 全校餐後潔牙實施率達90%。 2. 每週含氟漱口一次，實施率達90%。 3. 112學年度齙齒矯正率達100%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理潔牙比賽。 2. 入班宣導貝氏潔牙法。 3. 中、高年級標語創作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康中心提供口腔保健相關諮詢。 2. 一、四年級口腔檢查。 3. 口腔檢查異常學生複檢追蹤。 4. 推動國小一、二年級白齒窩溝封填策略。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供充足的洗手檯及水龍頭。 2. 提供含氟漱口水。 3. 每位學生備有刷牙用具。 4. 降低含糖飲料與零食攝取頻率。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每日中午餐後潔牙。 2. 每週二執行含氟漱口水。 3. 辦理三年級潔牙比賽。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 麻豆新樓社區健康部到校宣導。
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生過重、超重人數比率相較於111學年度，能各別低於10%。 2. 持續與董氏基金會合作推動「健康吃、快樂動」飲食營養教育。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 一至六年級提供食育課程。 2. 常態性舉行體能小勇士活動，鼓勵學生課餘時間多活動。 3. 設立體育性課後社團，提供學生參與運動。 4. 舉辦校慶運動會，學生展示成果。 5. 進行健康操教學並辦理比賽。 6. 辦理營養講座。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 定期實施體位篩檢，針對體位不佳學生進行個案管理。 2. 學校午餐提供水果及牛奶。 3. 由專業營養師審視菜單，確保學生午餐營養均衡。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 有遊樂器材讓學生能充分活動。 2. 充份利用課間時間，安排全校性健康操或跳繩活動。 3. 不設立福利社及販賣含糖飲料。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舉辦校慶運動會，學習團隊合作。 2. 舉辦感恩路跑，熟悉週遭環境。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舉辦校慶運動會促進學校與社區關係。 2. 聘請營養師會辦理食育相關課程研習。

實施大綱	訂定學校衛生政策	健康教學與活動	健康服務	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
全民健保 (含正確用藥)	1. 每學期至少辦理一次宣導活動。	1. 融入健康與體育課程教學。 2. 配合班親會辦理全民健保及安全用藥衛教活動。	1. 提供全民健保及安全用藥之相關訊息及諮詢服務。	1. 張貼全民健保衛教海報。	1. 問卷調查了解學童知識概況。	1. 聘請社區藥師到校宣導全民健保衛教。
菸檳防制	1. 擬定無菸校園實施計畫，並成立工作小組。	1. 舉辦禁菸反檳藝文比賽。 2. 辦理反菸檳宣導。 3. 聘請衛生所醫師到校辦理講座。	1. 提供菸害防制以及戒菸相關資訊。	1. 宣導海報張貼。 2. 電子跑馬燈宣導。 3. 出入口禁菸標與張貼。 4. 大型活動(如運動會)張貼布條宣導。	1. 舉行禁菸藝文比賽。 2. 反菸檳宣導。 3. 學生社區打掃撿拾菸蒂。	1. 學生社區打掃撿拾菸蒂。 2. 班親會辦理菸害防治宣導。 3. 與衛生所合作，辦理菸害防制衛教宣導。
性教育 (含愛滋病)	1. 成立性評教育委員會。	1. 依年級融入課程教學。 2. 高年級辦理性教育或愛滋病防治相關講座。	1. 提供性教育與愛滋病相關諮詢與服務。	1. 電子跑馬燈宣導。 2. 宣導海報張貼	1. 中、高年級標語創作。	1. 請 EASY SHOP 專任講師辦理性教育講座。
正向心理健康促進	1. 修訂信義國小正向管教與輔導辦法	1. 學校輔導老師對班級進行心理健康講座。	1. 正向心理與生命教育宣導教學活動	1. 大愛學長說書展愛活動	1. 設置「愛與關懷」信箱及「正向心理」公佈欄	1. 辦理正向親師溝通及正向管教等親職教育宣導
◎自選議題 (安全教育及急救)	1. 成立突發傷害緊急處理小組。 2. 訂定師生意外傷害及疾病處理辦法、緊急傷病救護之後處置優先順序分類準則及傷病通報處理流程。	1. 護理師到各班教導意外傷害處置。 2. 辦理 CPR 研習。	1. 提供意外傷害初步處置。	1. 遊樂器材下裝設防摔墊。 2. 樓梯、走廊張貼禁止奔跑標語。	1. 經常性宣導、巡視校園，並留意校園死角，減少意外發生。 2. 加強宣導水域安全。	1. 邀請消防隊辦理消防急救宣導。 2. 邀請衛生所辦理 CPR 急救研習訓練。

六、 人力配置：

學校健康促進委員會成員與計畫工作職掌--

計畫職稱	職稱	姓名	在本計畫之工作項目
計畫主持人	校長	黃文信	研擬並主持計畫，彙整報告撰寫。
協同主持人	學務主任	李坤霖	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	教務主任	李慧稜	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	輔導主任	李宛儒	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	總務主任	周倍甲	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	衛生組長	陳煥昇	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	體衛組長	許育璋	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	生教組長	高麒舜	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	教學組長	楊媛婷	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	課研組長	謝佳好	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
研究人員	午餐執行秘書	張瑀宸	健康飲食研究，策略之實施。
研究人員	健體領域教師	謝佳好	學生、心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之聯繫。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，活動之執行。
研究人員	護理師	賴淑玫	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。
研究人員	家長代表	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。
研究人員	學生代表	自治市長	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。

七、 預定進度 (甘梯圖):
學校健康促進計畫進度表--

執行項目	預定執行月份											
	114 學年度(月份)											
推動工作內容	08	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07
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. 擬定各項健康議題實施辦法	→	→	→									
6. 建置與維護健康資源庫	→	→	→									
7. 擬定過程與成效評估工具		→	→									
8. 成效評估前測			→									
9. 執行學校健康促進計畫			→	→	→	→	→	→	→	→	→	
10. 過程評量			→	→	→	→	→	→	→	→	→	
11. 成效評估後測										→	→	
12. 資料分析											→	→
13. 報告撰寫												→
14. 經費核銷												→

八、評價方法：

計畫執行後的評價方法分為過程評價及結果評價，並且依實際狀況訂定合理可行的指標。

1. 過程評價

- (1) 學校健康促進委員會不定期召開檢討會議，針對行政和政策因素、組織因素做檢討。
- (2) 搜集活動成果，包括活動照片、學習單、相關會議記錄等。
- (3) 健康促進工作團隊能建立有系統、分工的合作模式。

2. 結果評價：

(1) 健康狀況

- ① 統計各年級的視力不良率。
- ② 統計全校視力不良複診率。
- ③ 統計各年級體位適中、過重、過輕比率。
- ④ 調查全校家長吸菸及嚼檳榔的比率。
- ⑤ 統計一年級和四年級的齲齒率及複檢率。
- ⑥ 遵醫囑服藥率。
- ⑦ 對全民健保有正確認知比率。
- ⑧ 性知識正確率。
- ⑨ 食品安全認知正確率。

(2) 行為觀念

- ① 調查學生睡眠時間。
- ② 調查使用電視及電腦時間。
- ③ 調查每天運動時間。
- ④ 家長吸菸及嚼檳榔行為認知前後測問卷。
- ⑤ 衛教習慣認知前後測問卷。
- ⑥ 健康飲食認知前後測問卷。
- ⑦ 用藥常識認知前後測問卷。
- ⑧ 食品安全常識認知前後測問卷。

九、預期效益：

1. 視力保健

- (1)各年級的視力不良率的惡化程度不大於 5%。
- (2)全校視力不良複診率達 95%以上。
- (3)全校學生能了解正確的視力保健方法達 90%。

2. 口腔衛生

一年級入學後，在四年級健檢時的齲齒率能低於市平均以下。

3. 健康體位

- (1)全校體位適中比率能提升至 70%(112 學年度第 2 學期為 65.85%)
- (2)全校學生能了解健康飲食觀念達 90%。
- (3)透過食育課程，了解食品安全的重要性。

4. 全民健保

- (1)學生對全民健保有正確的認知。
- (2)對全民健保資源有珍惜的觀念。

5. 正確用藥

- (1)學生對醫藥知識有正確的認知。
- (2)家長對醫藥知識有正確的認知。

6. 菸害防制

- (1)有吸菸的家長，其認知行為能有改善。
- (2)全校學生能了解吸菸的危害達 90%。

7. 檳榔防制

- (1)有嚼檳榔的家長，其認知行為能有改善。
- (2)全校學生能了解嚼檳榔的危害達 90%。

8. 性教育(含愛滋病防治)

- (1)高年級學生對性知識認知能有效提升。
- (2)高年級學生對愛滋病能有正確的認識。

9. 正向心理健康促進



- (1)協助學生自我覺察，並學會壓力調適之道，感受幸福的動力。

(2)推廣心理紓壓，以達到心靈放鬆，化壓力為助力，改善學習品質。

10. 食品安全

(1)對食品安全有正確的認知。

(2)對食品安全能主動做初步的審視。

衛生組長： 學務主任： 校長：