

## 臺南市南區大成國民中學 114 學年度健康促進學校實施計畫

### (一) 計畫依據：

學校衛生法第 19 條及其施行細則第 14 條

臺南市 114 學年度健康促進學校實施計畫

南市教安(二)字第 1141157315 號

### 3. 計畫摘要：

本校去年度依照學生健康資訊系統資料，找出本校學生較低的達成項目為口腔衛生。經過一個年度的教學、經營與宣導，未治療齲齒率下降了三十多個百分比。因此後續將持續在健康宣導中關心學生口腔衛生部分。

今年度與本校健康教育老師討論，則選定健康體位作為本校主推議題。雖然本校學生在體重過輕、體重過重率上，都有水準之上的表現。但是體重肥胖 20.68%高於全國、全市、體位適中率則是略低於全國。希望能夠藉由今年的議題主推，來讓本校健康體位數據，能夠在 114 學年度第二學期低於全市及全國平均。

### 4. 背景說明：

#### 113 學年度學生健康資訊系統資料

表 1. 111-113 學年度裸視視力不良率

學年度/年級	111 學年度		112 學年度		113 學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	71.4	74.5	68.1	68.3	66.9	69.8
八年級(%)	69.6	68.7	75.1	72.8	70.3	74.3
九年級(%)	76.6	80.2	69.6	71	74	74.4
全校平均值(%)	72.5	74.5	70.9	70.7	70.4	72.8
惡化率(%)	3.41	2.27	2.76	0.53	1.23	3.61
臺南市國中市平均(%)	71.53		70.01		70.57	
全國國中平均(%)	73.10		72.26		71.84	

表 2. 111-113 學年度未治療齲齒率

學年度/年級	111 學年度	112 學年度	113 學年度
七年級(%)	36.31	35.05	2.16
全校平均(%)	36.31	35.05	2.16

臺南市七年級平均(%)	15.97	14.69	12.00
全國七年級平均(%)	19.41	18.14	16.61

表 3. 111-113 學年度體位過輕比率

學年度/年級	111 學年度		112 學年度		113 學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	1.79	0.62	6.57	6.42	6.12	5.45
八年級(%)	9.62	5.56	5.20	4.62	4.95	4.67
九年級(%)	7.54	7.0	7.41	5.19	3.95	2.91
全校平均值(%)	6.32	4.39	6.39	5.41	5.01	4.34
臺南市國中市平均(%)	7.84		8.03		8.13	
全國國中平均(%)	8.00		8.28		8.21	

表 4. 111-113 學年度體位適中比率

學年度/年級	111 學年度		112 學年度		113 學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	67.86	69.57	56.34	58.26	60.79	63.27
八年級(%)	56.92	62.70	65.9	69.94	60.81	63.08
九年級(%)	57.54	58.02	60.0	59.77	66.10	68.02
全校平均值(%)	60.77	63.43	60.75	62.66	62.57	64.79
臺南市國中市平均(%)	60.71		62.01		62.30	
全國國中平均(%)	61.80		63.12		63.42	

表 5. 111-113 學年度體位過重比率

學年度/年級	111 學年度		112 學年度		113 學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	8.93	11.80	11.74	13.76	11.15	11.64
八年級(%)	11.15	11.90	12.14	9.25	12.16	9.35
九年級(%)	15.87	16.05	13.70	12.41	12.99	11.05
全校平均值(%)	11.98	13.25	12.53	11.81	12.10	10.68
臺南市國中市平均(%)	12.31		12.07		11.92	
全國國中平均(%)	12.35		11.90		11.96	

表 6. 111-113 學年度體位肥胖比率

學年度/年級	111 學年度		112 學年度		113 學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
七年級(%)	21.43	18.01	25.35	21.56	21.94	19.64
八年級(%)	22.31	19.84	16.76	16.18	22.07	22.90
九年級(%)	19.05	18.93	18.89	20.68	16.95	18.02
全校平均值(%)	20.93	18.93	20.33	19.47	20.32	20.19
臺南市國中 市平均(%)	19.13		17.90		17.66	
全國國中平 均(%)	17.85		16.70		16.41	

表 7. 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	69.9	■ 達市平均以下 □ 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	97.25	■ 達市平均以上 □ 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	2.42	■ 達市平均以下 □ 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	2.16	■ 達市平均以下 □ 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	83.33	□ 達市平均以上 ■ 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	0	□ 達市平均以上 ■ 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	5.17	■ 達市平均以下 □ 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	62.19	□ 達市平均以上 ■ 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	11.96	■ 達市平均以下 □ 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	20.68	□ 達市平均以下 ■ 高於市平均仍需 努力

## (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：環境保護教育。

3. 主推議題：健康體位。

五、計畫內容：

主推議題：健康體位

實施 大綱	具體實施內容	主辦 單位	協辦 單位	工作 時程
1. 訂定學校 衛生政策	讓學生認識健康 體位與自我認同 的相關知識。  減少校園含糖飲 料。  請教師以替代物 取代含糖飲料作 為獎勵。  繼續執行 85110 計畫。	學務處	班級導師  護理師	114年9月-115 年6月
2. 健康教學 與活動	將健康體位融入 學生課程、與學 生學藝、體育競 賽。	教務處、學務處	健體領域教師	114年9月-115 年6月
(三)健康服務	於親師活動與學 生家長進行宣 導，讓健康體位 知識進入家庭， 改善家庭飲食、 建立運動習慣。 形成身教場域。	輔導室	學務處	114年9月20 日
(四)學校物質 環境	利用公佈欄，進 行健康體位宣 導。  配合寒暑假作 業，讓學生進行 檢視。	學務處	總務處	114年9月

(五)學校社會環境	利用各項活動與計畫推行，成為友善的健康體位環境。	學務處		114年10月、 115年4月
(六)社區關係	利用對外活動，讓學生、教師可以與社區對話，讓健康議題可以達到向外擴散的效果。	學務處		114年9月、 114年12月

### 其他議題

議題名稱	訂定學校衛生政策(涵蓋全校成員投入)	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	建議同學減少3C使用、規律用眼。	1. 融入本校健體課程。 2. 配合生教組每學期網路使用調查，請導師注意網路成癮學生。	追蹤學生健檢資料、班親會宣導	利用寒暑假測量教室照度	1. 建立各班健康生活守則 2. 倡議學生下課離開教室，到戶外活動。 3. 利用學校看板進行宣導。 4. 藝文競賽融入健促指標	與近補習班配合照度測量與衛教
口腔保健	增進學生每半年口腔檢查、早晚刷牙並使用牙線。	1. 融入本校健體課程。	追蹤學生健檢資料、班親會宣導	減少學生食用含糖食物	1. 建立各班健康生活守則 2. 利用學校布告欄進行宣導 3. 藝文競賽融入健促指標	
菸檳防制	持續宣導紙菸、電子菸、檳榔之危害。	辦理菸檳防治宣導，並配合口腔衛生。	班親會宣導	由教師自身做起，為學生身教	1. 建立各班健康生活守則 2. 利用學校布告欄進行宣導 3. 藝文競賽融入健促指標	
全民健保(含正確用藥)	持續宣導正確用藥觀念。	融入本校健體課程。	班親會宣導		1. 建立各班健康生活守則 2. 利用學校布告欄進行宣導 3. 藝文競賽融入健促指標	
性教育(含愛滋病防治)	與輔導室、生教組結合辦理活動。	1. 辦理各種教育宣導(113-1預計辦理9/4、10/28、113-2辦理愛滋防治) 2. 9/2-9/13輔導室辦理性平宣導周	班親會宣導		1. 建立各班健康生活守則 2. 利用學校布告欄進行宣導 3. 藝文競賽融入健促指標	
正向心理健康促進	與輔導室辦理活動，並融合視力保健(減少3C使用)	1. 9/10-10/10輔導室辦理心理健康月活動 2. 建立三級輔導機制。建立導	班親會宣導		1. 建立各班健康生活守則 2. 利用學校布告欄進行宣導 3. 藝文競賽融入健促指標	

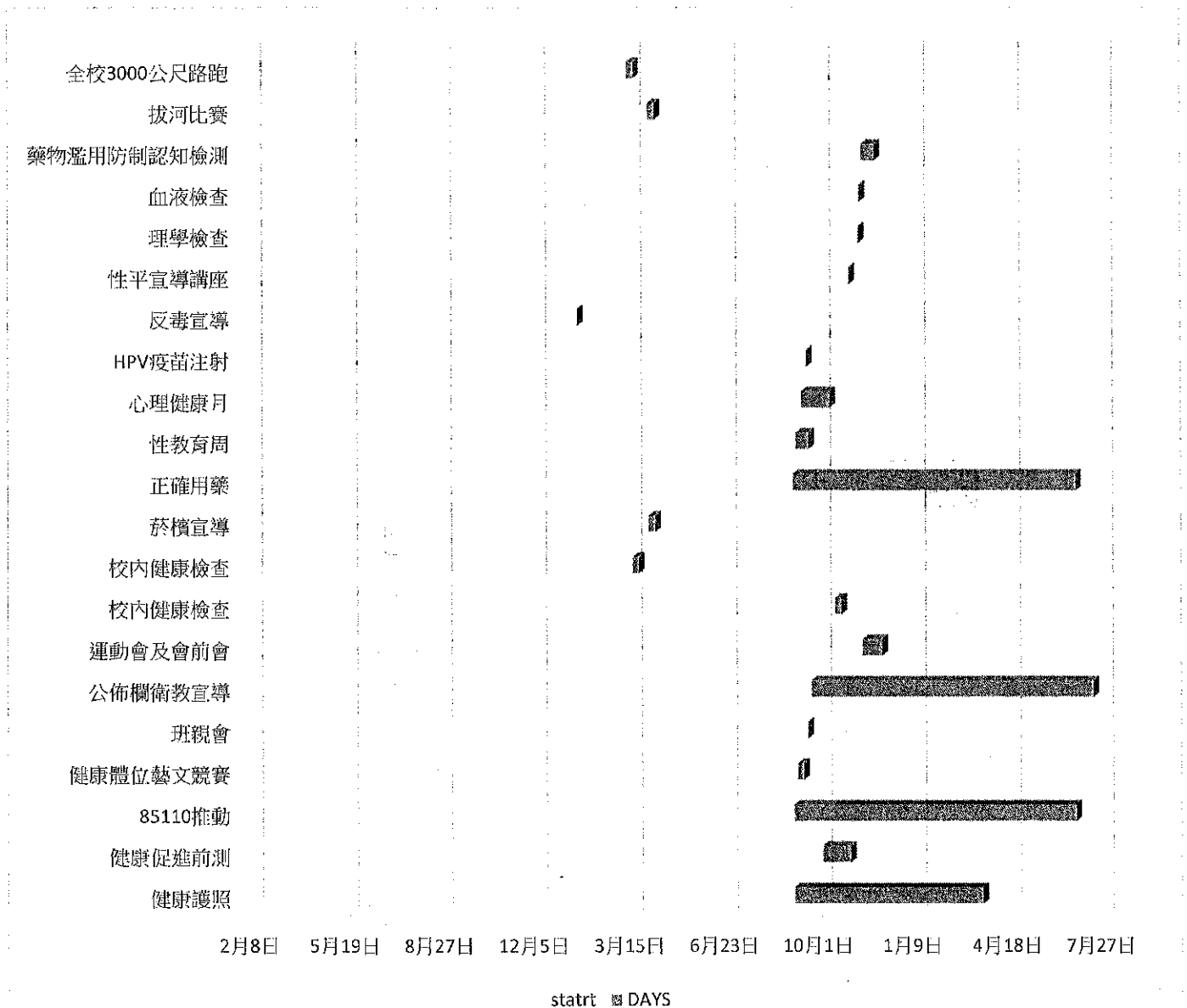
		師、輔導 老師、輔 諮中心安 全網。及 跨處室連 結。				
自選議題 (環境保護議題)	配合環境教育辦理	融入本校社會 課程				

#### 六、人力配置：

計畫職稱	姓名	單位職稱	工作項目
召集人	陳毓琚	校長	綜理健康促進學校推行督導事宜
副召集人	林長裕	學務主任	社區及學校資源之協調整合
副召集人	蔡惠如	教務主任	督導健康促進學校課程之推行
副召集人	林宜德	總務主任	健康促進軟硬體設施之協調管理
副召集人	陳鈺萍	輔導主任	督導健康促進學生心理衛生課程之推行
執行委員	許凱淋	衛生組長	負責健康促進學校活動之宣導與推行
執行委員	王秀雲	護理師	負責學生定期測量體重及追蹤矯正
執行委員	薛伊均	營養師	負責學生膳食營養與健康管理
委員	朱佳瑩	活動組長	協助健康促進校園活動之推行
委員	王瑞嘉	資訊組長	協助健康教育網之維護與指導
委員	鄭伯倫	生教組長	協助菸毒與正確用藥概念推廣
委員	黃美桃	體育組長	協助正確運動觀念之推廣與執行
委員	陳鈺萍	健康教育老 師	協助視力與牙齒保健之教學融入課程
委員	林振男	家長會長	負責健康促進學校家長之宣導、溝通及整合社區 人力協助推展健康服務

委員	推選	九年級學生 代表	協助促進健康相關活動之種子學生訓練、成果展及宣導
委員	推選	八年級學生 代表	協助促進健康相關活動之種子學生訓練、成果展及宣導
委員	推選	七年級學生 代表	協助促進健康相關活動之種子學生訓練、成果展及宣導

七、預定進度：



## 八、評價方法：

利用每學期學生健康檢查，檢視學生體位變化。同時利用上下學期進行網路問卷前後側，來理解學生身心狀態改變與否，以及自身習慣有無改變。

## 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
健康體位	部頒指標	
	學生體位過輕比率	降低 1%
	學生體位適中比率	提升 2%
	學生體位過重比率	降低 2%
	學生體位肥胖比率	降低 2%
	地方指標	
	學生飲水量達成率	80%
	學生睡眠時數達成率	80%
學生運動量達成率	80%	
學生一日蔬菜建議量達成率	80%	

衛生組： 

主任：



校長：

