

台南市安南區安順國民中學114學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫依據：

- (一) 學校衛生法
- (二) 台南市114學年度健康促進學校實施計畫

二、計畫摘要：

(一) 學校主題

本校健康促進推動主題為「菸檳防制」，其具體作法為：

- 1、降低學生吸菸率（含電子煙使用率）、嚼檳率。
- 2、提高學生參與菸害防制與檳榔防制教育比率。
- 3、降低校園二手菸（含電子煙）暴露率與嚼食檳榔暴露率。
- 4、強化全體教職員工生、家長、社區民眾正確菸檳防制觀念。
- 5、透過特色創新活動，推廣菸檳防制理念。

(二) 前一年度推動具體成效

114學年度本校健康促進推動具體成效說明，如下表：

學校名稱		安南區安順國民中學			
學校班級數		24	學生人數		576
輔導內容		執行情形			
一	視力保健	項目	111學年度 第1學期	112學年度 第1學期	113學年度 第1學期
		裸視視力不良率	70.6%	68.7%	67.7%
		裸視視力不良就醫複檢率	95.23%	95.69%	95.69%
		裸視視力不良惡化率	2.51%	2.95%	2.91%
二	口腔衛生	項目	110學年度 第1學期	111學年度 第1學期	112學年度 第1學期
		未治療齲齒率	61.95%	34.09%	33.09%
		齲齒複檢率	95.28%	98.33%	98.43%
三	健康體位	項目	111學年度 第1學期	112學年度 第1學期	113學年度 第1學期
		學生體位過輕比率	8.44%	8.55%	8.51%
		學生體位適中比率	52.07%	50.49%	50.69%
		學生體位過重比率	13.38%	14.47%	14.37%
		學生體位肥胖比率	26.11%	26.08%	25.08%
四	菸檳防制	(一)有吸菸習慣學生人數： <u>1</u> 人 (二)有吸菸習慣學生參與戒菸人數： <u>1</u> 人 (三)辦理菸檳防制教育宣導活動:112學年度 <u>1</u> 場，參加人數有590人 (四)戒菸種子師資 <u>1</u> 人(指近年來接受國民健康署或衛生局辦理6小時以上訓練領有研習證明或時數者)			
五	全民健保 (正確用藥)	(一)辦理全民健保(正確用藥)教育宣導:114學年度 <u>1</u> 場，參加人數有 <u>510</u> 人 (二)遵醫囑服藥率: <u>100</u> % (三)學生家庭具有用藥諮詢電話比率: <u>100</u> %			

學校名稱		安南區安順國民中學
六	性教育	辦理性教育教育宣導或活動(含愛滋病):114學年度1場,參加人數有510人
七	安全教育與急救	(一)教職員工領有CPR證照率:114學年度90% (二)學生每日平均受傷人數:114學年度18人/日

三、背景說明：

本校位處於台南市安南區，114學年度共有24班（含特教班），學生人數有576位，每年訂定健康促進學校實施計畫，列入學校行事曆，融入課程教學，落實於日常生活中實踐健康行為。近年來社會變遷快速，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學生及外配家庭比例逐漸增加，學生的生活、學習與成長之差異性頗值得關切。加上安南區的廟宇眾多，宗教活動頻繁，部分學生甚至請假參與廟會活動，活動過程中廟方多少會提供青少年免費香菸、檳榔更是時有所聞，學生在耳濡目染之下，相當輕易養成吸菸嚼檳（含電子煙）的習慣，卻不知其嚴重性。為此，本校著重在菸檳防制的宣導。

分析本校114學年度各類健康議題推動成果，如下表：

議題名稱	指標	全國平均值	台南市平均值	本校(%)	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率	國中72.28%	國中70.01%	68.7	<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	國中84.27%	國中95.49%	95.69	<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	國中3.24%	國中2.38%	2.95	<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	國一18.14%	國一14.69%	34.09	<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	國一81.06%	國一95.44%	98.33	<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	國中8.28%	國中8.03%	8.55	<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	國中63.13%	國中62.01%	50.49	<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	國中11.90%	國中12.07%	14.47	<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	國中16.69%	國中17.90%	26.48	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

由上表內容可知：

（一）本校裸視不良率達市平均以下。由於學生近年使用3C產品導致用眼過度，學校也不斷宣導，裸視視力不良就醫複檢率也一直維持在96%左右，以加強視力保護。本學年度仍將推廣視力保健宣導，期將裸視視力不良惡化率降低。

（二）本校未治療齲齒率高於市平均。由於學生近年飲食習慣不佳，大多以甜食為主，加上學校周邊有超商、飲料店，容易取得甜食。本學年度仍將推廣口腔保健宣導，配合執行餐後潔牙的活動，期將齲齒複檢率上升。

（三）本校體位過輕率高於市平均，體位適中率低於市平均，體位過重率高於市平均，體位肥胖率高於市平均。由於學生近年飲食習慣不佳，大多以甜食為主，加上學校周邊有超商、飲料店，容易取得甜食。本

學年度仍將推廣健康體位宣導，配合健康飲食的活動，期將改善體位過輕與體位過重的比率降低。。

另外，本校113學年度健康促進推動議題為：

- (一) 必選議題：菸檳防制
- (二) 自選議題：安全教育與急救

四、計畫內容：

(一) 本校健康促進學校實施計畫之六大範疇與八大核心健康議題

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	1. 訂定視力保健計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計視力保健教學教材。 2. 指導學生良好的生活作息，減少使用會惡化的3C產品。	1. 全校學生視力檢查每學期一次。 2. 如有學生不良，進行衛生教育，並能告知家長，轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作。	1. 提供恰當的系統及照明線充足。	1. 學校制的訂班級的健康生活守則。 2. 透過獎勵卡制度，鼓勵行為健康實踐。	1. 請家長配合學校政策，陪同學生減少使用會惡化的3C產品。
口腔保健	1. 訂定口腔保健計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計口腔保健教學教材。 2. 指導學生正確潔牙方法，每天要固定潔牙。	1. 運用各種管道向學生宣導。 2. 如有學生不良，進行衛生教育，並能告知家長，轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作。	1. 提供適當的衛生設施	1. 學校制的訂班級的健康生活守則。 2. 透過獎勵卡制度，鼓勵行為健康實踐。	1. 請家長配合學校政策，陪同學生每天要固定潔牙。
健康體位	1. 訂定健康體位計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計健康體位教學教材。 2. 指導學生良好的生活作息，降低含糖飲料攝取頻率。	1. 全校學生每學期一次測量體重。 2. 如有學生不良，進行衛生教育，並能告知家長，轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作。	1. 提供適當的安用水	1. 學校制的訂班級的健康生活守則或獎勵卡制度，鼓勵行為健康實踐。	1. 請家長配合學校政策，陪同學生每天喝含糖飲料。
菸檳防制(自選議題)	1. 訂定菸檳防制(含電子煙)計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計菸檳防制(含電子煙)教學教材。 2. 指導學生良好的生活作息，遠離香菸(含電子煙)與檳榔。	1. 運用各種管道向學生宣導菸檳防制(含電子煙)。	1. 提供無菸檳(含電子煙)校園環境	1. 學校制的訂班級的健康生活守則。 2. 透過獎勵卡制度，鼓勵行為健康實踐。	1. 請家長配合學校政策，禁止學生及家長於校內吸菸(含電子煙)、嚼食檳榔。
全民健保(含正)	1. 訂定全民健保(含正確用藥)計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計全民健保(含正確用藥)教學教材。	1. 運用各種管道向學生宣導全民健保(含正確用藥)。	1. 提供可與民生的諮詢與正確用藥管道	1. 學校制的訂班級的健康生活守則	1. 請家長配合學校政策，陪同學生不隨意浪費醫療資源

確用藥)		2. 指導學生良好的醫藥觀念，避免越級就醫，以珍惜急診資源。			2. 透過獎勵卡制度，鼓勵健康行為實踐。	
性教育(含愛滋病防治)	1. 訂定性教育(含愛滋病防治)計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計性教育(含愛滋病防治)教學教材。 2. 指導學生對性教育(含愛滋病)正確認知	1. 運用各種管道向學生宣導性教育(含愛滋病防治)	1. 提供適當的性教育的管道	1. 學校制訂班級的健康生活守則 2. 透過獎勵卡制度，鼓勵健康行為實踐。	1. 請家長配合學校政策，陪同學生提升正確的性教育觀念。
正向心理健康促進	1. 訂定正向心理健康促進計畫 2. 按照計畫推動及落實	1. 結合健體領域設計正向心理健康促進教學教材。 2. 指導學生提升處理情緒的調節力	1. 運用各種管道向學生宣導正向心理健康促進	1. 提供適當的心理健康促進諮詢的管道	1. 學校制訂班級的健康生活守則 2. 透過獎勵卡制度，鼓勵健康行為實踐。	1. 請家長配合學校政策，陪同學生提升正向心理健康促進

(二) 本校健康促進學校實施計畫必選議題：菸檳防制之六大範疇

六大範疇	計畫內容(策略)	工作團隊	預計實施期程
訂定學校衛生政策(涵蓋全校成員投入)	1. 擬定菸、檳危害防制年度工作計畫並定期召開會議。	學務處	114年9月
	2. 成立菸、檳危害防制校園推動小組，以利計畫推動。	學務處	114年9月
	3. 菸、檳危害防制計畫成果彙整。	學務處	114年9月
物質環境	1. 校內全面實施禁菸檳，並於校門口張貼防菸拒檳標誌。	學務處	114年10月
	2. 菸、檳危害防制相關教材的申請與購置。	學務處	114年10月
	3. 學校健康促進專欄張貼菸、檳危害防制相關海報。	學務處	114年11月
	4. 舉辦菸、檳危害防制相關競賽與活動。	學務處	114年11月
健康教學活動	1. 推動菸、檳校園防制計畫種子教師培訓。	學務處/教務處	114年12月
	2. 菸、檳危害防制教材的彙整與開發。	學務處/教務處	114年12月
	3. 透過生活技能的融入，落實防菸、拒檳課程與教學。	學務處/教務處	114年12月
健康服務	1. 辦理菸、檳特殊個案高關懷輔導。	學務處/輔導室	115年1月
	2. 辦理健康檢查。	學務處	114年8月
	3. 透過問卷調查，了解學生家庭抽菸及嚼檳榔的概況，並進行「前後測成	學務處	115年1月

	效評價」分析。		
社會環境	1. 落實防菸、拒檳健康校園政策，並請教職員工以身作則，禁止於校內吸菸及嚼食檳榔。	學務處/總務處	114年9月
	2. 辦理菸、檳危害防制宣導週。	學務處	預計115年3~6月辦理全校菸檳防制增能講座
	3. 辦理菸、檳危害防制高關懷小團體輔導。	學務處/輔導室	115年1月
社區關係	1. 組織訓練菸、檳危害防制志工。	學務處/輔導室	115年2月
	2. 辦理防菸、拒檳親子講座宣導。	學務處/教務處	114年9月
	3. 請家長配合學校教育，禁止學生及家長於校內吸菸、嚼食檳榔。	學務處	114年9月

五、人力配置：

計畫職稱	單位職稱	在本計畫之工作項目
主任委員	校長	綜理、主持計畫，協助行政協調與資源整合
副主任委員	家長代表（會長）	提供健康評估需求，協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
副主任委員	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，行政協調
副主任委員	教務主任	協助計畫執行，健康教學及活動需跨領域、跨學科的統整教學，協助行政協調
副主任委員	輔導主任	督導計畫執行，輔導諮商，協助行政協調
副主任委員	總務主任	督導環境採光，美化綠化，改善及維護校區安全，充實衛生設備，協助行政協調。
副主任委員	會計主任	相關經費規劃核銷
總幹事	衛生組長	評估健康需求，擬定計畫，策劃執行與評值，行政協調，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合
委員	護理師	協助計畫執行
委員	資訊組長	網路網頁製作及維護
委員	健體領域召集人	協助健康促進宣傳工作
委員	各年級級導師	協助健康促進宣傳工作

委員	學生代表	協助健康促進宣傳工作
----	------	------------

六、預定進度：

預定活動	時間	活動內容
菸檳防治宣導—香菸	114學年/經常性	讓師生認識菸檳對健康的危害、相關法律規定、及戒菸檳方法與優點。
菸檳防治宣導—檳榔	114學年/經常性	讓師生認識菸檳對健康的危害、相關法律規定、及戒菸檳方法與優點。
護眼飲食宣導	114學年/經常性	指導師生認識如何於生活中選擇對眼睛有益之食材。
口腔衛生宣導	114學年/經常性	教導師生如何做好口腔衛生及養成正確的刷牙習慣。
健康體位宣導	114學年/經常性	透過班際體育活動，推廣運動觀念，並融入健康議題宣導，倡導「聰明吃、快樂動」，推廣均衡飲食並維持適當體重，預防肥胖與代謝症候群。
安全教育與急救活動	114學年/經常性	透過班際體育活動，推廣運動觀念，並融入安全教育與急救宣導。教導師生在日常活動中，如何保護自己的安全及常見傷病之處置。
正向心理健康促進活動	114學年/經常性	透過班際體育活動，推廣運動觀念，並融入正向心理健康促進活動宣導。
性教育（含愛滋防治）	114學年/經常性	建立正確的性知識、性態度、身體界線與尊重包容觀念。
全民健保(含正確用藥)	114學年/經常性	配合藥師到校宣導，讓學生了解藥物濫用之可怕及生活中之危機。
辦理全校師生健康促進講座	114學年	配合生活化的教育宣導，達到健康生活。
健康議題融入校外教學活動	114年12月	表演者準備活動時，深入了解健康促進議題的觀念，並透過表演，將健康觀念傳達給學校師生。
健康議題融入班級課程宣導	115年2-6月	透過課程方式讓學生對八大核心健康議題有更加深入的了解。
健康議題融入學校刊物宣導	115年2-6月	透過文刊宣導八大核心健康議題的觀念。

七、評價方法：

本校健康促進學校實施計畫的評價方式可用「檢測」、「問卷」等量化方式來評價目標以完成過程評價與結果評價。

八、成效指標與預期效益：

議題名稱	114學年度計畫指標		本校113學年度預期效益(%)
視力保健	部頒指標	裸視視力不良率	68.6
		裸視篩檢視力不良就醫複檢率	95.9
		裸視篩檢視力不良惡化率	2.4
口腔保健	部頒指標	未治療齲齒率	33
		齲齒複檢率	98.5
健康	部頒	學生體位過輕比率	8.4

體位	指標	學生體位適中比率	50.6
		學生體位過重比率	14.3
		學生體位肥胖比率	26.3

九、本計畫經校務會議審議通過，陳請校長核定後公告實施，修正時亦同。

承辦人  單位主管



校長 