

南市南區省躬國民小學 114 學年度健康促進學校實施計畫

114.09.03 校務會議決議通過

一、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學年度辦理健康促進學校計畫

二、計畫摘要：

本計畫旨以多元層面、多元策略的方針推動健康促進學校行動方案，營造健康學校環境，增進全校教職員工生的健康，是本校一貫努力的方向。

第一階段議題選擇，首先配合教育局衛生政策以必選議題：視力保健、口腔保健、健康體位、菸癮防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)及正向心理健康促進等 7 項為必選議題，其次經由本校需求評估後決定以「安全教育與急救」為本校自選議題。並依 113 學年度學生健康資訊系統資料(<https://hs.nhu.edu.tw/>)之「學校回饋系統」統計數據(表一)，評估校園健康問題於健康指標劣於市平均之視力、口腔、體位中擇 1 項列為校本主要推動議題，本學年主推議題為一健康體位。

第二階段則依據所訂之議題與目標，依健康促進六大範疇發展有效的策略及行動方案，提供充分的環境支持與健康服務，讓學校能建立更健康的環境，使學生在其中能更快樂地生活與學習，進而期許學生在健康促進上扮演更主動的角色。

第三階段進行成效評價，在過程中，不斷進行過程評價以期能適時修正計畫，最後以 PDCA 進行成效評價來評估計畫實施之整體成效。

學齡兒童每天活動時間有一半是在學校以及課後照顧班與安親班中，受到老師與同儕之影響不亞於父母親，健康議題與照護措施施行相對便利與節省時間，如有適當策略與計畫執行，應能產生顯著成效。

評估 113 學年度第一學期健康檢查項目：裸視視力不良率 44%；健康檢查一年級未治療齲齒率 13.51%、四年級未治療齲齒率 6.31%，一年級齲齒矯治率 100%、四年級齲齒矯治率 100%；體重過輕 7.98%、體位適中 60.78%、體重過重 13.41%及肥胖之比例為 17.83%，因此本年度，針對健康體位需再調整整體的策略執行，也作為本校重點議題；此外，並努力建立無菸、無毒的校園環境，讓嘗試吸菸學生維持 0%。本校推動特色：

- (一) 社會資源及志工的配合利用。
- (二) 辦理健康促進各項活動：班際競賽暨普及化運動、球隊及運動社團、運動會闖關活動、聖火繞境、鯤喜灣樂樂棒球交流賽、

黃金海岸淨灘、低碳飲食自擬菜單_在地食農料理，加強體適能和學生體位改善。

(三)利用班親會、親職教育和週三教師進修時間，強化教師及家長健康促進知能。

(四)每月統計各班受傷人數比率。

(五)齙齒未就醫學生，和當地牙醫師合作協助就醫。

正向心理健康促進為新增議題，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。

三、背景說明

本校成立於民國元年，創校百餘年，位於臺南市最南端的灣裡社區，隔著二仁溪與高雄市為鄰，屬於市郊型學校，全校共 23 班，學生 562 人，教職員工 61 人，以前是廢五金盛行地區，而今已經沒落。

校園附近即為黃金海岸，暑假及假期時常有學生結伴至海邊玩耍，而近年來水域安全問題頻傳，故透過長年安全教育與急救宣導，讓學生能有安全與急救的基礎概念，知道該如何遠離危險及遇到危險時急救的相關知識，是十分需要的，以至於近年來本校在健康促進學校自選議題中，常將安全教育與急救納入健康促進學校自選議題中。本校單親及隔代教養學童、中低收入戶學童、外籍配偶子女等弱勢學童比例偏高，學生之身心健康、學習與成長亦列為學校重點關切議題；學生性質純樸，但容易受到外面的不良影響而學到不良的習慣。因此希望藉由本計畫一系列主題式活動與課程的實施，能帶給學生及社區家長正確的健康概念。

省躬國小健康促進團隊極力創發多樣的教學方式，提供學生豐富及多面向的健康學習經驗，透過實施前討論及協調，以教師各自的專長來安排每一協同教學活動設計中之授課任務，使教師的專業素養得以在教學活動中充分的發揮，也使得學校健康促進發揮最大的成效。

省躬國小健康促進背景 SWOT 分析

分析 項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
教師資源	<ol style="list-style-type: none"> 本校具健體科任教師數名。 健康促進團隊中除具有健康專長、體育專長之教師外，亦包含具有自然領域專長、戶外海洋專長、生活和綜合領域專長教師以及級任教師與行政人員。 本校推動拒菸反毒計畫成績優異，以期能廣泛應用在教學上。 	<ol style="list-style-type: none"> 在數位融入教學日漸增加的時刻，如何活化數位教學媒材，是每位教師該充實的項目。 	<ol style="list-style-type: none"> 全體教師有共識，一同建置一個健康的教學環境，透過班親會或運動會，推廣至社區。 藉由推行教師心理健康計畫、性別平等、飲食控制計畫、體位控制計畫，有系統的推行，以期推行至各班及社區。 	<ol style="list-style-type: none"> 社區對健康促進活動的參與度可能存在差異，若某些群體或家庭未能積極參與，可能會限制健康促進計畫在社區中的影響力和推廣範圍。 社區資源有限，缺乏足夠的資源來支持健康促進活動，例如健身設施、健康教育資源或專業指導。
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> 學校已配合無菸校園，並多處建置監視器。 本校玉山圖書館落成啟用，校園環境活化運用。 	<ol style="list-style-type: none"> 本校位於廢五金工業地區，污染較為嚴重。 球場與運動場無遮蔽區，夏天活動炎熱。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校鄰近有公園、二仁溪、黃金海岸、亞果樂活海洋學院，參訪便利。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校鄰近海岸，各項硬體設施容易受侵蝕，維護不易。
行政人員	<ol style="list-style-type: none"> 行政充分支援各項健康促進活動。 課程發展委員會詳細規劃健康促進課程發展方向。 行政人員能以身作則並參與實際健康促進教學活動，更能切實支援教學。 	<ol style="list-style-type: none"> 部分行政人員健康促進專業素養仍需多充實。 行政人員變動性大，執行上每學年都須磨合。 行政業務繁重，導致健康促進專業成長不足。 	<ol style="list-style-type: none"> 舉辦相關健康講座，提升社區民眾健康意識。 	<ol style="list-style-type: none"> 行政人員可能因為健康促進活動與日常行政業務的雙重壓力，面臨工作效率下降的風險。

分析 項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
學生狀況	<ol style="list-style-type: none"> 本校學生對健康與體育領域的學習興趣高昂。 本校學生素質良好、學習態度認真。 學校兒童故事團定期對全校師生做各種健康促進宣導。 合作社商品符合校園安全食品原則，在校期間零食甜飲能約束。 	<ol style="list-style-type: none"> 學生體適能成績普遍不佳，體能尚待加強。 學生們普遍欠缺正確的健康促進知識。 	<ol style="list-style-type: none"> 學生活動力強，課後仍有廟宇活動。 學生運動風氣盛，學校球隊及各項田徑屢獲佳績，推動社區民眾一同參與。 	<ol style="list-style-type: none"> 本校地處偏遠，部分學生接觸不良誘惑的機會較多。 外配及隔代教養單子女多，健康觀念較不足。 少子化因素，學生過於保護，少數家長不願意孩子參加戶外及游泳活動。
無菸拒檳現況	<ol style="list-style-type: none"> 教職員均不抽煙。 學校教職員生均沒有人吃檳榔。 學生普遍瞭解抽煙吃檳榔，對於身體是有危害的。 在學校間，同學會彼此提醒與叮嚀，切勿抽菸，發現抽菸會告訴師長。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校少部分家長有抽煙吃檳榔習慣。 少數學生會在家或社區耳濡目染下，嘗試抽菸。 	<ol style="list-style-type: none"> 透過校園宣導，讓學生將觀念帶入家庭及社區，強化社區民眾觀念。 	<ol style="list-style-type: none"> 少數家長會在學生或自己的孩子面前抽煙吃檳榔，對於學生有不良的影響。
學校衛生法令	<ol style="list-style-type: none"> 每學期皆依照排定時程進行學童健康檢查。 學生健康接種紀錄填寫完整。 附近有南寧高中與喜樹國小游泳池，每學期會安排 6 次游泳課。 	<ol style="list-style-type: none"> 社區民眾及學生使用校園環境，整潔維持不易。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校由南寧高中提供午餐，並經專業營養師計算熱量，兼顧健康與美味讓學生吃的快樂又健康。 鄰近南市南區清潔隊，社區環境營造整齊又迅速。 	<ol style="list-style-type: none"> 家長工作繁忙，對於學童飲食管理較難兼顧。 鄰近黃金海岸、二仁溪，周遭整潔維持不易。

分析 項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
家長配合	1. 家長對學校事務能充分支持及配合。 2. 家長能尊重教師專業的領導。	1. 對於學生在健康促進的表現較不重視。 2. 家庭社經地位偏低。	1. 各班成立班親會，推動親師合作。開放家長參與校務及多元溝通管道。	1. 單親家庭及隔代教養比例較高。 2. 外配子女比例較高。
社區資源	1. 社區與學校資源共享。 2. 社區資源豐富，教師善加利用，可提昇健康促進教學成效。	1. 社區居民對公眾事務參與動力不足，欠缺積極主動性。	1. 社區學校化，學校社區化，提昇社會教育的功能。	1. 社區間意見多元，難以凝聚共識。

針對學校現況及議題需求評估，依 113 學年度學生健康資訊系統資料 (<https://hs.nhu.edu.tw/>) 之「學校回饋系統」統計數據如下表一：

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%	44%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小92.12% 國中85.55%	國小96.42% 國中92.19%	99.22%	<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6.61% 國中3.24%	國小7.38% 國中4.89%	0.4%	<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	小一29.8% 小四25.08% 國一16.61%	小一25.32% 小四20.59% 國一12%	13.51% 6.31%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input 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	小一8.71% 小四32.70% 國一19.66%	小一8.27% 小四25% 國一19.6%	0% 24.32%	<input type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" 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%	7.98%	<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% 國中63.42%	國小64.95% 國中62.3%	60.78%	<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11.4% 國中11.9%	國小11.7% 國中11.92%	13.41%	<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%	17.83%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

(表一)

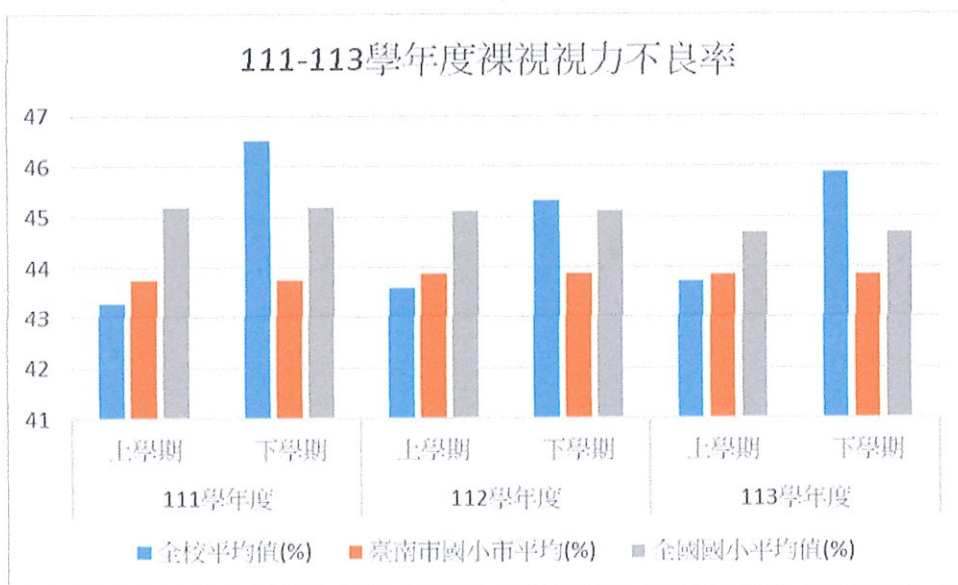
由(表一)得知 113 學年度裸視視力不良率44%高於市平均(43.85%)。113 學年度健康檢查結果本校齲齒罹患率，一年級未矯治齲齒率13.51%；四年級未矯治齲齒率6.31%，均達到市平均以下(小一：25.32%、小四：20.59%)。113 學年度學童體重過重13.41%，高於市平均11.7%，體位肥胖率17.83%，亦高於市平均13.25%。

以下為 111-113 學年度相關數據的比較

(一) 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
一年級(%)	29.29	29.29	32.43	33.64	15.07	21.62
二年級(%)	36.36	44.04	34.34	35.05	38.53	38.18
三年級(%)	38.46	42.39	50	51.82	39.18	44
四年級(%)	48.51	51.49	42.71	44.33	53.21	56.25
五年級(%)	45.87	48.65	53.85	57.28	51.55	52.63
六年級(%)	62.37	64.13	47.79	49.12	56.31	55.88
全校平均值(%)	43.28	46.52	43.6	45.32	43.71	45.87
惡化率(%)	6.15	7.45	5.24	4.88	6.19	4.63
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	

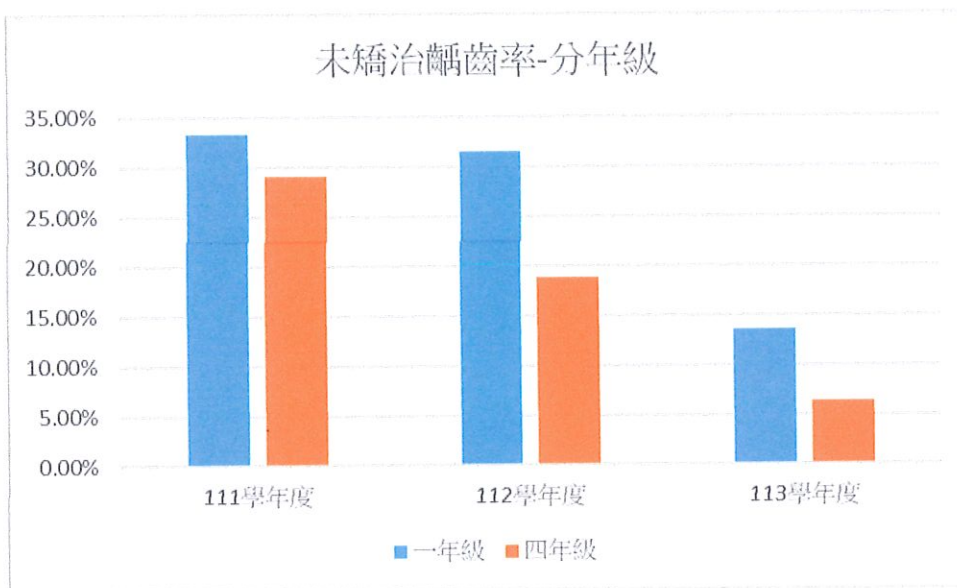
(表二)



(二) 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	113與112比較
一年級(%)	33.33	31.53	13.51	下降18.02
四年級(%)	29	18.75	6.31	下降12.44
全校平均(%)	31.17	25.14	9.91	
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	

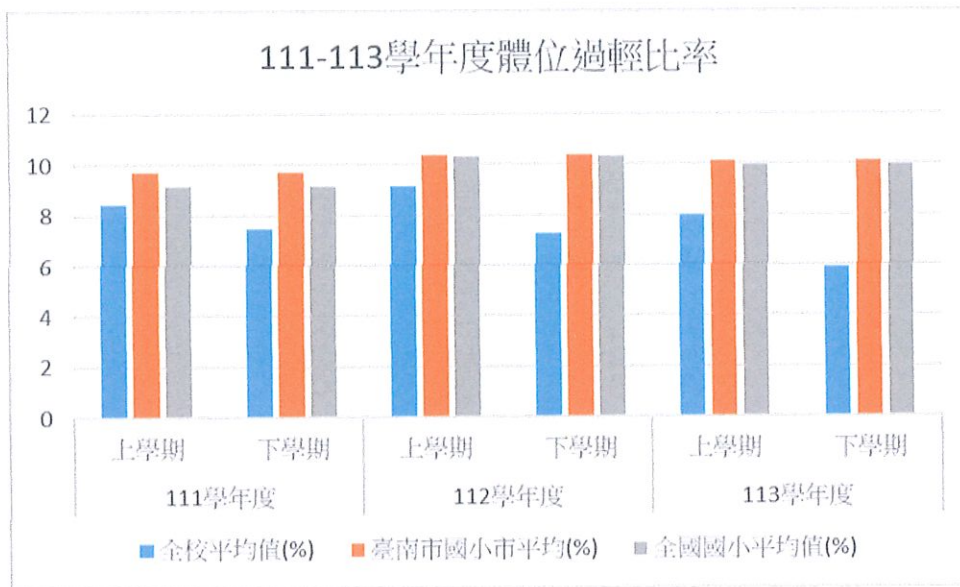
(表三)



(三) 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
一年級(%)	12.12	5.05	7.21	8.18	10.96	2.7
二年級(%)	7.27	8.26	13.13	8.25	7.34	5.45
三年級(%)	7.69	7.61	11.82	12.73	7.22	5
四年級(%)	5.94	4.95	9.38	5.15	10.09	8.93
五年級(%)	8.26	8.11	6.73	4.85	8.16	6.32
六年級(%)	9.68	10.87	7.08	4.39	4.85	5.88
全校平均值(%)	8.46	7.45	9.16	7.29	7.98	5.9
臺南市國小市平均(%)	9.68		10.35		10.10	
全國國小平均值(%)	9.17		10.30		9.96	

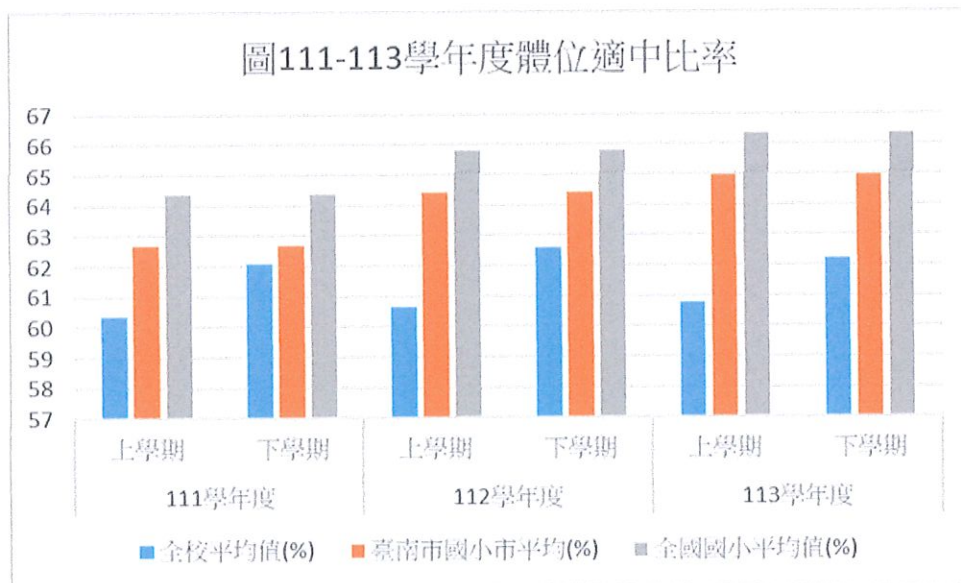
(表四)



(四) 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
一年級(%)	65.66	69.7	71.17	69.09	63.01	72.97
二年級(%)	66.36	67.89	61.62	63.92	68.81	65.45
三年級(%)	53.85	54.35	59.09	60	62.89	65
四年級(%)	59.41	59.41	48.96	53.61	58.72	58.04
五年級(%)	62.39	63.96	59.62	61.17	52.04	54.74
六年級(%)	52.69	55.43	61.95	70.49	59.22	59.8
全校平均值(%)	60.36	62.09	60.66	62.6	60.78	62.23
臺南市國小市平均(%)	62.69		64.39		64.95	
全國國小小平均(%)	64.38		65.79		66.37	

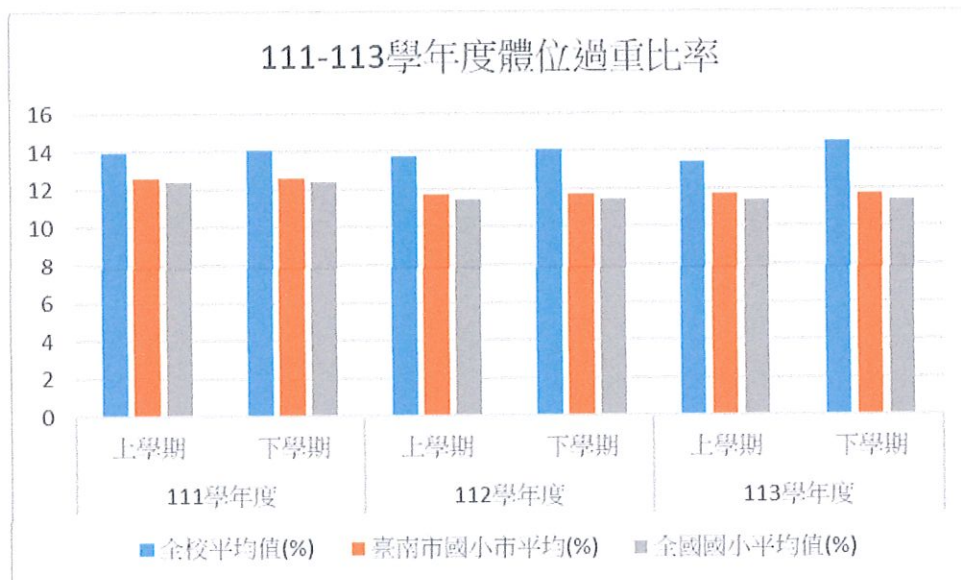
(表五)



(五) 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
一年級(%)	8.08	11.11	8.11	8.18	12.33	12.16
二年級(%)	10	7.34	12.12	14.43	8.26	10.91
三年級(%)	17.58	17.39	11.82	10	13.4	11
四年級(%)	14.85	16.83	20.83	18.56	13.76	17.86
五年級(%)	11.93	14.41	14.42	20.39	14.29	14.74
六年級(%)	22.58	18.48	15.93	11.48	18.45	19.61
全校平均值(%)	13.93	14.07	13.74	14.1	13.41	14.5
臺南市國小市平均(%)	12.60		11.69		11.70	
全國國小平均值(%)	12.39		11.43		11.40	

(表六)

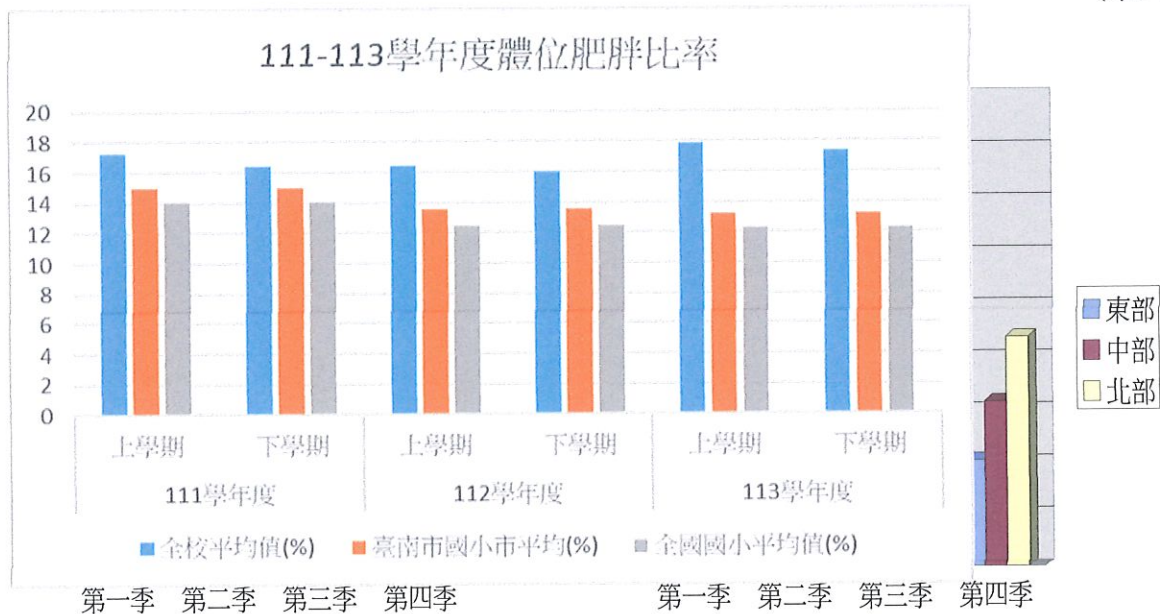


(六) 111-113 學年度體位肥胖比率

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
一年級(%)	14.14	14.14	13.51	14.55	13.7	12.16
二年級(%)	16.36	16.51	13.13	13.4	15.6	18.18
三年級(%)	20.88	20.65	17.27	17.27	16.49	19
四年級(%)	19.8	18.81	20.83	22.68	17.43	15.18
五年級(%)	17.43	13.51	19.23	13.59	25.51	24.21
六年級(%)	15.05	15.22	15.04	14.91	17.48	14.71
全校平均值(%)	17.25	16.39	16.43	16.01	17.83	17.37

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

(表七)



本校學生健康狀況評估，111-113學年度由健康檢查得到的資料，顯示問題：

- 1、體位判讀，113學年度學童過重、超重的比率 31.24%(比112學年的30.17%，略為上升，更是高於臺南市平均24.95%)，體位正常比率60.78%(比起112學年的60.66%，有些微進步，卻低於臺南市平均64.95%)，112學年度過輕的比率 7.98%，達到市平均以下。由以上數據分析，顯見本校學童體位過重、超重比率偏高，學童的飲食習慣和運動急待改善。
- 2、113學年度全校裸視視力不良率為44%，比起112學年度的43.6%，視力不良率目前有控制在可接受的範圍內。
- 3、113學年度健康檢查結果，113學年度市平均未矯治齲齒率(小一：25.32%、小四：20.59%)，本校一年級未矯治齲齒率13.51%，齲齒率低於市平均；四年級未矯治齲齒率6.31%，齲齒率低於市平均，和 112學年度相比已下降許多。

因此培養兒童如何培養保護雙眼、正確潔牙及均衡的飲食習慣、運動，配合生活化的教育宣導，並將此影響其學生和家人，乃至建構一個「健康飲食，活力運動」的校園極其重要。

學生在校園的安全是家長最重視的課題，在這些意外事件中發現，校園規劃設計的安全考量關係著意外事件發生的可能性。而意外事件發生第一時間處理人員的應變能力決定了這個事件的傷害。希望藉由更完善的校園規劃，提供一個友善的學習空間供師生使用。也同時加強人員的管理訓

練，培養學生良好常規與教職員急救處理能力，共同營造健康安全的學習環境。

鑒於小學階段是人一生中生長最快速，學習健康知能、建立健康態度行為、培養健康習慣之關鍵期，對於性教育(含愛滋病防治)和正確用藥、毒品、成癮物質的使用預防、全民健保醫療資源的使用，更應由小扎根，給予正確的觀念。

正向心理健康促進為近年來新增議題，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學校肩負著奠定國民身心健康基礎的重責大任，為因應世界潮流與國際接軌並提昇本校教職員生之健康，本校亦不例外，積極推動健康促進學校計劃，希望藉由政府、學校、家長一起關注學生的健康，使學校成為學生、教職員工、家長和社區民眾獲得健康之場所，且經由學校教育培養學生正確之衛生知識及行為，將可減少日後疾病及健康問題之發生。

四、計畫內容：

- (一)健康學校政策：1、各項議題列入年度工作行事曆，各處組分工。2、學校由校長領軍之行政團隊，與任教老師全力配合政策推展，透過會議建立共識，發揮合作精神完成任務。3、健促相關經費專款專用，不足額部分皆由學校業務費支援。
- (二)健康教學與活動：本校健康教育老師，對於推動健康促進議題及融入教學總是全力配合，教學內容活潑生動。
 - 1、教學原則：
 - (1)定時教學：配合早自習時間及健康與體育課程時間內施教。
 - (2)協同教學：採取單元教學活動方式進行之。
 - 2、配合其他學習領域課程及課外活動教學。
- (三)學校物質環境與網頁製作：1、充分建置安全校園環境，建築物及設備定時檢查、改善並妥善維護，衛生設施。2、建構緊急應變計畫並依時完成演練及檢討。3、學校支持並推行環保政策及落實環保措施，節能減碳具成效。
- (四)學校社會環境：照顧全校師生及家長，辦理親職教育講座、員工健康促進活動。提供友善校園環境，支持反霸凌、反性騷擾，對於弱勢家庭提供課後輔導、經濟支援更是不遺餘力。
- (五)健康服務：1、辦理教職員工生的健康服務，包含基本衛教諮詢、新生健康檢查、口腔及視力保健、菸害防治、性教育(含愛滋病防治)、全民健保(含正確用藥)、傳染病防治推展，特殊疾病學生及

健檢異常個案追蹤等，隨時掌握教職員工生健康需求，主動服務。
2、搭配衛生所及醫療單位宣導健康篩檢業務，落實校園傳染病防治。

(六)社區關係：積極引入社區多項資源挹注，例如：萬年殿、衛生所、區公所、藥師公會、萬年文史協會、社區藥局、社區牙醫師、侯永都基金會、家長會、警察局、消防隊等等，除了提供講師群、經費及物資外，更熱情參與學校推動的健康促進活動。

相關議題具體實施內容如下：

一、視力保健

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一)健康學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。 2、政策： (1)訂定視力保健實施計畫，並納入健康中心行事曆。 (2)制定學生校內生活用眼習慣準則。 (3)制定推行戶外活動。	學校健康促進委員會		114.08
(二)健康教學與活動	1、課程中融入視力保健知識，3C小於1。 2、實施機會教育，指導正確閱讀習慣及姿勢（離課本至少三十五公分）。 3、避免近距離過度用眼之教學方法。了解3010原則。 4、下課教室淨空，鼓勵戶外活動120、戶外活動戴帽護眼。	教務處	教學組	114.09-115.06

<p>(三) 學校 物質環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1、正確選用新型課桌椅。 2、教室照度測量。 3、全面汰換LED照明設備。 3、佈告欄展示相關議題海報文宣。 4、學校於網頁提供相關資訊。 5、不定時發送通知單跟家長宣導。 6、每班第一排座位(桌子前緣)與黑板/電子螢幕距離至少2公尺。 	<p>總務處</p>	<p>學務處</p>	<p>114.09- 115.06</p>
<p>(四) 學校 社會環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1、辦理視力保健教育宣導專題演講。 2、升旗活動時宣導學習正確視力保健及鼓勵戶外活動。 3、教師晨會宣導視力保健配合推展工作。 4、週三下午視力保健研習活動。 5、健康促進學藝(海報、標語)競賽。 6、健康促進有獎徵答。 7、獎勵推廣績優人員。 8、相關闖關活動進行。 9、網路相關議題填答。 	<p>學務處</p>	<p>總務處</p>	<p>114.09- 115.06</p>
<p>(五) 健康 服務</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1、定期舉行學童視力篩檢，並發給通知單。 2、統計篩檢結果以了解學生視力不良狀 	<p>健康中心</p>	<p>學務處 教務處 輔導室</p>	<p>114.09- 115.06</p>

	<p>況，造冊列管，聯繫家長務必帶至眼科醫師處檢查。</p> <p>3、提供親師生視力保健相關資料及訊息。</p> <p>4、向親師生宣導遠視儲備觀念</p>			
(六)學校社區關係	<p>1、利用班親會或大型活動辦理各項學校衛生政策宣導。-高度近視宣導影片。</p> <p>2、利用親職教育講座、新生始業式說明宣導。</p> <p>3、與課後照顧及課輔機構合作推動視力保健工作。</p>	學務處	輔導室 教務處	114.09- 115.06

二、口腔保健

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一)健康學校政策	<p>1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。</p> <p>2、政策：將口腔保健活動、含氟漱口水使用及餐後潔牙活動納入學校校務計畫並訂定執行計畫。</p>	學校健康促進委員會		114.08
(二)健康教學與活動	1、將口腔保健教育、含氟漱口水使用及餐後潔牙活動融	教務處	教學組 學務處	114.09- 115.06

	<p>入教學活動中，增進學生口腔保健、餐後潔牙之知識。</p> <p>2、請護理師協助指導四年級牙線教學。</p>			
(三)學校 物質環境	<p>1、洗手台設備符合規定。</p> <p>2、餐後放潔牙歌。</p> <p>3、佈告欄展示相關議題海報文宣。</p> <p>4、星期二潔牙後，廣播提醒班級使用含氟漱口水。</p> <p>5、不定時發送通知單跟家長宣導。</p>	總務處	學務處	114.09- 115.06
(四)學校 社會環境	<p>1、於學生朝會時進行宣導重要性。</p> <p>2、學校製作餐後潔牙之教育宣導資料，以供學生及家長參閱。</p> <p>3、健康促進學藝（海報、標語）競賽。</p> <p>4、健康促進有獎徵答。</p> <p>5、獎勵推廣績優人員（包含教職員、學生、家長）。</p> <p>6、一年級含氟漱口水影片宣導。</p> <p>7、宣導餐後潔牙，並搭配使用含氟量達1000ppm以上之含氟牙膏。</p> <p>8、網路相關議題填答。</p>	學務處	總務處	114.09- 115.06
(五)健康 服務	<p>1、每學年配合教育局排定一、四年級健</p>	健康中心	學務處 教務處	114.09- 115.06

	<p>康檢查。</p> <p>2、就醫矯治通知單應在檢查後一個月內交回健康中心彙整。</p> <p>3、加強輔導齙齒學童進行矯治。</p> <p>4、統計口腔篩檢矯治結果</p> <p>5、期末潔牙、含氟漱口水統計比率。</p> <p>6、弱勢學童免費塗氟說明書提醒家長。</p> <p>7、一、二年級窩溝封填發通知單。</p>		輔導室	
(六)學校社區關係	<p>1、利用班親會辦理各項學校衛生政策宣導。</p> <p>2、利用親職教育講座、新生始業式說明宣導幼兒塗氟及國小6至12歲白齒窩溝封填策略、鼓勵食用氟碘鹽之宣導。</p> <p>3、與課後照顧及課輔機構合作推動口腔保健工作。</p>	學務處	輔導室 教務處	114.09- 115.06

三、健康體位

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一)健康學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。	學校健康促進委員會		114.08

	<p>2、政策：</p> <p>(1) 將健康體位納入學校校務計畫並訂定執行計畫。</p> <p>(2) 校內體重過重、肥胖等學童，成立健康體位團體。</p>			
(二) 健康教學與活動	<p>1、於健康教育課程中融入營養教育、體重控制課程。</p> <p>2、培養學生正確的體型意識及營養知識，養成良好的飲食習慣。</p> <p>3、使學生了解肥胖成因、定義及對身心健康危害之影響，藉此活動達到體重控制的效果，以期預防慢性疾病，實踐健康生活。</p> <p>4、指導學生了解運動對減重及健康的重要性。</p>	教務處	教學組	114.09-115.06
(三) 學校物質環境	<p>1、充分建置安全校園環境，建築物及設備定時檢查並妥善維護，期待學生在校活動、運動使用安全。</p> <p>2、安全的飲水設備。</p> <p>3、佈告欄展示相關議題海報文宣。</p>	總務處	學務處	114.09-115.06
(四) 學校社會環境	<p>1、利用學生朝會及課間活動進行晨跑、快走等活動。</p>	學務處	總務處	114.09-115.06

	<p>2、星期二第二節下課時間，全校運動、籃球、跳繩時間。</p> <p>3、制定本校大跑步計畫，每節下課規劃不同年級學生跑步。</p> <p>4、體育組相關體育活動競賽執行。</p> <p>5、利用晨會時間進行學童健康成長85210宣導。</p> <p>6、相關闖關活動進行。</p> <p>7、網路相關議題填答。</p> <p>8、鼓勵多喝白開水，禁止校園含糖飲料</p>			
(五)健康服務	<p>1、定期舉行學童身高、體重篩檢，並發給通知單。</p> <p>2、統計篩檢結果以了解學生體重不良狀況、身高生長遲緩情形，造冊列管，聯繫家長務必帶給醫師檢查。</p> <p>3、提供親師生健康體位相關資料及訊息。</p>	健康中心	學務處 教務處 輔導室	114.09- 115.06
(六)學校社區關係	<p>1、利用親職教育講座辦理各項學校衛生政策宣導。</p> <p>2、和衛生所配合-戒糖涼活動、棒球隊減重培訓活動。</p> <p>3、和區公所、灣裡文史協會合作鯤喜灣</p>	學務處	輔導室 教務處	114.09- 115.06

	文化季-食農活動。			
--	-----------	--	--	--

四、菸檳防制

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一) 健康學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。 2、政策： (1) 將菸檳防制納入學校校務計畫並訂定執行計畫。 (2) 實施全校園內菸檳防制宣導。	學校健康促進委員會		114.08
(二) 健康教學與活動	1、將菸檳防制議題融入教學活動中。 2、加強電子煙危害認知教學 3、推動戒菸教育，未滿20歲吸菸學生，應令其接受戒菸教育2小時。	教務處	教學組	114.09- 115.06
(三) 學校物質環境	1、校門口張貼拒菸檳標誌。 2、社區人士活動區加強張貼宣導。 3、佈告欄展示相關議題海報文宣。 4、學校於網頁提供相關資訊。 5、不定時發送通知單跟家長宣導。	總務處	學務處	114.09- 115.06
(四) 學校社會環境	1、教師晨會宣導菸檳危害，配合推展工	學務處	總務處	114.09- 115.06

	<p>作。</p> <p>2、訂定菸檳防制宣導週。</p> <p>3、健康促進學藝（海報、標語）競賽。</p> <p>4、健康促進有獎徵答。</p> <p>5、升旗活動時宣導菸檳危害，鼓勵學生勸導家長戒菸檳和拒抽二手菸。</p> <p>6、相關闖關活動進行。</p>			
(五) 健康服務	1、提供親師生菸檳防制相關資料及訊息。	健康中心	學務處 教務處 輔導室	114.09- 115.06
(六) 學校社區關係	<p>1、衛生所配合學校宣導菸檳防制。</p> <p>2. 利用親職日辦理各項學校衛生政策宣導。</p> <p>4. 衛生所針對老師做週三菸檳防制研習活動。</p>	學務處	輔導室 教務處	114.09- 115.06

五、全民健保(含正確用藥)

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一) 健康學校政策	<p>1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。</p> <p>2、政策：將全民健保(含正確用藥)納入學校校務計畫並訂定執行計畫。</p>	學校健康促進委員會		114.08
(二) 健康教學與活	1、將全民健保(含正確用藥)議題融入課	教務處	教學組	114.09- 115.06

動	程教學。			
(三)學校 物質環境	1、佈告欄展示相關議題海報文宣。 2、學校於網頁提供相關資訊。 3、不定時發送通知單(校刊)跟家長宣導-詢問藥師電話等資訊。	總務處	學務處	114.09- 115.06
(四)學校 社會環境	1、實施全校全民健保(含正確用藥)議題防制宣導。 2、相關闖關活動進行。 3、針對六年級生，做正確用藥影片宣導。 4、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-正確使用處方籤、指示藥與成藥」、「正確使用止痛藥」納入推動重點。 5、網路相關議題填答。	學務處	總務處	114.09- 115.06
(五)健康 服務	1、提供親師生全民健保(含正確用藥)相關資料及訊息。	健康中心	學務處	114.09- 115.06
(六)學校 社區關係	1、社區藥師(欣昌藥局)協助宣導用藥安全。 2、派出所反毒、預防藥物濫用宣導。	學務處	輔導室 教務處	114.09- 115.06

六、性教育(含愛滋病防治)

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
------	--------	------	------	------

(一)健康 學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。 2、政策：將性教育(含愛滋病防治)納入學校校務計畫並訂定執行計畫。	學校健康 促進委員 會		114.08
(二)健康 教學與活 動	1、將性教育(含愛滋病防治)議題融入課程教學。	教務處	教學組	114.09- 115.06
(三)學校 物質環境	1、充分建置安全校園環境，建築物及設備定時檢查並妥善維護，期待學生在校活動安全。 2、繪製校園危險地圖並張貼告示，避免學生逗留。 3、提供友善校園環境，支持反霸凌、反性騷擾。 4、佈告欄展示相關議題海報文宣。	總務處	學務處	114.09- 115.06
(四)學校 社會環境	1、實施全校性教育(含愛滋病防治)議題防制宣導。 2、衛生所到校宣導六年級性教育(含愛滋病防治)。 3、相關闖關活動進行。	學務處	總務處	114.09- 115.06
(五)健康 服務	1、提供親師生性教育(含愛滋病防治)相關資料及訊息。	健康中心	學務處	114.09- 115.06
(六)學校	1、利用親職教育講座	學務處	輔導室	114.09-

社區關係	辦理各項學校衛生政策宣導-愛滋病防治宣導影片。		教務處	115.06
------	-------------------------	--	-----	--------

七、正向心理健康促進

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一) 健康學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。 2、政策：將心理健康教育納入學校校務計畫並訂定執行計畫。	學校健康促進委員會		114.08
(二) 健康教學與活動	1、心理健康教育議題融入課程教學。 2、心理健康教育議題配合相關市級比賽（如畫圖、作文…等比賽）教學。	教務處	教學組	114.09-115.06
(三) 學校物質環境	1、建置專屬諮商室-提供學童舒適、隱私、安全的空間。 2、相關海報張貼宣導。	輔導室	總務處	114.09-115.06
(四) 學校社會環境	1、辦理心理健康教育宣導。 2、定期辦理校園生活問卷輔導計畫。 3、針對校園生活問卷結果，輔導老師介入輔導。 4、於學生朝會時進行宣導心理健康重要性。 5、健康中心走廊及川	學務處	輔導室	114.09-115.06

	堂布置相關資訊。			
(五) 健康服務	1、支持教職員工生心理健康諮詢需求。 2、協助尋求支援。	健康中心	學務處	114.09- 115.06
(六) 學校社區關係	1、辦理親職講座-從阿德勒心理學聊親子間的角色與互動。 2、與醫療院所合作到校進行衛生教育宣講，關心學生的心理健康與諮詢。	輔導室	學務處	114.09- 115.06

八、安全教育與急救

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦處室	工作時程
(一) 健康學校政策	1、組織：學校健康促進委員會召開定期會議決議執行健康政策，檢討得失，評估成效。 2、政策：將安全教育與急救納入學校校務計畫並訂定執行計畫。	學校健康促進委員會		114.08
(二) 健康教學與活動	1、安全教育與急救議題融入課程教學。 2、每年定期辦理五年級急救訓練課程。	教務處	教學組	114.09- 115.06
(三) 學校物質環境	1、建立校園危險地圖-提升學童安全意識 2、充分建置安全校園環境，建築物及設備定時檢查並妥善維護。	總務處	學務處	114.09- 115.06
(四) 學校社會環境	1、建立緊急救護體系。 2、辦理防災訓練。	學務處	總務處	114.09- 115.06

	<ul style="list-style-type: none"> 3、辦理教職員工研習。 4、於學生朝會時進行宣導校園安全重要性。 5、定期辦理安全教育及急救宣導。 6、健康中心走廊布置相關資訊。 7、相關闖關活動進行。 8、網路相關議題填答。 			
(五)健康服務	<ul style="list-style-type: none"> 1、特殊疾病學生及健檢異常個案追蹤等，隨時掌握教職員工生健康需求，主動服務。 2、緊急傷病處理。 3、定期辦理五年級急救訓練課程。 4、每年度協助辦理教師換證。 	健康中心	學務處	114.09-115.06
(六)學校社區關係	<ul style="list-style-type: none"> 1、班親會活動宣導安全急救教育措施及其重要性，期許家長配合學校政策(例如交通安全、水域安全等)，關心小朋友的安全、健康。 2、衛生所協助辦理CPR研習。 3、教育局辦理教師CPR研習。 	學務處	輔導室 教務處	114.09-115.06

五、人力配置：學校健康促進計畫人力配置與計畫工作職掌：

計畫職稱	姓名	單位及職稱	在本計畫之工作項目
召集人	謝辰育	校長	研擬並主持計畫

副召集人	陳鳳桂	學務主任	督導計畫執行，並協助行政協調
副召集人	康家玲	教務主任	督導計畫執行，並協助行政協調
承辦人	陳柔樺	衛生組長	督導計畫執行，並協助行政協調，彙整報告撰寫
	李佳玲	護理師	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
教學課研組	組長： 林世昌 組員： 杜美芳 賴玥伶 曾琦椀 吳宜芳 謝宛真 黃怡婷	體育組長 健康與體育領域 教師 教師	1. 健康促進課程訂定及推動。 2. 督導相關議題教學進行。 3. 健康促進教育融入教學及資訊設備配合。 4. 建構健康促進學校教學及活動網站。 5. 教案設計、實施及成果彙整 6. 研發健康促進學校相關課程
行政輔導組	組長： 楊峻澧 組員： 吳宜芳 杜美芳	生教組長 綜合領域教師 生活領域教師	1. 協助召集會議及督導小組任務之推行。 2. 策劃辦理相關健康促進活動 3. 健康促進教育之輔導業務及文宣推展。 4. 學童健康檢查體適能統計及分析。 5. 健康促進學校成果彙整。
總務組	組長： 呂佩芬 組員： 陳慧琪 林雅誼	總務主任 事務組長 會計主任	1. 校園健康促進學校環境規劃與執行。 2. 協助健康促進學校環境建置與活動執行。 3. 健康促進學校教育經費管理及核銷。
資源組	組長： 包雅文 組員： 林富蔭 林子裕	輔導主任 家長代表 學生代表	1. 提供健促各大議題諮詢。 2. 辦理社區健康促進營造活動 3. 提供健康促進相關活動資源 4. 協助整合社團人力及推展健康促進活動 5. 協助辦理學生需求評估與活動及協助級務與行政單位之聯繫

六、預定進度

教學執行內容及進度

執行項目		預定執行月份											
規劃 要項	推動內容	115 年											
		08	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07
規劃 學校 相關 組織	1、成立學校衛生委員會。												
	2. 組織「校園緊急救護小組」。												

- 3、結社區資源及家長會共同營造營造無菸校園、拒絕二手菸之學校環境。
- 4、口腔、視力不良矯治率能維持 95%以上。
- 5、教職員工生可做到午餐餐後潔牙運動執行率達 95%

八、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	降低 0.2%以上
		裸視視力不良惡化率	6.5%以下
		視力不良就醫率	達 95%以上
	地方指標	規律用眼3010達成率	達 80%以上
		戶外活動120達成率	達 80%以上
		下課淨空率	達 80%以上
		3C少於1達成率	達 80%以上
口腔保健	部頒指標	未治療齲齒率	降低 1%以上
		齲齒複檢率	達 95%以上
		國小四年級學生窩溝封填施作率	提升 1%以上
	地方指標	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)潔牙比率	達 90%以上
		學生睡前潔牙比率	達 90%以上
		學生在學校兩餐間不吃零食比率	達 80%以上
		學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	達 80%以上
健康體位	部頒指標	學生體位過輕比率	降低 1%以上
		學生體位適中比率	提升 1%以上
		學生體位過重比率	降低 1%以上
		學生體位肥胖比率	降低 1%以上
	地方指標	學生運動量達成率	達 80%以上
		學生一日蔬菜建議量達成率	達 80%以上

全民健保 (含正確用藥)	地方 指標	對全民健保正確認知比率	達 80%以上
		珍惜全民健保行為比率	達 80%以上
		遵醫囑服藥率	達 95%以上
		不過量使用止痛藥比率	達 95%以上
		使用藥品前看清藥袋藥盒標示率	達 95%以上
菸檳 防制	部頒 指標	無菸校園率	達 100%
		無檳校園率	達 100%
	地方 指標	學生吸菸率	2.3%以下
		學生嚼檳率	1.4%以下
		學生電子煙使用率	1.3%以下
		學生參與菸害防制教育比率	達 90%以上
		學生參與檳榔防制教育比率	達 90%以上
		校園二手菸暴露率	6%以下
		吸菸學生參與戒菸教育比率	達 100%
		嚼檳學生參與戒檳教育比率	達 80%以上
性教育 (含 愛滋 病防 治)	地方 指標	性知識正確率	達 85%以上
		性態度正向率	達 80%以上
		接納愛滋感染者比率	達 85%以上
		性危險知覺比率	達 80%以上
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。	1 場次
		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%

九、獎勵：每學年計畫後，辦理本案有功人員，陳請依權責敘獎。

十、本計畫經校務會議通過後實施，修正時亦同。

承辦人

教師兼
衛生組長 陳柔樺

教務主任

教師兼
教務主任 康家玲

校長

省射國民小學
校長 謝辰育

護理師

護理師 李佳玲

學務主任

教師兼
學務主任 陳鳳桂

總務主任

教師兼
總務主任 呂佩芬

輔導主任

教師兼
輔導主任 包雅文

人事主任

人事室
主任 侯勇冲