

臺南市安平區新南國民小學114學年度健康促進學校計畫

一、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
- (三) 臺南市政府教育局中華民國114年8月15日南市教安(二)字第1141157315號

二、計畫摘要：

本校113學年度推動健康促進學校議題具體執行成效如下：

- (一) 視力保健：推動視力保健各項措施，視力不良就醫率為96.05%。
- (二) 口腔衛生：落實餐後潔牙及含氟漱口水使用，齲齒複檢率為85.71%。
- (三) 健康體位：體位適中比率達65.27%。
- (四) 菸(檳)防制：全校維持0%吸菸人數。
- (五) 正確用藥：網路問卷填答遵醫囑率達100%。
- (六) 全民健保：網路問卷填答對全民健保正確認知率達90%。

安全教育與急救：每日平均受傷人數13.2人/日。

三、背景說明：

本校位處於市區的學校，鄰近市政府，是一所中型學校，國小部班級數共24班，其中一~六年級每學年4班；幼兒園有5班，學生數約770人左右，編制內教職員工約68人。學區家長大都為雙薪家庭，工作繁忙，放學後接著至安親班，造成戶外活動機會減少，健康生活型態的相關知識還有待加強與提升。每日平均受傷人數13.2人/日，較111學年度12.0人/日，有增加了0.4人/日，顯示學生安全教育層面仍須再加強。

鑒於學校健康問題漸趨多元與複雜，積極結合學校、家長與社區資源更顯重要，期透過發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，提升全校師生的健康素養，並以主動積極的態度落實自我健康管理，強化實踐健康的生活技能。請針對學校現況及議題需求評估，說明議題推動的脈絡，含學校健康問題分析、在地化特色及推動議題重點。

參考「學生健康資訊系統」之「學校回饋系統」統計數據(如下表1~表7)，建立以學校為本位之「學生健康資訊管理系統」，並將資料加以處理、分析，藉以評估校本健康問題，以作為未來評價指標計畫擬定策略參考。

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
一年級(%)	12.26	19.81	6.48	12.04	9.62	12.50
二年級(%)	20.95	28.57	24.53	30.19	22.22	23.15
三年級(%)	37.04	46.79	33.33	38.10	42.45	50.94
四年級(%)	49.07	54.63	50.46	53.70	37.74	40.57
五年級(%)	52.83	57.55	54.63	58.33	62.39	66.06
六年級(%)	66.37	67.26	66.04	67.92	59.26	63.89
全校平均值(%)	40.09	46.06	39.25	43.37	39.16	43.06
惡化率(%)	11.57	11.59	11.34	8.35	10.94	10.46
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

學年度/年級	111學年度	112學年度	113學年度
一年級(%)	9.26	30.5	20.95
四年級(%)	11.82	27.5	12.96
全校平均(%)	10.54	29.00	16.96
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		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(%)	7.41	7.41	11.61	7.14	12.50	9.62
二年級(%)	10.81	7.21	18.52	14.15	23.15	12.96
三年級(%)	10.38	6.60	11.11	8.49	16.98	13.21
四年級(%)	8.18	5.45	10.91	12.15	12.26	11.32
五年級(%)	7.48	5.61	8.33	3.70	11.01	11.01
六年級(%)	5.31	2.65	9.43	11.32	11.11	4.63
全校平均值(%)	8.24	5.80	11.66	9.46	14.51	9.98
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
一年級(%)	71.30	72.22	75.89	83.93	63.46	67.31
二年級(%)	73.87	77.48	66.67	71.70	64.81	72.22
三年級(%)	70.75	74.53	72.22	75.47	64.15	62.26
四年級(%)	68.18	70.00	70.91	63.55	67.92	68.87
五年級(%)	63.55	67.29	65.74	71.30	62.39	60.55
六年級(%)	62.83	65.49	66.98	63.21	62.96	67.59
全校平均值(%)	68.40	71.15	69.79	71.63	64.27	66.46
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		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(%)	12.04	14.81	7.14	3.57	10.58	12.50
二年級(%)	9.91	8.11	9.26	8.49	8.33	9.26
三年級(%)	8.49	9.43	9.26	9.43	10.38	16.04
四年級(%)	11.82	15.45	8.18	13.08	10.38	14.15
五年級(%)	14.95	13.08	11.11	11.11	13.76	12.84
六年級(%)	14.16	17.70	8.49	9.43	8.33	12.96
全校平均值(%)	11.91	13.13	8.90	9.15	10.30	12.95
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
一年級(%)	9.26	5.56	5.36	5.36	13.46	10.58
二年級(%)	5.41	7.21	5.56	5.66	3.70	5.56
三年級(%)	10.38	9.43	7.41	6.60	8.49	8.49
四年級(%)	11.82	9.09	10.00	11.21	9.43	8.49
五年級(%)	14.02	14.02	14.81	13.89	12.84	15.60
六年級(%)	17.70	14.16	15.09	16.04	17.59	14.81
全校平均值(%)	11.45	9.92	9.66	9.77	10.92	10.61
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	國小43.85	39.2	<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	國小92.12	國小96.42	96.05	<input type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" 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	10.7	<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	小一29.80 小四25.08	小一25.32 小四20.59	20.95 12.96	<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 小四86.91	小一96.96 小四94.13	100.0 85.71	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" 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 小四25.00	0.95 2.78	<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	國小10.10	9.98	<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	國小64.95	66.46	<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	12.95	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需 努力
	體位肥胖 率	國小12.27	國小13.25	10.61	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需 努力

114學年度本校健康促進學校議題，除了本市必選議題：「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)」及「性教育(含愛滋病)」、「正向心理健康」等七項，其中以「健康體位」為校本主要推動議題，另自選議題為「安全教育與急救」。

四、計畫內容：

六大範疇	校本策略	負責處室
(一) 學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立學校衛生健康促進計畫工作推動小組，組成跨處室團隊，結合社區相關團體，落實推動執行。 2. 依112學年度各項議題擬訂具體可行之目標與實施策略。 3. 將學校衛生與健康促進計畫項目納入學校行事曆及教學計畫，確實執行。 4. 訂校園防災教育週。 5. 召開健康促進學校推動委員會議；訂定計畫及各分工與進程規劃。 6. 規劃飲食體控班計畫。 	教務處 學務處 總務處 輔導室 健康中心
(二) 健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 強化健康中心功能，落實執行健康服務。 2. 建置『學校衛生與健康促進網頁』建立各議題的相關資訊，供師生、家長及社區民眾參考。 3. 每學期定期測量全校學生身高、體重、視力，並發給每位學生身高、體重、視力結果通知單。 4. 定期執行視力篩檢、立體圖的篩檢工作。藉校內視力保健工作之推展，養成學童視力保健正確愛眼習慣，減緩近視發生。 5. 配合健康檢查計畫持續性執行學生口腔健康管理及檢查。 6. 落實執行「規律用眼3010」及「天天戶外活動120」原則。 7. 擬訂餐後潔牙活動實施辦法，落實推動每天午餐後潔牙活動及每週二使用含氟水漱口活動。 8. 統計受傷學童人數、種類、部位與地點。 9. 建立學童特殊疾病個案管理，並知會導師及體育老師。 10. 追蹤矯治：整理及統計矯治回條，了解學生未就診原因，並鼓勵家長帶學生至合格醫療院所接受複檢與矯治。 11. 辦理視力保健、口腔衛生、菸(檳)防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病)等講座。 12. 提供學生、教師、志工及家長健康諮詢服務、相關知識。 13. 協助辦理教職員工急救訓練。 14. 落實傳染病疫情通報工作與防治。 15. 發展與社區、醫療院所、眼科、牙醫診所長期合作的關係。 16. 由營養師設計營養午餐，設置午餐營養食譜公告欄。 17. 定期結合紅十字會辦理急救與創傷訓練。 18. 辦理全校複合式防災演練。 	學務處 資訊組 健康中心

<p>(三) 教學課程和活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各項健康促進計畫議題融入教學，並辦理各項議題宣導活動。 2. 指導學生正確飲食習慣，推動營養教育。 3. 落實體育課及課外活動正常化。 4. 四至六年級體育課安排游泳課程。 5. 推動充足睡眠、均衡飲食、均衡營養建立正確的知識與行為。 6. 配合董氏推動「健康吃快樂動-健康飲食體位計劃」。 7. 寓教於樂，營養師定期辦理健康飲食闖關或手作活動。 8. 落實書包減重計畫。 	<p>教務處 學務處</p>
<p>(四) 學校社會環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 建立相互關懷、友善互動和諧環境及「學校一家庭」良好的關係。 2. 擁有堅強的支持團隊。 3. 依據校園安全管理計畫內容，定期進行檢核。 4. 落實傳染病疫情通報及防治工作。 5. 配合議題辦理相關學藝活動。 6. 辦理健康研習，聘請專家講座，提昇教師專業知能。 7. 鼓勵師生下課時，走出教室至戶外活動。 8. 定期舉辦辦理各項體育競賽及健身操比賽，提高參與率。 9. 成立多元運動社團，建立與培養學生運動知識及習慣。 10. 成立教師健康運動社團。 11. 規劃順暢且安全之上下學交通動線。 12. 規劃校園安全地圖。 	<p>教務處 學務處 總務處 輔導室 健康中心</p>
<p>(五) 學校物質環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校出入口及校園醒目處張貼無菸校園及禁止吸菸標示。 2. 提供無菸無毒校園，營造安全舒適優質的學習環境。 3. 充實運動設施及改善環境，適時維護風雨球場、網球場的環境。 4. 提供安全飲用水，每學年設置兩台飲水機，定時維護及更換飲水機濾芯。 5. 設立午餐廚房，由營養師設計食譜，提供健康營養的午餐。 6. 加強校園綠化美化，營造優質環境。 7. 加強環境佈置、充實教學設備及健康中心設備。 8. 贈送一年級新生每人一組牙刷及含氟牙膏。 9. 健康中心設置衛生棉，供女學生需要時索取。 10. 設置完善監視系統及保全系統，提供充足照明設備，夜間增設照明燈。 11. 教導兒童遊戲場遊戲規則。 12. 教職員工生每人一個防震頭套(帽)。 13. 轉角加裝防撞護條，加強防護學生活動時碰撞受傷之安全措施。 14. 定期檢測與維修學童遊戲及運動器材安全，設置欄杆或下方鋪設軟墊，讓學童或民眾使用更加安全。 15. 校園前後門口明顯處各設置一台 AED 自動體外心臟電擊去顫器，並定期維護。 	<p>總務處 學務處</p>

<p>(六) 社 區 關 係</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 整合學校內外及社區之人力、物力資源，共同推動健康促進議題。 2. 結合與衛生及醫療機構，提供學校教職員工及學生家長諮商與醫療服務。 3. 利用班親會、志工大會、家長代表大會宣導健康促進各項議題重要性，學校作法及家長配合事項。 4. 利用聯絡簿或夾頁，向家長宣導健康促進各項議題重要性，學校作法及家長配合事項。 5. 開放校園公共空間，提供社區民眾運動。 8. 與衛生單位或民間團體合辦視力保健、口腔衛生、健康體位、菸〈檳〉防制、用藥安全〈含全民健保〉等講座。 9. 結合社區施巴與華歌爾教育專員、聖教會共同辦理性教育(含愛滋病)講座。 10. 成立社區愛心服務商店，協助學童安全維護。 11. 與轄區消防隊、警政、紅十字會形成夥伴關係，不定期進行安全教育與災害宣導。 12. 招募學校志工及引進社區導護志工，協助上下學交通指揮。 	<p>教務處 學務處 總務處 輔導室 健康中心</p>
------------------------------------	--	---

五、人力配置：

職稱	姓名	原職務	工作職掌
主任委員	魏萬能	校長	綜理、主持計畫，協助行政協調與資源整合。
副主任委員	謝易達	家長代表	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	林姿蓉	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，行政協調。
副主任委員	郭智晉	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	林有倫	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	李季儒	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	潘建億	會計主任	相關經費規劃核銷。
總幹事	閻芊樺	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	鄭惠雯	護理師	協助計畫執行。
委員	胡文彬	資訊組長	健康促進學校網頁製作及維護。
委員	劉志良	健康與體育領域教師	體適能評估，融入教學及活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫。
委員	葉文玲	綜合領域教師	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫。
委員	黃芊文	一年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	蕭毓榕	二年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	林宏錦	三年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	吳佳璇	四年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	莊皓閔	五年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	楊玉茹	六年級學年主任	協助學年健康促進學校計畫執行，學年之資源整合，協助行政協調。
委員	李麗惠	志工團代表(團長)	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。
委員	張芯瑜	學生代表(自治市小市長)	提供學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫

六、 預定進度：

月 次	第 1 月	第 2 月	第 3 月	第 4 月	第 5 月	第 6 月	第 7 月	第 8 月	第 9 月	第 10 月	第 11月	第 12月
1. 召開健康促進委員會會議	■						■					
2. 組成健康促進工作團隊	■											
3. 進行現況分析及需求評估		■										
4. 決定目標及健康議題			■									
5. 擬定學校健康促進計畫				■	■	■						
6. 編製教材及教學媒體				■	■	■						
7. 建立健康網站與維護	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
8. 擬定過程成效評量工具			■	■	■							
9. 成效評量前測				■								
10. 執行健康促進計畫								■	■	■	■	■
11. 過程評量								■	■	■	■	■
12. 成效評價後測									■			
13. 資料分析										■	■	■
14. 報告撰寫										■	■	■

七、 評價方法：

配合計畫執行來進行過程評價，並於計畫執行前後收集前後測資料以評估計畫成效，茲說明如下：

(一) 過程評價：

1. 根據活動紀錄單、輔導團訪視、活動成果報告，提出優缺點及建議事項，做為實施策略調整之參考。
2. 建置「新南國小健康促進資訊網」：提供資訊平臺將執行過程資料、成果照片等上傳分享經驗。

(二) 結果評價：

1. 將年度執行相關資料編輯成輔導紀錄表及成果。
2. 將執行計畫前進行議題相關之前測分析，並於計畫執行完成後進行後測分析，以前後比較呈現實施成效。
3. 針對未達成或難以實施之策略，探索原因，做為下一年度改善之策略。

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	
		視力不良就醫率	維持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90%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	提高至90%以上
		國小四年級學生窩溝封填施作率	提高1%以上
	地方	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過	達90%以上

	指標	1000ppm)潔牙比率	
		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90%以上
		國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	達50%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	學生飲水量達成率	達90%以上
		學生睡眠時數達成率	達90%以上
		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90%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	0%
		學生嚼檳率	0%
		學生電子煙使用率	0%
		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

		校園內二手菸暴露率	0%
		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	0%
性教育 (含 愛滋 病防 治)	地方 指標	性知識正確率	達80%以上
		性態度正向率	達80%以上
		接納愛滋感染者比率	達80%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	國小無施測正向心理問卷
		心理健康正向態度率	國小無施測正向心理問卷
		心理健康自我效能比率	國小無施測正向心理問卷

九、本計畫經校務會議通過後實施，修正時亦同。

衛生組長

教師兼衛生組長 閻芊樺

學務主任

教師兼學務主任 林姿蓉

校長

臺南市安平區 河南國民小學校長 魏萬能