

臺南市安慶國小 114 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫標題：臺南市安慶國小 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

(二) 臺南市 114 學年度健康促進學校實施計畫

三、計畫摘要：

本校 114 學年度健康促進學校，分二階段進行，第一階段成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序；第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，建立健康的生活型態，進而提升健康品質，其近一年之體成效為：

本校 114 學年度健康促進學校計畫，其執行策略，主要包括教育層面及政策層面。教育層面運用之策略主要融入課程、配合親職教育活動及多元媒體傳播，以增進學校成員之健康知覺、知識、態度、價值觀、技能並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升身體、心理、情緒及社會之全人健康狀態；政策層面運用之策略主要為訂（修）定相關規定、強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

四、背景說明：

本校位於台南市安南區。學校社區含商業區、文教區及舊住宅區，是屬於都會型學校。校園面積 2.95 公頃，班級數小學部 50 班、特教部 4 班、幼稚園 4 班，學生數 1374 人。其中單親家庭、隔代教養、外籍配偶、中低收入戶、低收入戶等弱勢家庭有增無減，這些弱勢家庭較無法提供學生完善的照顧。

現階段本校教師年齡平均約 40 歲，教學經驗豐富，但隨著國人對健康生活品質的提升，對於自身和學生健康等議題應多注重，除了鼓勵教師多涉略相關健康知識外日後學校或市府舉辦相關的研習進修，或是相關健康促進會隨時提供全面性的相關資料，都是提升教師教學品質和增進輔導學生健康生活的方法。另外透過學校課程規劃及整體性的活動，將健康議題融入教學中，讓學生從參與中獲得健康的概念，養成促進健康的生活習慣，獲得健康的正確知識。

全校 113 上學年學生裸視視力不良率 43.8，就醫率 92.4%，下學年學生裸視視力不良率 52.18，就醫率 87.3%；在口腔衛生方面，一年級學生未治療齲齒率 34.15%矯治率 88.57%，四年級學生齲齒率 31.17%、矯治率 97.4%；在健康體位方面，113 上學生體位過輕比率 10.58%，學生體位適中比率 61.58%，學生體位過重比率 11.89%，學生體位肥胖比率 15.89，113 下學生體位過輕比率 8.55%，學生體位適中比率 62.78%，學生體位過重比率 12.53%，學生體位肥胖比率 16.70%，健康體位方面體重適中率為增加但過胖的學生微幅增加，另就視力方面不良率在下學期有增多的趨勢得特別注意和關注，可能需要持續注意學生學校上課和學生回安親班上課課業是否增多，相對的壓縮到戶外活動的時間和無形中減少眼睛休息時間，雖然在視力保健及口腔衛生保健方面數字上學期顯示略

五、計畫內容：

主題	活動內容	參與對象	預期達成目標
學校衛生政策	<p>1.成立學校健康促進委員會，籌組健康促進學校計劃推行小組。</p> <p>2.透過委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定實施計劃並納入學校行事曆。</p> <p>3.組織「校園緊急救護小組」、建立「學生緊急傷病處理辦法」。</p> <p>4.實施各項衛教工作：</p> <p>(1) 實施下課教室淨空、在戶外活動或放鬆眼睛以降低近視發生率。</p> <p>(2) 定期口腔檢查、提高齲齒矯治率。</p> <p>(3) 加強學童餐後潔牙及含氟漱口水活動。</p> <p>(4) 建立無菸校園環境及舉辦菸害防制宣導活動。</p> <p>(5) 藥物濫用防制宣導教育活動。</p> <p>(6) 提供學生均衡營養之午餐，並實施每週一蔬食，供應有機蔬菜；且不定期檢查午餐廚房。</p> <p>(7) 加強學生衛生習慣以防止生病互相感染</p> <p>5.建立學生個人健康檔案：</p> <p>(1) 每學期實施學生健康檢查(身高、體重、視力)、建立資料檔案並做追蹤矯治。</p> <p>(2) 生長遲滯學生追蹤。</p> <p>(3) 特殊疾病學生之建檔及照護。</p> <p>(4) 傳染病管制及照護。</p> <p>6.健康教育課程及活動：</p> <p>(1) 將相關議題融入「健康與體育」課程及相關學習領域中。</p> <p>7.建立健康安全的校園環境：</p> <p>(1) 開放學校運動場等運動設施，以提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。</p> <p>(2) 定期檢查各項校園設施並進行維護工作。</p> <p>(3) 建構完善、安全的校園學習環境、以減低學生傷害率。</p> <p>(4) 飲水、用水安全無虞。</p> <p>(5) 建立無菸、無毒校園環境。</p>	<p>◎ 全校教職員工</p> <p>◎ 健促小組成員</p>	<p>1.全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。</p> <p>2.善用校園或社區資源，有效進行健康促進學校活動。</p> <p>3.增進社區民眾對學校的認同感並產生共識，凝聚健康促進學校推展共識</p>

	<p>(6) 營造健康、環保、永續的校園環境，與社區共享健康舒適多元的校園。</p> <p>8. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。</p> <p>9. 體適能教育、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念：</p> <p>(1) 每年實施學生體適能檢測並培養學生運動知能及促進運動習慣。</p> <p>(2) 舉辦校際及班級體育對抗賽、辦理運動會。</p> <p>(3) 提倡教職員工課後運動休閒活動</p> <p>(4) 實施四、五、六年級晨間運動。</p> <p>10. 營造並建立校園良好的精神環境：</p> <p>(1) 建立學校良好的人際互動關係，塑造優質、和諧的校園文化。</p> <p>(2) 營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境，以提昇教職員工心理的健康質量。</p> <p>(3) 提供有需要的學生適當的協助。</p> <p>10. 建立「學校一家庭」良好關係：</p> <p>(1) 藉由開學初舉辦的親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之精神和內涵。</p> <p>(2) 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。</p> <p>(3) 學校與家庭建立友好的互動關係。</p>		
口腔衛生	<p>1. 實施健康檢查（一、四年級）。</p> <p>2. 異常追蹤矯治。</p> <p>3. 配合健體課程實施口腔衛生教學。</p> <p>4. 舉辦宣導活動：</p> <p>(1) 口腔衛生宣導、推廣餐後潔牙及含氟漱口水活動，聯絡簿設置美齒寶寶，鼓勵餐後、睡前潔牙，並請家長督促簽名，期末頒發獎狀。</p> <p>(2) 張貼懸掛海報圖片。</p> <p>(3) 親職座談會宣導。</p> <p>5. 實施牙齒保健各項藝文比賽及宣導活動</p> <p>6 導師及健康科任課程導入牙齒保健宣導</p> <p>7 自治市團隊下課廣播宣導</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎衛生組長</p> <p>◎護理師</p> <p>◎健康任課教師</p> <p>◎導師</p>	<p>1. 增加學童的保健常識及養成良好的衛生習慣。</p> <p>2. 降低學童齲齒率。</p> <p>3. 提高齲齒學童的矯治率。</p> <p>4. 營造全校重視口腔衛生氛圍。潔牙保健觀念深植親師生心中並落實於生活。</p>
視力保健	<p>1. 每學期視力檢測並追蹤矯治。</p> <p>2. 舉辦宣導活動：</p> <p>(1) 視力保健專題演講。</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎教務處</p>	<p>1. 增加學童的視力保健常識及養成良好的衛生習慣。</p>

	<p>(2) 親職座談會宣導。 (3) 張貼懸掛海報圖片。 3. 聯絡簿設置愛眼寶寶，鼓勵下課教室淨空到戶外活動。 4. 異常追蹤矯治。 5. 實施打擊惡視力各項藝文比賽及宣導活動 6 導師及健康科任課程導入視力保健宣導 7 自治市團隊下課廣播宣導</p>	<p>◎ 事務組 長 ◎ 衛生組 長 ◎ 護理師 ◎ 自治市 團隊 ◎ 健康任 課教師 ◎ 導師</p>	<p>2. 降低學童視力不良罹患率。 3. 提高視力不良學童的矯治率。 4. 建立有益視力健康的學習環境。 5 視力保健觀念深植親師生心中並落實於生活。</p>
<p>健康體位</p>	<p>1. 配合健康體適能與飲食教育計畫力行體適能教育、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念： (1) 每年實施學生體適能檢測並培養學生運動知能及促進運動習慣。 (2) 舉辦校際及班級體育對抗賽、辦理運動會。 (3) 測量學生體適能，統計金質、銀質、銅質獎人數，教導學生如何促進體適能。 (4) 提倡教職員工課後運動休閒活動。 (5) 體能促進：四~六年級晨間慢跑運動。 (6) 大跑步計畫提高班級運動的習慣 2. 全校體位不良學童前後測。 3. 提供均衡營養之午餐： 由營養師設計學校午餐，內容依據「學校午餐食物內容及營養基準」調配衛生、安全、營養並符合均衡飲食為原則。 4. 舉辦各項營養宣導活動： (1) 營養櫥窗宣導。 (2) 多喝白開水、早餐一定要吃、均衡飲食、健康體位等。 (3) 張貼懸掛海報圖片。 (4) 親職座談會宣導。 5. 健康教育課程及活動： (1) 針對 BMI > 24 學生施以營養教育 (2) 針對體位異常學童 (過輕或超重) 發下通知單請家長選擇適合飲食及運動。 (3) 針對體位異常學童 (過重或超重) 成立體重減重班。 (3) 配合課程，進行飲食教育。設置</p>	<p>◎ 健促小 組成員 師 ◎ 學務主 任 ◎ 體育組 長 ◎ 衛生組 長 ◎ 護理師 ◎ 體育任 課教師 ◎ 營養午 餐執秘 ◎ 健康任 課教師 ◎ 導師</p>	<p>1. 從小養成健康的觀念與知識，形成預防性的健康行為。 2. 養成良好的飲食習慣及自我監控體重的行為能力。 3. 提高親師生學生運動興趣並養成運動習慣。</p>

	<p>體育回家作業，鼓勵每日運動 30 分鐘，請家長督促並簽名。</p> <p>6.營養諮詢： 由健康中心轉介特殊飲食或疾病學童及家長，例如：糖尿病童、血脂異常學童、肥胖...等，進行營養諮詢及追蹤。</p>		
菸及檳榔防制	<p>1.辦理學生教育宣導演講。</p> <p>2.加強環境佈置及充實教育教學設備。</p> <p>3.輔導教師、員工、家長勿在校園抽煙及吃檳榔。</p> <p>4.舉辦各項教育宣導： (1) 辦理防菸拒檳宣導、朝會演講活動。 (2) 提供各班宣導影片，利用彈性課程時間觀賞。 (3) 張貼懸掛圖片海報。</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎衛生組長</p> <p>◎自治市團隊</p> <p>◎健教任課教師</p> <p>◎導師</p>	<p>1.營造無菸校園環境。</p> <p>2.建立拒抽二手菸觀念。</p> <p>3.全校親師生認識菸害及鼻咽癌。</p> <p>4.能評估菸、酒、檳榔、及成癮藥物對個人及他人的影響並能拒絕其危害。</p>
學生藥物濫用防制	<p>1.融入健體、社會領域課程。</p> <p>2.舉辦宣導活動。 (1) 學生藥物濫用防制宣導活動。 (2) 張貼懸掛海報圖片。 (3) 親職座談會宣導。</p> <p>3.建立社區健康維護網絡。</p> <p>4.反毒種子老師入班宣導</p> <p>5.各班自行反毒宣導</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎衛生組長</p> <p>◎自治市團隊</p> <p>◎健教任課教師</p> <p>◎導師</p>	<p>1.認知「藥物不可濫用」。</p> <p>2.勇敢向毒品 say no。</p>
全民健保含正確用藥	<p>融入課程教學。</p> <p>利用各種集會宣導。</p> <p>張貼海報宣導。</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎衛生組長</p> <p>◎自治市團隊</p> <p>◎健教任課教師</p> <p>◎導師</p>	<p>1.深化教師用藥安全教育概念，落實於教學。</p> <p>2.提升親師生正確用藥觀念。</p> <p>3.培養親師生健康的生活態度與價值觀。</p>
性教育含愛滋病防治	<p>1.相關性教育融入教學課程。 低年級：自我保護。 中年級：身體自主權。 高年級：認識青春期及愛滋防治。</p> <p>2.舉辦宣導活動。 (1) 性教育及愛滋病防治宣導。 (2) 張貼懸掛海報圖片。</p>	<p>◎健促小組成員</p> <p>◎衛生組長</p> <p>◎自治市團隊</p> <p>◎健教任課教師</p> <p>◎導師</p>	<p>1.學生對於自我保護的認知。</p> <p>2.學生對於愛滋防治認知有初步的瞭解。</p>

<p>安全教育與急救</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 建立事故傷害防制與緊急救護體系。 2. 遊戲器材暨運動設施檢查及使用宣導。 3. 定期檢查維修校園建築設備。 4. 六年級安全教育與急救教學。 5. 安全教育與急救融入領域教學。 6. 加強交通安全教育與管理措施。 7. 實施游泳教學加強自救能力。 8. 辦理教職員及學生防災訓練。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 健促小組成員 ◎ 衛生組長 ◎ 自治市團隊 ◎ 健教任課教師 ◎ 導師 	<p>1. 建構完善、安全的校園學習環境。</p>
<p>心理健康促進</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 集會宣導 2. 海報宣導 3. 週3教師進修研習宣導 4. 進行相關防治活動 5. 融入相關活動 6. 正向心理健康議題宣導活動 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 健促小組成員 ◎ 衛生組長 ◎ 自治市團隊 ◎ 健教任課教師 ◎ 導師 	<p>師生能維持心理健康</p>

六、健康促進委員會：

計畫職稱	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	校長	研擬並主持計畫，督導計畫執行
協同主持人	學務主任	研究策畫，督導計畫執行，並協助行政協調，彙整報告撰寫
協同主持人	教務主任	研究策畫，督導計畫執行，並協助學校行政資源之協調聯繫
協同主持人	總務主任	研究策畫，督導計畫執行，並協助社區及學校資源之協調聯繫
協同主持人	輔導主任	研究策畫，督導計畫執行，並協助社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	生教組長	規劃並推動學生校園生活教育及相關安全教育宣導
研究人員	衛生組長	活動策略設計及效果評價
研究人員	體育組長	體適能評估，活動策略設計及效果評價。
研究人員	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，協助安全教育推廣教學
研究人員	營養師	營養狀況及需求評估，協助指導學童健康飲食
研究人員	學年主任	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	家長代表	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(自治小市長)	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（以甘特圖規劃）：

月次 工作項目	114年 8-10月	114年 11-12月	115年 1-2月	115年 3-4月	115年 5-7月
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.編製教材及教學媒體		■	■	■	
6.建置與維護健康資源中心		■	■	■	■
7.擬定過程成效評價工具		■	■		
8.成效評價前測	■				
9.執行健康促進計畫(專業知能訓練)		■	■	■	■
10.執行健康促進計畫(環境建置)		■	■		
11.執行健康促進計畫(體位、口腔)		■	■	■	■
12.執行健康促進計畫(教學活動)		■	■	■	■
13.過程評量			■	■	
14.成效評價後測				■	■
15.資料分析					■
16.報告撰寫					■
17.核銷處理				■	■

八、評價方法：

(一)學校衛生政策

- 1.成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，將推行策略及活動期程排入學校行事曆，融入各年級領域教學。
- 2.健康中心和衛生組為專責單位，相互配合完成學校衛生相關業務。
- 3.各項計畫列入學校年度重要行事確實執行。

(二)個人健康教學與活動

- 1.培養學生正確健康飲食觀念。
- 2.學校體育教學課程設計多元且趣味化，成立各類體育運動社團校隊，期使學生能熱愛運動養成運動習慣

(三)健康服務

- 1.定期身高體重測量、舉辦營養教育及健康教育宣導。
- 2.訂定各年級適合運動項目並固定每星期進行活動、舉辦各年級運動比賽。
- 3.一、四年級健康檢查、體位不良學生家長衛教宣導。

(四)學校物質環境

- 1.建置健康安全校園環境，設置充足運動空間與多樣器材，遊戲區定期安檢。
- 2.建置校園好望角，結合藝術、人文、健康、科技，提供休憩與舒適空間。
- 3.每學期把各項體育活動融入課程中，並舉辦各項比賽如新式健康操、樂樂棒球、籃球球賽、排球球賽、跳繩比賽、慢跑獎勵等。
- 4.推動衛生保健工作，增進學童保健知識，養成正確衛生習慣。
- 5.推動健康蔬食餐，午餐每週一次蔬果餐。

(五)學校社會環境

- 1.定期辦理清淨家園，社區大掃除。
- 2.護理師辦理社區衛教宣導。
- 3.結合社區做反毒宣導。

(六)社區關係

- 1.提供場地供社區民眾運動。
- 2.落實「無菸校園」，廣設禁菸標誌及實施禁菸宣導教育。
- 3.辦理一年一度學校暨社區聯合運動大會。
- 4.辦理一年一度學校暨社區跳蚤市場。
- 5.每學期辦理親師懇談會
- 6.辦理新生闖關遊戲
- 7.辦理親師生各項體育和戶外踏青聯誼活動

依實作及動態評量方式進行評量評價：

項 目	做到 90%以上 5 分 做到 80% — 4 分 做到 70% — 3 分 做到 60% — 2 分 做到 60%以下 1 分
(一) 學校衛生政策	
1.組織健康促進推行小組。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.校長、教職員工、學生、家長、社區醫療資源。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.各行政單位溝通協商。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
4.以不同的健康議題訂定各項子計畫。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.組織考評小組。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
6.彙整本計畫成果報告資料、看版、簡報。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
得分小計	
(二) 健康教育課程及活動	
1.融入各科教學，設計有關視力保健、無菸拒檳、口腔衛生、傳染病防治、正確用藥等之教學與活動。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.辦理無菸拒檳、健康飲食等教師知能研習活動。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.舉辦無菸拒檳、視力保健等藝文活動競賽。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
4.洽請衛生所進行菸毒及傳染病預防宣導。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.配合運動會、親職教育日等校內大型活動，辦理傳染病、正確用藥等健康議題宣導。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
6.印製反菸毒、拒檳榔之家長及社區宣導資料。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
7.辦理學生體育性社團活動。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
得分小計	
(三) 健康服務	
1.每學期定期舉行學童視力、體重、口腔衛生等檢查，並發給通知單；檢查結果作成統計表，藉以了解學校學生健康狀況及追蹤矯治情形。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.利用週三教師進修時間，辦理健康促進相關研習，增加有關知能。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.訓練口腔保健小天使，協助班級實	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1

施潔牙及含氟水漱口登記。	
4.結合社區醫療院所，提供保健諮詢，共同推動學童保健。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.健檢異常學童造冊列管，聯繫家長帶至醫療院所診治及追蹤矯治情形。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
6.請導師轉介相關個案由駐校心理諮商師輔導，以促進學生心理層面的健康。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
得分小計	
(四) 學校物質環境	
1.提供充足照明設備。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.校園美化綠化。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.設置健康促進宣導牆。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
4.張貼標語、海報、禁菸標誌。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.健康中心提供親師生有關於害相關資料。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
6.尋求家長會協助支援經費。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
7.加強督導午餐供應商食物之管理。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
8.設置飲水機並定期消毒更換濾心。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
9.張貼營養教育資料於午餐專欄。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
得分小計	
(五) 校園社會環境	
1.辦理相關親職講座。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.利用刊物宣導視力保健、無菸拒檳、健康體位、口腔衛生、傳染病防治、正確用藥等相關議題。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.訓練健康中心志工加入推動行列。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
4.利用班級親師會及社區活動宣導健康議題觀念。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.視力保健、正確用藥、傳染病防制等看板宣導。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
得分小計	
(六) 社區關係	
1.熱心參與無菸拒檳活動之家長，頒發感謝狀。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
2.家長協助班級老師推動視力保健、潔牙運動。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
3.爭取企業團體提供獎勵經費。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
4.邀請社區醫療院所醫師蒞校宣導。	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1
5.結合社區社團，進行相關宣導及育	<input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 1

樂營隊活動。	
得分小計	
總分	

並配合實施計畫進行過程評量和結果評量：

(一) 過程評量：

為了提升學校組織改善健康問題的能力，強調評價與計畫決策、執行、回饋及修正等過程的密切聯結，所有資料與建議，都能提供重要訊息，有助於計畫的研擬、執行及修正。

1.政策方面：

.學生在升旗後從事跑步、健康操及其他體能活動，並且飯後潔牙。

2.教育方面：

.活動照片、量化資料—舉辦場次、人數、參與率、心得及回饋—從活動中得到的看法或感受等、相關軟硬體設施使用情形、教職員工生及家長滿意度及幫助程度回饋單。

(二) 結果評量：結果評價是指評價較長遠或最終的效果

1.環境因素：

(1)健康環境（透過長期行為觀察記錄）：

.校園美化綠化、充足燈源照明、健康餐飲供應。

(2)健康服務（透過長期行為觀察記錄及質性訪談）：

.成立健康輔導諮商處所與轉介機制，建立完整的預防、篩檢、追蹤、矯治和輔導系統。

2.行為與生活型態：

(1)預防性健康行為（透過檢查記錄、行為觀察記錄及訪談）：

.定期接受口腔等健康檢查、接受增進健康之輔導。

(2)增進健康行為：

.培養定時運動習慣、均衡飲食、從事休閒活動等。

3.健康狀況：

(1)生理指標（透過長期行為觀察記錄）：

.體重控制有明顯進步，齲齒率明顯下降。

(2)體適能指標：

.學生皆能達成預定目標。

4.個人態度因素（透過觀察記錄及相片呈現）：

.利用各項宣導、課程及活動，從日常生活中建立個人的健康知覺、知識、態度、價值觀與健康生活態度。

九、預期效益：

(一) 在質性具體預期上

1. 學生能達到下列能力指標：

- .能表現全身性身體活動的控制能力。
- .能了解安全與事故傷害的基本概念與預防方法。
- .能了解哪些想法與行為可能會引發危險。
- .能分辨日常生活情境的安全性。
- .能思考並演練處理危險和緊急情況的方法。
- .能說明並演練預防及處理運動傷害的方法。
- .能覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。
- .能判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。
- .能評估危險情境的可能處理方法及其結果。
- .能說出與異性相處時應注意的事項。
- .能表現出關心與尊重異性的態度。
- .能由適當管道獲得正確的性資訊。
- .能知道兩性交往的原則與順序。
- .能保護自己，避開網路性陷阱。
- .能評估菸、酒、檳榔、及成癮藥物對個人及他人的影響並能拒絕其危害。

2. 能強化健康促進學校教職員及家長之保健知能。

3. 能結合社區資源及家長會共同營造營造無菸拒檳之學校環境。

4. 能凝聚學校與社區的共識，建立健康促進的共同願景，全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。

5. 能結合社區資源與地方社區人員，建立合作網絡及夥伴關係，以學生為導向的參與教學方式，引發學生的潛能及見解，建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態。

(二) 在量化具體效益上

1. 視力保健：

- .近年本校學生視力不良率在 43%-50% 之間，社會 3C 產品日新月異，吸引小孩連大人也愛不釋手，有些家長以 3C 產品安撫小孩，更加深視力不良隱憂；另外，家長們對孩子成績期望，也讓安親班以成績為重的輔導方式更加猖獗，都是學童視力健康的殺手。
- .期許教師與學生共同遵照 3010 原則，以保護靈魂之窗。
- .學童視力不良率降至市平均值 44% 以下。
- .學童視力不良矯治率能提升至 95% 以上。
- .達成 95% 學童皆可在下課到戶外遠眺休息或運動 10 分鐘。
- .每學期發下家庭居家檢核表提醒家長注意用眼習慣。

2. 口腔衛生：

- .希望藉由平時生活教育機會，叮嚀學童減少飲用含糖飲料，且確實做到餐後潔牙，期待齲齒率能降低 5%，矯治率提升 5%。

- .全校 80% 的學生養成早、午、晚各餐餐後潔牙之良好習慣。
- .全校 90% 的學生能每週至少進行含氟水漱口一次。
- .口腔不良就診單回收率應達 90%。
- .達成高年級學童 90% 會使用牙線。

3.健康體位：

- .教職員的運動社團(運動俱樂部)能長期成立，帶動運動風潮。
- .除了教導均衡營養飲食外，也鼓勵及幫助學童養成運動習慣並多喝白開水，除了控制體位，使體位過重比率下降 5%，體位過輕比率降低 5%，更希望能將健康生活習慣帶回家庭進而正面影響其他家人。
- .60% 的學童一週內有五天以上做到「一日五蔬果」。
- .90% 的學童一週內有五天以上三餐均以五穀類為主食。
- .達成全校 70% 的學童一週內喝含糖飲料次數少於 3 次。
- .60% 學生能養成規律運動的習慣。

4.菸檳防制

- .全校 80% 的學生回到家中能夠勸導家長拒菸檳。
- .達成 95% 學童能夠說出菸檳的壞處。

5.學生藥物濫用防治

- .認知「藥物不可濫用」的學童達到 90%。
- .「勇敢向毒品 say no」的學童達到 90%。

6.全民健保含正確用藥

- .學生對於「平時儲存保費，病時減少負擔」的認知達到 95%。
- .學生對於「珍惜資源，勿濫用健保資源」的認知達到 95%。
- .達成 90% 以上的學童知道做到「用藥安全的五不原則」。
- .了解正確用藥的五大核心能力，即「看病時應向醫師說清楚」、「領到藥品時應核對清楚」、「清楚用藥時間及方法」、「做身體的主人」、「與藥師、醫師做朋友」。
- .知道做到「看病說清楚」、「領藥看清楚」、「有狀況問醫藥師」等等三項要領的學童達到 90% 以上。

7.性教育含愛滋病防治

- .五年級學生對於正確性行為認知率達 98%。
- .六年級學生對於愛滋防制認知達 98%。

8.安全教育與急救：

- 本校因校地狹窄、高低落差多，加上學生數多，致活動空間相對不夠，綜觀歷年來之傷病統計外傷類別均以挫撞傷、擦傷名列前矛，顯見學生因活動空間狹隘，加上活動力強喜歡奔跑，導致挫撞傷、擦傷居多。
- .透過急救安全教育，期望新學年度受傷人次，能降低 5%。

9.心理健康促進：

- 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。
- 師生心理健康正確知識達到 95%。

衛生組長：

教師兼蘇順生
衛生組長

學務主任：

教師兼嚴億婷
學務主任

校長：

清海市安海區
安海區小學校長 羅智章