

# 臺南市白河國民中學112學年度健康促進學校實施計畫

## 一、依據：

- (一) 學校衛生法
- (二) 臺南市112學年度健康促進學校實施計畫

## 二、計畫摘要

本校在推動健康促進計畫，分二階段進行，第一階段評估111年度所訂定之目標及議題，發現學生裸視視力不良率為61.45%，低於本市平均值；學童齲齒率為23.48%，學生體重適中比例為58.21%，都需要加強保健宣導。另校內學生有流傳電子菸情事，再加上社區許多學生家長本身有抽菸習慣，造成吸菸學生難以戒斷，因此希望藉由菸(檳)防制推動，讓學生認識菸害的嚴重性。

第二階段則選擇配合教育部推動健康促進學校政策，以【菸(檳)防制、全民健保(含正確用藥)、健康體位、視力保健、口腔衛生、性教育(含愛滋病防治)】為必選議題，主推議題為【菸(檳)防制】，自選議題為【防制學生藥物濫用】，發展有效的策略及計畫，並提供充分的健康與安全環境支持和服務，希冀透過各項會議宣導，形成校內行政與老師們的共識；藉由各項回饋、修正與建議。以及各行政處室間的橫向聯繫與合作，亦結合家長、社區資源，共同參與，共創健康快樂的校園環境。

## 三、背景說明

(一)計畫緣起：白河區學童長期以來因家庭結構或課業以及工作、經濟的壓力，對於自身的健康要求及知識技能的養成而有所忽略，因此「健康促進學校」德推動有其必要性。

依111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45.20% 國中73.10%	國小43.75% 國中71.53%	61.6	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	裸視視力不良就醫複檢率	國小90.17% 國中82.30%	國小96.28% 國中93.75%	90.53	<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6.87% 國中3.39%	國小6.6% 國中3%	1	<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	小一33.11% 小四27.86% 國一19.41%	小一30.10% 小四24.84% 國一15.97%	23.08	<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	小一86.93% 小四84.93% 國一79.64%	小一94.21% 小四93.17% 國一92.81%	40	<input 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	小一8.79% 小四41.66% 國一17.44%	小一7.08% 小四20.66% 國一13.39%	13.18	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
健康	體位過輕率	國小9.17% 國中8.00%	國小9.68% 國中7.84%	5.82	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

體位	體位適中率	國小64.38% 國中61.80%	國小62.69% 國中60.71%	56.72	努力 <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12.39% 國中12.35%	國小12.60% 國中12.31%	11.64	<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14.06% 國中17.85%	國小15.03% 國中19.13%	25.82	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

## (二) 學校基本資料

### 1. 學校校舍概況

校地總面積	53328平方公尺	校舍總延面積	7949平方公尺
建坪面積	19677平方公尺	普通教室數	26間
專科教室數	9 間	午餐廚房	1 間
體育館/運動中心	2 座	廁所	67 間

### 2. 行政人力資源統計

職別	校長	男教師	女教師	護理師	職員	教保員	約聘教師	工友	警衛
人數	1	15	24	1	6	0	1	0	1
合計	53								

### 3. 學生人數統計

班級數：普通班 12 班、特教班 1 班、資源班 0 班

年級	班級數	男生人數	女生人數
7年級	4	39	35
8年級	3	29	37
9年級	5	60	55
合計	12	128	127

臺南市立白河國中屬於臺南市的中型學校，學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。再加上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比例高，學生之生活、學習與成長頗值得關切。在校園隱蔽處，偶會發現菸灰及菸蒂，可見學生對於菸害防制的認知上較為缺乏；對於部份較低社經地位家長有喝酒及藥物濫用情況，往往給予學生不良的示範，因此，我們需要給予青少年正確的觀念，避免接觸酒及藥物濫用，並加強菸害防治宣導的工作，進而降低日後學生染上酒癮或藥癮及菸癮的危險。有鑑於此，在學生尚對社會環境之價值觀未能釐清，對於相關法律及規定的認識不足之下，將相關法律規定知識以及菸害防制之教育融入在教學以及學校各項活動中，期能在健康促進方面

有一積極做為，並確實改善全體教職員工生之健康。

(三) 現況分析：

1. 視力保健：雖然學校位處郊區，不乏綠色環境,但電視及電腦普及外加不當用眼習慣，學生視力不良有一定比率，雖然學校近年來提倡規律用眼3010及戶外活動120，但仍不敵學童使用3C產品的時間，視力保健有稍加惡化的趨勢。

裸視視力不良率-分年級

學年度/年級	109學年度	110學年度	111學年度	111與110同一母群體比較
七	48.36%	62.45%	56.52%	
八	59.02%	59.98%	64.55%	+2.1
九	70.39%	61.84%	61.22%	+1.24

2. 口腔保健：近五年來，口腔衛生教育的加強宣導，落實餐後潔牙，齲齒率有逐漸下降，未來將落實口腔衛生認知習慣的養成。並定期追蹤齲齒的治療狀況

學年度	107學年度	108學年度	109學年度	110學年度	111學年度
齲齒率	26.69%	5.71%	12.22%	13.04%	23.08%

3. 健康體位：近幾年學校努力推廣健康體位85210，有助於提升健康體位的比率，但在過重及超重的學生比率上還有加強的部分，推論學生在校雖有運動並少吃零食，但回家過後就故態復萌，在加上過重比率學生的家長也多屬於過重體型，家庭支持力較薄弱，這方面的學生需要更多的鼓勵以及落實自主健康管能力才能有所成效。

4. 菸害防制：這學年配合衛生所對於吸菸學童及人士嚴加規範，查獲個案除追查來源以及進行戒菸教育，屢犯者則進行罰鍰，並在公開場合加強宣導，強化反菸拒檳的意識，吸菸學童數量有維持穩定並降低抽菸次數。

5. 全民健保：增進全民健保正確認知，融入課程教學，並邀請衛生所來宣導正確用藥資訊，尤其本區女學生常因生理期關係而使用止痛藥，更需建立正確用藥觀念

6. 性教育：國中階段是人生重要時期，此階段對異性特別感到興趣，也最易發展成親密的關係，雖然對於兩性關係同學都已有基本認知，但仍須提升家長對小孩的交友情形的瞭解與掌握，學校與家長雙管齊下，確實與小孩保持良好溝通。

7. 正確用藥：雖然師生對正確用藥五大核心能力認知提升，但家庭自備及購買成藥十分普遍，亟需提升家長正確安全用藥觀念。

8. 防制學生藥物濫用：雖然師生對藥物濫用的觀念與認知已有普遍提升，但家庭環境及交友情況，學校方面無法全面控管，因此仍需提升家長對親職教育的重視，並確實與兒女保持良好溝通，了解其交友情形。

(四) 在地化特色：本校家庭、學校、社區背景現況分析(SWOT)

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)
地理環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 位居臺南市北端的白河區，鄰近國道二號，交通方便</li> <li>2. 校園環境幽雅，綠化美化良好</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 就業人口外流，就學人口數減少，環境更新困難，社區發展滯緩</li> <li>2. 隔代教養，新住民比例增加</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建立學校特色</li> <li>2. 與社區文化結合</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 就業機會減少，就業人口外流，社區發展滯緩</li> </ol>
學校規模	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 屬中型學校，學生人數適中，有利協同教學合作學習等教學活動的設計與進行</li> <li>2. 全校班級數共12班，人數計255人</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 班級數太少，行政資源較不足，人力及經費資源短絀</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師人數少，易溝通協調</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 家長關注之重點仍以升學導向為主</li> <li>2. 少子化影響，將來可能減班</li> </ol>
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 全校大部分教室皆設有投影機，教師在進行多媒體授課時十分方便</li> <li>2. 校地大，學生活動空間寬闊</li> <li>3. 教室數量充足</li> </ol>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 圖書館重新規劃，採開架式借書區，並成立數位學習中心，閱覽及網路資料蒐集區</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 下雨天時，家長接送車輛容易堵塞校門口及附近道路</li> </ol>

教師資源	1. 教師共40人，資深而教學經驗豐富之教師約有半數	1. 教師平均年齡40歲，女性佔多數受制於家庭因素	1. 提供教師進修活動，建立共識	1. 部分教師觀念保守，不願作太大變動
行政人員	1. 處室主任經驗豐富 2. 行政人員具服務熱忱	1. 行政工作繁重容易造成兼職組長流動率高	1. 設立行政、導師、專任教師輪替原則，讓教師有機會擔任不同職務	1. 老師兼任行政工作意願低，缺乏整體意識及危機感
學生	1. 學生數不多易於輔導 2. 設有資源班及攜手計畫提供補救教學及個別輔導	1. 因少子化，學生人數將逐年減少 2. 少數學生有抽煙習慣 3. 部分學生學習意願不高	1. 加強學生生活教育及認輔制度 2. 教師課餘與家長連絡建立良好的親師關係	1. 部分學生常規不良，不願學習，在外有接觸陣頭或八家將
家長	1. 普遍關心子女教育 2. 頗能配合學校教育理念	1. 工作繁忙，部分家庭教育成效不彰 2. 許多家長管教子弟之理念偏失關心度亦不足	1. 邀請家長參與校務會議和各項工作	1. 家長仍以學生智育表現為優先考量 2. 家長在家中抽煙嚼檳榔，帶給兒女不良示範
社區參與	1. 社區部份基金會能贊助支援學校舉辦一些活動 2. 可結合福安宮以及社區發展協會辦理活動 3. 曾與衛生局合作辦理戒煙教育講座、性別教育	1. 學校較少結合社區共同辦理活動 2. 學校離市區尚有一段距離，偏於市郊	1. 結合社區，建立共同特色 2. 善用社區資源，請求社會局協助	1. 社區居民參與活動興致不高
地方資源	1. 文化資源豐富 2. 成立愛心義工團體	1. 志(義)工團體人數仍嫌不足	1. 善用班親會組織 2. 成立志工團體，協助校務發展	1. 部份社區家長對學校的支持度不足

#### 四、計畫內容

本計畫整體內容分二個階段進行實施：

- (一) 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，先診斷學校教職員工生之健康狀況、現有與健康有關的人力、物力及資源及進行健康之需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序。
- (二) 第二階段：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，以增進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康品質；此外亦進行過程評價以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效果。茲將二階段之工作內容、實施方法及進行步驟分述如下：

學校衛生整體政策之詳細內容及實施期程與負責單位，以表格方式列於下表：

學校衛生整體政策		實施期程	負責單位
制定學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 設立學校衛生委員會，組成『學校健康促進委員會』。</li> <li>2. 召開會議規劃學校推動小組工作分工及計劃。</li> <li>3. 定期召開推動工作檢討會議。</li> </ol>	每年期初及學期中定期召開	學校健康促進小組各處室
健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實施學生各項與健康促進議題有關之行為及態度問卷調查，訂定課程教學方向及內容。</li> <li>2. 規劃體適能課程，進行健康體能教學以及體適能檢測。</li> <li>3. 鼓勵健體領域創意式教學，並鼓勵學校教師將健康促進議題融入各個領域的教學中。</li> <li>4. 推動「校園處處都是健身房」之創意式教學。</li> <li>5. 研究如何鼓勵學生自發從事健康體能活動及其獎勵措施。</li> </ol>	112年9月~113年6月	學務處 教務處

<p>學校 物質 環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 定期檢查各項校園設施及進行維護工作。</li> <li>2. 建立無菸、無檳榔校園。</li> <li>3. 定期檢驗飲用水，期使飲水、用水無虞。</li> <li>4. 定期實施全校教室照明、照度檢測，並加強維修與改善。</li> <li>5. 定時開放校園提供社區民眾運動。</li> </ol>	<p>112年9月 ~113年6月</p>	<p>總務處</p>
<p>學校 社會 環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理『健康促進學校宣導說明會』</li> <li>2. 辦理『運動快活計畫』培養學生運動習慣養成。</li> <li>3. 進行與六大健康促進議題有關之講座及宣導活動。</li> <li>4. 建置「營養午餐」網頁，提供健康飲食專區並上傳當日菜色及菜單。</li> <li>5. 佈置健康促進學校環境。</li> <li>6. 建立『健康促進學校專區』於體衛組網頁中加強健康知識的搜集及分享，並定期更新資訊。</li> <li>7. 參與健康促進學校參訪或研習活動，以吸取經驗，隨時調整有效策略。</li> <li>8. 成立『健康愛心媽媽』加強健康中心功能。</li> <li>9. 善用各班組織，選出衛生股長負責學校健康相關事務。</li> </ol>	<p>112年9月 ~113年6月</p>	<p>各處室 及健康 中心</p>
<p>社區 關係</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 加強師生及親師溝通管道，建立良好的人際互動關係。</li> <li>2. 開辦各種親職講座，增進親子溝通技巧。</li> <li>3. 辦理教師專業講座及各類專業對談，增進教師專業技巧，避免師生衝突。</li> <li>4. 擴大愛心志工及家長會功能，結合社區力量投入學生認輔制度。</li> <li>5. 善用駐校心理師，培養教師、愛心志工、退休教師及學生同儕團體等各項輔導技能，健全教職員工生之心理健康，並培養其尊重生命、性別平等之觀念。</li> <li>6. 辦理與六大健康促進議題有關之講座及宣導活動。</li> <li>7. 組織家長成立「健康促進推動小組」以提昇家長之健康意識，並辦理相關健康促進活動。</li> </ol>	<p>112年9月 ~113年6月</p>	<p>全校教 師、各 處室及 健康中 心</p>

健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實施學生各項與健康促進議題有關之行為及態度問卷調查，訂定課程教學方向及內容。</li> <li>2. 規劃體適能課程，進行健康體能教學以及體適能檢測。</li> <li>3. 鼓勵健體領域創意式教學，並鼓勵學校教師將健康促進議題融入各個領域的教學中。</li> <li>4. 推動「校園處處都是健身房」之創意式教學。</li> <li>5. 研究如何鼓勵學生自發從事健康體能活動及其獎勵措施。</li> </ol>	112年9月 ~113年6月	學務處 教務處
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實施定期健康檢查。</li> <li>2. 邀請營養師辦理與六大健康促進議題有關之講座及宣導活動。</li> <li>3. 邀請曾罹患菸酒癮、口腔癌患者現身說法，加強家長及學生戒菸、禁吃檳榔意識。</li> <li>4. 進行各項健康促進宣導活動(如傳染病防制、衛生習慣、傷害預防等)強化教職員工生之健康促進知能。</li> </ol>	112年9月 ~113年6月	各處室 及健康 中心

本校健康促進計畫之執行，除了二階段為整體計畫之時程外，六大議題之細部執行則結合六大層面之具體實施方法，其詳細之具體實施方法及步驟羅列於下：

(一) 視力保健、口腔衛生議題：

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校衛生政策	召開健康促進工作小組會議	1. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	學務處	各處室主任 健康中心	112.08
		2. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。			
		3. 制定視力保健、口腔衛生保健實施計畫。			
		4. 擬訂具體行動方案與工作時程。			
(二) 校園物質環境	提供充足與完善的硬體設施	1. 飲水機安全維護~水質檢測、水塔清洗。	總務處	學務處	定期
		2. 各班提供放置潔牙用品位置。	各班導師		112.09
		3. 提供教師視力保健、口腔衛生教學教具。	健康中心	經常性	



		4. 佈置學校視力口腔保健專欄。	健康中心	學務處	經常性
		5. 校園增加綠色植栽	總務處		經常性
(三) 學校 社會環 境	營造溫馨 校園環境	1. 獎勵視力齶齒矯治完成學生。	體衛組	學務處	112.10
		2. 頒發熱心參與視力保健、口腔衛生愛心志工及家長	體衛組		113.05
(四) 社區 關係	建立學校 - 家庭 - 社 區溝通管 道	1. 結合衛生單位辦理研習。	體衛組	學務處	113.03
		2. 請家長協助督促學生建立起餐後潔牙之習慣。	各班導師		112.10
		3. 提供健康促進相關資訊予以社區家長閱讀了解。	體衛組		經常性
(五) 健康 教育 課程 及活 動	提昇教師 教學知能	1. 辦理「視力、口腔保健」教師研習。	體衛組	學務處	113.03
		2. 視力保健、口腔衛生融入各科領域教學。	各科教師		經常性
	口腔衛生 及視力保 健教學與 活動	1. 近距離作業30分鐘，休息十分鐘	科任老師	體衛組	經常性
		2. 餐後潔牙。	各班導師		經常性
		3. 辦理口腔衛生及視力保健徵文比賽及繪畫比賽。	體衛組	學務處	113.02
		4. 請電腦老師於授課時讓學生們用電腦三十分鐘後，休息五分鐘的時間。	電腦老師		經常性
	(六) 健康 服務	1. 編組志 工服務團 隊 2. 健康資 料建檔及 管理	1. 佈置視力口腔衛生保健櫥窗	健康中心	學務處
2. 尋求愛心志工協助推動計畫			輔導室	112.09	
3. 視力口腔檢查及追蹤統計			健康中心	校護	112.09
4. 提供口腔衛生資料及諮詢服務			健康中心		經常性

(二) 健康體位議題：

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校衛生政策	召開健康促進工作小組會議	1. 辦理全校快活計畫，全面提昇學生身體適能。	學務處	各處室主任 健康中心	112.08
		2. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。			
		3. 請營養學專家及家長代表、午餐公司營養師等，針對105學年午餐菜單，以健康美味為前提。本校訂每週週一為蔬食日。			
	強化組織與人力	1. 組織「健康體位工作小組」。	體衛組	各處室主任	112.08
		2. 擬訂提升體適能計畫及策略。			
(二) 校園物質環境	海報、宣導品等媒體行銷	1. 佈置衛生保健專欄。	健康中心	學務處	經常性
		2. 學校網站張貼身體健康促進相關資訊及教材、每日菜單及熱量、營養分析。	體衛組		112.09
		3. 各樓層設置飲水機、並定期清潔、更換濾心。	總務處		經常性
(三) 學校社會環境	塑造和諧校園文化	1. 辦理各項體適能競賽(如班級 班際球賽、大隊接力、拔河)。	體衛組	學務處	112.12
		2. 成立運動性社團，如籃球、熱舞等社團。	體衛組		經常性
		3. 落實身體特殊疾病不適運動學生普查及輔導。	健康中心		112.10
	1. 實施全校教職員工體適能檢測及諮詢服務。	健康中心	112.11		

	健康體位	2. 實施全校學生體適能檢測及予以輔導、獎勵。	健康中心	學務處	112.11	
		3. 辦理家長親職講座。	輔導室		112.10	
(四) 社區關係	健康促進學校行銷活動	1. 積極參加社區活動行銷健康促進學校	學務處	健康中心	經常性	
		2. 辦理六十三週年校慶學校暨社區健康促進學校主題運動會。	體衛組	學務處	112.12	
	建立學校-家庭-社區溝通管道	1. 舉辦家長親師座談會宣導健康促進學校計畫」內涵。	體衛組	學務處	112.09	
		2. 開放學校運動場，提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。	總務處		經常性	
		3. 提供健康促進相關文章予家長參考。	體衛組	學務處	經常性	
	健康體位宣導活動	1. 結合社區家長，行銷運動家庭概念。	學務處	家長會 愛心媽媽	112.09	
		2. 拜訪社區商店，共同加入健康促進商店，販售健康商品。	體衛組	學務處	113.01	
		3. 與衛生單位辦理體脂肪檢測、健康檢查、腰圍測量。	健康中心	學務處	112.09	
	(五) 健康教育課程及活動 (個人健	提昇教師教學知能	1. 辦理「營養教育」教師知能研習。	健康中心	學務處	112.12
			2. 辦理教師體適能活動	健康中心	學務處	經常性
		1. 利用彈性課程邀請專家蒞校演講，加強健康飲食知識宣導。	體衛組	健康中心	112.09	
		2. 將健康體位議題融入課程教學	教務處	任教老師	每學期	
		3. 健康體位有獎徵答活動	體衛組		113.01	

康技能)	健康體位教學與活動	4. 鼓勵學生多喝白開水，含糖飲料拒入校園	體衛組	健康中心	經常性
		5. 每學年實施師生體適能檢測（前後測）並培養師生運動知能及促進運動習慣。	體衛組	學務處	每學期
		6. 舉辦班級體育競賽。	體衛組		每學期
		7. 提倡教職員工課後運動休閒活動（羽球、慢跑、桌球等）。	體衛組		經常性
		8. 推動姿勢跑法教學。	體衛組		經常性
(六) 健康服務	1. 健康資料建檔與管理 2. 專業諮詢服務	1. 體位測量前後測、並統計分析。	健康中心	學務處	每學期
		2. 針對體位異常學童（過輕或過重），進行飲食指導，並通知學童家長。	健康中心		每學期初
		3. 珍愛自己-維持健康體位加強學生健康體位意識，破除偶像崇拜、瘦即是美觀念，結合健體領域課程，持續關心及輔導教育。	體衛組	各班導師	112.09 - 113.06
		4. 定期查核學校午餐供餐情形	體衛組		經常性

(三) 菸害防制：

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校衛生政策	召開健康促進工作小組會議	1. 整合人力，審核及監督學校衛生政策	學務處	各處主任 體衛組 健康中心	112.08
		2. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議			
		3. 制定本校菸害防制法。			

		4. 訂定菸害防制宣導月， 加強宣導活動及各項教育活動。			
	強化組織 與人力	1. 組織「校園拒菸工作小組」。			
		2. 擬訂具體行動方案與工作時程 表。			
(二) 校園 物質 環境	海報、宣 導品等媒 體行銷	1. 佈置衛生保健專欄	健康中心	學務處 教務處	經常性
		2. 班級教室環境佈置	導師		112.09
		3. 校園明顯處張貼海報、禁菸標 誌等。	體衛組		經常性
		4. 學校網站張貼菸害相關資訊。	網管		經常性
		5. 健康中心提供有關於菸害防制相關資 訊	健康中心		經常性
		6. 辦理書法、壁報、漫畫、作文、標語.. 等藝文競賽，並將優勝 作品張貼於學校公佈欄，以增 進宣導效果。	學務處	各領域教 師	經常性
		7. 實施學生「菸害防制」知識、行 為及態度問卷抽樣調 查藉以建立學 生正確之信念前 測），並依學習前 後之不同，建 立資料檢討改善措施 （後測）。	輔導室	學務處	112.12
(三) 學校 社會 環境	塑造和諧 校園文化	1. 辦理家長親職講座。	輔導室	學務處	112.9
		2. 拒菸海報比賽。	學務處		113.05
		3. 舉辦壓力調適或學習拒絕技巧 活動。	輔導室		112.12
		4. 已有菸癮之學生由輔導老師進行 輔導。	輔導室		經常性
	健康促進	1. 積極參加社區活動以行銷健康 促 進學校。	學務處	健康中心	經常性

(四) 社區 關係	學校行銷活動	2. 辦理六十三週年校慶學校暨社區「健康促進學校」主題運動會。	體衛組	學務處	112.12
	建立學校-家庭-社區溝通管道	1. 舉辦家長親師座談會時，宣導「健康促進學校計畫」內涵。	學務處	學務處	112.09
		2. 學校經常提供健康促進資訊給家長。	體衛組	學務處	經常性
		3. 鼓勵抽菸家長參加戒菸活動。	體衛組	學務處	112.10
	菸害防制 宣導活動	1. 拜訪社區商店，共同加入拒菸行列，不販售菸給青少年。	體衛組	學務處 里辦公室	110.09
2. 邀請曾有菸酒癮、口腔癌患者現身說法，加強學生戒菸意識。		體衛組	學務處	113.03	
(五) 健康 教育 課程 及 活 動	提昇教師教學知能	1. 辦理生活技能融入各科領域教學及營養教育研習。	學務處		112.12
	拒菸教學 活動	1. 訂定健康促進主題活動，提升學生學習興趣。	學務處		112.08
		2. 將無菸議題融入課程教學。	教務處		112.08
		3. 無菸有獎徵答活動	學務處	教務處	112.12
		4. 辦理防制菸害學藝比賽	學務處		112.12
(六) 健康 服務	菸害防制 宣導活動	1. 索取最新的吸菸與健康資訊，提供適切的無菸校園健康服務	健康中心	全體同仁	經常性
		2. 教職員工吸菸同仁，建立輔導機制，提供戒菸班資訊，鼓勵其參加。	健康中心		經常性
		3. 運動會結合社區家長，行銷無菸家庭概念。	體衛組	學務處	112.11

#### (四) 性教育 (含愛滋病防治) 議題

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校 衛生	成立「性別平等教育委員	1. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	輔導室	各處室主任	112.08
		2. 組織「性別平等教育委員會」定期召開會議。			

政策	會」	3. 制定本校性侵害或性騷擾防治規定。			
(二) 校園 物質 環境	海報、宣 導品等媒 體行銷	1. 佈置衛生保健專欄(性教育)	健康中心	體衛組	經常性
		2. 班級教室環境佈置(性教育)	各班導師		112.09
		3. 學校網站張貼性侵害或性騷擾防治相關資訊及教材。並且在校園跑馬燈中，隨時提供相關資訊。	資訊組		經常性
		4. 提供師親生有關性侵害或性騷擾防治相關資訊及書籍。	教務處		輔導室
(三) 學校 社會 環境	塑造和諧 校園文化	1. 建立性侵害或性騷擾申訴管道。	輔導室	人事室	112.09
		2. 專業輔導老師隨時提供諮詢及協助。			經常性
		3. 利用班會時進行性教育議題之討論，讓學生們在討論中了解到性教育議題之真正意涵。			學務處
(四) 社區 關係	建立學校-家庭-社區溝通管道	1. 隨時提供與性教育議題有關之資料，予以社區家長們知悉。	體衛組	家長會	經常性
	性侵害或性騷擾防治宣導活動	1. 拜訪社區商店，共同加入保護學生愛心活動。	學務處		112.09
(五) 健康 教育 課程 及活 動	提昇教師 教學知能	1. 辦理「性別平等教育」教師知能研習。	輔導室	學務處	113.03
		2. 鼓勵教師參加性侵害或性騷擾事件調查專業人員初階、進階研習	教務處		每學期
		1. 利用彈性課程邀請專家蒞校演講，加強全校健康知識宣導。	輔導室	健康中心	113.04

	性教育教學與活動	2. 將性教育(含愛滋病防治)議題融入課程教學。	教務處	各班教師	經常性
(六) 健康服務	性教育(含愛滋病防治)宣導活動	1. 教導自我保護、預防性騷擾、性侵犯方法。	輔導室	健康中心 體衛組 衛生所	112.11
		2. 認識青春期、生理期注意事項			113.04
		3. 認識愛滋病及防治方法			113.05

(五) 正確用藥及全民健保議題：

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校衛生政策	正確用藥教育中心工作團隊	1. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。	學務處	衛生局 藥師公會	112.08
		2. 制定「校園正確用藥教育」計畫。			112.09
		3. 進行正確用藥資料蒐集與分析。			112.09
(二) 校園物質環境	海報、宣導品等媒體行銷	1. 佈置正確用藥教育專欄。	體衛組	健康中心	112.08
		2. 製作有關用藥安全及全民健保之宣導品。			
		3. 以校園跑馬燈隨時宣導正確用藥資訊。			
		4. 請資訊老師隨時配合各項與正確用藥有關之網路活動，並鼓勵同學們多多參加。	資訊老師	學務處	經常性
(三) 學校	塑造和諧	1. 校園網路平台、校刊，進行用藥安全及全民健保宣導。	健康中心		經常性
		2. 獎勵配合宣導正確用藥學童、教職員工及家長。	學務處		113.05



社會環境	校園文化	3. 班級以議題「打擊不法藥物作法」為主題進行討論。	各班導師	學務處	112.12
(四) 社區關係	整合社區資源及行銷	1. 與醫療院所、衛生單位、進行策略聯盟。	學務處	學務處	112.11
		2. 利用集會時，辦理家長正確用藥教育宣導	家長會		112.09
		3. 隨時提供與正確用藥有關之資訊給社區家長了解。	體衛組		經常性
(五) 健康教育課程及活動	提昇教師教學知能	1. 辦理「正確用藥教育」教師知能研習。	學務處	全體教師	113.03
	正確用藥教育教學與活動	1. 將正確用藥教育融入各領域的教學。	教務處	學務處	經常性
		2. 辦理「校園正確用藥教育」徵文比賽以及繪畫比賽。	學務處	資訊組	113.03
	3. 請資訊組協助辦理「校園正確用藥」之各項電腦競賽。		113.06		
(六) 健康服務	提供專業諮詢服務	1. 蒐集用藥問題，請專業藥師解答。	健康中心	學務處 藥師公會	經常性
		2. 提供過期藥物處理方法及打擊不法藥物單張			經常性
		3. 提供正確用藥諮詢輔導專線。			112.10

#### (六) 防制學生藥物濫用議題

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校	成立「春暉小組」	1. 整合人力，結合校外聯巡及春風專案工作，加強查緝在外遊蕩學生。			
		2. 春暉小組定期召開會議			

衛生		3. 制定本校藥物濫用三級防範措施。	學務室	各處室主任	113.08
(二) 校園 物質 環境	海報、宣 導品等媒 體行銷	1. 佈置衛生保健專欄(藥物濫用)	健康中心	體衛組	經常性
		2. 班級教室環境佈置(拒毒)	各班導師		113.09
		3. 學校網站張貼藥物濫用防治相關資訊及教材。並且在校園跑馬燈中，隨時提供相關資訊。	資訊組		經常性
		4. 提供師親生有關藥物濫用防治相關資訊及書籍。	教務處		輔導室
(三) 學校 社會 環境	塑造無毒 校園文化	1. 進行高危險群篩檢，並實施介入方案。	學務處	輔導室	經常性
		2. 結合校外聯巡及春風專案工作，加強查緝在外遊蕩學生。		輔導室	經常性
		3. 專業輔導老師隨時提供諮詢及協助。			經常性
		4. 結合醫療資源，協助戒治。			經常性
(四) 社區 關係	整合社區資 源	1. 與醫療院所、衛生單位、進行策略聯盟。	學務處	家長會	112.09
		2. 利用集會時，辦理家長藥物濫用教育宣導	家長會		112.11
		3. 隨時提供與藥物濫用有關之資訊給社區家長了解。	體衛組		經常性
(五) 健康 教育 課程 及活 動	提昇教師 教學知能	1. 辦理「藥物濫用」教師知能研習。	健康中心	學務處	113.03
		2. 鼓勵教師參加「藥物濫用」種子教師研習	學務處		每學年
	藥物濫用	1. 利用彈性課程邀請專家蒞校演講，加強全校健康知識宣導。	體衛組		113.04

	教學與活動	2. 將藥物濫用議題融入課程教學。	教務處	所有教師	經常性
(六) 健康服務	提供專業諮詢服務	1. 蒐集藥物濫用問題，請專業人員解答。	健康中心	學務處 藥師公會	經常性
		2. 提供藥物濫用防制流程，協助戒治。			經常性
		3. 提供藥物濫用諮詢輔導專線。			112.10

### (七) 正向心理健康促進議題

實施綱要	實施項目	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(一) 學校衛生政策	正向心理健康促進教育中心工作團隊	1. 組織正向心理健康促進學校工作小組、定期召開會議。	學務處	學生諮商輔導中心	112.08
		2. 制定「校園正向心理健康促進教育」計畫。			112.09
		3. 進行正向心理健康促進資料蒐集與分析			112.09
(二) 校園物質環境	海報、宣導品等媒體行銷	1. 佈置正向心理健康促進教育專欄。	體衛組	輔導室	112.08
		2. 製作有關正向心理健康促進及全民健保之宣導品。			
		3. 以校園跑馬燈隨時宣導正向心理健康促進資訊。			
		4. 請資訊老師隨時配合各項與正向心理健康促進有關之網路活動，並鼓勵同學們多多參加。	資訊老師	學務處	經常性
(三) 學校社會環境	塑造和諧校園文化	1. 校園網路平台、校刊，進行正向心理健康促進宣導。	輔導室	學務處	經常性
		2. 獎勵配合宣導正向心理健康促進學童、教職員工及家長。	學務處		113.05
		3. 班級以議題「正向心理健康促進」為主題進行討論。	各班導師		112.12

(四) 社區 關係	整合社區 資源及行 銷	1. 與醫療院所、衛生單位、進行策略聯盟。	學務處	學務處	112.11
		2. 利用集會時，辦理家長正向心理健康促進教育宣導	家長會		112.09
		3. 隨時提供與正向心理健康促進有關之資訊給社區家長了解。	體衛組		經常性
(五) 健康 教育 課程 及活 動	提昇教師 教學知能	1. 辦理「正向心理健康促進教育」教師知能研習。	學務處	全體教師	113.03
	正向心理 健康促進 教育教學 與活動	1. 將正向心理健康促進教育融入各領域的教學。	教務處	學務處	經常性
		2. 辦理「校園正向心理健康促進教育徵文比賽以及繪畫比賽。	學務處		113.03
		3. 請資訊組協助辦理「正向心理健康促進」之各項電腦競賽。	資訊組		113.06
(六) 健康 服務	提供專業 諮詢服務	1. 蒐集有關正向心理健康促進問題，請專業諮商師、臨床心理師解答。	輔導室	學生諮 商輔導 中心	經常性
		2. 提供正向心理健康促進方法單張。			經常性
		3. 提供正向心理健康促進諮詢輔導專線。			112.10

#### 五、人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會及工作團隊之成員，計11名。各成員之職稱及工作項目如下表。

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫召集人	黃添勇	校長	研擬並主持計畫彙整報告撰寫
副召集人	黃欣怡	學務主任	研究策劃整體計畫督導計畫執行，並協助行政協調
執行秘書	陸英玲	體衛組長	研究規劃，督導計畫及健康體位教育執行，並協助行政協調
委員	董純吟	教務主任	研究策劃課程部分督導計畫執行，並協助行政協調
委員	徐季瑤	輔導主任	研究策劃輔導及志工部份督導計畫執行，並協助行政協調

委員	顏肇容	總務主任	研究規劃,督導計畫及健康體位教育執行,並協助行政協調
委員	楊佳勳	午餐秘書	研究規劃,督導營養教育執行 並協助行政協調
委員	王斯民	健康與體育領域教師 (召集人)	體適能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	黃欣怡	綜合領域教師 (召集人)	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	陳躍升	資訊組長	協助健康促進學校專區網路製作及維護
委員	劉錦真	校護	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
委員	家長會長	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
委員	黃仕達	學生社團代表 (訓育組長)	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

#### 六、預定進度 (以甘梯圖表示)

月次 工作 項目	八月	九月	十月	十一月	十二月	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月
1. 成立學校健康促進委員會												
2. 組成健康促進工作團隊												
3. 進行現												

狀分析與 需求評估																				
4. 決定目 標與健康 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. 執行健 康促進計 畫																				
9. 過程評 量																				
10. 成效評 量																				

## 七、評價方法

配合計畫執行來進行過程評量，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)形成性評價

1. 每學期召開健康促進委員會，檢討各項議題是否落實於生活教育實踐於日常生活，並做成會議記錄以為改進之依據。
2. 經由教學回饋及家長座談，提供學校改進建議。
3. 辦理活動成果展（照片、海報、學習單）。

### (二)結果評價

1. 能提升對於菸害與檳榔防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育(含愛滋病防治)、正確用藥與防制學生藥物濫用與安全教育與急救，共七項議題之宣導網頁，以提昇親師生對於健促相關知識的認知。
2. 落實無菸、無檳榔校園，執行率達100%
3. 建立學生良好的常態性的運動習慣，希望期末時學生健康體位之比率能提至59% 以上。
4. 教職員工生可做到午餐餐後潔牙運動執行率達100% 。

5. 視力不良矯治率能提升至90%。
6. 辦理全校性教育(含愛滋病防治)相關宣導活動每年2場。
7. 宣導正確用藥與防制學生藥物濫用活動每年至少1場。
8. 辦理綜合性全校防災教育每年2場。
9. 結合社區資源及家長會共同營造健康快樂的學習環境，辦相關親職講座至少2場。

### 檢核表

#### (一) 菸(檳)防制

項 目	執行狀況檢核
1. 訂定禁止教職員工生在校園內吸菸嚼檳之政策	<input checked="" type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
2. 校園中全面禁菸，並張貼禁菸標誌。	<input checked="" type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 邀請領域教師進行無菸(檳)課程融入。	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 張貼反菸(檳)海報及宣導單於學校公告欄及班級健康促進欄。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
5. 於學校網站張貼菸(檳)防制相關新聞及教材。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
6. 配合校慶宣導社區無菸(檳)活動，並由學校提供場地。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

#### (二) 全民健保

項 目	執行狀況檢核
1. 張貼海報及宣導單於學校公告欄、班級健康促進欄	<input checked="" type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
2. 配合校慶舉辦全民健保相關活動	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 將全民健保課程融入健體教學課程	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 對全民健保有正確認知比率、珍惜全民健保行為比率	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

(三) 健康體位

項 目	執行狀況檢核
1. 於每學年初辦理學生健康檢查並將有特殊需求學生提供導師以協助學生健康成長。	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
2. 對各班體位不良學生加強教育宣傳以協助學生建立健康體位意識	□ 優 ■ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
3. 每學期全面實施學生體適能檢測。	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
4. 每學年舉辦全校性的運動會一次	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
5. 舉行各項體育比賽	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
6. 舉行拔河比賽	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
7. 成立棒球課後社團獨輪車社等校隊，讓有運動才能的學生有發揮空間	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
8. 學校不販售含糖的飲料及零食	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
9. 學校提供飲水設施	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
10. 社團報導相關健康相關資訊	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
11. 張貼健康體位海報及各班健康體位宣導單	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
12. 印製健康飲食相關資料給學生	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
13. 改善學生午餐之用餐情形	■ 優 □ 良 □ 可 □ 差 □ 劣
14. 辦理相關領域教師融入式教學進修研習活動。	□ 優 □ 良 ■ 可 □ 差 □ 劣
15. 將健康體位內容融入現有課程中。	□ 優 □ 良 ■ 可 □ 差 □ 劣
16. 舉辦親師座談會，提升家長健康體位認知	□ 優 □ 良 ■ 可 □ 差 □ 劣



#### (四)視力保健

項 目	執行狀況檢核
1. 校園美化做為常態工作，進行校園環境美化及種植花木之執行及維護管理	<input checked="" type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
2. 安排教育行政人員及教師參加環境教育研習。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 宣導教師避免做近距離過度用眼之教學方式	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 訂定視力保健工作計畫及執行方針。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
5. 運用視力保健教育教材融入課程教學教案	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
6. 每學期結束總務處配何實施照度檢測並做缺點改善	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
7. 定期修換老舊照明燈管	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
8. 鼓勵家長指導學生端正閱讀寫字姿勢	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
9. 舉辦親師座談會，宣導相關視力保健資料	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
10. 依規定時間進行學生視力檢查並登錄檢查結果，且在一個月內通知家長篩檢結果及矯治追蹤。	<input checked="" type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
11. 緩和現有視力不良學生視力逐年惡化的程度。逐年降低視力不良學生人數之比例。	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
12. 配合醫師確診之陽性個案追蹤比率以求達96% 以上。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

#### (五)口腔衛生

項 目	執行狀況檢核
1. 口腔檢查結果紀錄及處理。 (1) 分發檢查結果暨轉介通知單。 (2) 檢查結果統計。 (3) 追蹤矯治結果及統計，未完成矯治者督促家長利用假日帶學生接受醫療單位矯治。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

2. 辦理口腔衛生教學活動，強化學生口腔衛生的概念；及養成口腔衛生保健的習慣。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 製作健康資訊佈告欄，公告各項衛生保健的資訊提供學生參閱，增進學生衛生保健的新知。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 透過影片及實際的操作教導學生正確的使用貝氏刷牙法。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
5. 每月回收潔牙記錄表，並對執行率低的學生輔導	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

#### (六)性教育(含愛滋病防治)

項 目	執行狀況檢核
1. 藉由健康觀察與健康檢查早期發現性侵害個案。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
2. 提供性侵害個案學生個別輔導或建立轉介機制。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 將性教育與愛滋病防治健康議題教學融入健康與體育領域課程	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 依領域課程融入性教育與愛滋病防治健康議題	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
5. 播放性教育與愛滋病防治宣導影片，進行討論。	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
6. 張貼性教育與愛滋病防治教育有關法令、圖片。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
7. 利用學校網頁及通訊建立性教育與愛滋病防治教育相關資訊，教育師生、家長及社區民眾等。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
8. 邀請並配合衛生機構至校辦理愛滋病防治、家暴防治等活動宣導	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
9. 與社區心理衛生中心合作邀請社工師心理師介入性侵害個案學生的處理與輔導。	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

## (七) 藥物濫用

項 目	執行狀況檢核
1. 張貼正確用藥海報及宣導單於學校公布欄及班級公布欄	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
2. 結合藥師志工，到校宣導正確用藥講座	<input type="checkbox"/> 優 <input type="checkbox"/> 良 <input checked="" type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
3. 將用藥安全及藥物濫用防制納入學校本位課程，並呈現多元多樣化人文關懷設計	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣
4. 用藥安全防制影片欣賞	<input type="checkbox"/> 優 <input checked="" type="checkbox"/> 良 <input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 差 <input type="checkbox"/> 劣

## 八、計畫預期成效：

### (一) 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：

1. 制定學校衛生政策，舉辦相關講座、將健康促進議題融入學校活動。
2. 利用集會宣導正確健康概念，凝聚師生健康促進的共識及建立共同願景。

### (二) 營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康：

1. 生理的環境—張貼海報、宣導單張貼班級公布欄，營造學校重視健康的氛圍。
2. 心理的環境—運用聯絡簿、班親會、校慶或其它活動，加強溝通家長健康概念。

### (三) 激發全校師生參與並且發展其行動能力

1. 建立學生個人健康檔案，養成正確健康概念
1. 舉辦各項不同方式，如：演講、有獎徵答、競賽活動，提升師生健康概念。
2. 參與菸害行動研究，期能提高師生健康促進概念知能及提升其行動動機與意願，如：讓吸菸成癮學生降低在校吸菸次數；教職員生嚼檳比率維持0%。

### (四) 結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係

結合班親會、義工團及家長會的人力物力，作為學校推行「健康促進」的最佳後盾。

### (五) 將健康促進概念落實於教學與課程，融入在生活經驗當中

1. 設計健康與體育教學活動，強化學校本位健康課程。
2. 加強師生體適能教育及檢測，建立體適能護照，提倡規律運動，使師生養成「能運動、肯運動、願運動」的習慣。

承辦人：

教師兼體育衛生組長 陸英玲

學務主任：

教師兼學務主任 黃欣怡

校長：

台南市立白河黃添勇國民中學校長