

臺南市歸仁區沙崙國民中學 112 學年度健康促進學校實施計畫

112.08.29 經校務會議通過

一、計畫依據：

1. 學校衛生法
2. 本校 112 學年度學務處健康促進工作計畫

二、計畫摘要：

本計畫根源世界衛生組織健康促進學校的概念，依據學校學生及教職員工現行問題分析與健康需求評估，本年度推動重點除了「菸(檳)防制」、「健康體位」、「口腔保健」、「視力保健」、「全民健保(含正確用藥)」及「性教育(含愛滋病防治)」六大議題外，另加入自選議題「心理健康」。執行策略主要包括教育層面及政策層面，在教育層面融入學習課程，配合親職教育活動，宣導健康知識及運動習慣，並藉由體育活動及相關研習的推廣，增進學校成員良好之健康行為及生活習慣。本校於去年持續推行「規律用眼 3010」及「戶外活動 120」，並將「武術」納入課程，進而推展多元的運動社團，提升學生運動的興趣，也讓一些體位過重的學生靠著運動而漸趨「適中」；在政策層面訂定相關規定，強化組織，增進健康支持性環境及建構健康正向之校園文化，以期達到以健康促進學校為永續經營的目標，促進健康生活之落實。

三、背景說明：

本校教職員工 37 人，班級數 12 班，學生人數 324 人，屬於臺南市歸仁區的小型鄉村學校。學生家長士農工商各階層都有，部分家長忙於事業或不知如何照顧、協助孩子。在學生的學習、成長過程中，普遍缺乏如何規劃健康生活的相關知識。如果教師能加強健康促進工作知能及訓練，發揮健康促進的功效，對學生一定可以產生長遠的影響力。本年度健康促進推動重點除了「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」、「菸(檳)防制」、「全民健保(含正確用藥)」、「性教育(含愛滋病防治)」等必選議題，另加入自選議題「心理健康」，原因在於當今各種傳媒興盛，學生容易因判斷能力不足而接收了不良資訊，加上本校學生較為缺乏自信及抗壓力，而心理健康是一個人身體健康以致於未來發展成功的基礎，意義重大。現針對以上七個議題作 SWOT 分析如下：

| | S | W | O | T |
|--------|--|--------------------------------------|--|--|
| 菸(檳)防制 | 1. 每學年規劃菸(檳)防治宣導。 2. 掌握吸菸學生的名冊，定期追蹤了解情況。 3. 結合健教教學，演練拒絕技 | 1. 校外死角多 2. 部分家長對於孩子放學後的行蹤無法確實掌控。 | 1. 配合春暉教育推展禁菸(檳)活動。 2. 配合環境教育活動—使學生了解菸害及檳榔對人體的影 | 1. 媒體偶像模仿，影響學生價值觀判斷。 2. 家庭功能失序，增加偏差行為發生機會。 3. 香菸及檳榔取 |

| | | | | |
|-------------|---|--|---|---|
| | 巧。 4. 強化禁菸(檳)境教，落實無菸(檳)校園。 | | 響。 | 得容易，學生抽菸可能性大增。 |
| 健康體位 | 1. 健康中心定期進行學生體檢，了解生長發育情形，並給予適當飲食及生活建議。 2. 體育及健教課程推廣多項運動與健康飲食知能，並檢測學生體適能情形。 | 1. 早晚餐外食者甚多，且多為不當飲食。 2. 教師有時會以零食飲料做為獎賞，大多是糖果或含糖飲料。 3. 學校運動設施及場地種類有限。 | 1. 教職員工正視自己體重問題，孕育運動風氣。 2. 推廣多項校園運動類社團。 3. 開辦武術課程，引導學生發展優勢體育技能 4. 舉辦多項班際及校際體育競賽活動，鍛鍊學生體能並激勵學生表現。 | 1. 家長工作忙碌，不甚關心學生飲食。 2. 學生下課運動意願不高。 3. 學校環境偏僻，不利學生留校運動 |
| 口腔保健 | 1. 健康中心定期進行學生口腔檢查，記錄並建立完整健康資料。 2. 發給矯治通知單，追蹤矯治情形。 | 1. 學生早餐多喝紅茶奶茶等含糖飲料，且經常以外售飲料取代白開水。 | 1. 推廣校內餐後潔牙運動。 2. 融入健康課程教學。 | 1. 家長對口腔保健較不重視，認為缺牙沒關係而忽略治療。 |
| 視力保健 | 1. 使用新型課桌椅，每學期進行教室桌面及黑板採光測量。 | 1. 新生視力不良比率逐年增加 | 1. 將視力保健融入課程教學。 2. 落實體育課程並規劃每學期體育活動，提高戶外活動比率。 | 1. 學生沉迷於電視節目及線上遊戲的時間過長，對雙眼的健康有很大的威脅。 |
| 全民健保(含正確用藥) | 1. 配合健教領域，引導正確全民健保及正確用藥觀念 | 學校位處鄉下地方，家長對全民健保及正確用藥觀念較不充足。 | 1. 運用健體課程教授全民健保正確觀念。 2. 運用公佈欄及 | 1. 部分家長要改變全民健保之共同承擔觀念較不容易。 |

| | | | | |
|-----------------|---|--|--|--|
| | 2. 請健保局前來宣導全民健保專業知識 | | 健康促進網宣導全民健保觀念及最新資訊 3. 邀請相關單位前來宣導正確用藥知識 | 2. 用藥觀念較為落後且改變較不容易 |
| 性教育 (含愛滋病防治) | 1. 每學年規劃性教育及愛滋防治講座 2. 結合性教育宣導影片，宣導正確性知識 | 相關資訊的輸入較缺乏，家長及學生對於性議題的接收資訊量有限 | 1. 邀請衛生局針對師生給予專業之性教育 2. 家長日及聯絡簿宣導正確觀念 | 1. 家長及學生對於性議題的投入及參與較為保守 |
| 心理健康 | 1. 每學年邀請講師或團體進行生命教育或心理健康引導。 2. 輔導室隨時與各處室及導師暢通溝通管道，並隨時主動發現及關心學生異狀 | 1. 學生因學業成就較低及表現舞台較少，普遍缺乏自信及台風。 2. 學生因表現機會較少，歷練少，在視野及抗壓力方面也較差。 | 1. 配合健教領域，引導心理健康觀念 2. 在集會場合鼓勵學生上台並肯定之，以增加其表現及觀摩進步機會。 3. 訂立認輔計畫，邀請專業認輔老師進行學生心理輔導。 | 1. 學生因學業成就較低及表現舞台較少，自信不容易激發。 2. 小學校可供學習模仿的對象較少。 |

根據以上本校之 SWOT 分析，與本校近年發展健康促進計畫的優劣勢，我們將其成效進行分析，情形如下：

(一) 菸(檳)防制

| 菸檳防制 | 項 目 | 110 學年度 | 111 學年度 |
|------|---------------------|---------|---------|
| | 校內外曾吸菸或嚼檳榔遭學校查處之學生數 | 1 | 1 |

由學生遭查處數量來看，學生嚼檳榔人口一直維持0，但有一位吸電子菸的學生，可見仍需透過不定期的宣導活動，讓學生有正確的菸害及檳害認知。此外，在家長方面，亦藉由親職座談的機會加強宣導戒菸戒檳榔的觀念，而校內張貼

禁菸(檳)標誌，使外賓亦配合禁菸(檳)措施，以期打造無菸(檳)校園。

(二) 健康體位情形分析

表一：臺南市立沙崙國中111學年第1學期_體位統計表(含比率)

| 年級 / 性別 | | | 體位判讀 | | | | |
|---------|----|----|--------|--------|--------|--------|------|
| | | | 過輕 | 適中 | 過重 | 超重 | 合計 |
| 七 | 男 | 人數 | 4 | 31 | 11 | 7 | 53 |
| | | 比率 | 7.55% | 58.49% | 20.75% | 7.55% | 100% |
| | 女 | 人數 | 3 | 31 | 8 | 9 | 51 |
| | | 比率 | 5.88% | 60.78% | 15.69% | 17.65% | 100% |
| | 小計 | 人數 | 7 | 62 | 19 | 16 | 104 |
| | | 比率 | 6.73% | 59.62% | 18.27% | 15.38% | 100% |
| 八 | 男 | 人數 | 5 | 29 | 9 | 16 | 59 |
| | | 比率 | 8.47% | 49.15% | 15.25% | 27.12% | 100% |
| | 女 | 人數 | 7 | 40 | 6 | 7 | 60 |
| | | 比率 | 11.67% | 66.67% | 10.00% | 11.67% | 100% |
| | 小計 | 人數 | 12 | 69 | 15 | 23 | 119 |
| | | 比率 | 10.08% | 57.98% | 12.61% | 19.33% | 100% |
| 九 | 男 | 人數 | 13 | 43 | 6 | 10 | 72 |
| | | 比率 | 18.06% | 59.72% | 8.33% | 13.89% | 100% |
| | 女 | 人數 | 1 | 33 | 3 | 5 | 43 |
| | | 比率 | 2.33% | 76.74% | 6.98% | 11.63% | 100% |
| | 小計 | 人數 | 14 | 68 | 9 | 23 | 115 |
| | | 比率 | 12.17% | 59.13% | 7.83% | 20.00% | 100% |
| 總計 | | 人數 | 33 | 207 | 43 | 62 | 338 |
| | | 比率 | 9.76% | 61.24% | 12.72% | 18.34% | 100% |

表二：

| 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 |
|------|-------|-----------|-----------|--------|--|
| 健康體位 | 體位過輕率 | 國中 8.00% | 國中 7.84% | 9.76% | <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 61.80% | 國中 60.71% | 61.24% | <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 | 國中 12.35% | 國中 12.31% | 12.72% | <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 17.85% | 國中 19.13% | 18.34% | <input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力 |

本校除了體育課之外，也開設了多元的運動社團，並推動課間及課後運動，包含跑步、跳繩……等，培養學生的運動習慣。透過表一和表二的數據可以發現本校學生體位適中的比率達市平均以上，而過重及過輕的比率高於市平均值，在推動策略上除了宣導多運動之外，亦須鼓勵多喝白開水、少喝含糖飲料，將健康飲食落實在日常生活中。

(三) 口腔衛生情形分析

| | 項 目 | 111 學年度 | 110 學年度 |
|------|--------------|---|-------------|
| 口腔衛生 | 學生齲齒率 | 七年級:29.13 % | 七年級:18.18 % |
| | 學生齲齒複檢率 | 七年級:100 % | 七年級:100 % |
| | 每日推動午餐餐後潔牙 | 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> ;111 學年度參與班級數:12 班 | |
| | 學生每日潔牙次數平均幾次 | (111 學年度前測)3 次 | |

由以上統計表格可發現學生複檢率100%，因此本校除了持續進行口腔衛生宣導及落實餐後潔牙，亦鼓勵並追蹤學生完成齲齒治療。

(四) 視力保健情形分析

| 視力保健 | 項 目 | 111 學年度 第 1 學期 | 110 學年度 第 1 學期 |
|------|---------------|-------------------|-------------------|
| | 全體裸視篩檢視力不良率 | 77.5% | 74.46% |
| | 裸視篩檢視力不良就醫複檢率 | 100% | 100% |
| | 定期就醫追蹤率 | 100% | 100% |

| 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 | 國中73.10% | 國中71.53% | 77.5% | <input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力 |
| | 裸視視力不良就醫 | 國中82.30% | 國中93.75% | 100% | <input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需 |

| | | | | | |
|--|-------------------|---------|------|-------|--|
| | 複檢率 | | | | 努力 |
| | 裸視視力 不良惡化 率 | 國中3.39% | 國中3% | 5.22% | <input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需 努力 |

有鑒於現今3C產品充斥，學生沉迷於此而導致視力惡化，因此，本校除持續推動「規律用眼3010」及「戶外活動120」外，亦請家長協助配合控管孩子在家使用3C產品的時間，以預防度數的加深。然而，本校在就醫複檢率上為100%，期望能透過定期的就醫追蹤，達到早期矯治的效果。

(五)全民健保(含正確用藥)

學生在全民健保相關知識上較為薄弱，因此透過健教老師的講解並請當地衛生所專業人員協助說明，使學生更了解全民健保的意涵，進而能珍惜醫療資源。另觀察本校學生情況後，發現家長用藥的觀念常會影響到家中的孩子，所以除了在校持續宣導正確用藥觀念外，亦利用聯絡簿向家長宣導正確用藥觀念。

(六)性教育(含愛滋病防治)

正處於青春期的學生對性議題有高度的興趣，然而錯誤的觀念會導致青少年太早嘗試性行為而引發一連串的不良影響，因此建立學生正確的性教育觀念及自我保護是非常重要的議題。本校舉辦性教育暨愛滋病防治講座，邀請歸仁衛生所的人員進行演講，此外，也藉由健教老師在課堂上的說明，希望學生勿因衝動而做出後悔莫及的事。

(八)心理健康

本校每年邀請講師進行心理引導、職業試探及性向探討相關演講及課程，引導學生正向的思考及帶領其心靈成長，讓他們能有較高的抗壓性及挫折容忍力。

四、計畫內容：

| 計畫項目 | 工作重點 | 參與人員 | 預期達成目標 |
|------------|--|--|--|
| 整體學校健康促進政策 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 籌組健康促進學校計劃推行小組。 2. 制定實施計劃並納入學校行事曆。 3. 結合社區相關團體制定學校健康政策。 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健康促進學校計劃推行小組成員 2. 社區資源人士 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 凝聚健康促進學校推展共識。 2. 參與之教職員工能具備執行本計劃的能力。 3. 能利用校園或社區可用資源，完成健康促進學校活動。 4. 提升社區民眾對學校的認同感。 |
| 菸(檳)防制 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導菸(檳)防制的重要性。 2. 於家長會議宣導勿售菸(檳)給未成年學生。 3. 安排戒菸(檳)宣導活動。 4. 海報、文宣及連絡簿宣導 5. 設立禁菸(檳)標誌 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工 3. 家長 4. 社區資源人士 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 減少學生接觸菸(檳)品機會 2. 增進學生了解抽菸及嚼檳榔對身體健康的危害。 3. 建立無菸(檳)校園的學習環境。 4. 藉由學生影響家人菸(檳)防制的觀念。 |
| 健康體位 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導如何經由飲食及良好生活習慣來建立健康體位。 2. 正常實施體育課程，提供學生活動與鍛鍊體力的機會。 3. 每學年實施班際及校際體育競賽，如校慶活動。 4. 平時多加鼓勵學生運動，如騎腳踏車或跳繩。 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工 3. 社區資源人士 4. 家長 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 增進學生認識正確的飲食及生活習慣。 2. 藉由各項運動技藝學習及比賽活動，增進學生對運動的接觸與了解，引導學生喜歡運動、時常運動。 3. 提供運動器材及場地，以提升體能及增長知識。 |

| | | | |
|-----------------|--|---|--|
| | 5. 開辦各項運動社團及武術課程，鼓勵學習各種運動技藝 | | |
| 口腔保健 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導如何維護牙齒健康。 2. 宣導每日餐後進行潔牙。 3. 進行口腔檢查並追蹤輔導管理。 4. 結合拒絕檳榔活動進行宣導 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工。 3. 家長 4. 社區資源人士 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 降低學生齲齒率。 2. 提高齲齒學童的矯治率。 3. 增加學生的保健常識及養成良好的衛生習慣。 4. 藉由學生影響家人，改善不良的口腔衛生習慣。 |
| 視力保健 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導眼睛的重要性及維護視力健康的方式。 2. 鼓勵學生時常望遠凝視，並減少看電視玩電腦的時間。 3. 提供教職員工生符合規定的燈光照度。 4. 養成學生端正的閱讀寫字姿勢。 5. 定期進行視力檢查並追蹤輔導管理。 6. 使用新型課桌椅。 7. 海報、文宣及連絡簿宣導 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工。 3. 家長 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 降低學童視力不良的罹患率。 2. 提高視力不良學童的矯治率。 3. 增加學生假性近視的治癒率 4. 增加學童的視力保健常識，養成良好的生活習慣。 |
| 全民健保 (含正確用藥) | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導正確全民健保及用藥知識 2. 舉辦教師及學生的全民健保及用藥宣導講習 3. 結合親職教育日進行宣導 4. 校網連結全民健保及正確用藥教學網站 5. 教室布置融入主題 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工。 3. 家長 4. 社區資源人士 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 培養親師生養成正確全民健保及用藥的觀念 2. 了解正確用藥及全民健保制度的重要性並建立正確的態度。 |
| 性教育(含愛滋病防治) | <ol style="list-style-type: none"> 1. 健教課程教導正確性觀念及性知識 2. 邀請衛生局宣導正確性 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生 2. 教職員工。 3. 家長 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 培養親師生學習正確性知識 2. 了解正確及安全性行 |

| | | | |
|------|--|--|--|
| | <p>知識</p> <p>3. 結合親職教育日及家長日進行宣導</p> <p>4. 健康促進網定期更新最新之性教育專業知識</p> | 4. 社區資源人士 | <p>為之重要性</p> <p>3. 學習正確之家庭概念及避孕觀念</p> |
| 心理健康 | <p>1. 每學年邀請講師或團體進行生命教育或心理健康引導。</p> <p>3. 配合健教領域，引導心理健康觀念。</p> <p>4. 在集會場合鼓勵學生上台</p> <p>5. 訂立認輔計畫，邀請專業認輔老師進行學生心理輔導。</p> | <p>1. 學生</p> <p>2. 教職員工。</p> <p>3. 家長</p> <p>4. 社區資源人士</p> | <p>1. 教導學生認識自我及週遭，懂得反思並與他人正確互動。</p> <p>2. 能認識人生中會遇到的各種課題並了解正面有效的處理方式</p> <p>3. 養成積極樂觀自信的生活態度</p> |

五、人力配置：

| 工作項目 | 職稱 | 姓名 |
|-----------------------------|------|-----|
| 1. 成立健康促進委員會，研擬彙整計畫的報告與撰寫。 | 校長 | 陳柏蒼 |
| 2. 健康促進政策宣導與執行。 | 學務主任 | 陳一銘 |
| 3. 健體領域進行健康促進學校相關課程及教材教具購置。 | 教務主任 | 洪嘉懋 |
| 4. 辦理教職員工健體領域研習活動。 | 教務主任 | 洪嘉懋 |
| 5. 營養午餐的管理與進食狀況的了解。 | 體衛組長 | 黃彥慈 |
| 6. 辦理親職教育日、親師座談。 | 輔導主任 | 林君慧 |
| 7. 心理健康狀況及需求評估及輔導。 | 輔導主任 | 林君慧 |
| 8. 規劃管理健康促進學校硬體設備相關工作 | 總務主任 | 胡小慧 |

| | | |
|------------------------|----------------|------------|
| 9. 宣傳本校本年度健康促進學校的議題。 | 體衛組長 | 黃彥慈 |
| 10. 建立本校健康促進學校網站。 | 網路管理 體衛組長 | 潘奕翰 黃彥慈 |
| 11. 教室布置比賽、境教布置、海報宣傳。 | 學生活動組長 | 周育賢 |
| 12. 建立抽菸、藥物濫用的學生名冊。 | 學生活動組長 | 周育賢 |
| 13. 辦理各項體育競賽。 | 體衛組長 | 黃彥慈 |
| 14. 辦理健康促進學校相關演講與活動。 | 體衛組長 | 黃彥慈 |
| 15. 製作整理健康促進學校的成果。 | 體衛組長 | 黃彥慈 |
| 16. 測量身高體重視力並發給矯正通知。 | 護理師 | 邵怡虹 |
| 17. 實施師生健康檢查。 | 護理師 | 邵怡虹 |
| 18. 健康知識的宣導。 | 護理師、 健康體育老師 | 邵怡虹 |
| 19. 協助各項活動的推廣及社區人力的整合。 | 家長會會長 | 黃高明 |
| 20. 協助辦理學生需求評估與活動。 | 各班導師 | |
| 21. 協助辦理各項活動。 | 各班衛生股長 | |

六、預定進度：

| 執行項目 | | 預定執行月份 | | | | | | | | | | | |
|------------|---------------------|-----------|---|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 規劃要 項 | 推動內容 | 111-112 年 | | | | | | | | | | | |
| | | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 規劃學 校相關 | 1. 成立學校健康促進委員 會。 | → | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|---------------------------------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|--|--|---|
| 組織 | 2. 學期開始會議。 | → | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3. 學期結束會議。 | | | | | | | | | | | | | → | | | | | |
| 課程實施方案 | 1. 擬定課程總體計劃。 | → | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2. 健體領域進行健康促進學校相關課程 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| 延伸活動 | 1. 辦理體育競賽。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 2. 運動會。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 3. 辦理健康促進演講與活動 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 4. 給家長的說明：說明學校健康促進計畫，爭取家長認同及參與。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 5. 利用各種集會宣導健康促進計畫。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 6. 辦理多項運動社團及武術課程 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 7. 營養午餐的管理與食用狀況的了解。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 8. 菸(檳)防制宣導。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 9. 視力及口腔保健宣導。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 10. 實施健康檢查。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 11. 性知識宣導 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12. 全民健保及正確用藥制度宣導 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 13. 舉行教師(學生) CPR 研習。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 14. 心理健康的需求評估及輔導 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |
| | 15. 規劃健康促進學校硬體設備如飲水機、球具球場及健身中心等 | | | | | | | | | | | | | | | | | | → |

七、評價方法與指標：

(一) 過程評價

1. 定期召開健康促進委員會，討論執行的得失，以會議記錄做為評價

依據。

2. 活動（如：演講、親職教育、研習）參加率。
3. 政策宣導執行率（如：學生瞭解程度）。
4. 活動照片及學習成果的展示。
5. 行政處室是否能互相協調，充分運用人力物力資源。
6. 經由回饋單檢討有關問題，提供學校改進建議。

（二）結果評價

1. 健康狀況

- （1）增加 BMI 介於 18.5~22.5 的標準體重人數。
- （2）增加學生體適能。

2. 行為與生活型態

- （1）建立規律且健康的飲食型態和運動型態—減少偏食、嗜吃零食及含糖飲料，增加身體活動量。
- （2）餐後潔牙、坐姿端正、時常遠望以護眼。
- （3）能樂觀自信的表現自己

3. 衛教宣導，增加認知

- （1）對「菸害防制」、「健康體位」、「口腔保健」、「視力保健」、「性教育」、「全民健保」、「正確用藥教育」及「心理健康」，有正確的知識，並瞭解自己行為對健康的好處及危害。
- （2）相關課程教學成果表現。
- （3）前後測結果作量化分析

4. 行為及技巧

- （1）減少偏食情況
- （2）能夠適時合宜的表現拒絕技巧。

5. 環境因素：

- （1）校園境教。
- （2）學校營養午餐均衡與否、學生接受度。
- （3）是否提供完整的健康服務。

八、預期效益：

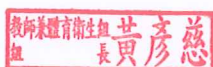
（一）整體目標

1. 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：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。
2. 學校能鼓勵教師在課程規劃納入健康議題，並進行融入教學，深耕學生正確健康理念。
3. 學校結合家長營造一個生理與心理安適之環境。
4. 結合社區資源，建置健康促進合作網絡及夥伴關係，以強化增廣親、師、生之正確健康資訊。

（二）單項議題目標

1. 加強介紹菸(檳)、過度用藥之害處，學習拒絕不良誘惑。
2. 具備慎選食物及有效運動的基本技能，並經由定期健康檢查使學生更加了解自身健康情形。
3. 學習正確性知識及安全性行為之正確觀念
4. 對全民健保制度有正確的觀念及認識
5. 齲齒矯治率能提高至 80%。
6. 視力矯治率能提高至 90%。
7. 養成積極樂觀自信的生活態度
8. 增加觀摩學習機會、提升學生自信，奠定良好心理健康基礎。

承辦人



主任



校長



Faint, illegible text at the top of the page, possibly bleed-through from the reverse side.

第一單元

第一單元

第一單元

**臺南市112學年度沙崙國民中學
健康促進-健康促進學校計畫及校務會議提案通過**

拾、提案討論：

提案一

| 提案單 | | | | | |
|-----|--|------|-----|------|---------|
| 編號 | 1 | 提案單位 | 學務處 | 提案人員 | 體衛組 黃彥慈 |
| 案由 | 有關「沙崙國中緊急大批傷病通報處理流程及相關辦法」，請討論。 | | | | |
| 說明 | 一、依市府 102 年 06 月 26 日南市教安(二)字第 1020538580 函辦理。 二、按上文應每學年初經校務會議討論並通過，議決通過後公告後實施。 | | | | |
| 擬辦 | 本校緊急大批傷病通報處理流程及相關辦法如附件，提請討論。 | | | | |
| 議決 | 照案通過 | | | | |

提案二

| 提案單 | | | | | |
|-----|--|------|-----|------|---------|
| 編號 | 2 | 提案單位 | 學務處 | 提案人員 | 體衛組 黃彥慈 |
| 案由 | 有關「沙崙國中 112 學年度健康促進學校實施計畫」，請討論。 | | | | |
| 說明 | 一、依據學校衛生法。 二、按上文應每學年初經校務會議討論並通過，議決通過後公告後實施。 | | | | |
| 擬辦 | 本校 112 學年度健康促進學校實施計畫如附件，提請討論。 | | | | |
| 議決 | 照案通過 | | | | |

說明：112學年度校會議會議提案討論

臺南市立沙崙國民中學 112 學年度第一學期期末校務會議

壹、日期、時間：113 年 1 月 19 日 下午 1 時 30 分整

貳、地點：視聽教室

參、主席：陳柏蒼校長

肆、出席人員：如簽到表

伍、列席人員：如簽到表

陸、主席報告：(略)

柒、上次校務會議(112.8.29)提案決議執行情形：

提案一



| 提案單 | | | | | |
|-----|--|------|-----|------|---------|
| 編號 | 1 | 提案單位 | 學務處 | 提案人員 | 體衛組 黃彥慈 |
| 案由 | 有關「沙崙國中緊急大批傷病通報處理流程及相關辦法」，請討論。 | | | | |
| 說明 | 一、依市府 102 年 06 月 26 日南市教安(二)字第 1020538580 函辦理。 二、按上文應每學年初經校務會議討論並通過，議決通過後公告後實施。 | | | | |
| 擬辦 | 本校緊急大批傷病通報處理流程及相關辦法如附件，提請討論。 | | | | |
| 議決 | 照案通過 | | | | |

提案二

| 提案單 | | | | | |
|-----|--|------|-----|------|---------|
| 編號 | 2 | 提案單位 | 學務處 | 提案人員 | 體衛組 黃彥慈 |
| 案由 | 有關「沙崙國中 112 學年度健康促進學校實施計畫」，請討論。 | | | | |
| 說明 | 一、依據學校衛生法。 二、按上文應每學年初經校務會議討論並通過，議決通過後公告後實施。 | | | | |
| 擬辦 | 本校 112 學年度健康促進學校實施計畫如附件，提請討論。 | | | | |
| 議決 | 照案通過 | | | | |

提案三

| 提案單 | | | | | |
|-----|---|------|-----|------|-----|
| 編號 | 3 | 提案單位 | 總務處 | 提案人員 | 井立妍 |
| 案由 | 訂定「臺南市立沙崙國民中學職業安全衛生計畫」及「安全衛生工作守則」各一份，擬提報校務會議表決通過。 | | | | |
| 說明 | 依據臺南市政府教育局 112 年 8 月 17 日第 223623 號公告辦理。 | | | | |
| 擬辦 | 案經校務會議表決後，辦理公告施行。 | | | | |
| 議決 | 照案通過 | | | | |

捌、上次校務會議(112.8.29)臨時動議決議執行情形：無提案

說明：112 學年度校會議會議提案討論通過