

# 臺南市歸仁區保西國民小學

## 112 學年度

### 健康促進學校計畫書



# 臺南市歸仁區保西國民小學 112 學年度學校健康促進實施計畫

## 一、計畫依據

- (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

依據學校教職員工生現行問題分析與健康需求評估，成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊。藉由學童健康檢查及例行性體格檢查結果，發現本校學童過重比率及齲齒盛行率、傷病以擦傷、挫撞傷比例偏高。因此健康體位、口腔保健及安全教育與急救為本校急需解決的三大健康議題。本校學童家庭有吸煙習慣不少，菸害防治亦是刻不容緩的課題，健康體位是培育健康國民不可欠缺的議題。近年來因性開放及相關知識的缺乏，愛滋病防治等的生理衛生教育，是必需於校園紮根的工作；加上近年來因藥物取得日趨方便，因此，正確使用藥物觀念也應於國小階段建立。而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。基於上述因素，本校 112 學年健康促進學校推動八大議題分別為視力、口腔保健、健康體位、菸檳防制、全民健保（含正確用藥）、性教育（含愛滋病）、正向心理健康以及安全急救教育。

在口腔檢查方面：111 學年一年級的齲齒比率較前一年度下降約為 32.3%，四年級的齲齒比率較前一年度下降約為 31.63%。顯示正確的潔牙習慣及潔牙方式已有初步成效。本校將持續安排貝氏刷牙、牙線教學及含氟漱口水使用方法，希望改善口腔衛生習慣。根據上表，發現 111 學年適中比率較前一年度下降約為 5.95%。過輕比率較前一年度上升約為 1.28%。過重比率較前一年度上升約為 3.38%，超重較前一年度上升約為 1.29%。學校將加強執行體適能、營養教育及教師隨班指導營養午餐相關活動，並列為今年健促執行的重點及擬訂可行方案加以改善。本校 111 學年度整體視力不良率較前一年度上升約為 0.4%，本校仍會持續推動一連串視力保健工作的推行，以有效控制視力不良率。

## 三、背景說明及分析

### (一) 學校整體環境 SWOTS 分析

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
地理環境	1 民風勤樸，家長關心學校教育。 2 老師深受敬重，親師互動良好。	1 交通繁雜，學生上下學安全堪慮。 2 地處鄉鎮邊陲，工商業較不發達，人口流失嚴重。	1 環境單純，交通便利，建商推案進駐，減少人口流失。	1 學區範圍大，常有學生越區就讀。 2 車輛流量大，交通安全堪慮	1. 充分利用社區內資源進行相關教學。 2. 引導學生認識並積極參與社區活動。 3. 積極推動交通安全教育，建立學童正確的交通安全認知與行為。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
硬體設備	1 教學大樓，各項教學設備齊全有助於師生教學。 2 積極爭取經費，充實並改善校園設備。 3 尋求家長會社區資源。	1 部分教室老舊，各項教學設備亟待改善並充實。 2 各項教學及活動設備無法維修，亟待拆除並增添設備。	1 充實更新資訊設備及遊戲器材、音樂設備陸續完成，協助師生教學，提升教學效果。	1 教室多為老舊建築。 2 未能編列硬體建設維護經費。	1. 加強生活教育，建立學生愛惜公物的好習慣。 2. 宣導設備正確使用方法。 3. 落實公物保管責任制。 4. 爭取各項資源維護。
教師	1 教師各具專長，學年之間互動良好，肯經驗分享，有效提升教師專業能力。 2 師生關係及親師溝通，互動良好。	1 教師忙於班級經營及級務，恐無暇參加研習進修，或修習學位。 2 教師兼任過多行政工作，無暇閱讀專書或參加研習進修。	1 提供安排校內外教學進修研習。 2 購置教育專書或教學影片增強認知及專業成長。 3 提供教師在職進修機會。	1 單親及弱勢學童人數眾多需要特別照護，影響老師教學。 2 行政級務繁重，教師無暇參加各項研習。	1. 根據教師需求規劃教師進修內容。 2. 鼓勵教師自行研發教材。 3. 加強親師合作減輕教師工作負擔。 4. 學期末辦理校內教師教學經驗分享
行政人員	1 行政人員負責盡職，充分溝通協調。 2 行事敏捷，主動積極。	1 編制不足，教師需兼辦行政工作。 2 教師行政專業能力不足。	1 主計、出納、庶務、人事等專業行政業務，已編制專人負責。	1 成長動力因人而異。 2 未有具體可行客觀的行政評鑑標準。	1. 行政資訊化。 2. 暢通協調溝通管道。
學生	1 農家子弟，勤儉樸實，活潑好動，可塑性強。	1 單親及需特別關懷學生多。 2 多元競爭的社會親子關係疏離。 3 問題家庭產生學生偏差行為。	1 透過慈善機構及老師愛心，對單親及需特別關懷學生多方協助。	1 社會多元複雜學生抵擋外來誘惑定力不足，或受不良同儕影響。 2 少數家庭教育偏差，衍生教育問題。	1. 進行主題統整課程提高學習興趣。 2. 規劃多元學習活動適應多元需求。 3. 加強教師輔導專業知能。
家長	1 家長、委員會團結和諧，肯定、支持學校教育。 2 部份家長關心學校教育，協助推動校務發展。	1 部份家長曲解教育，過度關心校務造成學校困擾。 2 學區家長社經背景殊異，親職教育待落實。	1 提供親職教育機會，善盡父母責任及角色責任。 2 開放家長參與校務管道。	1 部份家庭教育和學校教育脫節。 2 單親家庭比例漸高。	1. 辦理親職講座。 2. 辦理家長成長團體。 3. 健全家長會及班親會組織。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
社區資源	1 社區提供人力物力資源，回饋學校關心學校教育。 2 提供獎學金，獎助清寒、優秀學童。	1 尚缺有組織的整合系統。	1 善用社區資源改善、充實學校軟硬體設備。 2 努力推動學校教育，對學生多付出一分關懷及愛心，回饋社區。	1 容易受到社區人情牽制，關說請託難免。	1. 建立學校與社區資源人力網絡。 2. 參與社區活動傳承社區文化。 3. 配合社區特色發展學校本位課程。

## (二) 109 學年至 111 學年口腔檢查結果統計表

年級	學年	人數	齲齒人數	齲齒比率
一	109	37	8	21.62%
	110	38	15	58.97%
	111	30	8	26.67%
	111學年 臺南市			30.10%
四	109	37	10	27.27%
	110	39	21	53.85%
	111	36	8	22.22%
	111學年 臺南市			24.84%

一年級口腔檢查結果統計表

學年	人數	齲齒人數	齲齒比率
109	37	8	21.62%
110	38	15	58.97%
111	30	8	26.67%
111學年臺南市			30.10%

四年級口腔檢查結果統計表

學年	人數	齲齒人數	齲齒比率
109	37	10	27.27%
110	39	21	53.85%
111	36	8	22.22%
111學年臺南市			24.84%

111 學年一年級的齲齒比率較前一年度下降約為 32.3%，四年級的齲齒比率較前一年度下降約為 31.63%。顯示正確的潔牙習慣及潔牙方式已有初步成效。本校將持續安排貝氏刷牙、牙線教學及含氟漱口水使用方法，希望改善口腔衛生習慣。

## (三) 109~111 學年全校學童體位判讀統計表

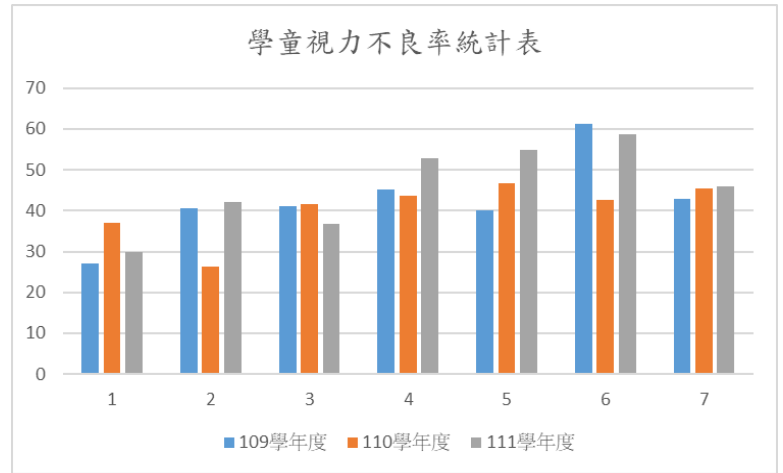
109~111 學年全校學童體位判讀統計表																
	過輕				適中				過重				超重			
	111 年 臺南市	109 學年	110 學年	111 學年	111 年 臺南市	109 學年	110 學年	111 學年	111 年 臺南市	109 學年	110 學年	111 學年	111 年 臺南市	109 學年	110 學年	111 學年
人數		7	4	7		129	137	133		18	26	35		40	33	37

百分比	9.68	3.6	2.02	3.30	62.69	66.5	68.69	62.74	12.60	9.3	13.13	16.51	15.03	20.6	16.16	17.45
-----	------	-----	------	------	-------	------	-------	-------	-------	-----	-------	-------	-------	------	-------	-------

根據上表，發現 111 學年適中比率較前一年度下降約為 5.95%。過輕比率較前一年度上升約為 1.28%。過重比率較前一年度上升約為 3.38%，超重較前一年度上升約為 1.29%。學校將加強執行體適能、營養教育及教師隨班指導營養午餐相關活動，並列為今年健促執行的重點及擬訂可行方案加以改善。

#### (四)109~111 學年學童視力不良率統計表

年度	109	110	111	111 年
年級	不良率 (%)	不良率 (%)	不良率 (%)	臺南市不良率
一	27.03	37.08	30	
二	40.54	26.28	42.1	
三	41.03	41.69	36.8	
四	45.16	43.68	52.9	
五	40.11	46.78	55	
六	61.29	42.55	58.6	
合計	42.78	45.5	45.9	43.75



本校 111 學年度整體視力不良率較前一年度上升約為 0.4%，本校仍會持續推動一連串視力保健工作的推行，以有效控制視力不良率。

#### (五) 本校健康促進七大議題的 SWOTS 分析如下：

	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
視力保健	1. 學校設有視力保健工作小組，大家分工良好。 2. 校地廣闊、美化綠化完善。	1. 電視電腦及，孩童過度使用視力，近視孩童增加。 2. 本校為資訊融入教學學校。	1. 教師配合督促學生矯治情形非常落實。	1. 學生課後到安親班繼續習寫功課，眼睛沒有充分休息的機會。 2. 有些家長忙於工作，無法帶學童至眼科醫生處進行視力矯正。 3. 網路日趨普及，孩童使用電腦時數增加迅速。	1. 強化學生減少用眼的活動。 2. 第二節20分鐘下課時間進行課間活動。 3. 每學期檢查學童視力，確實追蹤回條交回情形。 4. 舉辦視力保健相關活動。



口腔衛生	<p>1. 學校設有口腔衛生工作小組，功能卓著。</p> <p>2. 牙醫師公會均提供漱口水，教師指導孩童執行每週含氟水漱口確實。</p> <p>3. 定期健康檢查到校進行口腔篩檢。</p>	<p>1. 各班走廊外洗手台只有3個水龍頭，造成學生餐後潔牙需排隊等待較長時間。</p>	<p>1. 教師配合督促學生矯治情形非常落實。</p> <p>2. 本校護理師每年都會指導一年級學童正確潔牙方式-貝氏刷牙法。</p>	<p>1. 學生喜歡吃含糖食物，並且並不會吃完後就進行漱口或刷牙。</p> <p>2. 有些家長忙於工作，無法帶學童進行齲齒矯治。</p> <p>3. 學童家長觀念輕忽，在家時間疏於注意孩子的潔牙工作與口腔健康。</p>	<p>1. 強化學生餐後潔牙的活動。</p> <p>2. 每學期一次檢查學童口腔，並確實追蹤回條交回情形。</p> <p>3. 一週一次含氟水漱口，維持孩童口腔健康。</p> <p>4. 在教室進行潔牙活動。</p>
健康體位	<p>1. 學校設有多樣化體育社團，並規劃各學年體能活動。</p> <p>2. 學童各項健康檢查資料確實建檔。</p>	<p>1. 學生飲食行為不佳，影響正常體位。</p>	<p>1. 教師積極推廣體育性社團活動。</p> <p>2. 教師將健康飲食觀念融入各科教學。</p>	<p>1. 學校旁有便利商店及飲料店，學生下課後購買容易。</p>	<p>1. 每學期辦理體育競賽活動。</p> <p>2. 辦理健康相關研習。</p> <p>3. 各班有專屬的運動器材。</p> <p>4. 參加各類型運動比賽，增加學童運動動機。</p>
菸(檳)防制	<p>1. 學校對師生的防治宣導有明確分工。</p> <p>2. 教師及學生皆未發現抽菸案例。</p>	<p>1. 本校位於郊區，家長多為農工階級，抽菸人口比例偏高。</p>	<p>1. 師生對於拒菸有基本認知。</p>	<p>1. 對社區民眾到校運動與參觀時的抽菸行為無法制止。</p>	<p>1. 強化學生的拒菸認知。</p> <p>2. 辦理菸害防治相關宣導與研習。</p> <p>3. 結合大專院校，舉辦衛教宣導活動，呼籲社區民眾重視自己的健康。</p> <p>4. 於親職教育日推動各種健康促進活動。</p>
全民健保(含正確用藥)	<p>1. 「全民健保」有關之教學與活動融入健康與體育課程教</p>	<p>1. 學童對全民健保認知缺乏。</p> <p>2. 家長社經地位差異大，參與</p>	<p>1. 教師配合宣導。</p> <p>2. 相關機構可提供師資辦理</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法在課程中再另行安排教學活</p>	<p>1. 於週會時間，宣導全民健保相關知識。</p> <p>2. 結合社區資</p>

	<p>學。</p> <p>2. 學校有專任護理師。</p> <p>3. 每學期均按時辦理健康檢查。</p> <p>4. 每學年健康課程均分配有用藥相關議題探討。</p>	<p>活動及提供協助之歧異度大。</p> <p>3. 社區醫院不足。</p> <p>4. 家長社經背景影響正確知識傳遞。</p>	<p>全民健保專題演講。</p> <p>3. 課程實施正常，健體教師均正常安排用藥相關知識。</p>	<p>動。</p>	<p>源做相關宣導。</p> <p>3. 於週會時間，宣導如何正確用藥相關知識。</p> <p>4. 利用班親會與社區運動會加強宣導。</p>
性教育 (含愛滋病)	<p>1. 每學年健康課程均分配有性教育相關議題。</p> <p>2. 教導處確實辦理性教育及愛滋病教育相關研習。</p>	<p>1. 本校位於郊區，家長多為農工階級，生活忙碌，無暇參與學校研習。</p> <p>2. 家長社經背景影響正確知識傳遞。</p>	<p>1. 課程實施正常，健體教師均正常安排性教育相關知識。</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法再另行安排教學活動。</p> <p>2. 家長配合度不高，使課程落實效果不彰。</p>	<p>1. 本校護理師每年均針對高年級學童進行性教育宣導。</p> <p>2. 針對中高年級進行愛滋病教育宣導。</p>
正向心理健康	<p>1. 教導處確實辦理正向心理健康相關研習。</p>	<p>1. 家長社經背景影響正確知識傳遞。</p>	<p>1. 課程實施正常，教師均正常安排正向心理健康相關知識。</p>	<p>1. 家長配合度不高，使課程落實效果不彰。</p>	<p>1. 結合社區資源做相關宣導。</p>
安全急救教育	<p>1. 每學年健康課程均分配有急救教育相關議題。</p>	<p>1. 學童對安全認知缺乏。</p>	<p>1. 每年均會辦理教師急救研習。</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法在課程中再另行安排教學活動。</p>	<p>1. 配合防災教育，實施急救相關教學及宣導。</p>

#### 四、計畫目的

##### (一)視力保健方面：

- (1)落實視力保健觀念，養成正確用眼及護眼運動習慣。落實規律用眼 3010、戶外活動 120。
- (2)增強全校師生視力保健常識，並能確實落實於日常生活中 3C 小於 1。
- (3)定期教室照明度檢查，營造優質的閱讀及學習環境。

##### (二)口腔衛生方面：

- (1)學童能正確選用牙刷。
- (2)學童能將口腔保健觀念落實於生活中。
- (3)全校的潔牙率及使用含氟漱口水率能達 95%。
- (4)將口腔保健觀念推行於家庭中，引起家長的重視。

##### (三)健康體位方面：

- (1)促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。
- (2)學校午餐經營養師把關，採少鹽、低糖、低油、高纖食材。

(3)各班導師隨班指導營養午餐使用，建立正確的用餐知識，養成定時定量的良好習慣。

(四)菸害防制方面：

(1)認識菸害對肺部及身體造成的危害，並獲得菸害防治的相關知識。

(2)學童能學會愛惜自己的身體、珍愛生命。

(五)全民健保（含正確用藥）方面：

(1)學童能具備正確用藥知識。

(2)學童能瞭解不當藥物使用引起的危害。

(3)透過學校教育讓學生建立正確就醫觀念及珍惜醫療資源的必要性。

(4)了解二代健保，以及迎接臺灣高齡化社會將面臨的問題。

(六)性教育（含愛滋病）方面：

(1)學童能健康面對青春期及正確的網路交友的觀念。

(2)學童能做好青春期的自我照護。

(3)學童懂得自我防護及避免傷害他人。

(七)正向心理健康方面：

(1)提升學生心理健康正確知識率。

(2)提升學生心理健康正向態度率。

(3)提升學生心理健康自我效能比率。

(八)安全急救教育：

(1)學童確實遵守交通規則，騎腳踏車及搭乘機車時，上下學均戴安全帽。

(2)教職員的 CPR 認證達 100%，每人具備基本的急救常識，且能正確操作急救設備。

(3)校園沒有安全死角，傷病比例能維持在 10% 以下，重大意外事件維持 0% 的成長。

## 五、計畫內容

(一) 實施方法與時間：

計畫項目	工作重點	參與人員	實施時間
整體學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計畫推行小組。 2. 制定實施計畫並納入學校行事曆。 3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。 4. 結合社區相關團體制定學校衛生政策。	1. 健康促進學校計畫推行小組成員。 2. 社區資源人士、教職員工及家長。	112 年 8 月
	1. 擬定學童視力保健計畫。 2. 確實執行課間體適能活動。 3. 視力檢查時，隨機的宣導活動。 4. 教室採光測量以便提供教職員工生符合規定的	1. 健康促進學校計畫推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工生及家長。 4. 社區民眾。 5. 義工團體。	112 年 8 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~10 月 112 年 9 月、113 年 3 月



視力保健	<p>燈光照度。</p> <p>5. 針對採光測量不足部份，進行環境改善措施。</p> <p>6. 養成學生端正的閱讀寫字姿勢。</p> <p>7. 每學期進行學生視力檢查並追蹤輔導管理。</p> <p>8. 回收異常通知單。</p> <p>9. 進行視力保健之統計及分析。</p> <p>10. 新型課桌椅按身高入座。</p> <p>11. 六年保有正常視力學童頒獎活動。</p> <p>12. 視力保健相關知識納入教學活動中。</p> <p>13. 校園美化及綠化。</p> <p>14. 校室全面重新粉刷，提供優質的學習環境。</p>		<p>112年9月~10月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年9月~10月</p> <p>112年11月、113年5月</p> <p>112年11月</p> <p>113年03月</p> <p>113年03月</p> <p>113年6月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年9月~113年6月</p>
視力保健			
口腔衛生	<p>1. 舉辦口腔保健宣導活動</p> <p>2. 進行每日餐後潔牙。</p> <p>3. 每週二含氟水漱口活動。</p> <p>4. 定期口腔檢查並追蹤輔導管理。</p> <p>5. 進行口腔檢查之統計分析。</p> <p>6. 營造潔牙環境。</p> <p>7. 一年級學童含氟水漱口使用說明。</p> <p>8. 一年級學童教導貝氏刷牙法。</p> <p>9. 口腔保健知識納入教學活動中。</p> <p>10. 新生座談會宣導活動。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士。</p> <p>3. 教職員工生及家長。</p> <p>4. 社區民眾。</p>	<p>112年10月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年9月~113年5月</p> <p>112年6月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年9月</p> <p>112年9月</p> <p>112年9月~113年6月</p> <p>112年8月</p>
	<p>1. 辦理校內晨、課間活動及每週30分鐘的健康操練習。</p> <p>2. 辦理校內體適能慢跑比賽。</p> <p>3. 每班每週利用兩天於晨</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士。</p> <p>3. 教職員工生及家長。</p> <p>4. 社區民眾。</p>	<p>112年9月~113年6月</p> <p>112年12月</p> <p>112年9月~113年6月</p>

健康體位	<p>間活動實施慢跑活動。</p> <p>4. 辦理運動會及社區運動會。</p> <p>5. 辦理游泳教學、宋江陣、武術和民俗體育教學。</p> <p>6. 對於全校 BMI 大於 24 之學童及體位異常學童，給予衛教，包括飲食衛教、跑步、跳繩、慢跑等活動。</p> <p>7. 邀請鄰近學校營養師到校宣導營養保健相關知識。</p>		<p>113 年 3 月</p> <p>112 年 9 月~113 年 6 月</p> <p>112 年 10 月~113 年 6 月</p> <p>113 年 4 月</p>
菸(檳)防制	<p>1. 利用朝會時間向全校師生宣導菸害防治的觀念。</p> <p>2. 張貼菸害防治海報於中央走廊供全校師生參閱。</p> <p>3. 懸掛菸害防治布條於明顯處，引起進入校園民眾的注意。</p> <p>4. 學校全面禁煙。</p> <p>5. 親師座談會宣導及利用跑馬燈宣導。。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士。</p> <p>3. 教職員工生及家長。</p> <p>4. 社區民眾。</p>	<p>112 年 9 月</p> <p>112 年 9 月</p> <p>112 年 9 月~113 年 6 月</p> <p>112 年 9 月~113 年 6 月</p> <p>112 年 9 月</p>
全民健保 (含正確用藥)	<p>1. 晨會宣導用藥安全的基本觀念。</p> <p>2. 於週會時間，宣導全民健保相關知識。</p> <p>3. 結合社區資源做相關宣導(衛生所)。</p> <p>4. 全民健保議題成效指標問卷前測。</p> <p>5. 全民健保議題成效指標問卷後測。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士、教職員工及家長</p>	<p>112 年 10 月</p> <p>112 年 10 月~113 年 6 月</p> <p>113 年 4 月</p> <p>112 年 10 月</p> <p>113 年 4 月</p>
性教育 (含愛滋病)	<p>1. 高年級性知識前測</p> <p>2. 高年級性教育宣導</p> <p>3. 高年級性知識後測</p> <p>4. 性教育融入健體領域</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士、教職員工及家長。</p>	<p>112 年 10 月</p> <p>113 年 3 月</p> <p>113 年 4 月</p> <p>112 年 9 月~113 年 6 月</p>
正向心理健康	<p>1. 正向心理健康宣導。</p> <p>2. 正向心理健康前測。</p> <p>3. 正向心理健康後測。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p>	<p>112 年 9 月</p> <p>112 年 10 月</p> <p>113 年 4 月</p>

安全急救教育	1、宣導騎乘機車載安全帽 2、規定騎乘單車載安全帽 3、進入校門口機車兩段左轉。 4、上學時段集中，7:30 後禁止汽機車進入校園 5、放學時段實施人車分道。 6、開學前就制訂「遊戲器材檢查單」。 7、新生入學，導師即介紹遊戲器材的正確使用方法。 8、遊戲器材正確使用方法，張貼於遊戲器材旁，以教導學童正確使用遊樂器材。 9、如因使用遊戲器材發生意外，即進行使用宣導及維修，避免意外再次發生。 10、舉辦校內競賽，明定規則藉機宣導正確運動安全觀念，如慢跑、跳繩準則。 11、教師每兩年參加 CPR 研習與認證，且認證率達 100%。	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士、教職員工及家長。	112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 8 月 112 年 9 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 8 月
安全急救教育			112 年 9 月~113 年 6 月 112 年 8 月

## (二) 實施大綱

實施大綱	訂定學校衛生政策	健康服務	健康教學與活動	學校物質環境	學校社會環境	社區關係
視力保健	擬定學童視力保健計劃。	1. 每學期進行視力保健之統計及分析。 2. 新生配合健康檢查，進行斜弱視篩檢。	1. 灌輸學生端正的閱讀寫字姿勢。 2. 鼓勵學童下課時間進行動態活動，讓眼睛休息。	每學期初，教室進行採光測量提供師生符合規定的燈光照度。	強化輔導機制與轉介網路。	1. 善用社區資源，如衛生所及醫療相關機構。 2. 利用家庭連絡簿，聯絡學童視力保健實施情形。

口腔衛生	訂定口腔衛生保健計畫。	1. 定期口腔檢查並追蹤輔導管理。 2. 口腔檢查結果通知家長。	1. 舉辦口腔保健宣導活動。 2. 每週二含氟水漱口活動。	1. 營造舒適之潔牙環境。 2. 充實口腔衛生保健設備。	教師配合督促學生矯治情形非常落實。	利用班親會或校慶活動，辦理學童口腔衛生保健有關之宣導活動。
健康體位	各行政單位溝通協商。	每學期實施學生身高、體重、體適能、BMI 之檢測、統計及缺點追蹤	1. 辦理學生多元運動性社團活動，培養學童規律運動習慣。 2. 舉辦「每週無肉日」活動。	加強飲用水設施管理與保養。	在公佈欄，張貼正確健康體位保健海報、標語、圖片。	透過運動會邀請社區民眾一同參與。
菸(檳)防制	召開無菸衛生保健工作小組會議。	調查吸菸的家長人數，以了解學生所處的家庭環境。	結合相關單位進行菸毒危害預防宣導。	圖書館及健康中心提供師生有關無菸防制相關書書籍	在校園中張貼禁菸禁檳標誌及宣導海報、布條。	推動家長及來賓至校不吸菸運動。
全民健保 (含正確用藥)	1. 成立全民健保宣導小組。 2. 舉辦正確用藥相關研習訓練。	1. 相關機構可提供師資辦理全民健保專題演講。 2. 提供正確用藥諮詢。	1. 「全民健保」有關之教學與活動融入健康與體育課程教學。 2. 辦理正確用藥及防治藥物濫用講座。	1. 網頁提供全民健保相關網站資源。 2. 結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視正確用藥之議題。	1. 教師配合宣導。 2. 辦理教師防治藥物濫用研習，以提高教師對藥物濫用學生之辨識能力與防治力。	1. 結合社區資源做相關宣導。 2. 配合校外會定期與不定期進行尿液篩檢，以預防藥物濫用。
性教育 (含愛滋病)	訂定性別平等教育與性侵害及性騷擾防制實施計畫	1. 落實性別平等教育法。 2. 宣導校園性侵害及性騷擾防治處理及通報流程。	護理師每年針對高年級學童進行性教育宣導。	防治校園性侵害或性騷擾，並定期檢視校園安全。	辦理性別平等、性教育宣導及藝文活動。	繪製校園危險地方，加強安全宣導。
正向心理健康	舉辦正向心理健康相關研習宣導。	相關機構可提供師資辦理正向心理康專題演講。	灌輸學生正確觀念。	結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視	教師配合宣導。	結合社區資源做相關宣導。

				正向思考之議題。		
安全急救教育	建立事故傷害防制與緊急救護體系。	1. 全校意外傷害次數統計。 2. 學生如遇緊急狀況，適時予以協助轉介至合適的醫療單位就醫。	1. 辦理教師、家長及社區民眾創傷急救研習。 2. 事故傷害防制融入領域教學。	於走廊的柱子轉角加裝防撞軟墊，降低意外發生機率。	在校園重要通道、明顯地點，張貼交通號誌圖片，供學生學習、認識。	志工及交警協助學校交通安全工作，降低交通意外發生率。

## 六、人力配置

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	劉英國	校長	研擬並主持計畫，彙整報告及撰寫計畫。
協同主持人	張正立	教務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	張耀輝	學務組任	健康網路網頁製作及維護。
協同主持人	蔡慶南	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
研究人員	黃柏儒	體衛組長	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。
研究人員	鄭登富	教學組長	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。
研究人員	沈千博	生教組長	社區及學校資源之協調聯繫。
研究人員	朱裕芬	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。
研究人員	蘇珮如	家長會長	社區及學校資源之協調整合。
研究人員	李國誠	教師代表	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。

七、計畫期程：112年8月1日至113年6月31日。

(一)預定進度

年、月次 工作項目	112年 8月	112年 9月	112年 10月	112年 11月	112年 12月	113年 1月	113年 2月	113年 3月	113年 4月	113年 5月	113年 6月
1、擬定工作計劃	■										
2、組成工作小組	■										
3、遊戲器材檢視	■										
4、全校視力檢查		■	■	■				■	■		
5、全校學生口腔 檢查				■	■	■	■				
6、發給體格測量通 知單		■	■	■				■	■		
7.性教育宣導								■	■		
8、視力異常通知追 蹤矯治		■	■	■	■			■	■	■	
9、口腔異常通知追 蹤矯治				■	■	■					
10、回收異常通知 單				■	■	■		■	■	■	
11、調整課桌椅高 度			■	■	■						
12、照明採光檢測		■	■				■	■			
13、建立「口腔衛 生」良好觀念		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
14、辦理各項體育 性活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
15、學生晨間、課 間時間進行體 能活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
16、全民健保宣導 活動									■	■	
17、辦理體育競 賽活動及闖關活動					■	■		■	■		
18、辦理專題演講		■	■	■				■	■		
19、網頁製作宣導			■	■	■	■	■	■	■	■	■



20、相關教育宣導活動											
21、健康教育課程教學											
22、應用資源共享機會加強宣導											
23、正確用藥、菸害防治話劇表演活動											
24、頒獎及成果展示											
25、工作檢討											
26、資料彙整											
27. 繕寫計畫											
28. 寄出計畫											

八、評價方法：

項目	達成程度				
	81%以上	61-80%	41-60%	21-40%	20%以下
一、制定學校衛生政策					
1. 召開學校衛生促進委員會會議	5	4	3	2	1
2. 組織工作小組	5	4	3	2	1
3. 訂定時程表	5	4	3	2	1
得分小計					
二、健康教學與活動					
1. 請各班級教師進行八項議題之課程融入設計	5	4	3	2	1
2. 辦理健康生活型態演講	5	4	3	2	1
3. 辦理學生健康飲食演講	5	4	3	2	1
4. 辦理學生視力保健演講	5	4	3	2	1
5. 辦理學生口腔保健演講	5	4	3	2	1
6. 每天課間活動時間進行教職員工生體適能活動	5	4	3	2	1
7. 每週排定班級輪流跑操場	5	4	3	2	1
8. 安全環境與急救教育宣導	5	4	3	2	1

9. 鼓勵學生在校多喝開水，少喝含糖飲料	5	4	3	2	1
10. 辦理全校性運動會	5	4	3	2	1
11. 辦理全校性衛生保健闖關活動	5	4	3	2	1
得分小計					
三、健康服務					
1. 定期辦理學生健康檢查，瞭解學生體位，適時調整衛生宣導策略	5	4	3	2	1
2. 辦理學生體適能檢測	5	4	3	2	1
3. 傷病妥善處理	5	4	3	2	1
得分小計					
四、學校物質環境					
1. 佈置衛生保健櫥窗	5	4	3	2	1
2. 校園環境的美化綠化	5	4	3	2	1
3. 健康中心提供有關身心健康相關書籍	5	4	3	2	1
4. 加強午餐供應商及廚房衛生監督與管理	5	4	3	2	1
5. 佈置午餐櫥窗，宣導均衡飲食	5	4	3	2	1
6. 請學生攜帶環保杯，到校喝白開水	5	4	3	2	1
得分小計					
五、校園健康環境					
1. 每班選拔一位潔牙小天使，協助導師督促該班潔牙活動。並頒發獎狀及禮券鼓勵。	5	4	3	2	1
2. 遊戲器材正確使用方法，張貼於遊戲器材旁，以教導學童正確使用遊樂器材。	5	4	3	2	1
得分小計					
六、社區關係					
1. 於班親會宣導八項議題對孩子的重要性	5	4	3	2	1
2. 邀請衛生所醫護人員到校宣導健康保健相關知識。	5	4	3	2	1
3. 邀請鄰近醫院醫師到校宣導健康保健相關知識。	5	4	3	2	1
4. 邀請鄰近學校營養師到校宣導營養保健相關知識。	5	4	3	2	1
得分小計					
總分					

九、預期成效

議題名稱	指標名稱		112學年度預期績效指標	
視力保健	部頒指標	裸視篩檢視力不良率	降低0.2%以上	
		裸視篩檢視力不良就醫複檢率	達95%以上	
		視力不良惡化率	國小8%以下	
	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	
		3C少於1達成率	達76%以上	
		下課淨空率	達90%以上	
口腔保健	部頒指標	學生未治療齲齒率	降低0.1%以上	
		學生複檢齲齒診治率	達95%以上	
		四年級學生窩溝封填施作率	提升1%以上或達15%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70%以上	
		學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	達70%以上	
		國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	達70%以上	
	健康體位	部頒指標	學生體位適中比率	提升1%以上
			學生體位肥胖比率	降低1%以上
學生體位過重比率			降低1%以上	
學生體位過輕比率			降低1%以上	
地方指標		學生飲水量達成率	達80%以上	
		學生睡眠時數達成率	達80%以上	
		學生運動量達成率	達75%以上	
全民健保(含正確用藥)	地方指標	學生一日蔬菜建議量達成率	達70%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	
		對全民健保正確認知比率	達80%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
		校園二手菸暴露率	7%以下
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。	2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%

業務承辦人



學務主任



校長

