

臺南市關廟區五甲國民小學 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：

本校為增進教職員工生的全人健康，依據教育部健康促進學校計畫與台南市健康促進學校計畫，實施「五甲國小健康促進學校計畫」，藉由成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，營造優質的學習環境，增進全校學生健康安全，快樂學習與成長，落實健康的生活。在 112 學年度本校健康促進推動議題選擇首先配合教育部訂定衛生政策，視力保健、口腔保健、健康體位、菸檳防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)及正向心理健康促進為主要議題。本校自選議題為安全教育與急救，希望藉由健康促進學校的規劃，推動安全教育與事故傷害防治教育乃至急救訓練，增進全校師生對事故傷害之預防與緊急救護處理能力，期使校園事故傷害降至最低。

三、背景說明：

(一) 學校環境分析：

五甲國小成立於民國 36 年，位於原臺南縣最南端關廟鄉松腳社區是屬於鄉下中型學校，112 學年度一至六年級共有 29 班，並設有特教班一班，幼兒園一班，學生數 712 人，編制內教職員工 65 人，校區共有 1.856 公頃，是目前關廟區中小學班級數最多的一所學校。

(二) 家庭與學校生活分析：

學區內參與學生照顧之家長成員大部分屬於勞工階層雙薪父母居多，單親家庭學生、隔代教養學童、新住民配偶學童也不少。這些成員社經地位較低落，容易忽略學生學習情況，且普遍缺乏健康生活型態的相關知識，因此學童之身心健康、學習與成長之差異性值得關切。

(三) 必選議題：「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）」及「性教育（含愛滋病防治）」現況分析：

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 (供參)	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 53.67%	國小 51.42%	47.31%	<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 複檢率	國小 86.91%	國小 95.31%	99.69%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	裸視視力 不良惡化 率	國小 6.87%	國小 6.60%	4.09%	<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	國小 27.33%	國小 24.59%	國小 15.74%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	齲齒複檢 率	國小 84.73%	國小 93.58%	國小 97.3%	<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	體位過輕 率	國小 8.81%	國小 9.17%	6.84%	<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 63.60%	國小 62.14%	59.83%	<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 12.38%	國小 12.52%	14.56%	<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	國小 15.21%	國小 16.16%	18.78%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

資料來源：健康資訊系統統計分析資料(以教育部公告 111 學年度檢查資料)

學童健康檢查及例行性體格檢查結果，本校在 111 學年度視力不良率約 47.31%，111 學年齲齒盛行率小一 18.33%、小四 13.04%，平均 15.74%，111 學年體位超重學童比率 18.78%，故 111 學年度健康體位與視力不良率雖有成效但仍需努力。因此視力和健康體位仍為本校急需解決的二十大健康議題。實施方法為運用健康教育教學與相關活動介入同時並行的方式，希望視力和健康體能的觀念能落實並實踐於日常生活。

110-111 學年度健康檢查執行情形				
視力保健	項 目	110 學年度	111 學年度	推動成效
	學生裸視視力不良率	50.8%	47.31%	↓ 3.49%
	學生視力不良複檢率	99.7%	99.7%	0%
口腔衛生	學生齲齒率	小一:24.81% 小四:8.93%	小一:18.33% 小四:13.04%	小一: ↓ 6.48% 小四: ↑ 4.01%
	學生齲齒複檢率	小一:100% 小四:100%	小一:100% 小四:100%	100%
健康體位	學生體位適中比率	60%	59.42%	↓ 0.58 %
	學生體位過輕比率	4.66%	6.81%	↑ 2.11%
	學生體位過重比率	16.54%	14.49%	↓ 2.05%
	學生體位超重(肥胖)比率	18.8%	19.28%	↑ 0.48%

由「109~111 學年度學生健康檢查統計表」的統計分析可得知本校學生健康需求評估如下：

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	110 與 111 同一 母群體比較
一	32.1%	28.7%	24.4%	-4.3%
二	42.9%	44.5%	32%	-12.5%
三	50%	52%	46%	-6%
四	46.1%	59.8%	61.2%	+1.4%
五	59.8%	61.6%	61.4%	-0.2%
六	64.5%	69%	69.4%	+0.4%

1. 視力保健：

根據台南市111學年度本校學生裸視視力不良率47.31%，較110學年度下降3.49%，視力複檢率維持100%，仍須持續加強學生視力保健觀念與行為的建立，以降低裸視不良率。但近年來智慧型手機及平板電腦的推出，若是孩童太早開始使用，未來學童近視率還會提高，對國民之健康衝擊更鉅。

2. 口腔衛生：

國內兒童蛀牙情形嚴重，依據教育部學生健康資訊系統統計 111 學年台南市小一的初檢齲齒率 18.33%，而本校學生在 111 學年度較 110 學年度小一的齲齒率下降為 6.48%，小四的齲齒率則上升為 4.11%，小一及小四齲齒複檢率為 100%，落實學生口腔保健工作，改善兒童口腔衛生、降低兒童齲齒率仍需努力。

3. 健康體位：

有些家長因為上班關係，或是學生在安親班到晚上，便當或速食品常成為學生的晚餐。調查本校學生發現，111 學年度較 110 學年度體位過輕人數上升 2.15%，體位過重人數減少 2.05%，體位超重人數上升 0.48%，體位適中比較下降 0.58%，降低學生體位體重過重的比率，仍需本校努力的目標，希望透過健康飲食及運動，有效控制學生體重。

4. 菸檳防制：

學校在放學後或假日期間開放校園供民眾運動，校園內常會出現菸蒂及檳榔渣情形判斷，從事校園活動民眾會有吸煙者或嚼檳榔者，香菸、檳榔對於身體有不良影響已經廣為宣導，但如何從國小教育學生了解抽菸、嚼檳榔對身體的危害，並學習如何拒絕第一次的誘惑，為提升國小學童拒菸檳意識，鼓勵有習慣使用菸檳的家人及早戒菸檳，以減少對學童及家長健康危害，是學校健康促進工作重點。

5. 性教育（含愛滋病防治）：

性教育（含愛滋病防治）是每學年推動相關的健康促進活動，性教育相關議題融入課程教學，落實健康教學正常化；學校利用跑馬燈宣導性教育及愛滋病，公佈欄張貼相關宣導海報；校長與輔導主任於學生晨會宣導家暴性侵防治；辦理相關藝文比賽，進行愛滋病防治宣導，希望能運用教育的方式，增進性別教育的提升，以達到兩性互相尊重與平等。

6. 全民健保(含正確用藥)：

本校聘請藥師協助宣導推動，規劃多元活潑且生活化之【正確用藥】宣導活動。顯示經由教學及宣導活動介入，導正學童對全民健保錯誤的觀念有顯著成效，使之妥善運用全民健保提供之服務，瞭解全民健保資源有限，要善用醫療資源不浪費，培養珍惜全民健保資源的觀念與做身體的主人、清楚表達自己的身體狀況、看清楚藥品標示、清楚用藥方法、時間、與醫師、藥師作朋友等用藥常識。

7. 正向心理健康促進：

學校支持師生參與心理健康促進工作的推動，並營造心理健康促進的安全環境，並鼓勵學生使用學校心理健康促進相關設施，課程活動能結合心理健康促進議題增進學生的心理健康促進相關知能，並鼓勵家庭與社區參校園心理健康促進相關活動。

8. 安全教育與急救(自選議題):

根據本校每月傷病的統計資料發現，每學期在校意外傷害人數多達上千人次，平均每日受傷人數為 16-20 人。常見的意外傷害以擦傷和挫、撞傷為主，受傷部位多為手、腳和頭部，而發生較重大意外事故之地點依序為運動場、走廊、遊樂器材區。由歷年校園意外事故人次數統計發現，學生人數遞減，但意外事件卻不降反升。由於校園內活動區域小，每人可活動空間約 15 平方公尺，再加上活動空間多為水泥地學生運動或遊戲時容易擦撞產生意外，至目前為止雖未釀成嚴重的傷害，但事前的預防勝於事後的補救。除了校園內的安全外，包括交通安全、游泳安全、身體自我保護安全等，都是安全教育的範疇，因此除了維護學生在校園內的安全外，如何落實學生們日常生活中的安全教育，和提升教職員工的危機意識，是我們訂為自選議題的目的。

109-111 學年度校園意外事故人次數統計表

學年	109 學年	110 學年	111 學年
人次數/學生數	1256/654	1463/665	1647/689

本計畫希望能將其正確觀念影響家人，以及從小培養正確之衛生知識，養成良好之健康行為，以減少日後疾病及健康問題之發生。將議題融入課程並結合社區衛生單位及地方相關志工服務團體進行宣導、教育的活動，如何培養兒童正確飲食及養成健康運動習慣，營造健康安全的學習環境。

四、計畫內容：

(一)教學策略：

1. 教學原則：

定時教學：配合導師時間及健康與體育課程時間實施教學。

協同教學：採取單元教學活動方式進行之。

朝會宣導：利用全校師生朝會時進行宣導。

- 才藝表演：融入學生才藝表演，以收宣導效益。
2. 配合其他六大學習領域課程及課外活動教學。
 3. 結合社區衛生單位或志工服務團隊進行教學活動。

(二)具體實施內容：

實施議題(一)：視力保健

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 擬定學童視力保健計劃。	養成學生正確用眼習慣並降低視力異常比率。	112年8月~113年7月
健康服務	1. 每學期進行學生視力檢查並追蹤輔導管理。 2. 回收視力異常通知單並追蹤。 3. 進行視力保健之統計及分析。	利用視力異常的回條通知家長，期能使家長督促學生注意視力的保健。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	1. 確實執行課間體適能活動。 2. 舉辦視力保健宣導活動。 3. 視力保健學藝競賽(書法、朗讀、作文)。 4. 舉辦健行活動，指導眼睛放鬆。 5. 推動戶外活動戴帽護眼措施。 6. 視力保健議題融入各科領域教學。	1. 運用學藝競賽及闖關活動加深學生視力保健的知識。 2. 舉辦健行活動教導學生遠眺、休息，以保護視力 3. 落實規律用眼 3010 及戶外活動 120。 4. 推動 3C 小於 1。	112年9月~113年6月 112年10月 112年3月 112年9月~113年6月 經常性
學校物質環境	1. 教室採光測量以便提供教職員工符合標準的燈光照度。 2. 新型課桌椅對號入座。 3. 學校綠化與美化。	1. 隨時注意教學環境的光線確保眼睛的健康。 2. 讓教職員工及學童的眼睛有舒適放鬆空間。	112年8月、113年2月 經常性 經常性
學校社會環境	1. 營造友善校園文化，建立健康快樂的校園環境。 2. 教師隨時關心學生閱讀、寫字姿勢。 3. 班級訂定四電少於一以及 3010 的班級公約。	培養正確寫字及閱讀姿勢，保護視力。	112年9月~113年6月
社區關係	1. 於親師會時向家長做視力保健宣導。 2. 利用聯絡簿請家長協助督促學童正確用眼良好習慣。 3. 於校網刊登視力保健相關訊息。 4. 關心學區內安親班或課後輔導機構，維護學童良好用眼環境。	結合社區資源人士、教職員工及家長推行護眼運動。	112年9月、113年2月

實施議題(二)：口腔衛生

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 擬訂餐後潔牙及含氟漱口水計畫。	養成學生正確潔牙的態度與習慣。	112年9月~113年7月
健康服務	1. 定期聘請牙醫師到校進行口腔檢查並追蹤輔導管理。 2. 進行口腔檢查之統計分析。 3. 張貼口腔衛生相關宣傳海報。	1. 藉由餐後刷牙以保持牙齒的健康。 2. 讓學生了解並關心牙齒健康狀況。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	1. 舉辦口腔保健宣導活動 2. 進行每日餐後潔牙並搭配含氟量達1000PPM以上。 3. 推展貝氏刷牙法。 4. 加強高年級牙線使用策略。	1. 藉由餐後刷牙以保持牙齒的健康。 2. 宣導牙齒保健方法及重要性。 3. 在校兩餐間不吃零食及不喝含糖飲料。	112年9月~113年6月
學校物質環境	1. 播放潔牙歌曲營造潔牙氣氛。 2. 每週提供漱口水班級使用。	養成學生飯後潔牙習慣。	112年9月~113年6月
學校社會環境	1. 不以含糖飲料及糖果做為學生獎勵。 2. 班級訂定每日三餐及睡前刷牙公約。	減少學生攝取糖分以維護牙齒健康。	112年9月~113年6月
社區關係	利用學校各項活動宣導正確潔牙觀念。	1. 養成學生全方位潔牙習慣。 2. 與家長協力督導睡前潔牙習慣。	112年9月~113年6月

實施議題(三)：健康體位

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 規劃並舉辦各項活動並培養教員工及家長正確健康體位觀念。 3. 發給全校家長「身高體重測量結果通知單」。	1. 培養健康促進人員，具備相關知識。 2. 減糖新主張健康好生活。	112年9月~113年6月

健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實施健康檢查，檢查結果資料統計分析。 2. 依照健康檢查結果對體重過重及過輕的學童進行均衡飲食教育。 3. 張貼健康體位、正確飲食相關宣傳海報。 4. 不定期抽檢午餐食材及午餐供應商設備衛生。 5. 成立體重控制班進行減重訓練課程。 	養成維持正確健康體位觀念與行為。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理全校健行活動。 2. 落實體適能教學及檢測。 3. 舉辦班級體育競賽如足球、籃球比賽、跳繩比賽、健康操等等。 4. 實施游泳教學鍛鍊學生強健的心肺功能。 5. 持續推動健康體位 85110 五大核心能力培養並融入教學。 6. 推動健康體適能與飲食營養教育計畫。 7. 落實「健康與體育」領域之正常教學。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 期能使全校學生 BMI 值都能在正常範圍內。 2. 培養學生參與運動的興趣。 3. 養成全校成員從事運動的習慣。 4. 培養正確飲食營養教育。 	112年9月~113年6月
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生活動場地及設施的設置、安全檢視及維修。 2. 運動設施定期維護，體育器材完備。 3. 學校網站張貼午餐菜單及各種營養資訊。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供多元、安全的運動空間。 2. 提供親師生營養教育資訊。 	112年9月~113年6月
學校社會環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 落實特殊疾病學童調查，對有運動限制學生給予協助與輔導。 2. 鼓勵學生利用下課從事戶外活動。 3. 三到六年級進行體適能檢測，一至二年級進行體適能 	讓學生身心得到適當舒展。	112年8月~113年7月

	教學及推廣。 4. 開設多元運動課程及社團，如舞蹈、直排輪、羽球、桌球...等。		
社區關係	1. 結合社區舉辦全校運動會。 2. 與社區武術班合作，鼓勵學生參加比賽。	培養教職員工、學生及家長參與運動的興趣。	112年12月

實施議題(四)：菸檳防制

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 擬定及實施菸檳防制校園計畫。 2. 訂定12月及5月為菸檳防制教育宣導月。	打造無菸檳校園。	112年8月
健康服務	提供菸檳相關知識及諮詢。	了解菸檳害對身心及家庭的危害。	112年8月~113年7月
健康教學與活動	1. 每學年實施菸檳防制課程教學，實施機會教育。 2. 加強電子菸危害認知教學。 3. 結合衛生所辦理菸檳防制宣導活動。	了解菸檳害對身心及家庭的危害。	112年8月~113年7月
學校物質環境	1. 學校大門及校園明顯處張貼禁菸標誌。 2. 無菸、無檳校園營造。	給予學生安全健康的學習環境。	經常性
學校社會環境	推行健康心理，執行無菸檳校園。	給予學生安全健康的學習環境。	112年8月~113年7月
社區關係	1. 結合新生入學座談會及學校運動會，將拒菸檳健康議題宣導行銷「無菸檳家庭」。 2. 結合衛生所與運用社區資源辦理菸檳害防制宣導活動。	會向菸檳說「不」，並使學生內化如何拒絕菸檳。	112年8月

實施議題(五)：全民健保(含正確用藥)

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 宣導全民健保與正確用藥	正確使用健保提供的服務並降低健保資源的浪費。	經常性

	宣導方法相關資訊。		
健康服務	提供全民健保(含正確用藥)相關資訊及諮詢。	增進學生對全民健保(含正確用藥)正確觀念的培養。	112年8月~113年7月
健康教學與活動	1. 「正確用藥」「全民健保」議題融入課程教學。 2. 辦理全民健保宣導活動。 3. 辦理學生正確用藥五大核心能力宣導。	增進學生對全民健保(含正確用藥)正確觀念的培養，並降低健保資源的浪費。	112年8月~113年7月
學校物質環境	1. 張貼全民健保活動標語與海報。 2. 校園跑馬燈持續宣導正確用藥觀念	1. 增進學生對全民健保正確觀念的培養。 2. 親師生瞭解正確用藥觀念並展現於行為改變。	112年8月~113年7月
學校社會環境	1. 制定公約我會向家人宣導全民健保的好處。 2. 建置正確用藥教育之資源網絡。	1. 營造友好、給予學生支持的健康環境。 2. 照顧弱勢、有特殊需求學生。	經常性
社區關係	1. 運用相關網站與文宣資料加以宣導 2. 請衛生所配合學校大型園遊會辦理闖關活動。	讓學生及家長體認健保願景，提升身體健康品質、關懷弱勢、健保永續。	經常性

實施議題(六)：性教育(含愛滋病防治)

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 組織「性別平等教育委員會」。 3. 制定性侵害或性騷擾防治規定。	建構兩性平等的學校文化與環境。	112年9月
健康服務	1. 結合婦幼隊演練「拒絕」生活技能演練。 2. 提供性教育及愛滋病相關資訊及諮詢。	增進學生性教育及愛滋病對正確觀念的培養。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	1. 性別教育(含愛滋病防治)議題融入健康課程教學。 2. 辦理性別教育(含愛滋病防治)宣導。 3. 結合轄區警察分局於朝會向全校師生進行性侵害或	1. 讓學生懂得愛惜、自己尊重他人。 2. 認識愛滋病防治，避免高風險族群並能接納愛滋患者。	112年9月~113年6月

	性騷擾防治宣導。 4. 針對五年級女生，辦理內衣及生理期穿著的指導	3. 用平常心面對青春期的到來。	
學校物質環境	1. 確實落實門禁管制制度。 2. 學校網站張貼性侵害或性騷擾防治相關資訊及教材。	給予教職員工及學生安全的學習環境。	112年9月
學校社會環境	1. 鼓勵學生回家推行性別平等活動。 2. 建立性侵害或性騷擾申訴管道。	營造友善的安全環境。	經常性
社區關係	1. 結合社區愛心商店，共同加入保護學童愛心活動。 2. 運用學校公告及電子看板對家長及師生進行宣導	認識愛滋病防治，避免高風險族群。	經常性

實施議題(七)：正向心理健康促進

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 宣導正向心理健康促進相關資訊。 3. 能協調及整合各處室相關的心理健康促進資源。	將正向心理健康納入校務發展計畫，擬定心理健康促進策略，強化與其他健促議題的統整，健全身心健康發展。	112年9月
健康服務	1. 建立新生個人輔導資料。 2. 認輔制度師生調查。 3. 個案輔導。 4. 小團體輔導：開設人際成長團體、自我探索團體及情緒成長團體。 5. 落實三級輔導制度工作，心理疾病與高關懷學生、協助訪談輔導，適時關懷。	協助正向心理健康促進諮詢與心理健康服務。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	1. 正向心理健康議題融入健康課程教學。 2. 辦理班級輔導。 一年級：學校生活適應與人際交友 二年級：情緒教育 三年級：性騷擾防治 四年級：自我探索 五年級：生命教育	1. 培養師生健康認知、態度自我效能， 2. 提升幸福感教學，涵養正向心理之教師專業知能	112年9月~113年6月

	六年級:情感教育 3. 向全校師生進行正向心理健康宣導。		
學校物質環境	1. 提供安全環境，校園設置監視系統，以預防犯罪。 2. 學校網站張貼正向心理健康防治相關資訊及教材。 3. 充實健康中心、輔導室諮商環境與設備，以發揮心理健康指導與輔導之效能。 4. 設置心理健康促進資訊校園專欄。	1. 給予教職員工及學生安全的學習環境。 2. 提供師生促進心理健康、安全的環境與設施。	112年9月
學校社會環境	1. 落實三級輔導工作，營造友善的校園環境。 2. 學校專業輔導老師及社工員積極宣導。結合輔導活動課程，進行正向心理相關活動。 3. 營造全校師生對心理健康促進活動的支持。 4. 對於情緒管理或適應障礙學生，提供高關懷輔導。	營造全校師生對心理健康促進活動的支持，增進不同性別、族群文化、人際互動的尊重與接納。	經常性
社區關係	1. 結合聯絡簿、健康小叮嚀組織家長會與班親，建立親師生良好的溝通管道。 2. 利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。 3. 結合學術單位、衛生所或民間資源，共同辦理心靈講座、校園心理健康促進相關活動。	結合親師生活動與社區資源，共同推動正向心理健康促進。	經常性

自選議題：安全教育與急救

	實施大綱	預期目標	實施時間
訂定學校衛生政策	1. 籌組健康促進學校計劃工作推行小組。 2. 制定安全教育與急救實施計畫。 3. 訂定校園緊急傷病處理辦	正確且迅速處理傷害及事故的發生。	112年9月

	法。		
健康服務	1. 預防意外傷害的處理。 2. 衛教知識指導。 3. 班級設立急救醫藥箱。	1. 正確且迅速處理意外事故降低傷害程度。 2. 豐富學生安全教育與急救的常識。	112年9月~113年6月
健康教學與活動	1. 安全教育與急救、防災教育議題融入課程教學。 2. 安全教育宣導如水域安全、運動安全、交通安全...等。 3. 實施五年級游泳教學加強自救能力。 4. 結合轄區消防隊辦理教職員工及學生防災訓練。 5. 辦理教職員工、學生 CPR 訓練。 6. 教導學童的傷口處理常識。	1. 透過課程讓學生注意安全並學習正確傷害防治觀念及行為。 2. 培養師生於日常生活中能居安思危，能具有高度靈敏的危機意識。	112年9月~113年6月
學校物質環境	1. 遊戲器材教導學童正確使用方法，並定期檢查及維修。 2. 定期檢查維修校園建築設備。	1. 學生擁有安全學習及活動空間。 2. 培養正確傷害防治觀念及行為。	經常性
學校社會環境	1. 結合交通安全志工加強學生上下學的交通安全。 2. 確實落實門禁管制制度。	營造良好氣氛，減少傷害產生。	112年9月~113年6月
社區關係	1. 於親師會時向家長進行防災知識宣導。 2. 結合社區醫療機構建立校園救護網。 3. 落實家長填寫家庭防災卡貼於聯絡簿，並提供災民收容所查詢。	培養社區民眾正確傷害防治觀念及行為。	經常性

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，各成員之職稱及工作項目見下表：

計畫職稱	姓名	單位及職稱	在本計畫之工作項目
------	----	-------	-----------

計畫主持人	林俊明	校長	研擬並主持計畫，統籌並對健康促進學校相關事宜作決策。
協同主持人	周奕良	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
	林才富	教務主任	
	呂建志	總務主任	
	楊家彰	輔導主任	
執行秘書	蔡美玲	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，社區及學校資源之協調整合
研究人員	楊培昇	衛生組長	各項議題的評估，活動策略設計及效果評價
研究人員	翁參玉	生教組長	訓育及生教活動策略設計及效果評價
研究人員	郭硯聞	午餐執行秘書	辦理午餐營養教育事宜
研究人員	蕭柏琪	體育組長	教學策略設計及課程融入成效評價
研究人員	邱淑華	教學組長	教學策略設計及課程融入成效評價
研究人員	擔任健體領域教師		教學策略設計及課程融入成效評價
研究人員	各班老師及學年主任		教學策略設計及課程融入成效評價
研究人員	陳彥吟	網管與資訊教師	健康促進網路網頁製作及維護
研究人員	張志榮	事務組長	社區及學校資源之協調聯繫及校園環境設施營造與維護
研究人員	陳弘殷	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
專家	戴于清	牙醫師	提供用藥安全相關諮詢服務

六、預定進度（以甘梯圖表示）

內容	年 月									
	112年 8月	112年 9月	112年 10月	112年 11月	112年 12月	113年 1、2月	113年 3月	113年 4月	113年 5月	113年 6、7月
1. 組成健康促進工作團隊										
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. 建立健康網站與維護										
7. 擬定過程成效評量工具										
8. 成效評量前測										
9. 執行健康促進計畫										
10. 過程評量										
11. 成效評價後測										
12. 資料分析										
13. 報告撰寫										

七、計畫期程：112 年 9 月 1 日至 113 年 7 月 31 日

八、評價方法與指標：

(一) 採用台南市健康促進網路問卷系統前後測與學校計畫執行過程評價與結果評價。

1. 視力保健：藉由每學期的健康檢查進行視力檢驗，對已近視者作視力矯正的追蹤後，製成統計表來了解宣導的情形。
2. 健康體位：配合學校體適能的前測和後測之 BMI 數據，來了解宣導後學生體位改善的情形。
3. 口腔保健：班級潔牙記錄及每年請牙醫師來檢查，以齲齒的防治情形及矯治率來評定。
4. 菸檳防制：健康促進網路問卷系統讓學生填寫後統計，進行宣導前後統計，了解宣導成效。
5. 全民健保(含正確用藥)：健康促進網路問卷系統讓學生填寫後統計，進行宣導前後統計，了解宣導成效。
6. 性教育(含愛滋病防治)：健康促進網路問卷系統讓學生填寫後統計，進行宣導前後統計，了解宣導成效。
7. 正向心理健康：能協調及整合各處室相關的心理健康促進資源，健全師生身心

健康發展。

8. 安全教育與急救：結合學校活動來深入內化學生的學習印象及成效，並以學生才藝表演、宣導活動等方式加強認知。

九、預期效益：

(一) 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：

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，健康促進學校能實踐民主化、參與式及透明化的學校管理策略。
2. 全校教職員工生及家長結合社區資源共同創造有助於保持健康的生活環境。

(二) 營造一個生理與心理安適的學校環境：

1. 生理的環境包含一易適應且安全的校園建築、設施，使學生容易於學校環境中適應並且強調學校中教師與學生的互動與參與關係。
2. 心理的環境包含一對於學校的看法、感受與社會的連結，以及學校中的溝通型態與衝突的管理。

(三) 結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係：成立志工組織使

健康知識與行為能從校園走入家庭與社區，廣泛蒐集社區可用資源，加以整編組織，建立學校推廣健康促進之資源庫。

(四) 將健康促進概念、安全維護落實於教學與課程，融入生活經驗當中。

(五) 加強學生對於心理衛生教育的認識，藉著教育宣導使學生重視性教育之問題。

(六) 實施後，希望各單項議題的達到指標：

議題名稱	指標名稱	112 學年度預期績效指標	
視力保健	部	裸視篩檢視力不良率	降低 0.2% 以上
	頌	裸視篩檢視力不良就醫複檢率	達 95% 以上
	指	視力不良惡化率	國小 8% 以下 國中 4.5% 以下
	地	規律用眼 3010 達成率	達 80% 以上
	方	戶外活動 120 達成率	達 80% 以上
	指	3C 少於 1 達成率	達 76% 以上
	標	下課淨空率	達 90% 以上
口腔保健	部	學生未治療齲齒率	降低 0.1% 以上
	頌	學生複檢齲齒診治率	達 95% 以上
	指	四年級學生窩溝封填施作率	提升 1% 以上或達 15% 以

	標		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
	學生一日蔬菜建議量達成率		達 70% 以上
全民健保(含正確用藥)	地方指標	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
	珍惜全民健保行為比率		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	2.5% 以下
	學生嚼檳率		1.5% 以下
	學生電子煙使用率		1.5% 以下
	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
	吸菸學生參與戒菸教育率		達 100%
嚼檳學生參與戒檳教育比率		達 80% 以上	
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。	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%

十、經費來源：

由教育局補助經費及學校相關經費項下支應，並尋求校外團體之支援。

十一、本計畫經校長核可，報教育局審核通過後實施，修正時亦同。

承辦人：



學務主任：



校長：

