

【附件1】

臺南市112學年度山上國民小學健康促進主推議題成效說明

壹、 主推議題：視力保健

貳、 主推原因、背景成因及現況分析：

（一）背景成因：

山上區地理位置約於臺南的中心點，是面積最小的行政區，北方有曾文溪流經，是農工混合型聚落，全區人口數為七千多人，全市人口數排名倒數第三。對外交通近國道三號善化交流道，交通尚屬便利。山上區近期的新景點-「山上水道花園博物館」，是一座封閉許久的秘境的古老水道，因長年不對外開放而成功保留原貌，為現今臺灣規模最大、佔地最廣、保存最完整的上水道設施，它不僅是熱門的國定古蹟景點，也是山上社區老少共同的生活記憶，是老年人兒時嬉戲和年少賴以維生的工作場域，是孩童最想探險和激起挑戰勇氣的森林。

山上國小創校至今118年，前身為「大目降公學校分校」，是一所歷史悠久的百年老校，也是山上區唯一的小學，設有幼兒園、國小部。119學年度全校共計8個班，至111學年度增至10班，師生共計約250人。本校願景為「童趣有夢、學力品質」，目標為打造一所讓孩子擁有實現夢想的競爭力的學校。校地面積不大，約1.1公頃，位於山上區市中心，無法再增加校地，因此於110年從改善建築物開始，原北棟校舍為二樓建築物，拆除重建後改成三樓，增加一樓面積，可作為學生的活動空間及種植各種植物和綠地，幫助孩子維護體適能和視力保健。

本校弱勢家庭學生數比例偏高，學生家庭社經地位及經濟能力均屬中下程度，家長以農業和工業為主，平日忙於農事或工廠輪班，因此無暇妥善照顧和關心孩子身心狀況，家庭功能不彰，孩子們普遍文化刺激薄弱，自信心不足，相關的健康知識缺乏，導致部分學生視力惡化、肥胖、蛀牙等問題。家長社經地位落差較明顯，對健康生活型態的認知觀念落差頗大，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，或缺乏健康維護的動力。近年來社區變遷快速、家庭結構複雜化，本校單親家庭、原住民家庭、身心障礙學生及隔代教養家庭多於都市區域家長，因此相關健康促進的宣導、座談會就更顯重要。

（二）現況分析

山上區目前無眼科診所開業，學生看診眼科不便，必須到鄰近的善化區、新市區、新化區或臺南市區看診眼科，但本校學生裸視不良率近幾年數據皆低於市平均及全國之下，自112學年度獲選為臺南市視力保健種子學校。

以下為本校於109-110學年學生視力相關之數據：

■ 109-110學年度裸視視力不良率：

學年度	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	本校	臺南市	全國 平均
109 學年度	10.71%	17.86%	33.33%	34.78%	45.83%	61.29%	34.13%	43.89%	44.39%
110 學年度	9.09%	17.86%	25%	39.39%	30.43%	58.33%	28.99%	44.2%	45.10%

■ 109-110學年度裸視視力不良複檢率：

學年度	本校	臺南市	全國
109學年度	96.49%	96.10%	91.06%
110學年度	97.96%	96.43%	91.68%

■ 109-110學年度本校裸視視力不良惡化率：

學年度	山上國小
109學年度	11.08%
110學年度	5.70%

壹、實施過程：

(一) 計畫擬定

由衛生政策、物質環境、健康教學活動、健康服務、社會環境、社區關係六大範疇著手，做為本校視力保健推動之策略：

六大範疇	計畫內容、策略	工作團隊
訂定學校 衛生政策	1. 召開學校健康促進委員會擬定計畫	教導處
	2. 組織本校視力保健推動小組	教導處
	3. 擬定視力保健具體推動策略，創造適	教導處

	合本校特色。	
	4. 將「視力保健」納入校務推動計畫	教導處 總務處
	5. 結合家長會、志工會議推動「視力保健」健康議題	教導處 總務處
物質環境	1. 學校設置樂活運動站	教導處
	2. 教室及安親班照明亮度檢測	總務處
	3. 教室投影螢幕與學生座位距離量測	總務處
健康 教學活動	1. 鼓勵學生至戶外運動(SH150)	教導處
	2. 學校舉辦多元戶外活動	教導處
	3. 各班推動飲食教育 (餐前五分鐘、食農教育)	教導處
	4. 視障體驗	教導處
	5. 申請健康促進校園巡迴宣導活動 (113年3月1日週五上午8:00~8:50)、邀請中華醫事科技大學視光系教授到校協助師生視力保健增能(113年3月15日週五上午8:30~9:20)	教導處
	6. 視力不良學生輔導機制	教導處
	7. 其他愛護眼睛策略推動(85210)	教導處
健康服務	1. 實施全校師生健康檢查	教導處
	2. 提供視力保健健康諮詢	教導處
	3. 協助視力不良學生複檢	教導處
	4. 擬定視力惡化預防策略	教導處
	5. 推行午餐剩食率降低、均衡飲食	教導處
社會環境	1. 開放校園場地，供社區民眾運動	總務處
	2. 邀請社區人士及家長參加健康促進活動	教導處
	3. 營造友善氛圍，推動獎勵制度	教導處
	4. 開辦運動社團、組織體育團隊	教導處
社區關係	1. 親師座談會宣導「視力保健」、「健康飲食」的重要性	教導處
	2. 邀請社區民眾參與學校視力保健宣導及活動	教導處

	3. 結合大專院校資源，至本校協助辦理視力保健相關活動	教導處
	4. 與當地農民共辦「食農教育」體驗活動	教導處
	5. 到山上區當地機構參加相關戶外展演活動	教導處

(二) 健康促進推動人力配置：

編制	職 稱	職 掌
召集人	校長	統籌並對健康促進學校相關事宜作決策
副召集人	家長會長	協助推展健康促進學校計畫工作，並喚起家長對健康之重視，進而擴大至社區
執行秘書	教導主任	研究策劃，督導健康促進學校計畫執行，協助行政協調
活動組	學務組長	1. 各項執行達成預期指標或進度 2. 舉辦健康促進學校相關活動 3. 辦理有關健康促進之各項宣導
教學組	教學組長	負責推動健康議題融入各領域教學
總務組	事務組長	負責活動所需物品之採購及經費核銷
資訊組	網管	健康促進學校網頁製作及維護
服務組	護理師	1. 提供學生、家長、教職員工相關健康諮詢 2. 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價 3. 負責策劃健康促進學校計畫之推動，協調各項執行及達成預期指標或進度 4. 計畫對內、對外之聯絡窗口
導師	一年級	1. 學生之健康教學、協助及追蹤 2. 協助指導班級學生健康促進學校活動之進行及事宜
	二年級	
	三年級	
	四年級	
	五年級	
	六年級	
	幼兒園	
	特殊教育	
學生代表	六年級	協助辦理並評估相關活動

(三) 預期效益：

1. 學生裸視視力不良率下降5%。
2. 進行健康服務個案管理，針對高度近視或高危險對象進行個案管理比率達100%。
3. 每半年到眼科定期就醫複檢比率達95%。

(四) 實施過程：

1. 將健康促進策略納入校務會議、行政會議，並定期召開本校健康促進委員會，提供健康促進相關建議、作法及資源。

	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="847 723 938 1093"> 112學年度 第二學期期 末校務會議 </td> <td data-bbox="938 723 1295 1093"> 學務 組長 上學期中由教育局來文選為臺南市視力保健種子學校，本健康促進主軸議題由健康體位改為視力保健，請老師持續推動、鼓勵學生： (1) 下課多到戶外運動(教室淨空) (2) 3C使用每日使用不超過1小時 (3) 3010 (用眼30分鐘休息10分鐘) (4) 均衡飲食 (5) 注意看書寫字近距離用眼距離(35公分-40公分) </td> </tr> </table>	112學年度 第二學期期 末校務會議	學務 組長 上學期中由教育局來文選為臺南市視力保健種子學校，本健康促進主軸議題由健康體位改為視力保健，請老師持續推動、鼓勵學生： (1) 下課多到戶外運動(教室淨空) (2) 3C使用每日使用不超過1小時 (3) 3010 (用眼30分鐘休息10分鐘) (4) 均衡飲食 (5) 注意看書寫字近距離用眼距離(35公分-40公分)
112學年度 第二學期期 末校務會議	學務 組長 上學期中由教育局來文選為臺南市視力保健種子學校，本健康促進主軸議題由健康體位改為視力保健，請老師持續推動、鼓勵學生： (1) 下課多到戶外運動(教室淨空) (2) 3C使用每日使用不超過1小時 (3) 3010 (用眼30分鐘休息10分鐘) (4) 均衡飲食 (5) 注意看書寫字近距離用眼距離(35公分-40公分)		
召開本校衛生教育委員會、健康促進推動委員會討論健康促進策略推動	校務會議與全校教師說明並討論本校視力保健議題推動策略		

2. 校內舉辦健康促進相關教師研習，與志工團、家長及社區人士開會宣導視力保健重要性：

	
健康促進教師研習	社區會議說明視力保健重要性

3. 辦理視力保健相關宣導及活動：



護理師於學生朝會視力保健宣導



府城木偶劇團到校演出視力保健主題表演



邀請中華醫事科技大學視光系教授到校演講



戶外運動120-第二節下課播放視力保健相關音樂，學生至戶外運動簽到，出席給予點數獎勵。



舞蹈社團下課帶動跳（國民健康操）



學務組課間活動帶動跳董氏基金會-
紓壓五招



班級導師帶領學生至戶外運動



下課校長與學生一起打球



榮譽制度舉辦競標活動-獎品給予戶
外運動用品



樂活運動補給站-下課開放球、跳
繩、飛盤給學生借用

	
<p>兒童節體育週-體育競賽邀請各班前往觀賽</p>	<p>辦理多元社團(戶外上課)</p>
	
<p>五月感恩月家長到校，劇團社團表演 愛眼行動劇宣導視力保健重要性</p>	<p>推動下課淨空、戶外運動120、 3010，鼓勵學生至戶外運動讓眼睛適當休息</p>

肆、成效：

一、109-112學年度本校裸視視力不良率（分年級）：

學年度	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	校平均(%)	市平均
109學年度 上學期	10.71%	17.86%	33.33%	34.78%	45.83%	61.29%	34.13%	43.89%
109學年度 下學期	14.29%	21.43%	36.36%	34.78%	58.33%	67.74%	38.92%	

110學年度 上學期	9.09%	17.86%	25%	39.39%	30.43%	58.33%	28.99%	44.2%
110學年度 下學期	9.09%	14.29%	25%	39.39%	39.13%	62.5%	30.18%	
111學年度 上學期	12.5%	6.1%	19.2%	29.6%	30.3%	34.8%	21.3%	43.75%
111學年度 下學期	15.15%	9.09%	21.43%	39.29%	39.39%	43.78%	26.97%	
112學年度 上學期	16.7%	18.8%	9.1%	15.4%	37%	36.4%	22.1%	43.88%
112學年度 下學期	23.3%	15.6%	15.2%	23.1%	37%	33.3%	24.3%	

109學年度第一學期全校裸視不良率為34.13%，110學年度第一學期全校裸視不良率下降至28.99%，111學年度第一學期全校裸視不良率再下降至21.3%，但112學年度第一學期裸視不良率微幅上升至22.1%。

二、109-112學年度裸視視力不良複檢率：

學年度	山上國小	臺南市	全國
109學年度	96.49%	96.10%	91.06%
110學年度	97.96%	96.43%	91.68%
111學年度	100%	96.28%	90.17%
112學年度	97.56%	95.13%	91.28%

109學年度本校視力不良複檢率96.49%，110學年度上升至97.96%，111學年度視力不良複檢率達100%，112學年度數據下降至97.56%。

三、109-112學年度本校裸視視力不良惡化率：

學年度	山上國小
109學年度	11.08%
110學年度	5.7%
111學年度	-0.84%
112學年度	3.78%

109學年度學生裸視視力不良惡化率11.08%，110學年度下降至5.7%，111學年度視力不良再下降達-0.84%，112學年度數據上升至3.78%。

伍、分析改進：

一、數據分析

與110及111學年度比較，本校學生於112學年度裸視不良比率上升，分析主要因為學生「使用3C產品時間增加」：雖然學校不斷宣導3C產品對於視力保健的危害，但對於現代學生難以達成目標。目前教育政策推動（如：生生有平板、因材網、教學電子書……）、家庭生活習慣（放學使用手機、電腦……等），致學生知道視力保健策略（如：3010、3C小於1……），但無法落實於生活，學生使用3C時間過長。

另，裸視不良比率上升次要原因可能為家長因忙碌無定期或即使帶孩子到眼科診所做視力檢查，本校護理師已通知近視學生之家長，但仍無法讓學生即使到眼科診所做矯正治療。

二、改進策略：

（一）與家長合作，一齊重視視力保健議題，憑學校推動策略力量有限，本校應多辦理健康促進相關親職講座。

（二）學校應繼續推動視力保健相關策略活動（如：下課淨空、3010、3C小於1），須結合班導師班級經營及健康課程教學，盼學生能將視力保健策略落實於生活。