

臺南市佳里國小112學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫標題：

臺南市佳里區佳里國民小學112學年度健康促進學校實施計畫

二、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：

本校於112學年度之健康促進計畫當中，秉持二代健促之精神與理念，建立以問題、實證與績效取向的校本健促執行方針，並在學校團隊共識經營下，追求健康永續經營與改變的成效。

綜觀一年來的執行經驗與成果，考量健康需求與在地特性，學校以「視力保健」為主要推動議題，議題上團隊投入相當多之人力、資源與創意。在本年度計畫中，將探討學校在此議題及計畫之執行成效，並持續以「視力保健」與作為本學年之執行重點，進而訂定本學期之評價方法與成效指標，以達到具體增進學校成員身心健康之目標。

三、背景說明：

(一)學校背景分析

本校位於臺南市佳里區，為北門區之中心學校，佳里區亦為鄰近地區之政治、經濟、商業與文化之重鎮。目前學校共有54班，普通班48班，學生數約為1348人，教職員工123人。

學區內家長職業工、商、文教、農、漁業等皆有之，然以經商及勞動者居多，社經地位落差大，家長常忙於生計，亦有約8%學童為單親及隔代教養家庭；約5%學童為新台灣之子(外籍配偶)，對於學童健康照護知能的提升有所需求；對於學校運用校慶及家長座談會時機所舉辦之健康議題講座，在學校例年的宣導與重視下，參與的程度有所提升，但仍應為宣導與防治的重點對象。

為此，學校辦理健康促進學校計畫選定以「視力保健」為本學年之主要議題，配合營養師調配適宜的營養午餐，加強健康飲食教育，推動相關宣導與政策，輔以學校健康活動，由家庭推廣至區，進行全面性、多元化的學校衛教工作。

表一：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%	國小43.75%	48.1%	<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90.17%	國小96.28%	98.04%	<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6.6%	9.37%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

109-111學年度裸視視力不良率-分年級

目前年級		一	二	三	四	五	六	全校平均
109 學年度	上	31.47	39.57	50.00	52.30	67.33	71.98	52.27
	下	37.06	42.98	52.97	60.34	69.65	78.02	56.86
110 學年度	上	21.63	37.06	46.84	52.12	63.79	71.29	48.41
	下	35.10	45.69	51.48	58.90	68.39	74.75	55.34
111 學年度	上	22.48	35.10	48.73	54.01	61.60	68.39	48.07
	下	33.94	40.38	58.38	61.18	66.24	69.54	54.76

(二)在視力保健方面

學童視力不良率111年為48.1%，相較於臺南市的43.75%，及全國的45.20%，裸視視力不良惡化率9.37%，高於台南市的6.6%和全國的6.87%，可見本校學生近視率改善有待加強，和日常生活作息及用眼過度相關。

學生幾乎都是雙薪家庭，放學後多數都要再去安親班與補習班，回家後繼續使用3C產品，一整天近距離用眼的時間長，再加上姿勢不佳，加速了孩子視力不良問題，所以鼓勵家長以多帶孩子親近大自然，取代看電視及長時間使用3C電子產品，勿讓臺灣再成為全球「低頭族」之冠。亦鼓勵老師們以活動、實體教具取代電子媒體設備，用眼30分鐘即遠眺休息10分鐘，避免長久處於狹隘的空間，造成學童近視率節節攀升。不過，本校學童視力保健複檢率高於台南市與全國平均，顯示多數家長還是在意學生的視力。然而視力保健的重要性不容忽視，眼睛為靈魂之窗，故本校112學年度主推議題為視力保健，將加強推動。

三、計畫內容與策略：

(一) 視力保健具體實施內容

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
(一) 訂定學校衛生政策	1.成立視力保健工作小組。 2.將視力保健活動納入行事曆，並訂定視力保健工作計劃及執行方針。	學務處	教務處 總務處	112年9月

(二)健康服務	1.每學期依標準化檢查方法進行視力檢查工作。 2.辦理學童視力保健專題宣導(護理師)。 3.健康中心製作視力保健櫥窗。 4.指導學童依視力保健電腦操作原則使用電腦(電腦旁張貼用眼3010)。 5.由營養師開立營養午餐食譜，公告於學校網站上，並辦理營養教育宣導活動。	學務處 健康 中心		112年9月 ~113年6月
(三)健康教學 與活動	1.利用期初班親會宣導視力保健。 2.將視力保健健康議題融入健康與體育領域教學。 3.申請驗光師協會到校為三年級學生做視力宣導。 4.邀請眼科醫師到校為四年級學生做視力保健宣導(113年3月1日早上8:00~9:00)。 5.邀請奇美醫院營養師到校為二年級學生進行營養宣導(113年5月1日早上8:00~9:00)。 6.二年級利用健康護照，記錄每日用眼情形。 7.辦理視力保健學藝競賽。	學務處 教務處	班級	112年9月 ~113年6月
(四)學校物質 環境	1.綠化及維護視力保健環境。 2.全面檢測教室照明光度，進行設備檢修，並依身高調整學生課桌椅高度。	總務處		學期初 經常性
(五)學校社會 環境	1.利用運動會辦理親職講座，視力保健快閃宣導。	學務處	總務處	經常性
(六)社區關係	1.運用網站資源，作為宣導與溝通的管道。 2.運用學生聯絡簿~推銷無菸校園、口腔及視力保健的重要性。 3.運用校慶運動會期間，加強宣導健康促進議題，並設計親子活動項目，達成寓教於樂的目的。	學務處	教務處	112年9月 ~113年4月

四、人力配置：

計畫職稱	姓名	單位及職稱	本計畫之工作項目
計畫主持人	王聖欽	校長	研擬並主持計畫執行、行政協調事宜
協同主持人	黃瑞峰	學務主任	研究策劃、督導計畫執行、彙整報告撰寫並協助行政協調、統籌活動進行
協同主持人	陳春蓮	教務主任	研究策劃、督導計畫執行、並協助行政協調、統籌課程與教學之進行
協同主持人	黃明煌	總務主任	研究策劃、督導計畫執行、並協助行政協調、統籌環境維護與改善工作
協同主持人	劉雄夫	輔導主任	研究策劃、督導計畫執行、並協助行政協調、統籌社區支援與輔導
協同主持人	謝雅筑	會計主任	研究策劃、協助經費編列與核銷

協同主持人	胡祝禎	衛生組長	研究策劃、負責計畫執行與協調工作
研究人員	蔡宏泰	體育組長	體適能評估、活動策略設計及效果評價、健康體位行動研究、社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	吳昭賢	生活教育組長	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	陳佩瑜	課發組長	健康課程融入教學計畫組長
研究人員	黃滢純	資訊組長	健康網路網頁製作及維護
研究人員 研究人員	林美伶 李家萍	校護 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
研究人員	蔡佳真	營養師	每周製作符合營養的午餐菜單
研究人員	黃慧婷	午餐執秘	依據午餐菜單推動廚房製作出午餐
研究人員	六位	各學年主任	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
研究人員	黃俊彥	家長代表	協助各項活動之推展及獎勵經費籌措
研究人員	健康小 天使	學生代表	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

五、經費來源：112學年度健康促進學校計畫相關經費項下支應。

六、預期效益：

(一)學生裸視視力不良率下降1%。

(二)學生近距離用眼30分鐘休息10分鐘達成率達80%以上。

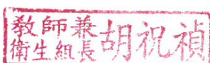
(三)學生戶外活動120分鐘達成率達75%以上。

(四)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%。

(五)每半年到眼科定期就醫複檢比率達95%。

七、承辦學校之工作人員，於會後予以敘獎，以資鼓勵

八、本計劃報請校長核准後實施，修正時亦同。

承辦人：

學務主任：

校長：

護理師：





護理師：

