

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

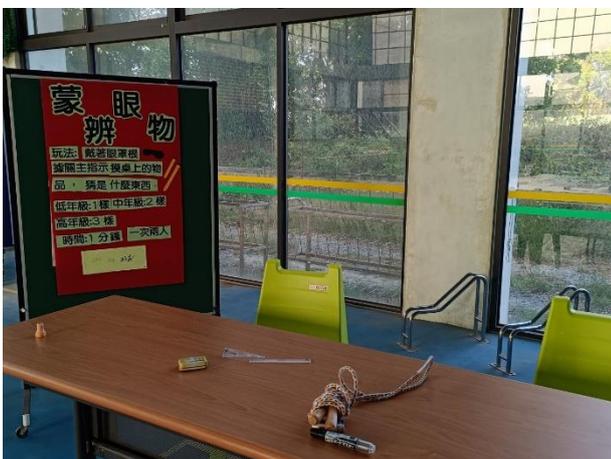
(一) 結合親子動滋樂活運動會辦理健康促進闖關活動



說明：親子健康促進闖關活動-洗刷剔牙小達人，操作貝式刷牙法及牙線使用技能



說明：親子健康促進闖關活動-記步動起來，要有健康體位就要動起來



說明：親子健康促進闖關活動-蒙眼辨物，體驗視力不良的不便

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(一) 結合親子動滋樂活運動會辦理健康促進闖關活動



說明：親子健康促進闖關活動-藥好好照顧自己珍惜健保健康永續，走迷宮回答問題 O 或 X



說明：親子健康促進闖關活動-單手超人，體驗肢障者的肢體行動不方便



說明：親子健康促進闖關活動-防災教育小達人，練習趴下、掩護、穩住並爬過竹竿通關

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(二) 健保局媒合第一銀行捐贈本校牙科診療椅優化牙醫巡迴醫療品質

傳愛千里-第一銀行文教基金會捐贈偏鄉學校牙科診療設備儀式

時間: 102年11月19日(星期三)
地點: 臺南市七股區三股國民小學(台南市七股區三股里103號)
出席人員: 預計 100 位

時間	活動內容	活動人員	地點	備註
10:20	禮堂禮堂	禮堂 20 人	禮堂	禮堂禮堂
10:30	開會	開會 15 人	禮堂	開會
10:40	地點	地點 15 人	禮堂	地點
10:50	主持人	主持人 1 人	禮堂	主持人
10:55	剪綵	剪綵 1 人	禮堂	剪綵
11:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
11:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
11:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
11:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
11:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
11:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
12:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
13:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
14:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
15:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
16:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
17:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
18:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
19:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
20:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
21:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
22:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:10	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:20	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:30	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:40	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
23:50	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式
24:00	贈送儀式(合影)	贈送儀式 1 人	禮堂	贈送儀式



說明：傳愛千里-第一銀行文教基金會捐贈偏鄉學校牙科診療設備儀式，112 學年正式啟用診療椅



說明：每半年國小學童口腔健康檢查



說明：每半年國小學童窩溝封填、齲齒填補治療



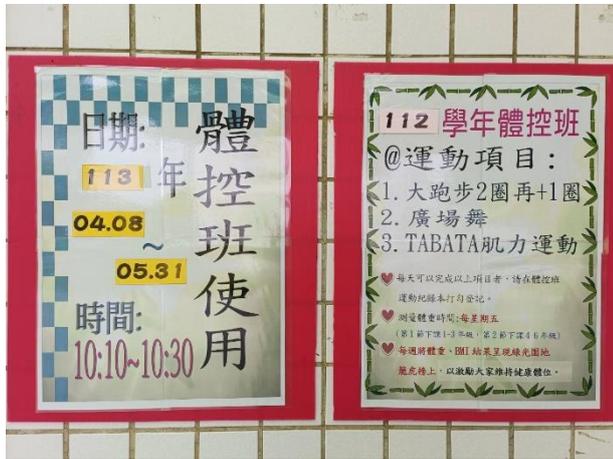
說明：每半年幼兒園口腔檢查及塗氟服務



說明：六個月一次教職員工洗牙服務

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(三) 每學期辦理健康體位控制班，重視並關心學生體位不良的問題，營造良好運動習慣、健康飲食知能的養成環境



說明：學校綠光園地，公告體控班運動項目及使用期間

說明：體控班為期 8 週，期間每週五測量身高體重計算 BMI，公佈於健康體位龍虎榜



說明：體控班活動前說明

說明：體控班大跑步+1 圈



說明：活動期間每日廣場舞暖身

說明：活動期間每日 TABATA 肌力運動

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(三) 每學期辦理健康體位控制班，重視並關心學生體位不良的問題，營造良好運動習慣、健康飲食知能的養成環境



說明：活動期間每日廣場舞暖身

說明：活動期間每日 TABATA 肌力運動

112學年度第2學期健康體位班運動項目紀錄表

年級	班級	學生	日期	項目	日期	項目	日期	項目	日期	項目		
年級	班級	學生	112.05.06	完成打勾	112.05.07	完成打勾	112.05.08	完成打勾	112.05.09	完成打勾	112.05.10	完成打勾
一	1	8	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
二	1	2	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
三	1	6	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
三	1	7	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
三	1	8	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
三	1	17	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
四	1	1	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
四	1	5	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
四	1	6	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
四	1	8	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
五	1	1	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
五	1	2	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									
五	1	3	◎TABATA肌力運動 ◎腰腹核心大跑步+遊戲									



說明：體控班運動項目紀錄表

說明：體控班飲食衛教牆並鼓勵多喝白開水

三股國小109學年第2學期體重控制紀錄表(體重過重起重者)

班級	座號	姓名	性別	學期初測量				第1週(1130402)				第2週						
				身高	體重	BMI	體位判讀	身高	體重	BMI	日期	身高	體重	BMI	日期	身高		
一	1	劉奕	女	121.3	27.1	18.4	標準體重	122.3	26.6	17.8	1130412	122.5	26.2	-0.4	17.9	-0.3	1130419	123.5
二	1	劉奕	男	137.1	40.9	21.8	標準體重	137.2	41.5	22.3	1130412	137.5	42	0.1	22.2	0.6	1130419	137.8
三	1	劉奕	男	139.3	40.4	20.8	標準體重	140.1	41	20.3	1130412	140.1	39.3	-0.7	20.9	-0.4	1130419	140.2
三	1	劉奕	男	145.8	62.8	29.6	標準體重	147.1	68.5	30.9	1130412	147.1	68.3	-0.2	30.9	0.4	1130419	147.1
三	1	劉奕	男	135.2	48.2	26.9	標準體重	136.2	50.3	27.1	1130412	136.2	50.3	0.1	27.1	0.1	1130419	136.2
三	1	劉奕	女	140.2	46.3	23.6	標準體重	140.1	47.6	24.3	1130412	141.4	47.1	-0.5	23.6	-0.7	1130419	141.4
三	1	劉奕	男	140.2	42.6	21.7	標準體重	140.4	43.4	22	1130412	141.1	43.2	-0.2	21.7	-0.3	1130419	141.3
四	1	劉奕	男	142.1	46.9	23.1	標準體重	143.8	47.3	23.1	1130412	144.4	47.6	0.1	23.8	0.2	1130419	144.4
四	1	劉奕	男	148.1	53.3	24.1	標準體重	148.3	55	24.1	1130412	148.6	53.5	-0.5	24.2	0.1	1130419	148.6
四	1	劉奕	女	144.8	45.9	21.9	標準體重	145.3	46.4	22	1130412	148.1	46.8	-0.4	21.4	-0.6	1130419	148
五	1	劉奕	男	165.3	67.7	24.6	標準體重	166.8	68.7	23.8	1130412	166.8	68.8	0.1	23.7	0.6	1130419	166.8
五	1	劉奕	男	158.2	61.8	24.7	標準體重	158.4	61.7	24.3	1130412	160	61.6	-0.1	24.1	-0.2	1130419	160
五	1	劉奕	男	148.3	61.3	27.3	標準體重	149.3	58.8	26.8	1130412	149.3	59.2	-0.6	26.5	-0.3	1130419	149.7
五	1	劉奕	男	152.3	51.7	22.2	標準體重	152.1	51.2	21.9	1130412	152.1	51.3	-1.5	22.3	0.4	1130419	152.4
五	1	劉奕	女	146	47.8	22.4	標準體重	146	49.3	23	1130412	146.9	48.8	-0.4	22.6	-0.4	1130419	147.2
六	1	劉奕	男	162.3	63.3	24	標準體重	162.3	63.3	24	1130412	162.3	62.9	-0.4	23.9	-0.2	1130419	162.5
六	1	劉奕	男	155.7	64.8	26.7	標準體重	156.8	64.6	26.3	1130412	156.8	64.6	0	26.3	0	1130419	156.8
六	1	劉奕	女	159.1	60.2	23.8	標準體重	159.7	61.2	24	1130412	159	61.3	0.1	24.2	0.3	1130419	159.8



說明：體控班期間每週測量身高體重 BMI 紀錄

說明：每學期末頒發體控最優前3名獎狀及獎品

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(四) 結合台語教學，利用生動有趣生活化的教學方式， 融入潔牙、口腔健康知能



說明：台語老師用說台語牙齒(喙齒)

說明：用台語說拿牙刷的手勢



說明：刷牙台語是鑿喙齒

說明：護理師配合演示刷牙法



說明：認識含氟牙膏

說明：觀看口腔保健答喙鼓影片

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(五) 每年聖誕節前送愛到榮家活動，學習敬老傳遞溫暖，讓長輩感受社會關懷陪伴，建立健康正向生活態度

112 學年度 三股國小榮家聖誕送暖 活動計畫

時間: 2023.12.20(11:00)

活動地點: 1. 活動表演 2. 合唱團

一、聯合團體表演			
組別	活動名稱	主辦/協辦	備註
合唱	聯合合唱	三股國小	由教務處安排
舞蹈	舞蹈表演	由家長、志工、及學生組成	由家長、志工、及學生組成
魔術	魔術表演	由家長、志工、及學生組成	由家長、志工、及學生組成
歌唱	歌唱表演	由家長、志工、及學生組成	由家長、志工、及學生組成
其他	其他表演	由家長、志工、及學生組成	由家長、志工、及學生組成

二、榮家團體表演			
組別	活動名稱	主辦/協辦	備註
合唱	合唱表演	由榮家長輩組成	由榮家長輩組成
舞蹈	舞蹈表演	由榮家長輩組成	由榮家長輩組成
歌唱	歌唱表演	由榮家長輩組成	由榮家長輩組成
其他	其他表演	由榮家長輩組成	由榮家長輩組成

三、分區表演			
區次	表演名稱	表演時間	表演地點
1	聖誕聖誕	10:30 - 10:50	由家長、志工、及學生組成
2	聖誕聖誕	10:50 - 11:10	由家長、志工、及學生組成
3	聖誕聖誕	11:10 - 11:30	由家長、志工、及學生組成
4	聖誕聖誕	11:30 - 11:50	由家長、志工、及學生組成



說明：112 學年榮家耶誕送暖活動計畫

說明：老師與學生大手牽小手一起健走至榮家



說明：合唱團優美的聲音演出無限感人

說明：幼兒園熱情奔放舞蹈溫暖榮家的伯伯婆婆



說明：孩子們送給榮家伯伯婆婆聖誕卡片暖至心裡

說明：榮家住民與三股國小師生耶誕大合照

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(七) 學校推動發展直笛、合唱團隊，藝術深耕發展，讓音樂融入教育並集健康、文化於一體，參加臺南市 112 學年比賽屢獲佳績



說明：112 學年臺南市學生音樂比賽-直笛合奏

說明：112 學年臺南市學生兒歌童謠歌唱比賽



說明：臺上演奏情形-專注認真

說明：臺上合唱情形-忘情投入



說明：直笛合奏榮獲國小團體丁組優等佳績

說明：同聲合唱榮獲國小團體組優等佳績

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

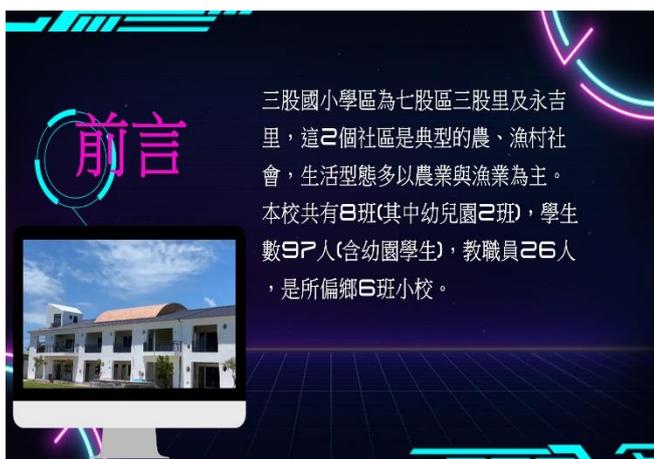
(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動口腔保健成果



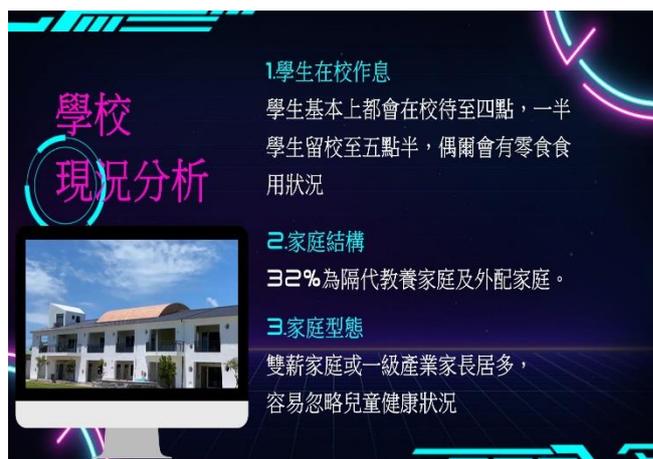
1



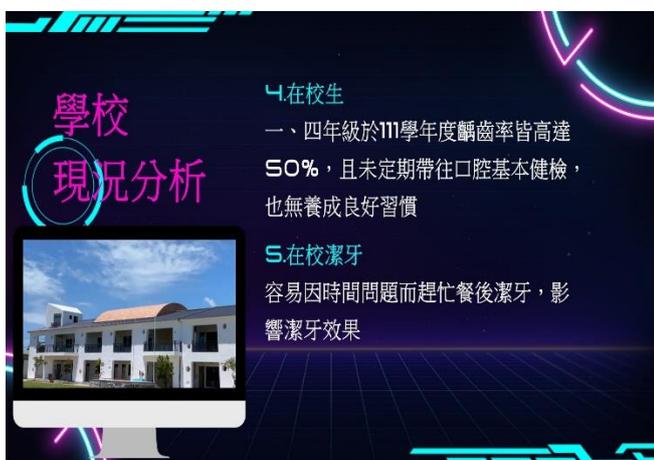
2



3



4



5



6

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動口腔保健成果

研究工具

- 臺南市112學年度健康促進口腔衛生議題問券
- 餐後潔牙、漱口水紀錄表
- ★親職講座家長後測數據紀錄單
★教師增能研習前後測數據紀錄單

7

研究架構

- 1.建立研究目的及對象
- 2.口腔保健問卷前測
- 3.口腔保健入班教學
- 4.口腔報建問卷、牙菌斑顯示劑前後測
- 5.研究結果結論與建議

8

三股109-111學年度一、四年級齲齒率

	109	110	111
一	50%	64.7%	55.56%
四	20%	16.6%	57.1%
平均齲齒率	35%	40.6%	56.3%

9

三股109-111學年度一、四年級複檢率

	109	110	111
一	100%	100%	100%
四	100%	100%	100%
總計	100%	100%	100%

10

介入策略

- 護理師入班 貝氏潔牙法教學
- 健康教師課程中 融入口腔保健遊戲
- 專家人校宣講2場

11

介入策略

安定牙醫團隊 每半年入校診療



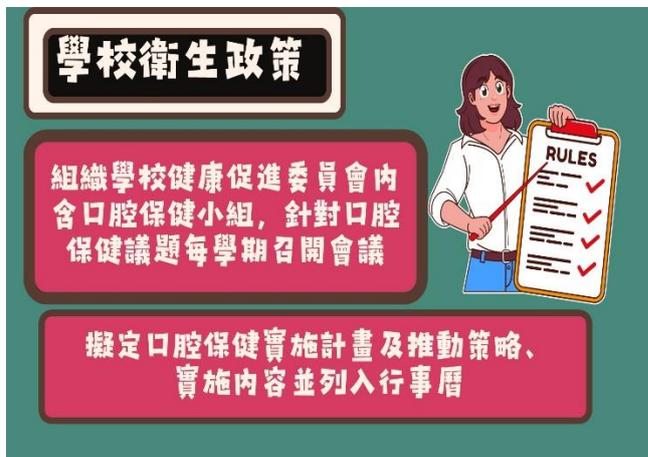
12

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

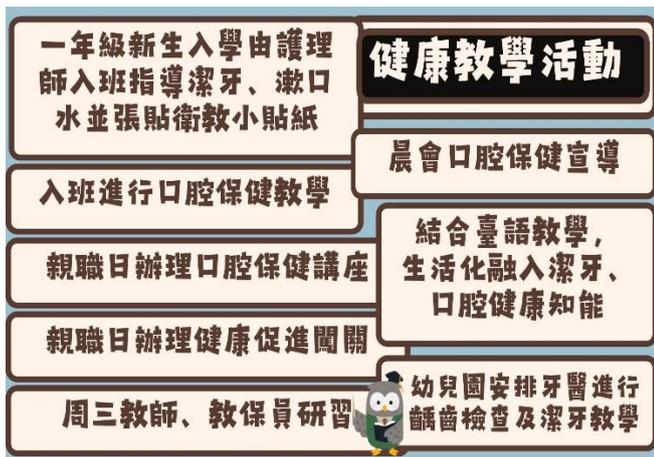
(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動口腔保健成果



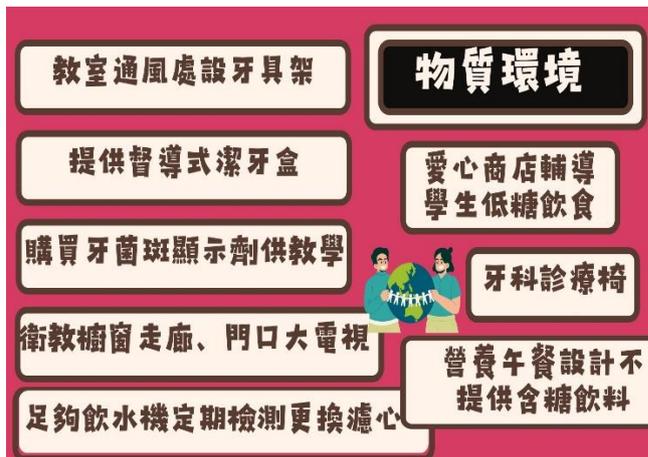
13



14



15



16



17



18

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動口腔保健成果

社區關係

至社區安親班推動口腔健康飲食概念、少提供含糖飲料及糖果餅乾當點心，預防齲齒；聯合超商、早餐勸導少購買含糖飲料並選健康飲品

國小、幼兒園家長親職日辦理學童口腔保健講座

衛生局口腔衛教育樂營

衛生所菸癮防治教育

邀請社區安親班老師、社區發展協會、龍德宮委員、早餐店間娘參與口腔保健教師研習

19

第四章 第五章



20



第四章 前後測成效評估

21

112 學年度健促問卷 前測結果



口腔保健態度正向率	100%	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	62.5%
口腔保健知識平均答對率	68.75%	國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	42.86%
定期牙齒檢查達成率	62.5%	學生在學校兩餐間不吃零食比率	50%
午餐餐後潔牙比率	100%	學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	62.5%
學生睡前潔牙比率	87.5%	正向心理健康口腔保健-正向情緒	37.5%
貝氏刷牙法使用率	62.5%	正向心理健康口腔保健-正向關係	25%

22

議題名稱	項目指標	問卷前測	問卷後測
口腔保健	口腔保健態度正向率	100%	95.83%
	口腔保健知識平均答對率	68.75%	86.25%
	定期牙齒檢查達成率	62.5%	100%
	午餐餐後潔牙比率	100%	100%
	學生睡前潔牙比率	87.5%	100%
	貝氏刷牙法使用率	62.5%	87.5%
	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	62.5%	100%
	學生在學校兩餐間不吃零食比率	50%	87.5%

112 學年度三股國小健康促進問卷

前後測分析(四年級)

23

國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	42.86%	100%
學生在學校兩餐間不吃零食比率	50%	87.5%
學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	62.5%	78.57%
正向心理健康口腔保健-正向情緒	37.5%	50%
正向心理健康口腔保健-正向關係	25%	25%

112 學年度三股國小健康促進問卷

前後測分析(四年級)

24

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動推口腔保健成果

牙菌斑顯示劑前後測

表五、依牙菌斑顯示劑檢測牙菌斑指數前後測數據來看。

編號	總牙數	牙菌斑顯示面(前)	牙菌斑指數(前)	牙菌斑顯示面(後)	牙菌斑指數(後)	改善率
1	96	26	27%	16	17%	38%
2	96	65	68%	20	21%	69%
3	88	66	75%	25	28%	62%
4	96	41	43%	16	17%	61%
5	92	74	80%	33	36%	55%
6	92	50	54%	21	23%	58%
7	96	84	88%	30	31%	64%
8	92	71	77%	38	41%	46%
9	96	57	59%	17	18%	70%
總計	844	534	63%	216	26%	60%

牙菌斑指數改善率達 60% 成效

25

前後測分析 四年級

指標	前測	後測	Paired-t	備註
	MEAN(SD)	MEAN(SD)		
1. 口腔保健態度正向度	1.0000 (0.0000)	0.9583 (0.1178)	0.3506	
2. 口腔保健知識平均答對率	0.6875 (0.2100)	0.8625 (0.0916)	0.0209	後測差異顯著
3. 定期牙齒檢查達成率	0.6250 (0.5175)	1.0000 (0.0000)	0.0786	未達顯著, 比率有提升
4. 午餐餐後潔牙比率	1.0000 (0.0000)	1.0000 (0.0000)	無法計算	
5. 學生睡前潔牙比率	0.8750 (0.3536)	1.0000 (0.0000)	0.3506	未達顯著, 比率有提升
6. 貝氏刷牙法使用率	0.4583 (0.4693)	0.6042 (0.3666)	0.5502	未達顯著, 比率有提升
7. 學生午餐後配合戴牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	0.6250 (0.5175)	0.8750 (0.3536)	0.1705	未達顯著, 比率有提升
8. 學生在學校午餐不吃零食比率	0.5000 (0.5345)	1.0000 (0.0000)	0.0331	後測差異顯著
9. 學生在學校午餐不吃含糖飲料比率	0.6250 (0.5175)	1.0000 (0.0000)	0.0786	未達顯著, 比率有提升
10. 正向心理健康口腔保健-正向情緒	0.3750 (0.5175)	0.5000 (0.5345)	0.5983	未達顯著, 比率有提升
11. 正向心理健康口腔保健-正向關係	0.2500 (0.4629)	0.2500 (0.4629)	無法計算	

說明：以上指標 t 檢定採用「雙尾分配」, TYPE=1 則是用一組配對樣本, P<0.05 為顯著差異。

26

112 學年度三股國小口腔保健研習

師長前測資料

A3 職稱	A4 本任職年資	A5 您的教育程度	A6 是否擔任班級導師	A7 是否負責校內口腔	A1 性別	A2 您的出生年月	A3 職稱	A4 本任職年資	A5 您的教育程度
校長	20	大學	是	是	男	1976/8/18	安稱語老師	5	超過10年以上
教務主任	20	大學	是	是	女	1990/10/15	教務主任	3	2-5年
導師	1	大學	是	否	女	1978/4/18	導師	4	45-10年
導師	1	大學	是	否	女	1956/7/14	工程師	3	2-5年
導師	1	大學	是	否	女	1973/12/25	教師	5	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	女	1971/10/3	教師	4	16-10年
導師	1	大學	是	否	女	1986/2/6	導師	1	1年內
導師	1	大學	是	否	女	1968/2/16	教導主任	5	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	女	1979/4/20	教師	4	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	女	1978/11/10	教師	5	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	女	1969/12/18	教師	5	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	女	1976/11/15	教師	4	超過10年以上
導師	1	大學	是	否	男	1999/4/23	導師	2	1-2年
導師	1	大學	是	否	女	1996/12/23	科任	2	1-2年

27

112 學年度三股國小口腔保健研習

師長後測資料

A1 性別	A2 您的出生年月	A3 家中孩子數	A4 您的教育程度	A5 您目前的工作狀況	A6 您的工作類別
男	1979/12/17	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1984/12/30	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1982/6/1	3	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1965/11/12	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1991/7/14	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1986/4/26	3	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1977/1/17	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1972/9/26	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1979/10/8	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1962/10/10	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1973/1/23	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1973/9/2	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1985/8	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1967/9/12	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他

28

112 學年度三股國小口腔保健研習

教職員後測資料

是非題：以下敘述，正確 O 錯誤 X

- () 嬰兒的乳牙長出第一顆牙齒，就要用牙刷刷牙。
- () 每半年的牙科檢查在生命週期中都是重要的。
- () 睡前刷牙比飯後刷牙更重要。

選擇題：選擇正確答案。

- () 下列哪一個不是乳牙齲齒對兒童的影響？
 - (A) 造成導管牙早產風險提高
 - (B) 造成體弱多病
 - (C) 增加罹患急慢性牙髓炎的風險
 - (D) 以上皆是
- () 以下何者為最適合高年級學生的刷牙法？
 - (A) 水平刷牙法
 - (B) 畫弧法
 - (C) 貝氏刷牙法
 - (D) 垂直上下刷牙法
- () 兒童的含氟牙膏，最濃度建議至少要是多少最佳？
 - (A) 250ppm 以上
 - (B) 500ppm 以上
 - (C) 800ppm 以上
 - (D) 1000ppm 以上
- () 關於兒童口腔保健的科學實證敘述，何者為非？
 - (A) 降低含糖食物攝入頻率
 - (B) 睡前刷牙，選另外時機至少 1 次
 - (C) 牙膏含氟離子濃度應在 1000 ppm 以上
 - (D) 每日使用漱口水
- () 以下關於各深潔牙工具的使用，何者正確？
 - (A) 促進牙齒的再礦化
 - (B) 抑制牙菌斑的形成
 - (C) 協助齒齦分解糖類
 - (D) 牙線適合低年級學生使用
- () 使用含氟漱口水，可以減少一次刷牙時機。

29

112 學年度三股國小口腔保健研習

家長知能回饋表單

A1 性別	A2 您的出生年月	A3 家中孩子數	A4 您的教育程度	A5 您目前的工作狀況	A6 您的工作類別
男	1979/12/17	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1984/12/30	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1982/6/1	3	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1965/11/12	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
男	1991/7/14	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1986/4/26	3	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1977/1/17	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1972/9/26	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1979/10/8	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1962/10/10	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1973/1/23	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1973/9/2	1	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1985/8	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他
女	1967/9/12	2	大學	(1)就業中(2)待業(3)其他	(1)其他(2)其他(3)其他

30

8-1-1 學校推動健康促進計畫特色

(八) 參加 112 學年度健康促進學校口腔保健種子學校積極推動口腔保健成果

是非題：以下敘述 正確 O 錯誤 X

- () 嬰幼兒 6 個月長出第一顆牙齒，就要用牙。
- () 每半年的牙科檢查在生命週期中都是重要。
- () 睡前刷牙比餐後刷牙更重要。
- () 孩子可以自行刷牙，不須家長監督或協助。
- () 孩子的第一顆恆牙(第一大白齒)大約會在 6 歲時長出。
- () 下列哪一個不是乳牙齲齒對兒童的影響？
 - 恆牙齒列不正
 - 增加恆牙齲齒
 - 造成降室性組織炎
 - 會造成蛀牙
- () 下列哪一個是口腔健康對全身健康的影響？
 - 造成懷孕婦女早產風險提高
 - 造成心臟病發作的風險
 - 增加罹患癌症的風險
 - 以上皆是
- () 以下何者為家長幫孩子刷牙最合適的刷牙法？
 - 水平刷牙法
 - 畫圖法
 - 貝氏刷牙法
 - 以上皆非
- () 增加罹患癌症的風險 (D) 以上皆是
- () 以不潔者為家長幫孩子刷牙最合適的刷牙法？
 - 水平刷牙法
 - 畫圖法
 - 貝氏刷牙法
 - 以上皆非
- () 兒童的含氟牙膏，氟濃度建議至少要多多少最少？
 - 250ppm 以上
 - 500ppm 以上
 - 800ppm 以上
 - 1000ppm 以上
- () 關於兒童的防齲齒科學實驗敘述，何者為是？
 - 降低含糖食物攝取頻率
 - 睡前刷牙最有效
 - 牙膏氟離子濃度需在 1000 ppm 以上
 - 以上皆是
- () 以不潔者為氟化物的功能？
 - 促進牙齒的礦化
 - 抑制牙菌斑的形成
 - 降低細菌分解醣類
 - 以上皆是
- () 以下關於各項潔牙工具的敘述，何者正確？
 - 牙線適合低年級學生使用
 - 牙線可以清潔到牙齒鄰接面的牙齦隙
 - 海綿棒刷牙，可以消除牙齦牙齦齦。

112 學年度三股國小 口腔照護講座

家長知能回饋問題

31

112 學年度三股國小 牙醫師公會口腔衛生四格漫畫比賽

學生作品

32

五、結論與建議

33

結論

- 經由主推口腔保健議題並進行相關策略及教學活動介入後，可以發現學生在口腔保健知識及在校兩餐間不吃零食的指標比率有顯著的提升，且牙菌斑指數改善率可達到 60% 表示相關知識教學及潔牙技能訓練衛教有其成效
- 其他如睡前刷牙、使用含氟 1000PPM 牙膏、貝式刷牙法、定期牙醫檢查及在學校兩餐間不喝含糖飲料的指標比率也均有提升，顯示相關執行策略如定期檢核潔牙用具、班級落實督導式潔牙、學校定期申請偏鄉口腔巡迴醫療並結合看診通知單是有效的。

34

結論

3. 仍有很大的進步空間，主要是學生大多難以克制喜好的含糖類飲料及零食點心，家長也常因方便而順從孩子心意。所以，學校積極推動相關策略及教學介入，是能大大提升學生在校口腔保健行為的成效，但若介入到家庭層面則需要花費更多的心力去推動，才能使整體成效更加完善。

35

建議

- 由幼兒園家長開始傳達知能訊息(聯絡簿衛教單、講座等)
- 結合學校大型活動，藉機傳遞正確概念、口腔保健知識給社區人士及家長並維持半年一次的偏鄉巡迴醫療
- 與家長充分溝通避免提供子女含糖飲料、碳酸飲料、高糖分甜食，改以鮮奶或低糖豆漿取代。
- 與課後班、安親班教師協議，勿以含糖飲料零食當作獎勵，避免學生進食後無法及時刷牙，影響口腔健康
- 邀社區超商、早餐店提供健康飲食，勸導學生選擇健康飲品

36