

臺南市官田區嘉南國民小學 112 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫標題：

臺南市官田區嘉南國民小學 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

三、計畫摘要：

本計畫依據 WHO 健康促進學校的概念，及學校教職員工生現行問題分析與健康需求評估，本年度推動議題為：健康體位、口腔衛生、視力保健、菸害防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防制)及安全教育與急救、正向心理健康促進，建立「學校、家庭、社區」合作互動模式，達成健康學校、健康社區、健康縣市之目標。

本計畫著重以融入課程的方式執行，配合領域教學、結合社區家長及校本課程安排相關學習活動，宣導健康概念、培養健康習慣與技能。

歷年來，在下列目標：

- (一) 營造健康安全的校園環境，讓學生健康安全的成長。
- (二) 充實學生健康管理認知力，增進追求健康生活知能。
- (三) 強化優質的衛生保健諮詢，促進學校成員身心健康。
- (四) 發展健康促進課程與教學，提升教師健康專業知能。
- (五) 結合家長及社區資源網路，推動健康促進學校政策。

近年持續進行有一定的成效，希望新的一年，能更上一層樓。

四、背景說明：

本校屬教育部偏鄉小學，民風純樸，是一所全校師生百人以下的小型學校。由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童比例逐漸增加，另外雙薪家庭為普遍現象，家長忙於工作，學生於放學後欠缺家人照顧與陪同，在生活型態上欠缺健康活動，課後照顧單位在下午點心選擇上易偏向高油、高熱量食品，家長及學生健康生活型態的相關知識也有待加強。

(一)根據本校 111 學年度全校學生健檢結果：

議題名稱	指 標	臺南市平均值	本校平均值	指標達成情形
視力保健	裸視視力不良率	國小51.42%	36.96%	達市平均以下
	視力不良就醫率	國小95.31%	97.06%	達市平均以上
口腔保健	未治療齲齒率	國小24.59%	30.77%	高於市平均仍需努力
	齲齒複檢率	國小93.58%	100%	達市平均以上
健康體位	體位過輕率	國小 9.17%	9.89%	高於市平均仍需努力
	體位適中率	國小62.14%	62.64%	達市平均以上
	體位過重率	國小12.52%	13.19%	高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	國小16.16%	14.29%	達市平均以下

(二)議題背景分析及推動重點

1. 健康體位現況分析及特點

隨著國人飲食習慣的改變，食物的選擇趨向精緻化、油脂化，導致熱量的攝取增加，國小學童體位不合格率有偏高現象。本校家長群多屬弱勢、單親、隔代教養，加上家長生活忙碌，相對的外食人口較多，往往造成飲食不均衡的現象，也因此容易攝取過高的熱量，在體位過輕率及體位肥胖率未達健康的標準。

2. 口腔衛生本校現況分析及特點

本校長期推動口腔衛生保健工作，落實餐後潔牙及含氟漱口水的使用。目前小一初檢齲齒率高於市平均，可能原因為家長未注重孩子的口腔衛生，但入學後，在學校的努力下，小四初檢齲齒率已漸漸改善許多。

3. 視力保健現況及特點

本校綠色草地覆蓋率高於70%，且努力推動課間活動與教室淨空，成果豐碩，在裸視視力不良率及視力不良就醫率皆有達於市平均。

4. 全民健保與正確用藥及學生藥物濫用防制現況分析

本校學生、教職員工目前並無藥物濫用的個案。但是，家長當中用藥知識來自專業人員及場所情形的人數仍有少數。因此，仍需不斷的透過教育教導小朋友了解正確用藥，以及邀請校外專業人士入校宣講，讓小朋友不僅自己能具備正確用藥知識，也能進而能影響家長學習，達到雙贏局面。

5. 性教育(含愛滋病防治)現況分析

本校部分家長，平常忙於生計，對於孩子的教養能力比較缺乏耐性與知識。加上單親或隔代教養與外配，父或母在面對青春孩子時，常不知如何有效的引導，以及相關的性知識如何去啟齒及教育。因此，學校對小朋友性教育的指導更顯重要。雖然每年都會定期辦理生理衛生講座。此外，面對小朋友許多問題，校方會持續推動加強「性教育」為小朋友解決疑惑。

6. 安全教育與急救現況分析

下課時，小朋友喜歡到操場、籃球場、遊戲區等空間活動，偶有在遊戲過程中常因追逐或推擠而導致意外受傷事件，減少事故傷害的基本概念之一是「當學童為自己的行為負起更大的責任而有效地控制環境時，事故傷害更容易

減少發生。」。因此，本計畫推動建立學童在校活動安全意識，培養安全的態度、習慣、行為和熟練的技術，減少意外傷害的發生。

7. 菸害防制現況分析及特點

本校學生目前並無抽菸與嚼檳榔的個案，教職員工亦無人有抽菸與嚼檳榔的習慣。但是，家長當中仍有少數抽菸及嚼檳榔情形。因此，仍需不斷的透過教育教導小朋友了解菸害及嚼檳榔對身體造成的威脅，也將拒菸、拒檳的觀念深植於心，讓小朋友不但自己能拒菸拒檳，也能進而能影響家長來戒菸、戒檳榔。

8. 正向心理健康促進現況分析

本校運用各種資源，落實以全人教育為主體之教學，鼓勵師生學習，增進對自我與彼此之瞭解、尊重、包容及欣賞，讓師生皆能在校園活動中深度品格學習，深刻感受生命教育之美，進而建立愛護自我、關懷社會與自然之人本情懷，並營造了溫馨友善的校園環境。

五、計畫內容：

(一)、實施策略

議題名稱	推動重點
視力保健	<ol style="list-style-type: none">1. 落實規律用眼 3010。2. 戶外活動 120。3. 3C 產品使用時間小於 1 小時。4. 推動戶外活動戴帽護眼措施。5. 規劃班級活動與場地，推動下課淨空計畫。6. 落實視力異常個案追蹤矯治工作，增加視力不良就醫率。7. 落實教室照度檢測，確實改善教室照明設備，並加強觸控螢幕使用規範。8. 加強師生及家長正確視力保健觀念。9. 與學區課後照顧及課輔機構合作推動視力保健工作。10. 班級導師指導學生正確的執筆姿勢。

議題名稱	推動重點
口腔衛生	<ol style="list-style-type: none"> 1.指導正確潔牙方法與觀念，加強口腔衛生認知及潔牙習慣養成。 2.落實餐後潔牙，並搭配使用含氟量達1000ppm以上之含氟牙膏。 3.與家長協力督導睡前潔牙。 4.高年級牙線教導與使用。 5.加強口腔複診與矯治追蹤。 6.降低含糖飲料與零食攝取頻率。 7.推動幼兒塗氟及國小一二年級白齒窩溝封填策略。 8.鼓勵食用氟碘鹽之宣導。
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1.持續與董氏基金會合作推動「健康吃、快樂動」飲食營養教育。 2.持續推動健康體位85210五大核心能力培養並融入教學。 3.鼓勵多喝白開水禁止含糖飲料，且不得以含糖飲料獎勵學生。 4.加強學童正確體型意識的建立，定期實施體位篩檢，針對體位不佳學生進行個案管理，並培養規律及正確的運動習慣。 5.與社區家長結盟辦理營養親職講座，增進學生主要照護者正確體位意識。 6.持續推動「SH150運動存摺」，提升小朋友的體適能。
全民健保 (含正確用藥)	<ol style="list-style-type: none"> 1.增進全民健保正確認知，融入課程教學，強化珍惜健保資源、正確就醫、自助互助及照顧弱勢的觀念，推廣家庭醫師理念，避免越級就醫，以及珍惜急診資源。 2.善用校藥師與衛福部食藥署「正確用藥互動數位資訊學習網」資源，落實推動正確用藥教育。 3.將正確用藥五大核心能力融入課程教學，並與社區家長結盟共同推動。 4.將「遵醫囑服藥」、「藥品標示要看清，詢問藥師最安心」、「藥品分三級-正確使用處方籤、指示藥與成藥」、「正確使用止痛藥」納入推動重點。
性教育 (含愛滋病防制)	<ol style="list-style-type: none"> 1.落實性教育(含愛滋病防制)融入課程教學，指導生活技能(例如：拒絕技巧、自我肯定、溝通能力等)，進行方式不僅單純講述，還應包括討論或實際演練。 2.鼓勵教師發展性教育(含愛滋病防制)教案、教學模組。 3.加強學生對愛滋病正確認知，並能接納愛滋患者。 4.善用與宣導衛福部國健署建置「性福e學園」網站(https://young.hpa.gov.tw/index/)。



議題名稱	推動重點
菸檳防制	<ol style="list-style-type: none"> 1.落實菸檳防制教育，強化學生反菸拒檳意識與技能。 2.落實校園禁菸之規定，針對師生、入校民眾及施工廠商應嚴加規範與宣導。 3.加強電子煙危害認知教學，如有查獲個案，請協助追查來源。 4.善用校內戒菸種子師資加強推動戒菸教育，未滿 18 歲吸菸學生，應令其接受戒菸教育。 5.配合衛生局規劃校園周邊無菸環境。 6.透過班親會、運動會、社區活動，以及學生對家長的影響力，共同減少家長及社區吸菸的人口。
安全教育與急救	<ol style="list-style-type: none"> 1.加強學生對安全教育的了解，使學生為自身安全而不去危險場域或進行危險活動。 2.加強維護校園秩序、改善校園環境，維護校園安全。 3.將安全教育與急救融入各相關課程，增加學生安全常識。 4.辦理藝文競賽等宣導活動。
正向心理健康促進	<ol style="list-style-type: none"> 1.扎根全人教育，推動品德教育，落實生命教育與性平教育，建立友善校園。 2.連結社會安全網服務，強化二級與三級輔導資源連結與合作，以落實三級輔導。 3.提升教育人員心理健康知能，深化心理衛生專業，並充實輔導知能，協助學生適性發展及問題解決能力。

(二)、具體實施內容

議題：視力保健				
實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1.召開行政會議，評估學校健康問題現況與需求訂定視力保健的行事曆。	健促計劃推動小組	健康中心	112.8
	2.將視力保健的相關課程內容加入學校課程規劃。	教學組	教導主任	112.8
	3.加強學生握筆姿勢及用眼習慣指導。	導師	健康中心	112.9- 113.6



議題：視力保健

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
健康服務	1.每學期全校學生實施視力篩檢，新生增加立體圖及色盲篩檢。	健康中心	導師	112.9
	2.教導有配鏡的學生如何正確配戴與保護鏡片。	健康中心	導師	112.9
健康教學與活動	1.教導正確執筆寫字姿勢及閱讀姿勢，並要求學生注意讀書寫字看電視打電腦應保持適當距離每30分鐘休息10分鐘。	導師	健康中心	112.9-113.6
	2.利用課間活動實施遠眺休息活動，課間活動時全部離開教室做活動及望遠凝視。	學務組	健康中心	112.9-113.6
	3.教導學生均衡飲食。學校午餐規劃食譜注意對視力有幫助的食物。	校護	午餐職秘(健康中心)	112.9-113.6
學校物質環境	1.佈置視力保健看板加強宣導。	學務組	健康中心	112.9
	2.張貼「愛護靈魂之窗」海報於文化走廊，鼓勵學生觀看。	學務組	健康中心	112.9
	3.家中貧困無力支付配鏡所需費用者，由家長會或教育儲蓄戶支付。	學務組	健康中心	112.9
學校社會環境	1.各班張貼愛眼、護目海報並向全班宣導海報內容。	學務組	導師	112.9
	2.視力異常者能在一個月內持通知單到合格眼科接受進一步檢查。	健康中心	導師	112.10
社區關係	1.鼓勵家長下課或假日將學生帶到校園運動並放鬆眼睛。	學務組	學務組	112.9-113.6
	2.利用運動會，辦理社區愛眼護眼宣導。	學務組	學務組	112.11



議題：口腔衛生

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1. 召開行政會議，評估學校健康問題現況與需求，口腔衛生為本校主要推動健康議題。	健促計劃推動小組	健康中心	112.8
	2. 將口腔衛生的相關課程內容加入學校課程規劃。	教學組	教導主任	112.8
	3. 宣導小一新生白齒窩溝封填計畫。	健康中心	導師	112.9
健康服務	1. 到各班教導正確的貝氏刷牙法及口腔衛生宣導。	健康中心	導師	112.9
	2. 對牙齒篩檢異常者發通知單一個月內到牙科治療。	健康中心	導師	112.10
健康教學與活動	1. 落實推動飯後潔牙。	學務組	健康中心	112.9-113.6
	2. 每週二全校含氟漱口使用。			
	3. 每學年聘請牙醫師到校為全校學童篩檢牙齒。			
學校物質環境	1. 張貼正確的貝氏刷牙法及口腔衛生宣導海報。	學務組	健康中心	112.9
	2. 每學期提供含氟漱口水供各班使用。	健康中心	導師	112.9
學校社會環境	1. 鼓勵學童飯後勤刷牙，使用牙線、漱口水。	健康中心	導師	112.9-113.6
	2. 各班每天飯後要求執行潔牙行為並做成記錄。			
	3. 配合健康課程內容加強口腔衛生知識的灌輸。			
社區關係	1. 每學年請區域種子牙醫師到校宣導口腔衛生觀念。	健康中心	學務組	112.11
	2. 學童能自備刷牙用具一套放在學校，有困難者由家長會協助。	健康中心	家長會	112.9-113.6

議題：健康體位

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1. 召開行政會議，討論學校健康體位推動計畫。	健促計劃推動小組	健康中心	112. 8
健康服務	1. 測量身高、體重，並予以分析，讓小朋友了解自己的體位狀況。	健康中心	導師	112. 9
	2. 規畫課間活動，指導小朋友持續運動的重要性。	學務組	導師	112. 9- 113. 6
健康教學與活動	1. 辦理營養教育講座。	學務組	健康中心	112. 12
	2. 辦理班際體育競賽。	學務組	導師	112. 11
	3. 發展校本飲食教育課程。	學務組	健康中心	112. 8
學校物質環境	1. 公布每日營養食譜，並進行營養素之介紹。	健康中心	導師	112. 9- 113. 6
	2. 校園內增置活動及夜間照明區，提供小朋友及社區運動。	總務處	學務組	112. 9
學校社會環境	1. 進行體適能檢測及宣導。	學務組	體育授課老師	112. 9- 113. 6
	2. 每學年將未達健康體位標準的小朋友名單交由級任老師，如果到期末小朋友可以進步到符合健康體位標準者，由學校統一獎勵。	健康中心	學務組	113. 6
社區關係	1. 運動會中邀請社區參與觀摩及學習。	教導處	學務組	112. 11
	2. 運動會當日結合家長會辦理免費體脂肪測試及相關義診活動。	健康中心	家長會	112. 11



議題：菸檳防制

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1. 召開行政會議，訂定菸害及檳榔防制年度計畫。	健促計劃推動小組	健康中心	112. 8
	2. 規劃辦理「菸害及檳榔防制」健康促進學校相關說明。	學務組	健康中心	112. 11
健康服務	1. 有關菸害及檳榔防制相關「Q&A」宣導。	健康中心	導師	112. 9
	2. 結合運動會、班親會，辦理家長戒煙門診宣導。	教導處	總務處	112. 9- 113. 3
健康教學與活動	1. 辦理菸害及檳榔防制宣導。	學務組	健康中心	112. 10 -
	2. 配合校慶於校園內張貼菸害及檳榔防制標語得獎作品，達宣導效果。	學務組	美勞教師	113. 6 112. 11
學校物質環境	1. 張貼禁菸標誌，禁止師生、訪客、家長、社區人士於校園內抽菸。	學務組	健康中心	112. 9- 113. 6
	2. 配合校慶於校園內張貼菸害及檳榔防制標語得獎作品，達宣導效果。	學務組	美勞教師	112. 11
學校社會環境	1. 成立多元社團，鼓勵小朋友從事正當休閒活動。	教導處	學務組	112. 9- 113. 6
	2. 配合社區關懷，請小朋友到社區進行掃街，並撿拾菸蒂。	學務組	導師	112. 11
社區關係	1. 結合衛生所辦理菸檳防制的相關宣導。	學務組	學務組	112. 9- 113. 6
	2. 無菸校園的宣導。	健康中心	家長會	112. 9- 113. 6



議題：全民健保（含正確用藥）

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1.利用運動會宣導全民健保正確用藥議題，張貼正確用藥海報文宣。	學務組	健康中心	112.11
	2.辦理正確用藥宣導講座。	健康中心	學務組	112.11
	3.佈告欄宣導正確用藥標語與知識。	學務組	健康中心	112.9-113.6
健康服務	1.結合運動會、班親會，辦理家長全民健保及正確用藥宣導。	健康中心	導師	112.9-113.3
	2.發展社區診所特約藥師的服務關係，請其赴校做正確用藥與說明。	學務組	學務組	112.12
健康教學與活動	1.利用班親會及運動會宣導正確用藥觀念。	學務組	導師	112.9-112.11
	2.辦理正確用藥宣導講座。	健康中心	學務組	112.10-113.5
學校物質環境	1.電子佈告欄宣導全民健保正確用藥觀念與知識。	學務組	健康中心	112.9-113.6
	2.利用運動會宣導全民健保正確用藥議題，張貼正確用藥海報文宣。	學務組	健康中心	112.11
學校社會環境	1.配合衛生所辦理社區健檢。	學務組	健康中心	112.9-113.6
	2.配合校慶於校園內張貼正確用藥海報及相關文宣，以達宣導效果。	學務組	學務組	112.9-113.6
社區關係	1.配合衛生所行動醫院到校辦理健檢活動，給予場地設備等支援及宣導。	學務組	健康中心	112.9-113.6
	2.結合衛生所辦理正確用藥防制的相關宣導。	健康中心	學務組	112.9-113.6



議題：性教育含愛滋病防治

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1. 規劃辦理「性教育」健康促進學校相關說明，並列入行事曆。	健促計劃推動小組	健康中心	112.8
	2. 配合推動閱讀認證活動，購買性教育及愛滋病防治相關書籍，並配合推動相關書籍的閱讀討論及學習單的製作。	健康中心	教學組	112.9-113.6
健康服務	1. 與家庭教育中心人員合作提供諮詢服務。	學務組	導師	112.9-113.6
	2. 遇有疑似性侵個案，結合社區奇美、衛生所、社工、心理師等介入處理。	教導處	教導處	112.9-113.6
健康教學與活動	1. 辦理性侵害防治及愛病防治影片宣講。	學務組	導師	112.9-113.6
	2. 配合班親會，辦理社區家長性教育講座，增進家長對子女性教育的能力。	健康中心	導師	112.9、112.11
學校物質環境	1. 社區與校園設置監視系統以預防犯罪。	總務處	總務處	112.9-113.6
	2. 消除學校陰暗角落，避免治安死角。	總務處	教導處	112.9-113.6
	3. 票選小朋友心目中學校最危險的區域，以繪製校園危險地圖，並進行小朋友安全教育。	教導處	總務處	112.9
	4. 透過班級輔導活動，引導小朋友認識自我，培養兩性相互尊重，並認識愛滋病及防治方法。	導師	健康中心	112.9-113.6
	5. 性侵、性騷通報，建立輔導機制。	學務組	學務組	112.9-113.6
社區關係	1. 與社區警察及保全合作，加強夜間及假日巡邏。	總務處	總務處	112.9-113.6
	2. 與社區合作，不定時邀請小朋友繪製社區地圖，並提供給居民做參考。	教導處	學務組	112.9-113.6



議題：安全教育與急救

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1.訂定安全教育與急救年度推動計畫。	健促計劃推動小組	學務組	112.8
健康服務	1.建置學生緊急聯絡電話。	導師	教導處	112.9
	2.上下學的交通安排導護老師及志工協助，注意小朋友的安全。	學務組	教導處	112.9- 113.6
	3.宣導疾病安全-認識傳染病。	健康中心	學務組	112.9- 113.6
健康教學與活動	1.中、高年級實施游泳教學及水上自救教學。	學務組	導師	112.9 113.5
	2.辦理防火、防災等宣導活動。	學務組	總務處	112.12、 113.6
	3.將安全教育與急救議題融入教學。	教導處	導師	112.9- 113.6
	4.利用各科教學活動時，實施學生安全教育。(運動及遊戲安全、交通安全)	教導處	學務組	112.9- 113.6
	5.安全教育藝文競賽活動。	教導處	學務組	112.9- 113.6
學校物質環境	1.了解校園意外可能發生的地點，積極改善環境並提醒小朋友。	教導處	總務處	112.9- 113.6
	2.各班張貼校園危險地圖。	總務處	學務組	112.9
	3.校園防火救災管理。	總務處	總務處	112.11
	4.定期維護飲用水衛生。	總務處	總務處	112.9- 113.6
學校社會環境	1.提供有特殊需求的學生適當的協助。	導師	學務組	112.9- 113.6
	2.制定班級經營的健康生活守則。	導師	學務組	112.9- 113.6
社區關係	1.結合消防隊，進入校園對師生進行防火、防災活動，給予場地設備等支援及宣導。	學務組	總務處	112.9- 113.6

議題：正向心理健康促進

實施大綱	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作時程
訂定學校衛生政策	1. 成立校園心理健康推動工作小組，由校長擔任召集人，處室主任、家長會長、教師代表及學生代表等組成，以推動相關工作。	教導處	教導處	112. 8
	2. 規劃辦理「正向心理健康促進」相關活動，並列入行事曆。	健促計劃推動小組	健康中心	112. 8
	3. 結合運動會、班親會，辦理「正向心理健康促進」講座或趣味活動。	教導處	學務組	112. 9- 113. 6
健康服務	1. 建置學生緊急聯絡電話。	導師	教導處	112. 9
	2. 提供心理健康相關資源與服務。	教導處	學務組	112. 9- 113. 6
	3. 遇有「心理健康」相關問題個案，結合社區奇美、衛生所、社工、心理師等介入處理。	教導處	教導處	112. 9- 113. 6
健康教學與活動	1. 利用班親會及運動會辦理結合生命教育、正向心理健康議題的課程或相關宣導的活動，鼓勵親、師、生用正向樂觀態度面對問題，並解決問題。	教導處	教導處	112. 9、 112. 11
學校物質環境	1. 透過三級輔導活動，引導小朋友認識自我，增進與他人之瞭解、尊重、包容及欣賞，營造溫馨友善的校園環境。	兼輔導師	學務組	112. 9- 113. 6
	2. 配合校慶於校園內張貼「正向心理健康」標語、海報，以達到宣導效果。	學務組	美勞教師	112. 11
學校社會環境	1. 提供有「正向心理健康」問題需求的學生適當的協助。	導師	學務組	112. 9- 113. 6
	2. 配合健康課程內容加強「正向心理健康」知識的灌輸。	教導處	學務組	112. 9- 113. 6
社區關係	1. 結合心理健康相關資源與服務，到校辦理「正向心理健康」相關活動，並給予場地設備等支援及宣導。	教導處	學務組	112. 9- 113. 6

六、人力配置

計畫職稱	姓名	職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	呂麗蓉	校長	綜理相關業務
協同主持人	謝松志	教導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，彙整報告撰寫
協同主持人	林聖偉	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
社區代表	胡銘育	家長代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
執行秘書	張紹元	學務組長	計畫擬定與推動、活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合，彙整報告撰寫。
研究人員	李美慧	校護	各項活動之推展、資料蒐集、口腔衛生工作執行
研究人員	鄭淑文	教學組長	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	劉禹莉	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	邱慧珍	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	林蒂芬	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	陳芳怡	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	蘇郁涵	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	陳沛緹	導師	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展
研究人員	李宜蓁	科任	相關教學工作之執行、資料蒐集、各項活動之推展



七、預定進度 (以甘特圖表示)

	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
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. 成效評量前測										
8. 執行健康促進計畫										
9. 過程評量										
10. 成效評價後測										
11. 資料分析										
12. 報告撰寫										



八、評價方法與指標

(一) 健康體位：

每學期進行身高、體重的測量，分析達到健康體位的學生人數百分比。並透過資訊課堂進行電腦問卷前後測驗。

(二) 視力保健：

視力測量正常學生人數百分比及矯正視力良率統計。並透過資訊課堂進行電腦問卷前後測驗。

(三) 口腔衛生：

牙齒健康檢查學生齲齒顆數統計及矯治率統計。並透過資訊課堂進行電腦問卷前後測驗。

(四) 性教育及愛滋病防治：

透過性教育資源網站，進行課程教學，了解性教育及愛滋病防制宣導成效。

(五) 全民健保（含正確用藥）

1. 透過課堂進行電腦問卷前後測驗，並舉辦正確就醫及用藥觀念標語競賽，了解學生是否具備相關常識。
2. 另外以問卷的方式，調查了解家長對正確就醫及用藥觀念與不濫用及浪費醫療資源的了解。

(六) 菸害防制：

1. 透過菸害防制宣導，了解學生是否具備相關常識。
2. 以問卷的方式，調查了解家長對菸害的了解，以及戒菸的意願。

(七) 安全教育與急救：

透過課堂進行安全教育與急救之常識測驗，並舉辦班級包紮比賽，了解學生是否具備相關常識。

(八) 正向心理健康促進：

透過辦理正向心理健康促進的課程或相關宣導活動，鼓勵學童能用正向、樂觀，並積極的態度面對學習、人際與親子關係。

九、預期效益

(一)

1. 整體健康促進學校總目標學校的課程中加入與健康議題有關之創意內容，並落實到生活中，從小培養學童正確的概念。
2. 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景，全校教職員工生及家長都能感受到學校重視健康的態度，積極投入健康促進活動。
3. 學校老師能每天運動 30 分鐘，重視自己的身體健康。

(二) 各議題目標

1. 菸害防制：家長能理解並遵守學校為無菸環境。
2. 健康體位：體位過輕及體位肥胖的學生人數百分比達於市平均以下。
3. 視力保健：持續推動視力保健，保持豐碩成果。
4. 口腔衛生：一年級初檢齲齒率及四年級初檢齲齒率、齲齒複檢率保持符合市平均。
5. 性教育及愛滋病防治：透過性教育資源網站，進行互動式評量，了解性教育及愛滋病防制的成效。
6. 全民健保（含正確用藥）：全校學生及家長均能有正確就醫及用藥觀念、習慣與行為、能對不實媒體藥品廣告進行思考判斷，不濫用與浪費醫療資源。
7. 安全教育與急救：學生有正確的安全教育與急救常識，及在校意外受傷之人數逐年降低。

十、此計畫經校務會議通過後實施，修正時亦同。

承辦人

教師兼學務組長 張紹元

主任

教師兼教學主任 謝松志

校長

台北市國小 呂麗蓉

112 學年度健康促進學校計畫撰寫自我檢核表

校名：官田區嘉南國民小學

編號	項 目		自我檢核 (請勾選)	
			有	無
一	112 學年度健康促進學校計畫依據		✓	
二	112 學年度健康促進學校計畫摘要		✓	
三	背景 說明	學校健康問題分析	✓	
		在地化問題	✓	
		推動議題重點	✓	
四	計畫 內容	具體實施策略、作法或步驟	✓	
五	人力 配置	人力配置與工作職掌	✓	
		成員涵蓋不同處室的成員 (包括校長、處室主任、組長、校護、 學生與家長代表等)		
六	預定 進度	甘特圖或相關表格呈現	✓	
七	評價方法		✓	
八	預期效益(預定績效指標)		✓	
九	計畫經校務會議提案討論通過並列入會議紀錄		✓	

