

## 臺南市 112 學年度東區崇學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說明

一、主推原因：

本校持續推動視力保健議題，原因為：

(一)近幾年裸視力不良率較全國與臺南市平均值高，不良率也持續上升，學童近視力高居不下，加強視力保健的推動及宣導。

(二)學校家庭大部份都是雙薪家庭，學生都可能被動到安親班上班，長時間的近距離用眼，造成學生的視力普遍不佳。

二、背景成因及現況分析：

(一)背景成因：

近年來因科技蓬勃發展，智慧型手機與平板電腦等普及化，遊戲廣告經常置入行銷於生活中，導致學生休閒活動或拉攏同儕關係，多藉由 3C 產品來達到目的，因此過度用眼於 3C 產品上造成多數學生視力退化，甚至引發各類眼球疾病。

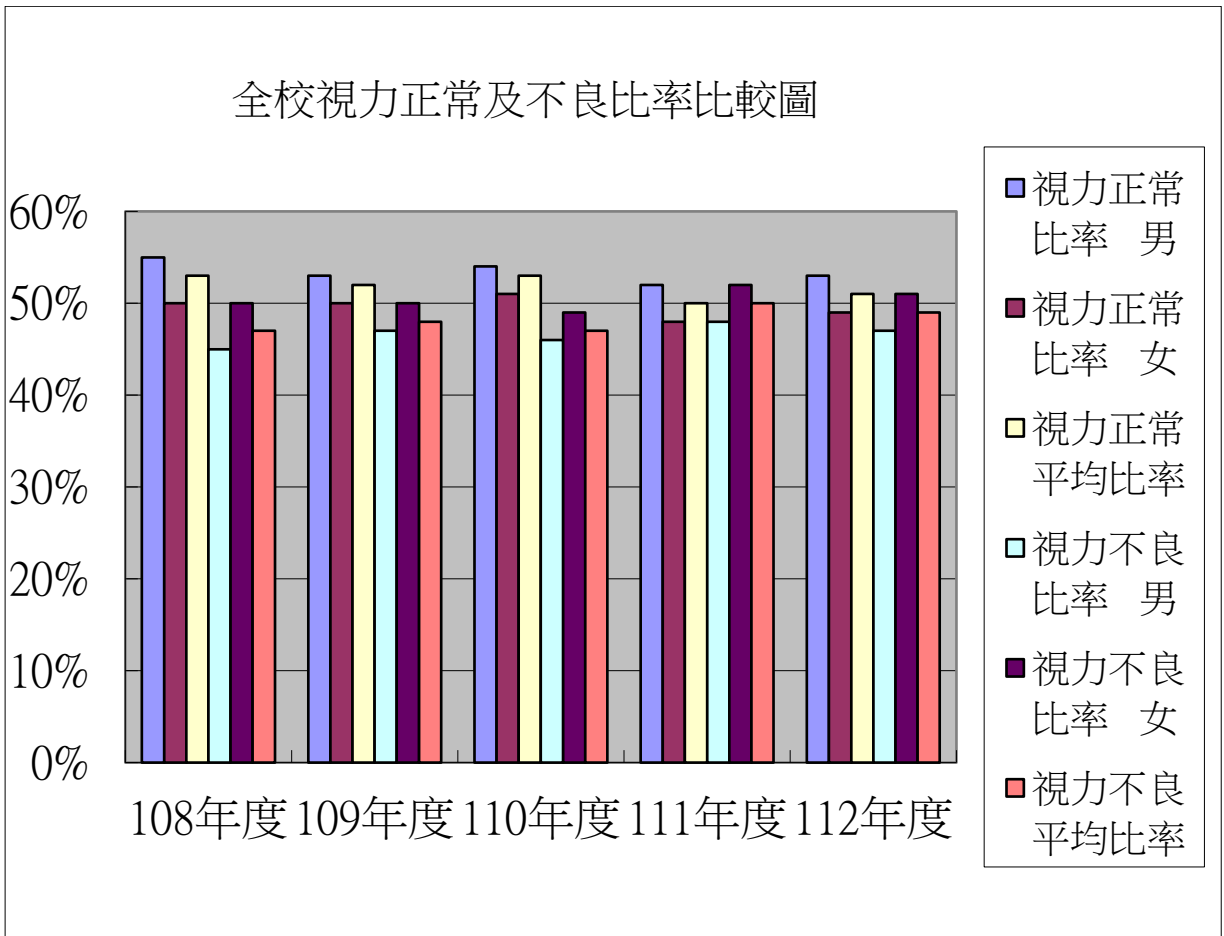
此外，學生在校學習結束後，多數學生還需至安親班或補習班進行學習，過長時間的近距離用眼，導致近視提早發生。因此，學校為了讓親師生能有正確的護眼觀念，制定視力保健政策與各類活動、教育之宣導，落實於生活中，盼能減緩節節攀升的近視罹患率，因此本校將「視力保健」列為 112 學年度主推議題加強推動。

(二)現況分析

表一臺南市東區崇學國小 108-112 學年度視力檢查不良率統計表

	108 學年度 上學期	109 學年度 上學期	110 學年度 上學期	111 學年度 上學期	112 學年度 上學期
視力不良率	47.7%	48.3%	47.2%	50.1%	49%
視力不良惡化率	8.25%	9.58%	7.84%	11.4%	7.45%
	108 學年度 下學期	109 學年度 下學期	110 學年度 下學期	111 學年度 下學期	112 學年度 下學期
視力不良率	51%	53.3%	51.6%	53%	53.7%
視力不良惡化率	8.40%	9.85%	6.77%	8.98	7.48%

表二臺南市東區崇學國小108-112全校視力正常及不良比率比較圖



參、改善策略及實施過程

一、健康促進學校六大範疇推廣視力保健議題之實施策略

實施大綱	實施內容	工作團隊	實施時程
學校政策	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 籌組學校衛生委員會，進行需求評估並制定各衛生健康教育實施計畫。</li> <li>2. 擬定實施計畫並納入學校行事曆。</li> <li>3. 規劃並舉辦健康促進學校之研習課程。</li> <li>4. 教師將健康議題納入課程與教學。</li> <li>5. 結合社區資源辦理相關活動。</li> <li>6. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。</li> <li>7. 舉辦親師座談，宣導健康促進學校計畫之內涵。</li> </ol>	學務處	112年8月
物質環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用跑馬燈宣導、班級佈告欄布置，校園走道佈告欄張貼衛教文宣。</li> <li>2. 提供教職員工生充足燈光照度。</li> <li>3. 營造綠色空間並提供良善之戶外活動環境。</li> </ol>	學務處 總務處	經常性
健康教學活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 進行視力保健衛教宣導。</li> <li>2. 校內比賽融入健康促進議題。</li> <li>3. 本校健康教育教師，進行議題融入教學，並推廣健康護照紀錄。</li> <li>4. 配合董式基金會推行健康吃快樂動學習。</li> </ol>	學務處 教務處	經常性
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 定期進行學生視力檢查並追蹤輔導與管理。</li> <li>2. 校內護理師，提供師生相關健康諮詢。</li> <li>3. 學校定期進行空間照明度測量。</li> </ol>	學務處	經常性
社會環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 結合校慶嘉年華，辦理親子闖關趣味競賽活動，增加親子互動與戶外活動時間。</li> </ol>	學務處	113年3月

	2. 辦理親師座談會，讓親子了解視力保健之重要性。 3. 辦理每月主題體育活動，增加孩子戶外活動的機會。		112年9月 經常性
社區關係	1. 邀請衛生所立校辦理健康促進宣導活動。 2. 運用社區資源辦理相關健促宣導活動。	學務處	112年9月 113年5月

## 二、人力配置

本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，各成員之職稱與工作職掌詳見下表。

職別	成員	職責
主任委員	校長洪榮進	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 綜理學校衛生工作</li> <li>* 核定並領導衛生工作計畫及實施</li> <li>* 籌措衛生工作經費</li> <li>* 主持學校衛生委員會</li> </ul>
副主任委員	學務主任謝政道	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 協助主任委員之工作</li> <li>* 連繫地方機構辦理衛生工作</li> </ul>
執行秘書	衛生組長謝宗仁	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 執行並監督所有衛生工作計畫</li> <li>* 連繫協調各處室辦理衛生工作</li> </ul>
設計委員	各學年主任	討論並計畫學校衛生工作議題及重點
物質環境組	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 總務處李武璋主任</li> <li>* 莊世欽組長</li> <li>* 朱碧梅組長</li> <li>* 王金珠小姐</li> <li>* 許文玲小姐</li> <li>* 江雪菱小姐</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 提供安全環境</li> <li>* 提供適當的衛生設施與安全用水</li> <li>* 推行環境保護計畫</li> <li>* 鼓勵學生愛護學校的設施</li> <li>* 提供完善的學習環境</li> </ul>
社會環境組	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 輔導室楊孟儒主任</li> <li>* 楊絢雯組長</li> <li>* 輔導老師黃柳腕</li> <li>* 輔導老師施羽柔</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 建立學校良好人際關係</li> <li>* 建立相互關懷、信任和有愛的環境</li> <li>* 為有特殊需要的學生提供適當的協助</li> <li>* 營造彼此尊重的環境</li> </ul>
健康教學組	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 教務處陳迪茜主任</li> <li>* 汪純伊組長</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 辦理健康教育課程</li> <li>* 辦理健康教育活動</li> </ul>

	* 張琬翔組長 * 王瑋樺組長 張裕助組長	
健康服務組	* 生教組龔孟弦組長 * 體育組陳建州組長 * 護理師林雪珍 護理師盧貞秀	* 充實健康中心設備並發揮功能 * 辦理學生健康檢查 * 學生健康資料建檔管理 * 特殊疾病學生管理
健康服務組	學生代表：各班班長	* 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
社區關係組	* 邱子豪組長 * 家長代表潘佩奴小姐 * 家長會長黃勝強先生	* 學校與家庭的聯繫與合作 * 學校與社區的聯繫與合作
諮詢單位	* 台南市教育局 * 東區衛生所	* 協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務 * 協助辦理各項知能研討進修、改進策略及相關經費

### 三、實施期程

	八月	九月	十月	十一月	十二月	一月	二月	三月	四月	五月	六月
1. 成立學校健康促進委員會	■										
2. 組成健康促進工作團隊	■										
3. 進行現況分析及需求評估	■										
4. 決定目標及健康議題	■										
5. 擬定學校視力保健實施計畫	■										
6. 編製教材及教學媒體		■									
7. 建立健康網站與維護	■										
8. 宣導教育	■										



#### 四、實施過程

##### (一)訂定學校衛生政策

活動名稱	藉由校務會議達成共識, 制定健康促進計畫及主推議題			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數			全校
簡述活動內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 籌組健康促進學校計畫工作推行小組。</li> <li>2. 制定視力保健實施計畫。</li> </ol>			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校務會議通過健康促進學校實施計畫



說明：校務會議通過健康促進學校實施計畫



說明：籌組健康促進學校計畫工作推行小組



說明：籌組健康促進學校計畫工作推行小組



## (二)健康教學與活動

活動名稱	健康促進視力保健偶戲宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	視力保健相關宣導			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健偶戲宣導

說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健偶戲宣導



說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健偶戲宣導

說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健偶戲宣導



活動名稱	全校學生朝會健康促進視力保健宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	健康促進視力保健相關宣導			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健宣導

說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健宣導



說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健宣導

說明：全校學生朝會進行健康促進視力保健宣導



活動名稱	臺南市校園營養教育巡迴列車活動實施計畫			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	中高年級		
簡述活動內容	學童透過相互合作學習，認識六大類食物、臺南在地食材、我的健康餐盤、食品與食物、食品標章等飲食教育，打造健康校園氛圍。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校園營養教育校長開場介紹



說明：校園營養教育活動大合照



說明：校園營養教育分組闖關活動



說明：校園營養教育分組闖關活動



活動名稱	班級健康促進視力保健宣導			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	班級視力保健相關宣導			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：班級進行健康促進視力保健宣導

說明：班級進行健康促進視力保健宣導



說明：幼兒園健康促進視力保健宣導

說明：幼兒園健康促進視力保健宣導



活動名稱	健康促進視力保健戶外教學活動			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	中高年級		
簡述活動內容	1. 參加漚汪國小食農教育活動 2. 參觀學甲虱目魚工廠活動 3. 參加後甲國中烘焙教學活動 4. 參加建功國小食農教育活動			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：參加漚汪國小食農教育活動



說明：參加後甲國中烘焙教學活動



說明：參觀學甲虱目魚工廠



說明：參加建功國小食農教育活動



### (三)健康服務

活動名稱	健康促進視力保健活動			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	1. 落實3010戶外120辦理相關活動，走出教室落實課間淨空教室 2. 積極推動SH150計畫提升學生戶外活動意願與時間 3. 四至六年級學生進行體適能檢測			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				
				
說明：落實3010、戶外120積極推動本校SH150計畫		說明：落實3010、戶外120積極推動本校SH150計畫		
				
說明：落實3010、戶外120積極推動本校SH150計畫		說明：落實3010、戶外120積極推動本校SH150計畫		



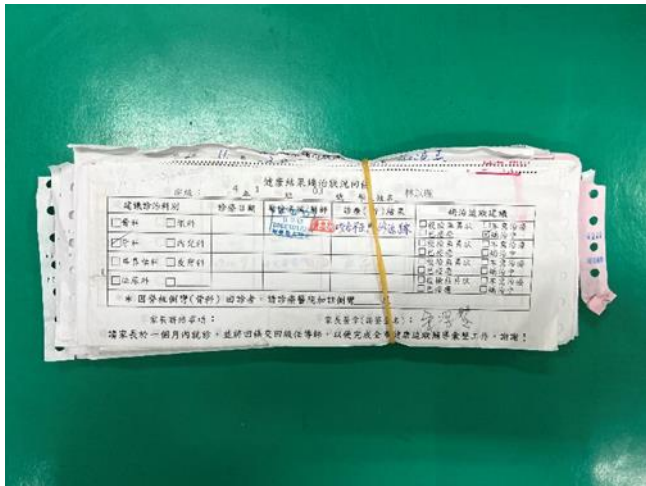
活動名稱	護理師進行全校學生視力檢查			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	1. 視力保健相關宣導 2. 每學期進行視力檢查，檢查異常者並追蹤輔導管理			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：護理師進行全校學生視力檢查

說明：護理師進行全校學生視力檢查



說明：異常者並追蹤輔導管理

說明：異常者並追蹤輔導管理



活動名稱	臺南市校園營養教育巡迴列車活動實施計畫			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	中高年級		
簡述活動內容	學童透過相互合作學習，認識六大類食物、臺南在地食材、我的健康餐盤、食品與食物、食品標章等飲食教育，打造健康校園氛圍。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校園營養教育活動(校長開場致詞)



說明：校園營養教育活動(教授開場介紹及大合照)



說明：校園營養教育活動大合照



說明：校園營養教育活動大合照



活動名稱	社區醫療資源提供師生健康管理			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	一年級 四年級		
簡述活動內容	藉由與社區裡的醫療相關單位到校進行健康服務，有助於提供學校師生健康管理。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：醫療院所到校實施一、四年級健康檢查



說明：醫療院所到校實施一、四年級健康檢查



說明：醫療院所到校實施一、四年級健康檢查



說明：醫療院所到校實施一、四年級健康檢查



(四)學校物質環境

活動名稱	檢測照度、美化綠化活動有助於健康促進視力保健推廣。			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	班級檢測照度、美化綠化校園			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：檢測教室照度符合規定的燈光照度



說明：檢測教室照度符合規定的燈光照度



說明：美化綠化校園



說明：美化綠化校園



(五)學校社會環境

活動名稱	校慶暨社區運動會			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	藉由校慶運動會與社區的家長進行交流，有助於健康促進視力保健推廣。			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：校長運動會帶領家長會委員視力保健宣導



說明：運動會來賓簽到處進行視力保健宣導



說明：運動會志工團進行視力保健宣導



說明：幼兒園家長視力保健宣導



活動名稱	藉由學校活動與社區的家長進行交流，有助於健康促進視力保健推廣。			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數	全校		
簡述活動內容	新生始業輔導			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：新生始業輔導導師進行家長視力保健宣導



說明：新生始業輔導進行家長視力保健宣導



說明：新生始業輔導導師進行家長視力保健宣導



說明：親職講座宣導視力保健活動

(六)社區關係

活動名稱	與課後照顧及課輔機構合作推動視力保健或其他健康促進議題			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數			
簡述活動內容	學校人員至課輔機構向負責人及老師生宣導學生視力保健3010的重要性，並協助課輔機構的教室進行測光			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性

說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性

說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性



活動名稱	與課後照顧及課輔機構合作推動視力保健或其他健康促進議題			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112學年度	參加人數			
簡述活動內容	學校人員至課輔機構向負責人及老師生宣導學生視力保健3010的重要性，並協助課輔機構的教室進行測光			

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性



說明：至安親班進行宣導及測光，傳達視力保健的重要性

活動名稱	社區醫療資源提供師生健康管理		
活動日期	參加對象	學生	家長
112學年度	參加人數	全校	
簡述活動內容	藉由與社區裡的醫療相關單位到校進行健康服務，有助於提供學校師生健康管理。		

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：東區衛生所到校進行健促綜合宣導



說明：東區衛生所進行健促綜合宣導有獎徵答



說明：東區衛生所到校進行健促綜合宣導



說明：東區衛生所到校進行健促綜合宣導

#### 肆、成效：

本校有鑑於學生使用 3C 頻率過高，近視比率逐年攀升，因此致力於推行視力保健，現經由學校推動視力保健之政策與相關宣導與教育活動，加上親師生對視力保健行為的重視與落實，學生的視力不良率有明顯的改善。

#### 伍、分析改進

##### 一、分析：

隨著學生的年級愈高，視力不良率也逐漸攀升，究其原因，主要是因人人離不開 3C 產品，加上臺灣目前仍有升學壓力，多數家庭為雙薪家庭，因此學生下課後大多被送到安親班繼續課業輔導，休閒時則多以 3C 產品相處接收各項資訊，導致長時間近距離用眼，因此未能完全達到視力保健的目標。

##### 二、改進策略

推動視力保健政策、健全視力保健服務、辦理視力保健宣導與活動、改善視力保健物質與社會環境、強化學生視力保健之社區關係等策略是國家政策中刻不容緩，勢在必行的工作，學校也將會持續推動。唯有親師生共同努力與合作，才能有效保健學生視力的發展，發揮早期療育的效果，讓學生能有擁有明亮的雙眼健康成長。