

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

臺南市安南區顯宮國民小學 112 學年度學校健康促進實施計畫

一、計畫依據：

- (一) 學校衛生法
- (二) 教育局 112 年 8 月 17 日南市教安(二)字第 1121063489 號函
- (三) 本校 112 年 8 月 30 日校務會議通過

二、計畫摘要：

本計畫旨在發展多元的學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康。本計畫分二階段進行，第一階段已成立學校健康促進委員會，組成健康促進工作團隊，確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序。第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，建立健康的生活型態，進而提升健康品質；此外適時研討回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效果。

有鑑於健康飲食、動態生活與充分睡眠休息、以及健康體型意識等對成長發育期學生健康的重要性，本校之自選議題為『傳染病防治』；主推議題為『健康體位』。

本學年度計畫依據訂定之目標及議題，評估檢討 111 學年執行之成效，發展有效的計畫和策略。本校各大重要議題 111 年執行成果如下：學童裸視視力不良率 36.54%；齲齒盛行率 27.78%、健康體位適中率 61.54%，但體位肥胖率 17.31%仍高於市平均 12.52%，顯示仍有努力的空間。希望透過「健康促進學校」的理念，改善學校的健康環境，經過議題融入教學及活動來形成健康觀念和行為，再藉由學生的健康行為影響到家庭、社區，促進家庭、社區健康。

三、背景說明

本校位處安南區邊埤的小村莊，全校一至六年級共六班 51 人，教職員工 17 人，是一所超迷你的小學。近來社會變遷加速，社區的居民多已外移，留下來多為老弱婦孺，且已從事勞工階層為多。居民多為生活打拚，對健康的概念相當薄弱，學生也多為隔代教養，飲食觀念尚待加強，飲用含糖飲料成習，不吃早餐者也不少，致使體位不良均較市區兒童為高，且齲齒狀況相當嚴重。因此學童的生活、學習與成長頗值得關切。

健康狀態是影響學習及生活品質的重要因素，而學校在學生及教職員工的健康促進上則扮演極重要的角色，因此如何從小培養國民正確之衛生知識，養成良好之健康行為，並且從事適當的運動，以減少日後疾病及健康問題之發生，是學校教育應當努力的目標。

推動學校健康營造必須透過組織及發展的過程，凝聚共識，整合及運用學校及社區的人物力資

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

源，以增進個人及組織的能力來改善健康問題及促進健康的學校政策及計畫的產生。

(一)111 學年度學生健康資訊系統資料

議題名稱	指標	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 51.43%	國小 36.54%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小 95.31%	國小 100%	<input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率	國小 24.59%	國小 27.78%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	學生齲齒複檢率	國小 93.59%	國小 100%	<input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
健康體位	體位過輕率	國小 9.17%	國小 7.69%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位適中率	國小 62.14%	國小 61.54%	<input type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	體位過重率	國小 12.52%	國小 17.31%	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	國小 16.16%	國小 13.46%	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

(二) 健康議題擇定

1.必選議題：

(1) 視力保健議題

本校 106 年學童裸視不良率高達 54.2%，甚至被教育局選為 107 年視力議題種子學校，我們痛定思痛，於 108 年起開始制定運動護照，提倡天天戶外活動 120 分鐘。每學期教室採光測量皆符合教育部標準值，也遵行課程規畫用眼 3010 原則，好不容易逐年下降。但因新冠肺炎疫情，因在家視訊上課，又減少戶外活動時間，使得學生過度長時間近距離用眼，再加上學生放學後仍繼續使用電腦及智慧型電子產品，造成學生視力不良比率持續上升；雖本校地處偏遠，有良好的地理環境，裸視視力不良比率又回升至 36.5%，且家長對視力保健不重視；學童的就醫保健問題，也是一大隱憂。

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

表一、107-111 學年度視力狀況統計

年度	裸視視力不良率	視力不良就醫複檢率
108	45.3%	100%
109	40.7%	100%
110	35.1%	100%
111	36.5%	100%

(2) 口腔衛生議題

本校社區內居民及家長多以農漁工業為主。學齡前多由祖父母帶養至五歲才就讀幼兒園大班，以致錯失培養良好刷牙習慣之時機。齲齒率以一、四年級為樣本，常會因原生家庭即有的齲齒態樣，影響統計數據。有鑒於此，本校近年來於入學以後，學校致力於推行幼兒園牙齒塗氟、1-3 年級窩溝封填及在校餐後潔牙及一週使用一次漱口水，以同一族群學童齲齒率比較顯著下降。

表二、108-111 年本校齲齒比率與全市比較

年度	本校齲齒率平均	台南市齲齒率平均
108	46.4%	27.5%
109	28.6%	25.5%
110	15.8%	27.3%
111	27.8%	24.6%

(3) 健康體位議題

本校體位不良比率與本市比較，過重與肥胖比率一直有努力空間，經評估造成體位不良的原因可能是：

1. 不正確的飲食習慣：偏食、喜歡吃含糖飲料、垃圾食品，不吃早餐。
2. 缺乏運動：父母因工作忙碌放學後孩子不是委託祖父母、就是送安親班。孩子的活動以閱讀、打電腦或寫評量，取代了跑、跳、遊戲造成孩子運動不足或根本不運動。
3. 家長寵溺或放任孩子懶散的生活態度或不良的飲食習慣。

表三、108-111 學年度本校體位狀況與全市統計

年度	過重及肥胖		適中		過輕	
	本校	台南市	本校	台南市	本校	台南市
108	35.9%	30%	56.3%	62.6%	7.8%	7.35%
109	32.2%	28.1%	62.7%	63.4%	5.1%	8.5%
110	28.1%	29.5%	64.9%	62.3%	7%	8.2%
111	30.8%	28.7%	64.5%	62.1%	7.7%	9.2%

(4) 菸害防治議題

自 98 年 1 月 11 日實施菸害防制法，將禁菸環境擴大至高中以下校園，在國小校園中雖較無菸害之困擾，但據老師了解，發現不少家長有抽菸習慣；另學校每逢假日總有社區居民留下菸蒂。

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

因此學校期望藉由知識的傳遞、活動的參與，使學生能由自身做起拒吸二手菸，並進而影響家中成員、感染社區民眾，共同推動無菸的家庭與校園優質環境。

(5) 全民健保與正確用藥議題

全民健保自助互助的精神，透過繳納保險費共同分擔未來醫療費用支出的風險，使大家不會因病而貧，因貧而無法就醫，故我們應該以擁有全民健保而感到幸福並珍惜之，生活中充滿著不確定性的風險，全民健保能在醫療風險發生時分擔費用的支出，保障我們生活的安定，透過全民共同繳納的保費來分擔民眾未來的醫療費用支出，不會因貧富差異而影響民眾的就醫權益，以達到自助互助的精神。我們期望透過健促計畫讓學童了解全部的民眾都必須參與全民健保，健保特約醫療院所遍佈各地，能方便民眾就近就醫，且收入越高需繳納越高的保費，已達到財富重新分配的公平原則。因此，如何讓學生體認到全民健保的價值，是一門重大的課題。希望透過本計畫，使學生都能珍惜健保資源，讓學生建立正確的健保觀念，學會節制健保資源。

(6) 性教育與愛滋防治議題

根據疾病管制局的資料，112 年 6 月底止之統計顯示，臺灣的愛滋病毒感染者共 45,401 例，其中 82.08% 感染者是透過「不安全行為」而感染的，感染者年齡以 25-34 歲佔 38.77% 為最多，數據亦呈現年輕族群感染愛滋病的人數近年來有逐漸增加的趨勢，以最低年齡層 0-24 歲的族群，佔所有通報感染者之比率，已由民國 95 年的 0.9% 上升至 111 年 6 月的 23.61%，而通報當時為學生身分者約佔 8.29%，因此學生是我們須特別注意並加強自我保護宣導的對象。國小高年級學生進入青春前期，除了家庭生活外，逐漸擴展到學校與社會，性態度、行為容易受到同儕與媒體文化影響，性教育是終其一生的學習課題，為了促進學校落實國小性教育本計畫積極增進學生瞭解愛滋病防治內涵，與鼓勵教師發展有效教學策略提升性教育教學成效，進而培養學生愛滋病防治的健康態度與知能，達到性健康促進之目的。

(7) 正向心理健康促進議題

在台灣 10~24 歲年輕人，經診斷患有心理健康問題(包含憂鬱症、躁鬱症、焦慮症等)之盛行率為 11.62% (男性 11.93%，女性 11.30%)，雖比全球 14.08% 略低，仍不容忽視此問題正在侵蝕國人健康。孩童的心理壓力及排解能力，常被成人忽略，以為孩童無經濟、人際關係、社會、健康壓力，殊不知各年齡層也有適應問題，孩童心理健康狀況與他們的思考、感受、互動、行為和學習方式息息相關，如果不加以重視，累積的情緒壓力，不當的就會藉由吸毒、抽菸、酗酒來化解壓力、造成個人健康受影響、也是國家社會的負擔。

當 COVID-19 疫情造成停課學習，影響學童生理、心理及社交的焦慮、抑鬱及壓力，鑑於學生的心理健康狀態攸關其健康品質與生活適應，也影響其專注力與學習能力，配合教育國教署 110 學年度起新增正向心理健康促進議題，推動心理健康促進工作。

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

2.自選議題：傳染病防治議題

從 92 年 SARS 疫情，直到 108 年的新冠肺炎，面對各種傳染病的威脅，學校是一個人口密集的團體，校內師、生眾多，彼此接觸密切，一旦有傳染病就可能發生交互感染之聚集現象，有些傳染病癒後不佳，不僅影響健康狀況，且可能造成終身遺憾，甚至將傳染病由學校蔓延至家庭，更可能波及社會，而釀成大流行。

今年入夏以來，本市首度爆發登革熱疫情，雖校園及附近居民，尚未有疫情傳出，但校園附近多處荒草雜處，曾是布氏指數偏高地區，為有效控制傳染病發生，教育單位與衛生單位攜手合作共同防制校園傳染病防治勢在必行，期能即時採取適當防疫措施，以迅速有效遏止傳染病的蔓延，達到校園傳染病之監控及防治，降低傳染病對校園造成影響，維護校園教職員工生的健康，將此議題列為今年自選議題。

3.主推議題：健康體位

健康的體態為影響學童學習及生活品質關鍵因素，目前國人三高比率逐年偏高，不良生活飲食習慣及運動不足為最大導因。由於家長忙於工作，將學童課後交給安親班，且安親班為方便滿足學童餐點，皆以麵包或泡麵提供。學生的運動時間相對減少，健康飲食的知識也不足。因此藉由營養與運動的結合，引導學童建立正確得飲食習慣，並輔以加強學童得體能及培養運動習慣，才能提升健康知能及健康體態，幫助學習更有活力。綜上原因，本校特以「健康體位議題」作為 112 學年健促推行重點項目，運用行動共識與策略，為師生的健康而努力。

四、計畫內容

(一) 組成健康促進團隊，營造健康校園。

本校已成立學校健康促進委員會，組成健康促進工作團隊。其團隊成員可分為：

1. 行政人員：教導主任、總務主任、學務組長、健康體育老師…等，並加入健康中心護理師。
2. 專業教師：健體領域教師代表。
3. 社區及家長：家長會、志工媽媽。

使學校健康促進委員會組織健全，功能顯著。使學校、家長、社區建立互惠合作之關係，以期能有效聯結校內外之資源，發揮重大的影響力。

(二) 分析現況，評估需求。

收集並分析學校的衛生教育環境，以及師、生健康檢查資料、相關的調查統計及研究報告。另一方面，經會議討論與溝通，訪談學校教職員工生的意見，瞭解現階段狀況。從訪談互動的過程，參考各方意見作為發展重點。

(三) 決定議題，確定目標

本校分析現況、評估實施可行性，決定為安全教育與急救自選議題，健康體位為主推議題，並配合必選議題。根據學校、家長、社區的需要，並藉由互動過程建立共識，決定實施之目標與策略。依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫。

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

(四) 實施策略，掌握工作重點

以現有的基礎，繼續推動健康促進各議題，在校園中、公佈欄張貼各議題標誌或海報，營造並提供充分的環境支持。在健康中心放置文宣或學校刊物刊登相關知識及資訊，進而提供健康促進有關之醫療院所資訊服務。融入教學、活動增進學校成員健康觀念，並透過成員的影響力，建立溫馨健康的校園進而影響家庭。後續則利用過程記錄、會議記錄、活動記錄進行過程評價，檢討實施方法。評估實施成效，做為檢討改進的依據。

1. 視力保健(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(1) 訂定學校衛生政策	a. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	教導處	健康中心	112.08
	b. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。			
	c. 制定視力保健衛生保健實施計畫。			
	d. 擬訂具體行動方案與工作時程。			
(2) 健康教學及活動	a. 辦理「視力保健」教師研習。	學務組	學務組	線上研習
	b. 視力保健融入各科領域教學。	教導處		經常性
	c. 實施望遠凝視活動	健康中心		經常性
	d. 多元的戶外型社團	各班教師		經常性
	e. 視力保健融入各科教學	各班教師		學期中
(3) 健康服務	a. 佈置視力保健櫥窗	健康中心	教導處	經常性
	b. 視力檢查及追蹤統計	健康中心		112.09 113.02
	c. 提供視力保健資料及諮詢服務	健康中心		經常性
(4) 學校物質環境	a. 定期修剪花木	總務處	教導處	定期
	b. 各班提供視力檢查表	級任老師		112.09
	c. 提供教師視力保健教學教具	健康中心		經常性
	d. 校園增加綠色植栽	總務處		經常性
(5)	a. 獎勵學童下課走出教室外運動	學務組		經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

學校社會環境	b. 獎勵視力矯治完成學童。	學務組		112.10
	c. 舉辦視力保健繪畫與專題宣導	教學組		112.09
(6) 社區關係	a. 結合衛生單位辦理研習	教導處		112.09
	b. 班親會宣導家庭視力保健措施	各班教師	經常性	
	c. 於輔導專刊，刊載視力保健相關文章，提供社區家長閱讀了解。	輔導教師	經常性	

2. 健康體位(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(1) 學校衛生政策	a. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	教導處	健康中心	112.08
	b. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。			
	c. 每週擇訂一日為蔬食日。			
	d. 擬訂提升體適能計畫及策略。			
(2) 健康教學與活動	a. 辦理「營養教育」教師知能研習。	健康中心	教導處	線上研習
	b. 將健康體位議題融入課程教學	教導處	任教老師	每學期
	c. 鼓勵學生多喝白開水少喝含糖飲料	學務組		經常性
	d. 每學年實施體適能檢測(前後測)並培養學生運動知能及促進運動習慣。	學務組	教導處	每學期
	e. 舉辦班級體育競賽。	學務組		每學期
(3) 健康服務	a. 體位測量前後測、並統計分析。	健康中心	教導處	每學期
	b. 針對體位異常學童(過輕或過重)，進行飲食指導，並通知學童家長。	健康中心	各班級任	每學期初
	c. 加強五、六年級健康體位意識，破除偶像崇拜、瘦即是美觀念，結合健體領域課程，持續關心及輔導教育。	學務組		112.09~113.06
(4) 學校物質環境	a. 鼓勵學童跑操場活動。	學務組	教導處	經常性
	b. 學校網站公佈每日菜單熱量、營養分析。	午祕		經常性
	c. 各樓層設置飲水機、並定期清潔、更換濾心。	總務處		經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

(5) 學校社 會環境	a. 設置優活運動記錄，並獎勵落實運動者。	學務組	教導處	112. 10
	b. 營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境。	輔導教師		經常性
	c. 辦理家長親職講座。	輔導教師		112. 09
	d. 健康活力球類及運動比賽。	學務組		經常性
(6) 社區 關係	a. 積極參加社區活動行銷健康促進學校	教導處	健康中心	經常性
	b. 辦理校慶學校暨社區「健康促進學校」主題運動會。	學務組	教導處	112. 10
	c. 舉辦家長親師座談會，宣導「健康促進學校計畫」內涵。	學務組	教導處	112. 09
	d. 開放學校運動場，提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。	總務處		經常性
	e. 給家長一封信~推銷健康、活力校園。	健康中心	教導處	112. 10
	f. 與衛生單位辦理健康檢查。	健康中心	教導處	112. 12

3. 菸檳防制(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(1) 訂定學 校衛生 政策	a. 整合人力，審核及監督學校衛生政策	教導處	學務組	112. 08
	b. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議			
	c. 制定本校菸害防制法。			
(2) 健康教 學與活 動	a. 辦理生活技能融入各科領域教學及營養教育研習。	學務組	教導處	線上研習
	b. 將無菸及拒絕檳榔議題融入課程教學。	教學組		112. 08
	c. 辦理菸害暨檳榔危害學藝比賽	學務組		112. 09
(3)	a. 索取最新的吸菸與健康資訊，提供適切的無菸校園健康服務	健康中心		經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

健康服務	b. 運動會結合社區家長，行銷無菸家庭。	學務組	教導處	112.10
(4) 學校物質環境	a. 佈置衛生保健專欄	健康中心	教導處	經常性
	b. 學校網站張貼菸害、檳榔防制資訊。	學務組		經常性
	c. 健康中心提供有關菸害、檳榔防制資訊	健康中心		經常性
(5) 學校社會環境	a. 快樂助人體驗-身心殘障者之照顧等生命體驗活動。	輔導教師	教導處	112.11
	b. 辦理家長親職講座。	輔導教師	健康中心	112.09
	c. 舉辦壓力調適或學習拒絕技巧活動。	輔導室	教導處	經常性
(6) 社區關係	a. 積極參加社區活動行銷健康促進學校	教導處	健康中心	經常性
	b. 辦理校慶學校暨社區「健康促進學校」主題運動會。	學務組	教導處	112.10
	c. 舉辦家長親師座談會，宣導「健康促進學校計畫」內涵。	教導處	教導處	112.09
	d. 於健促網站，刊載菸害、檳榔危害防制相關文章。	學務組	教導處	經常性
	e. 給家長一封信~推銷拒菸、無檳校園。	健康中心	教導處	112.10

4. 口腔衛生(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(1) 訂定學校衛生政策	a. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	教導處	各處主任 健康中心	112.08
	b. 組織健康促進學校工作小組、定期召開會議。			
	c. 制定口腔衛生保健實施計畫。			
(2)	a. 辦理「口腔保健」教師研習。	健康中心		線上研習

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

健康教學與活動	b. 口腔衛生融入各科領域教學。	教導處		經常性
	c. 實施含氟漱口水活動	健康中心		經常性
	d. 餐後潔牙	各班教師	學務組	經常性
(3) 健康服務	a. 佈置口腔衛生保健櫥窗	健康中心		經常性
	b. 口腔檢查及追蹤統計	健康中心		112. 09 113. 02
	c. 提供口腔衛生資料及諮詢服務	健康中心		經常性
(4) 學校物質環境	a. 飲水機安全維護~水質檢測、水塔清洗。	總務處		定期
	b. 各班提供放置潔牙用品位置	級任老師	學務處	112. 09
	c. 提供教師口腔衛生教學教具	健康中心	衛生所	經常性
(5) 學校社會環境	a. 獎勵齲齒矯治完成學童。	健康中心		113. 06
	b. 於輔導專刊刊載口腔衛生相關文章，提供社區家長閱讀了解。	輔導教師		經常性
(6) 社區關係	a. 召開親師座談會宣導「健康促進學校計畫」內涵。	學務組	健康中心	學期初
	b. 結合社區家長，推動口腔保健概念。	學務組		經常性

5. 全民健保及正確用藥(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(1) 學校衛生政策	a. 組織健康促進學校工作小組。	教導處	衛生局 藥師公會	112. 08
	b. 制定「校園全民健保及正確用藥教育」計畫。			112. 09
	c. 進行正確用藥資料蒐集與分析。			112. 09
(2) 健康教學與活動	a. 辦理「正確用藥教育」教師知能研習。	教導處	全體教師	線上研習
	b. 將正確用藥教育融入課程教學	教導處		經常性
(3)	a. 蒐集用藥問題，請專業藥師解答。	健康中心	教導處	經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

健康服務	b. 提供過期藥物處理方法及打擊不法藥物單張		藥師公會	112.11
	c. 提供正確用藥諮詢輔導專線。			
(4) 校園物質環境	a. 佈置正確用藥教育專欄。	學務組	健康中心	112.08
	b. 製作有關用藥安全之宣導品			
	c. 提供五大核心能力及藥師諮詢電話資訊			
(5) 學校社會環境	a. 校園網路平台、校刊，進行用藥安全宣導。	健康中心		經常性
	b. 獎勵配合宣導正確用藥學童、教職員工及家長。	教導處		112.11
	c. 與醫療院所、衛生單位、進行策略聯盟。	教導處		112.11
	d. 利用集會時，辦理家長正確用藥教育宣導			112.11
(6) 社區關係	a. 召開親師座談會宣導「健康促進學校計畫」內涵。	學務組	健康中心	學期初
	b. 結合社區家長，推動正確用藥概念。	學務組		經常性
	c. 與社區藥局、醫學中心結合，進行宣導用藥資訊	學務處		112.11

6. 性教育及愛滋防治(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(1) 訂定學校衛生政策	a. 整合人力，審核及監督學校衛生政策。	學務組	各處主任	112.08
	b. 組織「性別平等教育委員會」、定期召開會議。			
	c. 制定顯宮國小性侵害或性騷擾防治規定。			
(2) 健康教學與活動	a. 辦理「性別平等教育」教師知能研習。	輔導教師		112.09
	b. 鼓勵教師參加性侵害或性騷擾事件調查專業人員初階、進階研習	教導處		每學期
	c. 將性教育(含愛滋病防治)議題融入課程教學。	教導處	各班教師	經常性
(3)	a. 教導自我保護、預防性騷擾、性侵方法。	輔導教師	健康中心	112.11

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

健康服務	b. 認識青春期、生理期注意事項		衛生組 衛生所	112.11
	c. 認識愛滋病及防治方法			112.11
(4) 學校物質環境	a. 佈置衛生保健專欄(性教育)。	健康中心		經常性
	b. 班級教室環境佈置(性教育)。	各班教師		112.09
	c. 學校網站張貼性侵害或性騷擾防治相關資訊及教材。	資訊組	學務組	經常性
(5) 學校社會環境	a. 建立性侵害或性騷擾申訴管道。	輔導教師	人事室	112.09
	b. 設立關懷信箱,營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境。		教導處	112.09
	c. 舉辦壓力調適或學習拒絕技巧活動			經常性
(6) 社區關係	a. 於健促網站,刊載性侵害或性騷擾相關文章。	教導處		112.09
	b. 拜訪社區商店,共同加入保護學童愛心活動。	教導處	家長會	112.09

7. 正向心理健康促進(必選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(1) 訂定學校衛生政策	a. 整合人力,審核及監督學校衛生政策。	教導處	各處主任 健康中心	112.08
	b. 擬訂具體行動方案與工作時程。			
(2) 健康教學與活動	a. 在教學實踐中融入文化相關主題。	教導處		經常性
	b. 提升教職員工生對正向心理健康促進相關活動的參與度。	教導處		經常性
	c. 輔導老師參加增能研習,落實議題融入課程,推動心理健康促進教育。	各班教師		經常性
	d. 減少控制,並以傾聽和驗證學生觀點,以支持學生自主的學習方法。	教導處	學務組	經常性
(3) 健康服務	a. 利用班親會與親職教育機會,邀請家長參加講座、衛教單張宣導,並利用家長會加以宣導。	教導處		經常性
	b. 輔導室成立心理諮商服務站協助學童開導心理問題包含在校與家庭方面。	教導處		經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

(4) 學校物質環境	a. 無障礙的空間，讓學生感到安全和受到重視。	總務處		定期
	b. 關注學生網路交友潛在的安全問題。	級任老師	學務處	經常性
	c. 創造安全和校園關懷環境的全校措施。	總務處	健康中心	經常性
	d. 積極的學習環境，包含有社會情緒問題學生的需求。	教導處		經常性
(5) 學校社會環境	a. 能滿足所有學生(包括特殊生)學習和社會需求的教育政策。	教導處		112. 09
	b. 學校提供重大學習或社會情緒問題學生及時評估和早期服務的文件紀錄。	教導處		112. 12
(6) 社區關係	a. 學校與家庭積極的互動，與照顧者的定期溝通。 b. 進行高危險群篩檢，若發現-除校方介入輔導外並結合醫療資源，協助諮詢與輔導。	各班教師	教導處	112. 09

8. 傳染病防治(自選議題)

實施大綱	實施工作內容	主辦單位	協辦單位	實施期程
(1) 訂定學校衛生政策	a. 制定傳染病防治計畫及工作分配。	教導處	各處主任 健康中心	112. 08
	b. 擬訂具體行動方案與工作時程。			
(2) 健康教學與活動	a. 提供教職員工生各項傳染病之正確防治措施資訊。	健康中心		經常性
	b. 蒐集有關傳染病疫情防治資訊並張貼公佈欄	教導處		經常性
	c. 協助指導學生個人衛生教育推廣。	各班教師		經常性
	d. 協助衛生單位進行接觸者預防性投藥。	教導處	學務組	經常性
(3) 健康服務	a. 協助感染或疑似病例之教職員工生就醫事項。	健康中心		經常性
	b. 協助衛生單位的防疫措施。	健康中心		經常性
(4) 學校物質環境	a. 配合衛生與環保單位辦理校園環境消毒。	總務處		定期
	b. 辦理傳染病防治所需器材、藥品、用品等申購事宜。	健康中心	總務處	112. 08
	c. 協助感染或疑似病例之教職員工生就醫事項。	健康中心	總務處	經常性
	d. 督導班級環境衛生清潔工作。	教導處		經常性

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

(5) 學校社 會環境	a. 建立學生緊急聯絡冊，並每學年更新。	健康中心		112.09
	b. 建構與進行線上教學。	教導處	資訊組	112.12
	c. 疑似個案追蹤及疫情調查。	健康中心		經常性
(6) 社區 關係	a. 班親會宣導疫病常識，當疫情發生時集合家長資源提供學校各項事務協助，以盡速控制及撲滅傳染病。	教導處	總務處	112.09

五、人力配置：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，各成員之職稱及工作項目見下表。

職 稱	姓 名	所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	何志中	校 長	主持計畫、督導執行及行政協調事宜
協同主持人	陳藝珍	教導主任	執行、研究策劃，彙整資料及協助行政協調。
協同主持人	何冠瑩	總務主任	執行、研究策劃，經費審查核銷，建構健康環境。
執行委員 兼執行秘書	黃雅姿	學務組長	1. 策劃、彙整報告撰寫事宜。 2. 策略設計及效果評價。 3. 社區及學校資源之聯繫。
執行委員	羅子函	教務組長	協助課程發展及行政協調。 網路網頁製作及維護。
執行委員	洪素華	校 護	協助彙整報告撰寫與身體健康狀況需求評估、活動策略設計及效果評估。
執行委員	賴建勳	健康與體育領域教師	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。
執行委員	各班級導師	各學年代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
榮譽委員	林奕志	家長會代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
榮譽委員	蘇秀珠	社區、志工代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
榮譽委員	林書綿	學生代表	協助提供學生需求評估與活動及協助學生與行政單位之聯繫。

六、預定進度

工作項目	月次											
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	
1. 成立並持續召開學校健康促進委員會												

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小

2-2-1 健康促進學校計畫

2. 進行現況分析與需求評估																				
3. 決定健康議題與目標																				
4. 發展健康促進適切的活動與課程																				
5. 編置教材及教學媒體																				
6. 實施健康促進課程學活動																				
7. 建置與維護健康網站																				
8. 過程成效評價																				
9. 資料分析																				
10. 報告撰寫																				

七、評價方法

(一)過程評價

1. 每學期召開學校衛生員會，檢討菸害及檳榔防制教育得失及視力保健、口腔保健是否落實於生活教育實踐於日常生活，並做成會議記錄以為改進之依據。
2. 經由學生班會檢討安全教育與急救有關問題，提供學校改進建議。
3. 辦理活動照片或其他成果（問卷前後測、活動比賽照片）。

(二)成果評價

1. 學年結束進行總後測，並輔以親師生的深度訪談，蒐集質性資料以確實評估計畫成效。根據質量化的實施成效，作為未來健康促進學校推動之擬定方向。

八、預期效益

(一)視力保健

1. 視力不良比率低於 45%以下，矯治率達 90%以上。
2. 每日確實遵守 3010 愛眼守則人數達 50%以上。

(二)健康體位

1. 學童健康篩檢達 100%。
2. 分發不良體位通知單及衛教單達 100%。
3. 學生體適能檢測率達 95%。
4. 每日五蔬果學生比例達 50%以上。
5. 體位適中率增加至少 1%。

(三)口腔衛生

1. 一、四年級齲齒率下降 3%。
2. 一、四年級齲齒矯治率達 85%以上。
3. 餐後潔牙比率達 80%以上。

臺南市 112 學年度健康促進學校評選-顯宮國小
2-2-1 健康促進學校計畫

(四)反菸拒檳

1. 學校師生願意反菸拒檳人數達 95%以上。
2. 家長願意參加無菸無檳家庭比率達 20%。
3. 營造尊重環境，不吸二手菸。

(五)全民健保及正確用藥

1. 遵守醫囑服藥比率達 70%。
2. 學生具正確用藥知識比例達 80%。

(六)性教育及愛滋防治

1. 辦理學生兩性教育宣導至少一場。
2. 辦理高年級生理衛教一場次。

(七)正向健康促進

1. 工具：學生心理健康促進素養成效指標
2. 成效指標：心理健康正確知識率比例達80%

(八)傳染病防治

1. 及時各項疫情應變行為（落實防疫宣導、校安通報作業、學生座位動線之應變措施等）。
2. 落實校園個人健康管理，沒有傳染病群聚問題。

承辦人：

教師兼學務組長黃雅姿

護理師：

護理師洪素華

教導主任：

教師兼教導主任陳藝珍

校長：

臺南市安南區顯宮國民小學校長何志中