

臺南市東區崇明國民小學 112 學年度健康促進學校實施計畫

一、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)臺南市政府教育局 109 年 8 月 14 日南市教安(二)字第 1090974007 號函

二、計畫摘要：

配合臺南市政府衛生政策「視力保健、口腔衛生、健康體位、菸檳防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防制)、正向心理健康促進」等 7 項議題為主題，並以「安全教育與急救」為本校自選議題，發展出有效的策略及行動方案，以建立更為健康友善的校園環境，並於過程中不斷進行檢討及修正，期盼能提供學生更完善的健康服務。

本校學生裸視視力不良率於 110 學年度至 111 學年度從 61.60% 下降至 57.00%。顯示視力保健方面有顯著的成效。齲齒率方面，一、四年級從 110 學年度的 18.64% 及 8.660% 至 111 學年度下降為 11.39% 及持平的 8.96%，可見本校長期推動口腔保健宣導，並積極推動餐後潔牙與使用含氟漱口水等活動，以漸能呈現相當的成效。健康體位方面，學生過重及肥胖的比例差異不大，約佔一成，將持續推動健康體位宣導，推動 85210 活動-每天睡滿 8 小時，天天五蔬果，每天使用電子產品少於 2 小時，天天運動 30 分鐘。

背景說明：

(一)學校背景分析

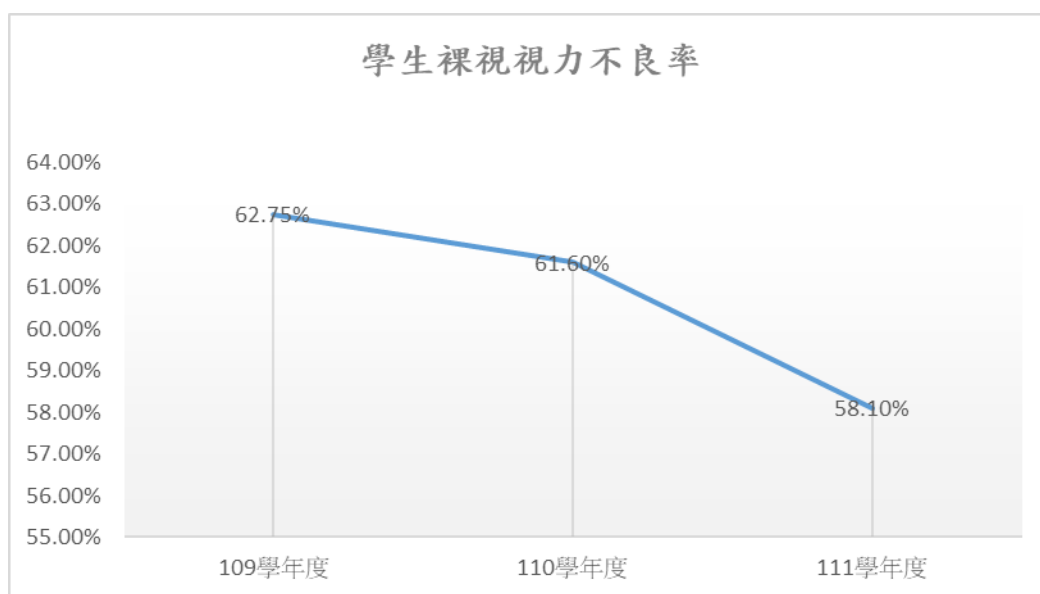
本校位於臺南市中心學校，校園面積 2.7 公頃，班級數共 79 班，學生數約 2100 人，校舍採中式建築，環境優美，另設有田徑場、籃球場、桌球教室、羽球場、淋浴間及戶外體能遊戲區，隸屬都會型學校。學校社區含巴克禮公園、臺南市立文化中心、台糖園區、市立醫院及新住宅區，視野相當遼闊，且大致上來說，家長整體社經地位頗高。學校教職員工對學校推行活動配合度極高，與家長間互動狀況相當良好，校園氣氛極為融洽。本校校區平時早晚提供社區民眾運動，亦是社區民眾休閒之最佳場所，對社區居民健康促進及社區資源的應用助益良多。

本校教職員工無人抽菸及食用檳榔，學生亦無發現此狀況；多數家長為上班族，兒童居家照顧或課後安置工作大部分交由祖父母或安親班取代父母照養

功能。上安親班的學生大多待在室內做功課寫考卷，時間有時持續 2-3 小時以上，導致學童視力保健及體能活動嚴重缺乏。

(二)問題分析：

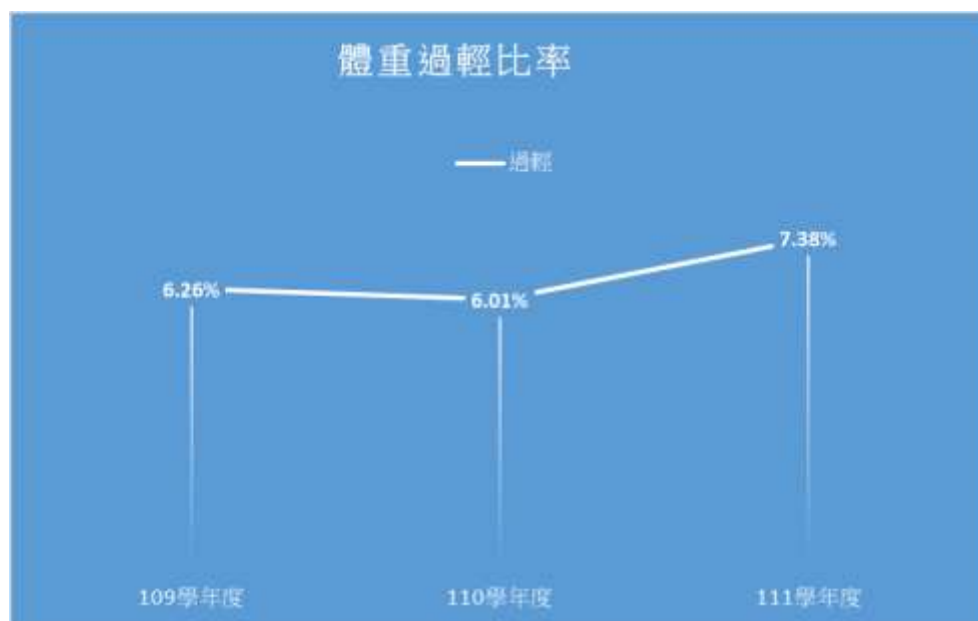
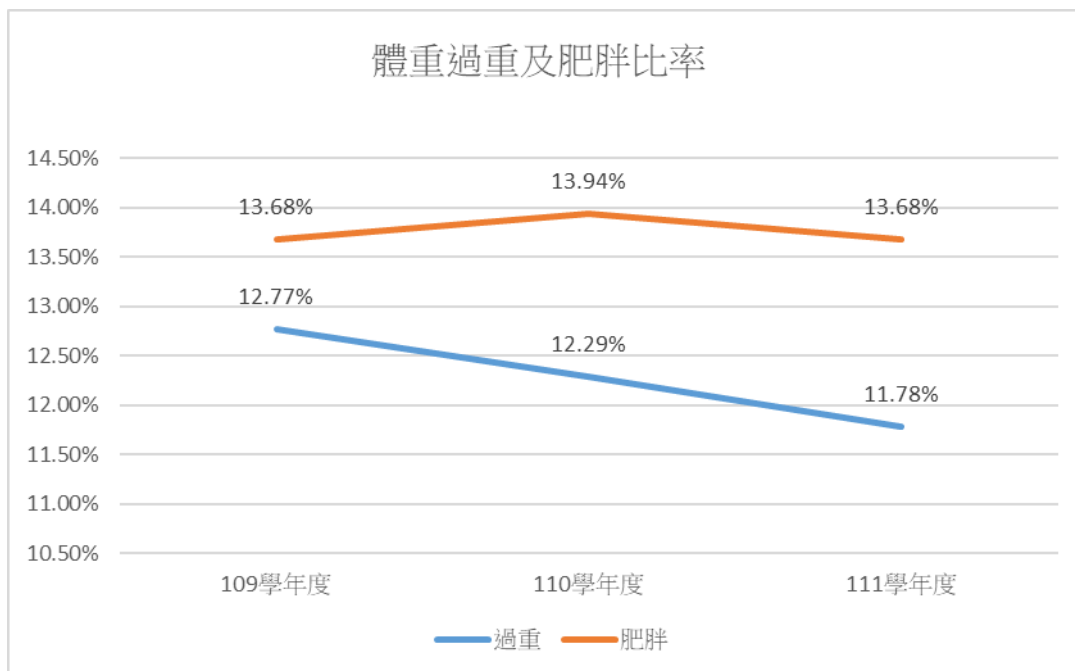
1. 視力保健議題脈絡與問題分析：由本校學生裸視視力不良率逐年折線圖中可發現，109 學年度學生裸視視力不良率為 62.75%，110 學年度下降至 61.60%，至 111 學年度時則明顯下降至 58.10%。可看出明顯下降的趨勢本校於 106 學年度為視力保健種子學校，對於視力保健概念並落實於生活中的推動不遺餘力，良好護眼習慣的種子已在學生及家長心中種下，本年度除了繼續推動護眼相關活動，對於家長的宣導仍會不斷努力。另外，針對裸視不良的學生持續追蹤與輔導就醫，以達成 100%為目標，確保孩子們視力的健康。



2. 口腔保健議題脈絡與問題分析:由下圖一、四年級齲齒盛行率趨勢圖中可看出，一、四年級的齲齒率在 109 學年度至 110 學年乃至於到 111 學年度，呈現逐漸下降的趨勢，可見本校長期推動口腔保健，並積極推動餐後潔牙與含氟漱口水等活動，效果已漸顯現。因此 112 學年度於口腔保健議題仍會持續加強推動，期盼於新學年度的規畫能讓成效更顯著。



3. 健康體位議題脈絡與問題分析：現代父母工作家庭忙碌，外食機率相對增加，且大多數以速食品及重口味的外食、含糖飲料及冰品替代營養健康的新鮮食品，讓學童的飲食營養出現危機，導致不良體位學生比例攀升。由下圖歷年學生體重檢測結果可看出，體重及肥胖比率雖有下降趨勢，體重過輕也維持一定比率，仍須繼續推動健康飲食觀念，實施學生體適能 SH150 計畫宣導鼓勵學生多運動為重要的推動策略。有鑑於孩子體重過重與肥胖，除了可能造成慢性疾病的發生，如：糖尿病、心臟病…等。對生長發育及情緒也可能造成不良影響。所以新學年度開始，學校方面會持續積極宣導及推動健康均衡飲食的相關概念，期待孩子們都能健康吃，快樂動，培養良好的飲食及運動習慣。



4. 菸(檳)防制議題脈絡與問題分析：本校學區家庭社經背景頗高，因此學生方面少有抽菸、喝酒及吃檳榔等案例，有鑑於學生進入國中青春期中後，往往容易因

為交友或課業壓力等因素而有出現吸菸行為，因此，本校特別對高年級學生加強菸(檳)害宣導且建立從小開始拒絕二手菸及檳榔之觀念，期望藉由學生正確觀念的導入並間接影響家人，建立一個無菸(檳)害的校園及社區生活環境。

5. 全民健保(含正確用藥)議題脈絡與問題分析：為了建立學生全民健保資源有限，要善用醫療資源不浪費的概念，本校由擔任健康科任老師融入課程教學，加強推動全民健保教育宣導，另一方面也藉助社區資源，聘請衛生局護理師到校宣導全民健保相關概念；對於正確用藥及藥物濫用議題方面，本校配合生教組進行反毒宣導活動，並邀請專家學者及聘請社區藥局專業藥師進行正確用藥宣導，建立學生能正確用藥及勿藥物濫用之正確觀念，藉以提升全校全體師生健康知能。
6. 性教育(含愛滋病防治)議題脈絡與問題分析：在性教育(含愛滋病防治)方面，由擔任健康科任老師融入課程教學，本校也委請區域醫院專業講師針對高年級進行相關防制宣導，期望藉由專家的說明，彌補健康科任老師在性教育及愛滋病防治教學知識上之不足。
7. 正向心理健康促進議題脈絡與問題分析：在當代社會中，越來越多的學齡兒童面臨壓力、焦慮、自尊心下降、孤獨感和其他心理問題。這些問題可能來自於學業壓力、家庭壓力、人際關係困擾等因素。因此，針對這些問題，建立正向心理健康促進措施變得至關重要。學校透過減輕學業壓力、提供家庭支持、應對社交問題以及提供正向心理教育等，讓學生的心理健康得到有效的促進。
8. 安全與急救教育脈絡與問題分析：在安全教育與急救方面，本校於平時將安全
及急救教育融入班級教學活動，除每年對全校師生進行防災、防火及防震演練，並於學生戶外教學前也先進行逃生演練，且邀請消防局專業人員針對高年級學生進行CPR心肺復甦術急救與安全訓練課程，藉以建立起學生安全與急救的基本概念，確保安全無虞的生活學習環境。

綜合上述並依學校健康問題訂定合適的「健康議題」推動策略，包括視力保健、口腔衛生、健康體位、菸(檳)防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防治)、正向心理健康促進」等7項必選議題，本校自選議題為「安全急救教育」。再者，由於體重過重與肥胖比率方面，109學年度至111學年度數據顯示肥胖比率略增，因此112學年度於6項必選議題中擇「健康體位」列為主推議題加強推動。

五、計畫內容：

(一)視力保健議題具體實施內容

背景說明	本校位處都會區，家長教育程度相較他校為高，因此家長對學童課業也極為重視，學童視力問題不容忽視，故本學年度除維持各項宣導及活動融入外，並期望藉由加強對家長的觀念導正，逐年降低學童視力不良率。
追蹤過程	通知追蹤就醫情形，並繳交就醫回條。
實施目的	藉由就醫二次追蹤及宣導，改善學童視力不良率。
推動策略	改善相關硬體設施、宣導活動及課程教學： (一)改善學校硬體設施 1. 配合總務處作業，定期實施班級照明檢查。 2. 配合總務處作業，每學期調整學生課桌椅，並依對號入座表來實施調整，保持坐姿能優良正確。 (二)議題宣導活動 1. 邀請衛生所護理師到校進行視力保健常識宣導。 2. 透過學校新生訓練、每學期班親會及朝會時間，向學生及其家長宣導視力保健的重要性。 3. 學生聯絡簿印製視力保健宣導文宣，強化學童視力保健正確知識。 4. 製作相關學習步道及文宣於班級，讓學童了解視力保健之重要。 5. 透過學校穿堂跑馬燈宣導視力保健要訣。 6. 配合校慶及兒童節活動時間，進行視力保健議題有獎徵答闖關活動。 7. 透過相關藝文競賽宣導視力保健常識，並藉此增強學生對視力保健的正確認知。 (三)課程教學活動 1. 進行視力保健相關課程，視力保健教案主題名稱為：「eyes 眼保衛戰」，課程設計乃利用「親身體驗」、「分享收集資料」、「分享經驗」等方式，讓學童透過此經驗學習的策略，帶領學童深入視力保健議題的核心。 2. 邀請營養師到班級進行營養教育教學，讓學童了解更多攝取對眼睛健康有益之食物，確保眼睛健康。 3. 實施學生晨間活動，鼓勵老師帶學生多從事戶外教學，讓學童眼睛能有適當休息機會。 4. 定期舉辦體育活動競賽。 一、三年級:健身操比賽；二年級:跳繩比賽；四年級:障礙接力賽；五、六年級:越野賽、班際籃球賽。

預期效益	針對學生視力保健知識進行前後測，期盼 85%以上學童都能有正確的認知，並積極落實下課淨空、規律用眼 3010 及天天戶外活動 120，期盼視力不良率能逐年下降。
------	--

(二)口腔保健議題具體實施內容

背景說明	本校一、四年級健檢學生齲齒率呈現逐漸下降趨勢，故本年度仍持續加強推動相關課程知識與宣導，確保學童對口腔保健的正確認知能深植心中。
追蹤過程	通知追蹤就醫情形，並繳交就醫回條。
實施目的	經由確實檢查矯治，發現改正學童齲齒率。
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請市立醫院衛教師到校對學生進行口腔保健宣導活動。 2. 落實班級學生潔牙紀錄及含氟漱口水措施，減少學童齲齒機率。 3. 配合學校大型活動，透過口腔保健有獎闖關遊戲，讓學生對口腔保健知識有更深層的認知。 4. 分發相關口腔保健宣導文宣至班級並於朝會時間宣導。 5. 辦理學生口腔保健教育藝文繪畫競賽，藉此增強學生對口腔保健的正確認知。 <p>(二)課程教學活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 配合親子說故事義工，請故事媽媽藉由故事的引導，讓學生了解口腔保健之重要性。 2. 護理師教導貝氏刷牙法，培訓種子學生，對學弟妹教導正確刷牙方式，強化口腔保健。
預期效益	全校學童對口腔保健都有正確的認知，且每天刷牙達 2 次以上執行率 98%。

(三)健康體位議題具體實施內容

背景說明	本校家長多為上班族，因此外食者相當多，目前本校學生體重過重約 11.87%與體重超重約 13.68%，因此針對學童肥胖進行成因了解，並對全校學童宣導如何正確飲食及養成運動習慣，期望降低學童肥胖率。而針對學生體重過輕的狀況，學校方面也會積極宣導及推動健康均衡飲食的相關概念；另一方面，也積極建立學生們「小時候胖，長大也容易胖」的觀念，期待孩子們都能有正確的概念及健康的體態。
------	--

追蹤過程	針對校內體重超重、過重的學生，進行飲食指導及體能活動；並針對體重過輕的學生，進行健康均衡飲食正確認知的宣導。
實施目的	藉由相關課程活動宣導，提升學童對健康飲食及健康體位的認知。
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請市立醫院衛教師到校進行健康體位相關概念宣導活動。 2. 製作相關文宣張貼班級，健康飲食相關學習步道宣導，建立學童健康飲食觀念。 3. 於晨會及班親會時間，向孩子們及家長宣導健康體位相關概念。 4. 利用學校跑馬燈宣導健康飲食與體位之重要性。 5. 配合學校大型活動，進行健康體位議題闖關活動宣導。 6. 辦理學生健康體位藝文繪畫競賽，藉此增強學生對健康飲食與體位的認知。 <p>(二)課程教學活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請營養師到班上進行健康飲食教學。 2. 學生參加「健康吃，快樂動」活動，落實均衡飲食天天五蔬果及每天2份奶的好習慣。 3. 結合體育組規劃全校性體育競賽活動，如校慶運動會、越野賽與健身操等，確保學童健康體能與體位。 4. 鼓勵班級利用晨光時間進行體能活動。
預期效益	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生正確飲食觀念知識後測正確率 90% 以上。 2. 學生正確飲食觀念態度後測正確率 90% 以上。

(四) 菸(檳)防制議題具體實施內容

背景說明	本校學生目前無抽菸及嚼食檳榔習慣者，但因高年級即將進入青春期的學生，隨著年齡成長，多少會接觸同儕有抽菸或嚼檳榔者，因此藉由相關宣導活動，期望使學生養成拒菸(檳)之習慣，進而影響家人，營造無菸(檳)之生活環境。
實施目的	藉由相關課程活動宣導，提升學童對菸害的認知。
推動策略	<p>宣導活動及課程教學。</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請市立醫院衛教師到校進行菸害、檳榔防制相關課程宣導。 2. 邀請東區衛生所護理師到校進行菸(檳)防制課程宣導。 3. 辦理學生檳榔菸害防制教育藝文繪畫競賽，藉此建立學生正確觀念。 4. 走廊樓梯間設立菸(檳)防制宣導學習步道，並於重要據點張貼禁菸(檳)標誌。

	<p>5. 於朝會時間進行全校禁菸禁檳宣導。</p> <p>6. 利用跑馬燈及海報製作進行菸害、檳榔防制相關宣導。</p> <p>7. 學期初印製檳榔菸害防制議題宣導單至各班進行宣導。</p> <p>8. 配合全校大型活動時間，進行菸害檳榔防制議題宣導及闖關活動。</p> <p>(二)課程教學活動</p> <p>1. 依學習領域擬教學計畫表將菸(檳)防制教育融入教學。</p> <p>2. 教師透過課程教學，讓學童了解菸(檳)如何造成人體危害。</p>
預期效益	學童對於菸(檳)防制教育知識後測有 90%以上的正確認知，並能力行於實際生活中。

(五)全民健保(含正確用藥)議題具體實施內容

背景說明	<p>全民健保實施已逾 20 年，雖對提供國人身體就醫有相當大的幫助，但仍存在諸多尚待改進的地方，有鑑於全民健保經費年年虧損，仍有許多困境有賴於全民共同解決，因此必須對學童從小建立正確的全民健保知識與觀念，政府良好政策實施的美意也才能永續經營。此外，由於現代人皆有濫用藥物的習慣，進而造成對身體的危害，為強化本校學童與家長對正確用藥認知，衛生組與生教組配合實施相關宣導與課程活動，提升學童知能與認知。</p>
實施目的	<p>透過各項教育與宣導活動，提升學童對於全民健保及二代健保相關知識與正確觀念。藉由各項教育、清查與輔導等措施，達到防制學生「濫用藥物」的目標。</p>
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <p>1. 結合社區藥局藥師進行學生全民健保(含正確用藥)宣導，並聘請社區藥局專業藥師為本校專業諮詢藥師。</p> <p>2. 邀請東區衛生所護理師到校進行全民健保及正確用藥的知識宣導。</p> <p>3. 辦理學生全民健保及正確用藥藝文繪畫競賽，藉此增強學生對全民健保及正確用藥的認知。</p> <p>4. 透過學校前庭跑馬燈宣導全民健保及正確用藥之相關概念。</p> <p>5. 學期初印製全民健保及正確用藥宣導單給各班進行環境布置與宣導。</p> <p>7. 於校內張貼相關宣導海報，進行學習步道布置。</p> <p>8. 配合全校大型活動，進行全民健保及正確用藥議題宣導。</p> <p>(二)課程教學活動</p> <p>1. 提供相關教學資訊與教學媒體，列於學校網站，讓各班老師得以對學生進行全民健保及正確用藥教學。</p>

	2. 配合班級健康課程進行正確用藥教學活動，提升學童對於藥物濫用與正確用藥知識的認知。
預期效益	學生經由宣導對於正確用藥後測的正確認知達 90%以上，並能間接影響家人有正確用藥之習慣。此外，對於全民健保及二代健保都能有正確的認知，並珍惜健保資源。

(六) 性教育(含愛滋病防治)議題具體實施內容

背景說明	有鑑於本校六年級學生已近青春期，對於相關性教育與愛滋防治醫學要有一定的認知，為確保高年級學童有正確的觀念與認知，特邀請專家進行教學宣導，期望藉由專家的介入教學，能補足學童對兩性觀念的不足。
實施目的	透過各項教育與宣導活動，提升學童對於性教育與愛滋防治正確觀念。
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請市立醫院衛教師到校進行學生性教育愛滋防治宣導。 2. 利用學校朝會及晨會時間，針對教職員工及學生進行相關議題宣導。 3. 結合班親會說明性教育愛滋防治重要性。 4. 舉辦性教育與愛滋病防治相關藝文競賽。 5. 於全校兒童節慶祝活動時間，進行性教育愛滋防治議題有獎徵答闖關活動。 6. 透過學校前庭跑馬燈，對全校師生與社區民眾進行愛滋病防治宣導。 <p>(二)課程教學活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過班級教師融入式性教育及愛滋防治教學，建立學生對性愛滋教育的認知。 2. 透過健康與體育課程融入相關議題，針對愛滋病防治等健康議題及「預防勝於治療」等健康促進概念實施教學。 3. 結合輔導室編製兩性教育宣導課程並納入彈性課程實施。
預期效益	高年級學童對於性教育愛滋防治教育後測有 90%以上的認知，且接納愛滋感染者比率能增至 80%以上。

(七) 正向心理健康促進

背景說明	在當今社會中，心理健康問題逐漸引起了廣泛關注。學校是培養下一代領導者和社會成員的關鍵場所，因此，推動促進正向心理健康的背景在教育環境中變得尤為重要。學校在培養學生全面發展方面扮演重要角色。學生僅僅獲得知識的同時，也需要具備良好的心理素質來應對壓力、逆境和挑戰。透過推動正向心理健康，學校可以幫助學生培養正向的心態、情緒管理能力和自我調節能力，提升他們的抗挫折能力和自信心。這種全面發展的教育
-------------	---

	背景可以幫助學生更好地應對當下日益複雜的社會環境。
實施目的	<p>1. 增強學生的情感健康：小學生處於成長和發展的關鍵階段，他們需要學習如何應對生活中的情緒和壓力。著重促進正向心理健康可以幫助他們建立情感自覺，培養積極的情緒表達和情緒調節的能力。</p> <p>2. 培養學生的社交技能：正向心理健康的推廣有助於培養學生良好的人際關係和社交技能。小學生在學習環境中需要與同學、老師和其他成人交往，良好的社交技能有助於建立支持系統、增強彼此合作和溝通的能力，並能應對衝突和挑戰。</p> <p>3. 提高學業成就和學習表現：正向心理健康與學業成就有著密切的關聯。當學生心理健康良好時，他們更能集中注意力、積極參與學習活動，並更能克服挫折和困難。提升學生的正向心理健康有助於改善學業成績和學習表現。</p> <p>4. 風險行為的預防：正向心理健康的培養可以幫助學生預防和減少各種風險行為，如毒品濫用、暴力和學校霸凌等。當學生具備積極的心理素質和適應能力時，他們更易於選擇健康的生活方式，避免不良行為的誘惑。</p> <p>綜上所述，促進正向心理健康在小學實施旨在幫助學生建立積極的情緒表達能力、培養良好的社交技能、提高學業成就、預防風險行為等，以促進他們全面的健康發展。</p>
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>1. 正向心理健康教育課程：專輔老師擬訂計畫，入班教導學生各項正向心理活動。</p> <p>2. 舉辦正向心理健康創意繪本比賽：舉辦以促進正向心理健康為主題的繪畫比賽，鼓勵學生自由發揮創意，表達他們對正向情緒和心理健康的理解。這不僅能激發學生的創造力和想像力，也能增強他們對正向心理健康的認識。</p>
預期效益	促進正向心理健康計畫的實施有助於提升學生的心理健康、學業成就、社交技能和關係，預防問題行為和不適應，並建立健康的心理環境。這將使學生能夠在學業和生活中更好地應對挑戰，並促進他們的整體發展和幸福感。

(八) 安全急救教育議題具體實施內容

背景說明	本校係 5 樓層建築，因校舍建築關係，學童上下樓梯極易奔跑，因此常有學童因碰撞而受傷情形發生，因此與生教組配合執行相關措施，宣導學童安全教育，期望降低學童受傷率，並定期實施安全災害防護演練，且邀請消防局專業人員對學童進行 CPR 安全急救訓練，以期建立學童對安全教育的基本認知。
-------------	---

實施目的	透過各項教育與宣導活動，營造安全的校園環境，強化學童對校園安全的認知，減少學童意外傷病率，並達到自救與救人之目的。
推動策略	<p>宣導活動及課程教學：</p> <p>(一)議題宣導活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 宣導不在走廊奔跑，藉由秩序糾察隊的勸導，提醒學生勿於走廊上奔跑，減少學生傷病率，達到相當大之成效。 2. 學生戶外教學前實施戶外教學行車逃生演練，定期全校實施校園防震演練以建立學童正確安全逃生觀念。 3. 製作校園危險地圖與告示，提醒學生校園安全活動範圍，確保學童校園活動安全。 4. 製作安全急救宣導文宣，張貼班上公布欄進行宣導並利用全校朝會時間向學生宣導安全措施，減低學生受傷率。 5. 利用全校大型活動時間，進行安全急救教育議題宣導。 6. 定期檢查遊樂器材，並張貼遊樂器材使用法，確保學童使用安全。 7. 辦理學生安全急救教育藝文繪畫競賽，藉此增強學生對安全急救的正確認知。 <p>(二)課程教學活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請消防局專業人員到校進行學生 CPR 安全急救教育訓練及哈姆立克法演練，學習相關知識落實學生安全急救教學。 2. 教師於健體課程時，適時融入學生安全教育及急救教學。 3. 學校裝設 AED，並針對教職員工進行兩小時急救訓練課程。
預期效益	學童對於急救安全教育與相關災害防治教育後測有 90%以上的認知，並逐年能減少學童傷病率。

六、人力配置：

臺南市東區崇明國小「學校健康促進委員會」工作執掌表

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	楊宗穎	校長	研擬並主持計畫，督導業務執行。
協同主持人	李俊毅	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	高莉淑	教務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	陳冠伶	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	張培菁	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
諮詢指導人員	許琇惠	東區衛生所護理長	提供健康相關資訊及協助辦理社區民眾健康促進等業務。

3. 進行現況分析及需求評估	■												
4. 決定目標及健康議題	■												
5. 擬定學校健康促進計畫	■												
6. 編製教材及教學媒體		■	■	■	■								
7. 擬定過程成效評量工具	■	■	■	■									
8. 成效評量前測			■	■	■								
9. 執行健康促進計畫				■	■	■	■	■	■	■			
10. 過程評量				■	■	■	■	■	■	■			
11. 成效評價後測										■	■		
12. 資料分析											■	■	
13. 報告撰寫												■	■

八、 評價方法：

(一) 過程評價

1. 製作活動紀錄表，紀錄活動時間的控制、參與人數及反應熱烈程度。
2. 拍攝照片，做為過程評價依據。
3. 每單元活動後請學生填寫活動過程評量表或學習單，了解學生對活動的滿意度及瞭解度。

(二) 結果評價

1. 活動後請學生填寫活動過程總評量表、學習單，了解學生對整體活動的自覺幫助程度及認知行為的改變。
2. 召開活動總評值會議，檢討整體活動利弊得失。

九、 預期效益：

(一) 訂定學校衛生政策

成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容權責分工實施並依照需求評估，制定實施方案且納入學校的校務發展計畫。

(二) 健康服務

配合營養師午餐食譜設計，精確地控制熱量供給，提供全校師生少油、少糖、少鹽、多全穀高纖健康飲食。

(三)健康教學與活動

- 一、**視力保健**:全校師生每天在校期間能確實達成下課淨空，愛眼護眼，裸視視力不良率 57%，已降至去年目標 60% 以下，成效良好，希望能繼續維持。
- 二、**口腔衛生**:全校學童對口腔保健知識與執行正確口腔保健正確認知達 90% 以上，且每天刷牙達 2 次以上，藉由每年度的檢測，確認學生齲齒率比例是否顯著下降。
- 三、**健康體位**:學生「天天運動」比例可提升至 90%，體重肥胖學童比例從 11.78% 下降至 10%;體重過重學童比例從 13.68% 下降至 10%。
- 四、**菸(檳)防制**:學童對於菸(檳)防制教育知識後測有 90% 以上的正確認知，並能力行於實際生活中。
- 五、**全民健保(含正確用藥)**:學生經由宣導對於正確用藥後測的正確認知達 90% 以上，並能間接影響家人有正確用藥之習慣。此外，對於全民健保及二代健保都能有正確的認知，並珍惜健保資源。
- 六、**性教育(含愛滋病防治)**:高年級學童對於性教育愛滋防治教育後測有 90% 以上的認知，且接納愛滋感染者比率能增至 80% 以上。
- 七、**正向心理健康促進**:提升學生的心理健康、學業成就、社交技能和關係，預防問題行為和不適應，並建立健康的心理環境。使學生能夠在學業和生活中更好地應對挑戰，並促進他們的整體發展和幸福感。
- 八、**安全急救教育**:學童對於急救安全教育與相關災害防治教育的正確認知達 90% 以上，並逐年能減少學童傷病率 10%。

(四)學校物質環境

提供充足運動空間及運動設施，促使學生能隨時運動，保持身心舒適愉快，建置健康安全之校園環境。統計本學年度學生傷病的比例，期盼比起上一學年度能顯著下降。

(五)學校社會環境

建立相互溝通、共同學習的友善校園環境，凝聚學校健康促進的共識，師生藉由學校逐漸形成之環境氣氛產生共識，促使全校師生及家長能體認學校重視健康之理念。

(六)社區關係

建立學校與社區為共同夥伴關係，藉由平等互惠之關係，落實學校與社區健康之互動，充分運用社區資源，挹注學校推動健康促進學校根本動力。

承辦人:

學務主任:

校長:

健康中心:

營養師:

(四)學校物質環境

提供充足運動空間及運動設施，促使學生能隨時運動，保持身心舒適愉快，建置健康安全之校園環境。統計本學年度學生傷病的比例，期盼比起上一學年度能顯著下降。

(五)學校社會環境

建立相互溝通、共同學習的友善校園環境，凝聚學校健康促進的共識，師生藉由學校逐漸形成之環境氣氛產生共識，促使全校師生及家長能體認學校重視健康之理念。

(六)社區關係

建立學校與社區為共同夥伴關係，藉由平等互惠之關係，落實學校與社區健康之互動，充分運用社區資源，挹注學校推動健康促進學校根本動力。

承辦人：

教師兼
衛生組長 宋珮如

學務主任：

校長：

健康中心：

護理師 董慧卿

教師兼
學務主任 李俊毅

崇明國小
校長 楊宗穎

護理師 王麗玲

營養師：

營養師
執行秘書 謝東憲