

# 新北市109學年度學校健康促進計畫書

109年8月28日經校務會議通過

校名：新北市新莊國民中學

壹、依據：新北市政府教育局109年08月06日新北教體字第1091452927號函

「新北市109學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

- 一、落實健康政策，定期召開健康促進學校衛生委員會議，適時修正方向，使教職員工生能凝聚共識，建立正確觀念。
- 二、改善與檢測校園物質環境，使學生能安全無虞，健康成長。
- 三、議題融入教學，透過教育宣導講座，使教職員工生有正確概念，習得健康與生活技能。
- 四、結合社區關係，引進健康促進相關師資，使親師生共同學習，促進健康。
- 五、辦理學生健康檢查，分析學生健康資料，進行缺點矯治，以達健康成長、快樂學習，進而學習健康自主管理。

參、背景現況分析：

## 一、學校地理位置

本校創立於民國35年，校地約3公頃，位於新北市新莊區，創校至今，歷任校長共14人，現任校長呂秋萍，於民國104年8月1日到職。

校風優良、人才濟濟，是新北市風評頗佳的國中之一。因此在學校經營上以維護並發揚優良傳統，建立有特色的校園文化為目標，期能培育身心均衡發展，有責任心、有教養、有理想、肯學習、重情意的優質青少年。

為達此目標，現正努力開展學生多元能力、強化教師課程與教學素養，並發展富有啟發潛能的社團活動，提供學生多方面的選擇，營造卓越學習園地，為未來的生涯規劃做準備。

## 二、基本資料概況（學生數、班級數（含幼兒園）、教職員、家長社經背景）含弱勢學生%

全校包含特教班共有75班(特教班3班)，學生總人數1912人，分別男生984人、女生928人。

教職員工共188人。學區家長多數屬勞工階層，隔代教養人數日益趨增，普遍缺乏健康生活型態的相關知識與技能。本校單親、隔代教養、新住民、弱勢家庭占全校44.8%，有鑑於此，學生日常健康生活型態的相關知識普遍缺乏，故須學校教育介入學習與習慣之養成備受關注。

### 三、以108學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

106～108學年度視力不良%統計表（國中適用）

	106上	106下	107上	107下	108	108下
七年級	78	80.5	74.1	79.4	75.8	82.4
八年級	82.2	83.5	83.7	85.3	83	85.6
九年級	84.2	83.9	87	87.3	87.9	89
全校	81.6	82.7	81.6	84	82.36	85.7
惡化%	4.24	2.58	5.25	3.78	6.2	5.1

108學年度待矯治齲齒%統計表（國中適用）

	105上	106上	107上	108上
七年級	22.72	19.72	25.4	54.4

103～108學年度健康體位～體位過輕%統計表（各年級適用）

	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下
七年級	7.2	4.7	7.5	3.3	5.9	3.7	6.9	4.6	6.8	4.3	8.0	4.2
八年級	7.3	4.5	6.1	3.7	7.1	5	7.9	6	6.6	5.7	6.8	5.9
九年級	5.8	3.8	6.8	5.7	7.2	5.4	7.3	5.8	8.0	5.9	7.2	6.6
國中平均	6.8	4.3	6.8	4.2	6.7	4.7	7.4	5.5	7.1	5.3	7.3	5.6

103～108學年度健康體位～體位適中%統計表（各年級適用）

	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下
七年級	64	65.4	61.2	64.1	63.6	66.2	63.9	65.2	63.3	65.5	64.5	67.2
八年級	63.7	64.8	64.9	66.2	62.6	63.8	63.8	64.9	64.6	64.3	60.8	62.9
九年級	66.1	64.6	62.8	62.7	66.5	64.7	64.2	63.9	60.6	61.1	62.8	61.3
國中平均	64.6	64.9	63.0	64.3	64.2	64.9	64.0	64.7	62.8	63.6	62.7	63.8

103~108學年度健康體位~體位過重%統計表（各年級適用）

	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下
七年級	13.8	15.3	15.8	15.9	12.5	12.3	12.8	13.9	14.6	13	12.5	12.3
八年級	12.2	13.4	15.8	16.3	13.9	15.2	11.8	13	12.8	14.3	15.8	15.4
九年級	12.2	14.4	13	14.1	11.9	14.7	12.2	13.3	13.4	14	13.9	15.4
國中平均	12.7	14.4	14.9	15.4	12.8	14.1	12.3	13.4	13.6	13.8	14.1	14.4

103~108學年度健康體位~體位超重%統計表（各年級適用）

	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下
七年級	15.1	14.6	15.5	16.8	18.1	17.7	16.4	16.2	15.2	17.3	15.0	16.3
八年級	16.8	17.4	13.2	13.8	16.4	16	16.6	16.1	15.9	15.7	16.7	15.8
九年級	15.9	17.1	17.4	17.5	14.4	15.2	16.3	17.1	18	19	16.1	16.7
國中平均	15.9	16.4	15.4	16.0	16.3	16.3	16.4	16.5	16.4	17.3	15.9	16.3

肆、108學年度健康資訊系統資料

項目	指 標	本校	本市	全國	達成指標情形
視力 保健	裸視視力 不良率		國小46.57%	國小44.35%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		82.36%	國中76.94%	國中73.63%	
			高中81.35%	高中83.12%	
	視力不良 複檢率		國小95.04%	國小91.59%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		95.69%	國中91.05%	國中84.05%	
			高中54.41%	高中43.31%	
口腔 保健	學生初檢齲 齒率〈一、 四、七、十 年級〉		國小41.83%	國小40.56%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
			國小34.24%	國小33.84%	
		54.4%	國中25.72%	國中24.80%	
			高中33.12%	高中27.42%	
	學生齲齒就 醫矯治率 〈一、四、 七、十年 級〉		國小93.15%	國小88.32%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
			國小91.70%	國小85.98%	
		98.24%	國中87.15%	國中79.48%	
			高中51.75%	高中37.34%	
健康	學生體位		國小7.30%	國小8.01%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下

項目	指 標	本校	本市	全國	達成指標情形
體位	過輕率	7.3%	國中5.98%	國中6.32%	<input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
			高中8.85%	高中8.93%	
	學生體位 適中率		國小65.60%	國小64.72%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		62.8%	國中62.36%	國中62.39%	
			高中59.09%	高中60.08%	
	學生體位 過重率		國小12.97%	國小12.86%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		14.05%	國中13.30%	國中12.99%	
			高中13.6%	高中13.22%	
	學生體位 超重率		國小14.13%	國小14.41%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		15.94%	國中18.35%	國中18.30%	
			高中18.59%	高中17.78%	

## 伍、重點議題 SWOT 分析

依據本校108學年度學生健康檢查統計分析發現：

### 一、視力健康問題：

本校視力篩檢資料顯示近六年視力不良率呈小幅度下降之趨勢(表一103~108學年度視力不良率統計表)，但仍高於全國平均值，故學生視力不良情形是值得關注的健康議題，此現況需加強學校行政、教師、家長、學生對視力保健之重視。

為增進學生視力保健，減少因視力不良影響健康與學習力，持續推動「視力保健」議題，提升親、師、生關注視力不良問題，運用校務會議與行政會議提高校內人員的共識、班親會加強家長重視孩子視力問題，共同協助督導孩子正確的生活習慣，預防近視及高度近視的發生率，落實戶外活動120、用眼3010原則及控度防盲個案管理為具體策略之實施方針。

### 二、口腔保健問題：

由表二中得知本校學生108年末治療齲齒呈大幅增加趨勢。口腔健康對於全身性疾病有著密切關係，齲齒在全球是一個影響性極為廣大的慢性疾病之一，處於精緻化飲食及含糖飲料的之生活型態下，間接反映於學生之口腔健康狀況，而齲齒預防在現階段是早期診斷、及時治療的次段預防，如再加上預防保健的初段預防層次與及早建立學生養成正確又有效的潔牙

觀念、行為及良好的口腔衛生習慣，需教師與家長共同為學童來努力。

三、 最後決定 109 學年度以口腔保健為重點議題。

### 重點議題～（口腔保健）六大範疇進行 SWOT 分析

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
學校 衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 成立學校衛生委員會。擬訂執行計畫，定期召開相關會議。</li> <li>2. 校務行政會議提出健康促進申請計畫討論，並獲得認同，全校力行。</li> <li>3. 辦理健康促進藝文競賽、作品成果展、親師座談會宣導健康促進計畫與觀念，請家長共同參與並協助孩子建立健康行為。</li> <li>4. 運用集會宣導健康促進議題。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校規模較大，且因應升學制度，各項健康促進措施較難引起重視。</li> <li>2. 學校資源有限，無法同時兼顧與執行全部衛生政策。</li> <li>3. 各處室行政工作日趨繁瑣且繁重。</li> <li>4. 單親家庭及隔代教養人數逐漸增加，普遍缺乏健康生活型態的相關知識與技能。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教育部、國健署與衛生局積極鼓勵辦理健康促進議題活動。</li> <li>2. 衛生福利部國民健康署、健康促進學校網站提供健康促進議題相關資訊。</li> <li>3. 家長會支持學校健康政策，同時也擔任學校健康促進委員會委員，共同推動相關議題。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康促進相關經費補助款額度有限。</li> <li>2. 弱勢家庭普遍缺乏健康生活型態的相關知識與技能，不利於健康促進議題推動。</li> </ol>
學校 物質環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校活動中心與綜合大樓設有籃球場、游泳池、桌球、撞球、羽球場、風雨操場乙座之設</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生數多屬於中大型學校，每生活動空間受到限制。</li> <li>2. 放學後開放校園提供里民使用，使</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教育局補助款項，改善環境與設備。</li> <li>2. 家長會協助相關經費，支持健康促進活動之推</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 放學後與假日為校園開放時間，各項公共設施易遭破壞。</li> <li>2. 學校週邊手搖店及速食店林立，學生易</li> </ol>

六大範疇	S 優勢 (校內)	W 劣勢 (校內)	O 機會 (校外)	T 威脅 (校外)
	<p>備，提供全校教職員工生使用。</p> <p>2. 合作社販賣校園食品符合規範，不販售含糖飲料等飲品，並定期督導考核。</p> <p>3. 設置專欄、佈告欄以張貼健康促進相關宣導。</p>	<p>得學生使用空間更是雪上加霜，顯著不足。</p>	<p>動。</p> <p>3. 家長會長、里長、分局等有力人士共同維護校園安全。</p>	<p>處於易取得含糖飲料的環境。</p>
學校社會環境	<p>1. 教職員工生，每日 12 點 25 分至 12 點 30 分進行全校餐後潔牙。</p> <p>2. 建立獎勵制度公開表揚，提升班級健康自我管理意願及持續力。</p> <p>3. 行政橫向聯繫良善，充分支援校內各項活動。</p>	<p>1. 學生潔牙觀念及習慣不佳，故其餐後潔牙未能落實。</p> <p>2. 學校地處市區，易受外界玲瓏滿目食品誘惑攝食不健康之飲食。</p> <p>3. 學科優先之觀念始終隨著許多家長的意識形態持續，因此易忽略口腔保健的重要性。</p>	<p>1. 運用社區醫療資源(輔大醫院)之協助，提升口腔保健觀念，並專業諮詢及到校進行宣導活動。</p> <p>2. 家長會支援相關經費，與校方共同推動健康促進之議題。</p> <p>3. 多數家長能配合學校，不以含糖飲料、甜食作為學生獎勵。</p>	<p>1. 家長忙碌且隔代教養及單親家庭日益增多、自主意識高，與學校口腔保健訴求有落差，推動不易落實。</p> <p>2. 升學取向，多數家長安排補習，外食機率高，易疏忽子女養成正確的潔牙觀念與技巧。</p> <p>3. 都會區飲料及便利商店林立，多含糖飲料。</p>
健康生活技能教學及活動	<p>1. 教師專業性高，健康促進議題融入健康教育課</p>	<p>1. 教學活動及班級經營、輔導工作量增，教師較</p>	<p>1. 健教老師配合度高，能積極參與健康促進議題</p>	<p>1. 隔代教養比率偏高，醫療保健相關知能有待提</p>

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
	<p>程及教學活動。</p> <p>2. 安排教師進修口腔保健增能研習。</p> <p>3. 衛教專刊的發行，積極規劃學校衛生教育宣導及課程。</p> <p>4. 家長會支持健康促進議題，並協助推廣。</p>	<p>無法深入進行衛教活動。</p> <p>2. 校內圖書室藏書雖豐富，但衛生保健相關書籍、雜誌較少，無法提供師生充足的健康保健資訊。</p>	<p>課程安排及相關研習。</p> <p>2. 鼓勵相關專長教師之校外進修，以達教師教學成長之效。</p> <p>3. 班級推派潔牙天使與導師督促學生餐後潔牙。</p>	<p>升。</p> <p>2. 家庭重視智育、升學，易忽略口腔保健教學活動，較無法得到配合及支持。</p>
社區關係	<p>1. 結合社區醫療機構辦理健康促進議題講座。</p> <p>2. 與社區關係互動良好，共同營造學校社區健康促進之環境，並善用校內公告設備宣導健康促進訊息。</p>	<p>1. 家長忙於工作，參與學校健康促進議題活動意願低。</p> <p>2. 家長對於口腔保健等問題衍生出的健康警訊知能不足，有待提升。</p>	<p>1. 廣邀鄰近醫療機關積極協助學校推展衛生保健工作。</p> <p>2. 校長代表學校，結合社區、家長會、校友會，提供各項協助。</p> <p>3. 社區醫療院所與藥局多，可供充裕醫療服務。</p>	<p>1. 家長社經地位落差較大，健康資訊平台使用機率不高且對學校活動參與度不高。</p> <p>2. 家長重視學科，較易忽略學生飲食及口腔保健的重要性。</p>
健康服務	<p>1. 設有專任護理人員，提供各項健康服務與教學資源。</p> <p>2. 建置學生各項健康資料，並針對特殊與異常</p>	<p>1. 彈性課程時間有限，需融入之種類繁多，若冒然融入健促課程必排擠其他相關課程。</p> <p>2. 自行購買或</p>	<p>1. 透過各種機會，利用多元化宣導衛生教育活動，建立健康的生活型態。</p>	<p>1. 部分家長在口腔健康識能不足，無法落實定期接受口腔檢查及洗牙觀念。</p>

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
	<p>個案進行追蹤管理。</p> <p>3. 分析健康促進問卷前後測，利用集會及衛教專欄，提供相關健康資訊。</p>	<p>受獎勵含糖飲料頻率增加，口腔保健難度增加。</p> <p>3. 部分家長在口腔衛生認知，大都侷限在牙痛再看牙醫或是刷牙即可改善，未能積極就醫矯治。</p>		

## 陸、健康促進學校議題

### 一、重點議題（請自行勾選至少一項，以■標示之）

- （一）國小：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)
- （二）國中：☐視力保健 ☒口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)
- （三）高中：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

### 二、自選議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

- （一）國小：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)  
☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育（含愛滋病防治）  
☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生  
☐傳染病防治 ☐菸檳防制
- （二）國中：☒視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)  
☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育（含愛滋病防治）  
☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生  
☐傳染病防治 ☐菸檳防制
- （三）高中：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)  
☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育（含愛滋病防治）



- ☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生  
☐傳染病防治 ☐菸檳防制

### 柒之一、實施策略及內容：

#### 一、重點議題：口腔保健

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> <li>成立學校衛生委員會。擬訂執行計畫，定期召開相關會議。</li> <li>運用集會、親師座談及新生座談會宣導口腔保健議題推動。</li> <li>辦理全校潔牙活動，培養餐後潔牙的習慣及增進牙齒保健的風氣。</li> <li>宣導教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策。</li> <li>訂定在校零含糖、零甜食辦法。</li> </ol>	口腔保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至 110年6月
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>教學情境的佈置： (1)張貼「拒絕含糖飲料」海報及各種警示標語圖案。</li> <li>充足水龍頭、洗手台配置。</li> <li>設立健康促進教育相關教材教具與設備： (1). 圖書館備有健康促進相關書刊。 (2). 將學生健康資料建檔與製作統計圖表作為成效指標提供</li> </ol>	口腔保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至 110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
	<p>教學參考。</p> <p>4. 提供維護健康的物質環境：</p> <p>(1) 每棟教學大樓設有飲水機，定期檢驗更換濾心與保養。</p> <p>(2) 部分教室外有洗手台設備。</p> <p>(3) 校園合作社販賣食品符合規範。</p> <p>5. 合作社不販售含糖飲料、高油脂食品，餐飲符合規定。</p>				
學校社會環境	<p>1. 辦理各項健康促進活動。</p> <p>2. 制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度、勉勵持續保持無齲齒、自主餐後潔牙等良好行為學生。</p> <p>3. 教職員工生重視健康，每日 12 點 40 分至 12 點 45 分是全校餐後潔牙時間。</p> <p>4. 提供弱勢、就醫困難、有特殊需求學生適當協助與關懷。</p>	口腔保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至 110年6月
健康生活技能教學及活動	<p>1. 融入相關領域課程教學：利用期初課發會與健體領域召集人協調，進行健康促進融入式教學。</p>	口腔保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至 110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施 議題	主辦 處室	協辦 處室	實施 時程
	2. 辦理校內各項活動： (1) 指導各班學生貝氏刷牙法。 (2) 將口腔保健教學模組知識融入健康與體育領域 (3) 舉辦潔牙比賽，強化學生學習意願。 3. 實施行問卷調查： 1. 設計相關議題之問卷，了解學生健康現況。(2)統計分析問卷，作為需求評估之依據與實施計畫之參考。 4. 辦理口腔保健講座，指導正確口腔保健知識。				
社區關係	1. 利用校慶或家長日活動，辦理健康促進宣導，並頒給熱心協助推廣健康促進之家長、單位感謝狀。 2. 運用校安網絡，結合家長志工、愛心商店、巡守隊、轄區派出所等，建立學生健康安全的學習環境。 3. 宣導社區商店依法禁售成癮商品給學生。 4. 配合衛生與警政單位辦理相關宣導。	口腔保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至 110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
健康服務	1. 專題演講與宣導： (1) 聘請專業講師來校演講(如健康飲食)。 (2) 校網提供健康促進相關網站。 2. 辦理師生健康檢查： (1) 每學期為全校學生量身高、體重、視力，並統計分析、追蹤矯治或轉介服務。 (2) 健康中心建立全校特殊疾病學生名冊。 (3) 結合醫療院所資源，辦理師生健康檢查。	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109年9月至110年6月

## 柒之二、實施策略及內容：

### 二、自選議題：視力保健

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 成立學校衛生委員會。擬訂執行計畫，定期召開相關會議。 2. 鼓勵每天戶外活動120（累積戶外活動120分鐘）。 3. 結合SH150，鼓勵戶外活動。 4. 宣導電子產品使用每天不超過2小時。 5. 下課關燈、淨空教室、師生至戶外活動。	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109年9月至110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
	6. 遵守用眼3010原則（中斷近距離用眼）。 7. 戶外活動會護眼（戴帽、太陽眼鏡）				
學校 物質環境	1. 每學期照度檢測一次。 2. 第一排課桌前沿離粉板2公尺。 3. 使用不反光桌墊。 4. 提供維護健康的物質環境： (1) 總務處定期檢視各項設施，並積極提報各項改善計畫，以申請經費進行各項設施修繕。 (2) 提供師生充足的照明設備、課桌椅的調整維修等。 5. 設立健康促進教育相關教材教具與設備： (1) 圖書館備有相關書刊。 (2) 將學生健康資料建檔與製作統計圖表，作為成效指標提供教學參考。 6. 運用健康促進經費購置護眼教材、教具，提供視力保健教學使用。	視力保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至110年6月
學校 社會環境	1. 辦理各項健康促進活動。 2. 制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度、勉勵持續視力	視力保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
	<p>保持良好、視力不良未惡化、戶外活動會戴帽等良好行為。</p> <p>3. 教職員工生重視視力保健議題。</p> <p>4. 透過班親會、親師座談，讓家長願意配合學校視力保健教學與活動</p>				
健康生活技能教學及活動	<p>1. 融入相關領域課程教學：</p> <p>(1) 利用期初課發會與健體領域召集人協調，進行健康促進融入式教學。</p> <p>(2) 配合學校活動作息，實施下課淨空。</p> <p>2. 利用學生測量身高、體重及視力宣導時，每班宣導視力保健觀念。</p> <p>3. 安排教師進修視力保健增能研習。</p> <p>4. 眼睛離桌面要&gt;35公分。</p> <p>5. 多媒體教學不可全面關燈、學生要坐在明亮處。</p> <p>6. 辦理戶外活動動態課程。</p> <p>7. 正確坐姿、執筆寫字。</p> <p>8. 每週更換座位一次。</p> <p>9. 實施問卷調查：</p> <p>(1) 設計相關議題之問卷，了解學生健康素養。</p>	視力保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
	(2) 統計分析問卷，作為需求評估之依據與實施計畫之參考。				
社區關係	1. 利用校慶或家長日活動，辦理健康促進宣導，並頒給熱心協助推廣健康促進之家長、單位感謝狀。 2. 家長會支持校務推動。	視力保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至110年6月
健康服務	1. 提供教職員工生與家長視力保健諮詢，並安排教職員研習活動： (1) 舉辦校內教職員健康促進議題研習。 (2) 鼓勵教師參加校外相關研習，增進健康促進之專業知能與能力。 2. 成立多樣化的宣導： (1) 各班宣導視力保健、定期就醫重要性及落實視力篩檢與矯治之追蹤輔導，並建立個案管理。 (2) 建立學生視力保健正確健康觀念。 3. 落實健康中心功能： (1) 提供全校師生健康諮詢與服務。 (2) 進行健康知能與技能宣導。 (3) 充實健康中心緊急救護器材設備及定期維護。 (4) 對確診罹病學生，進	視力保健	學務處	教務處 總務處 輔導處	109年9月至110年6月

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
	行追蹤矯治個案管理。				

### 捌、學校衛生委員會組織表

職稱	本職	姓名	任務執掌
主任委員	校長	呂秋萍	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
社區組	家長會長	葉雪美	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	學務主任	吳崇榮	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務主任	王國隆	各項健康促進議題融入多元課程教學，培育學生健康知能。
執行秘書	衛生組長	張永鋈	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。 4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
設備組委員	總務主任	方線誠	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備（如洗手設備、衛生器材的維護及修繕…等）
輔導組委員	輔導主任	陳信政	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組委員	護理師	簡淑芬 吳霈瑤	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。 4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。



職稱	本職	姓名	任務執掌
			6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。 7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組 委員	健康科任	阮筱芳	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能、使學生、家長實踐健康生活。
	班級導師	蘇婉婷 陳俊達 林文玉	1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。 5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
社區組	志工代表	林昱琳	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表 自治市長	苗哲維	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

### 玖、策略執行干梯圖

編號	年度 月份	109年					110年						
	工作項目	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
1	擬定及執行 學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
2	健康促進計畫 經校務會議通過	●											
3	召開學校 衛生委員會	●					●	●				●	
4	健康促進議題 宣導講座			●	●	●	●		●	●	●		
5	家長日宣導 健康促進議題		●						●				
6	SH150		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
7	健康促進議題 融入領域課程教學		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	

8	召開午餐 供應檢討會		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
9	中央餐廚學校監廚		●										
10	班級環境消毒		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
11	身高、體重、 視力測量		●	●					●	●			
12	愛滋病防制 入班宣導		●										
13	菸害防制入班宣導								●	●			
14	健康促進議題 海報製作		●	●	●					●	●	●	
15	潔牙宣導 與潔牙活動		●	●	●				●	●	●		
16	問卷前測與後測分 析			●	●					●	●		
17	資料分析 檢討與改善			●	●					●	●		
18	行動研究成果報告												●

拾、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
視力 保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率： 108-1：82.36 %、108-2： 85.7%。 2. 裸視篩檢視力不良惡化率： 108-1：6.2%、108-2：5.1%。 3. 視力不良學生複檢率： 108-1：95.69%、108-2： 96.11%。 4. 定期就醫追蹤率： 108-1：95.69%、108-2： 96.11%。 下列請填問卷執行後測成效 5. 規律用眼3010達成率：	1、視力不良率： 109學年度下降達成率1% 2、視力不良惡化率： 109學年度下降達成率1% 3、視力不良學生複檢率： 109學年度維持現況 4、定期就醫追蹤率： 109學年度維持現況 5、規律用眼3010達成率：

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
	<p>108-1：55.3%、108-2：65%。</p> <p>6. 天天戶外活動120達成率： 108-1：63%、108-2：78.77%。</p> <p>7. 下課教室淨空率： 108-1：61.6%、108-2： 77.5%。</p> <p>8. 3C 小於2小時達成率： 108-1：21.52%、108-2： 41.2%。</p> <p>9. 高度近視&gt;500度個案管理率： 共332人/列管332人/列管100 %。</p> <p>10. 高危險群體個案管理率（國中 高中職請列管&gt;300度學生）：應列 管531人/實際列管531人/列管100 %。</p> <p>11. 未就醫追蹤關懷達成率： 未就醫67人/追蹤達成34人/50 %。</p> <p>12. 高度近視高危險群衛生教育宣 導達成率：100%。</p>	<p>109學年度提升達成率5%</p> <p>6、天天戶外活動120達成率： 109學年度提升達成率5%</p> <p>7、下課教室淨空率： 109學年度提升達成率5%</p> <p>8、3C 小於2小時達成率： 109學年度提升達成率5%</p> <p>9、高度近視&gt;500度個案管理率： 109學年度維持現況</p> <p>10、高危險群體個案管理率： 109學年度維持現況</p> <p>11、未就醫追蹤關懷達成率： 109學年度提升達成率5%</p> <p>12、高度近視高危險群衛生教育宣導 達成率：109學年度維持現況</p>
口腔保 健	<p>1. 七年級學生未治療齲齒率： 54.4%。</p> <p>2. 七年級學生齲齒複檢診治率： 98.24%</p> <p>3. 學生午餐後搭配&gt;1000含氟牙膏 潔牙率：108-1：28 %、108- 2：47.97%</p> <p>4. 學生睡前潔牙率： 108-1：92%、108-2：96%。</p> <p>5. 高年級以上使用牙線潔牙率： 108-1：42%、108-2：54%。</p>	<p>1. 未治療齲齒率： 109年下降達成率1%</p> <p>2. 齲齒複檢診治率： 109年提升達成率1%</p> <p>3. 學生午餐後搭配&gt;1000含氟牙膏潔 牙率%：109學年度提升達成率5%</p> <p>4. 學生睡前潔牙率： 109學年提升達成率1%</p> <p>5. 使用牙線潔牙率： 109學年提升達成率5%</p>

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
	<p>6. 在校不吃零食率： 108-1：35.94%、108-2： 60.05%。</p> <p>7. 在校不喝含糖飲料率： 108-1：42%、108-2：56.05%。</p> <p>8. 學生早餐後潔牙率： 108-1：45%、108-2：60.9%。</p> <p>9. 學生午餐餐後潔牙率： 108-1：65.8%、108-2： 77.94%。</p> <p>10. 學生使用貝氏刷牙法比率： 108-1：45.31%、108-2： 77.94%。</p>	<p>6. 在校不吃零食率： 109學年提升達成率5%</p> <p>7. 在校不喝含糖飲料率： 109學年提升達成率5%</p> <p>8. 早餐後潔牙率： 109學年提升達成率5%</p> <p>9. 午餐餐後潔牙率： 109學年提升達成率5%</p> <p>10. 使用貝氏刷牙法比率： 109學年提升達成率5%</p>
健康體 位	<p>1. 體位過輕率： 108-1:7.3% 108-2:5.6%</p> <p>2. 體位適中率： 108-1 :62.7% 108-2:63.8%。</p> <p>3. 體位過重率： 108-1:14.1% 108-2:14.4%</p> <p>4. 體位超重率： 108-1 :15.9% 108-2: 16.3%</p> <p>5. 每天吃早餐達成率： 79.76%</p> <p>6. 學生符合85210原則達成率（以下分述）： （1）學生每天睡足8小時達成率： 108-1：33.36%、108-2： 53.36%。 （2）學生每天午餐理想蔬菜量（1 拳半）達成率： 108-1：60.73%、108-2： 72.05%。</p>	<p>1、體位過輕率： 109學年下降達成率1%</p> <p>2、體位適中率： 109學年提升達成率1%</p> <p>3、體位過重率： 109學年下降達成率1%</p> <p>4、體位超重率： 109學年下降達成率1%</p> <p>5、每天吃早餐達成率： 109學年提升達成率2%</p> <p>6-1、每天睡足8小時達成率： 109學年提升達成率3%</p> <p>6-2、每天午餐理想蔬菜量達成率： 109學年提升達成率3%</p>

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
	<p>(3) 每天3C 產品使用時間少於2小時平均達成率： 108-1：41.6%、108-2：62.7%。</p> <p>(4) 學生目標運動量平均達成率（運動420/週）： 108-1：48.33%、108-2：61.4%。</p> <p>(5) 學生喝足白開水目標平均達成率： 108-1：70%、108-2：83.93%。</p> <p>(6) 在校零含糖飲料%（與口腔保健第8.9點相同）： 108-1：35.73%、108-2：56.05%。</p>	<p>6-3、每天3C 產品使用時間少於2小時平均達成率： 109年提升達成率3%</p> <p>6-4、學生目標運動量平均達成率（運動420/週）： 109學年提升達成率3%</p> <p>6-5、喝足白開水目標平均達成率： 109學年提升達成率1%</p> <p>6-6、在校零含糖飲料達成率： 109學年提升達成率3%</p>
菸 檳 防 制	<p>1. 學生吸菸率（及吸菸學生人數）： 0.02%/3人。</p> <p>2. 學生使用電子煙人數及使用率： 11人/1.92%。</p> <p>3. 學生參與菸害教育率： 100%。</p> <p>4. 校園二手菸曝露率： 0%。</p> <p>5. 吸菸學生參與戒菸教育率： 100%。若0人吸菸～寫無學生吸菸</p> <p>6. 菸害衛教種子教師人數： 3人。</p> <p>7. 學生參與檳害教育率：</p>	<p>1、吸菸率： 109學年下降達成率1%</p> <p>2、電子煙人數及使用率： 109學年下降達成率1%</p> <p>3、參與菸害教育率： 109學年維持現況</p> <p>4、校園二手菸曝露率： 109學年維持現況</p> <p>5、吸菸學生參與戒菸教育率： 109學年維持現況</p> <p>6、菸害衛教種子教師人數： 109學年增加1人</p> <p>7、參與檳害教育率：</p>

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
	無學生嚼食檳榔。 8. 嚼檳學生參與戒檳教育率： 無學生嚼食檳榔。	109學年維持現況 8、嚼檳學生參與戒檳教育率： 109學年維持現況
全民健 保(含正 確用藥)	1. 對全民健保有正確認知比率： 108-1：53.33%、108-2：69.5%。 2. 珍惜全民健保行為比率： 108-1：53.84%、108-2：68.33%。 3. 遵醫囑服藥率： 108-1：79.3%、108-2：89%。 4. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示： 108-1：79.5%、108-2：87%。 5. 不過量使用止痛藥比率： 108-1：85.79%、108-2：90%	1、對全民健保有正確認知比率： 109學年提升達成率5% 2、珍惜全民健保行為比率： 109學年提升達成率5% 3、遵醫囑服藥率： 109學年提升達成率3% 4、使用藥品前看清藥袋、藥盒標示： 109學年提升達成率1% 5、不過量使用止痛藥比率： 109學年提升達成率1%
性教育 (含愛 滋病防 治)	1. 性知識正確率： 108-1：72.93%、108-2：83.6% 2. 性態度正向率： 108-1：71.93%、108-2：76% 3. 接納愛滋感染者比率： 108-1：73.93%、108-2：84% 4. 危險知覺比率： 108-1：70%、108-2：73.64% 5. 拒絕性行為效能比率： 108-1：78.28%、108-2：83.6%	1. 性知識正確率： 109年提升達成率1% 2. 性態度正向率： 109年提升達成率1% 3. 接納愛滋感染者比率： 109年提升達成率1% 4. 危險知覺比率： 109年提升達成率1% 5. 拒絕性行為效能比率： 109年提升達成率3%

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
藥物濫 用防制	1. 辦理藥物濫用防制宣導至少1場 次。 1場。	1場。
安全 教育 與急救	1. 國小五年級以上學生參加 CPR+AED 教育訓練課程比率： 68.4%。 2. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練 課程比率：75%。 3. 成立急救（衛生）隊培訓學生 人數：0。 4. 辦理學校職業安全工作宣導場 次： 場。 5. 學校通過 AED 安心場所認證最 近日期：108年9月30日。	1、學生參加 CPR+AED 教育訓練課程 比率：109年提升達成率5% 2、教職員參加 CPR+AED 教育訓練課 程比率：109年提升達成率1% 3、成立急救（衛生）隊培訓學生人 數：109年維持現況 4、辦理學校職業安全工作宣導場 次：場次 5、（有效年月日）： 110年5月20日
心理 健康	1. 辦理心理健康宣導場次： 1場。 2. 辦理自殺防治宣導場次： 1場。 3. 辦理性別平等宣導場次： 1場。 4. 辦理防制霸凌宣導場次： 1場。	1、辦理心理健康宣導場次： 1場 2、辦理自殺防治宣導場次： 1場 3、辦理性別平等宣導場次： 1場 4、辦理防制霸凌宣導場次： 1場
傳染病 防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少1場 次。 1場。 2. 每週執行漂白水環境消毒一 次： 100%。	1、辦理傳染病防治宣導至少1場次： 1場。 2、每週執行漂白水環境消毒一次： 100%

拾壹、經費概算表：(表格請自行延伸)

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
外聘講師鐘點費	節	2000	2	4000	辦理 健康促進講座
內聘講師鐘點費	節	1000	6	6000	辦理 健康促進講座
衛教宣導之消耗性器材	式	1000	6	6000	衛教宣導耗材、 藥品等物品採購
獎勵品	式	1000	4	4000	獎勵健康促進 議題執行 成效顯著學生
合計	20,000元				

承辦人：

護理師：

單位主管：

主計：

校長：