

臺南市北區賢北國民小學114學年度健康促進學校計畫

一、 依據：

- (一) 學校衛生法第19條及其施行細則第14條
- (二) 臺南市114學年度辦理健康促進學校計畫

二、 計畫摘要：

在113學年度的計畫中，以視力保健、口腔衛生、菸害防制、健康體位等主題來進行，辦理各項活動推廣，例如口腔衛生保健、視力保健宣導、正確用藥等活動。114學年度仍以健康促進學校的實施項目及教育局的規劃，將全民健保(含正確用藥教育)、性教育(含愛滋病防治)、安全教育與急救(自選議題)等納入健康促進的項目實施，並藉此增進全校教職員工學生的安全衛生健康意識。本學年度仍然是在視力保健上需要加強，融合本校各個主客觀環境來進行班級及全校性的推動。以構築本校之健康促進願景：願景一、提供多元的健康促進學習資源，豐富親師生的學習體驗；願景二、營造創意的健康促進學習氛圍，樂活親師生的生命動力；願景三、建構緊密的健康促進專業網絡，引動親師生的知識泉源。

三、 背景說明：

(一) 計畫緣起

由健康促進學校之理念，推動學校健康營造必須透過組織及發展的過程，凝聚共識，並整合及運用學校及社區的人力物力資源，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。健康促進學校目前實施分為視力保健、口腔保健、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七項必選議題，自選議題以藥物濫用防制、安全教育與急救、環境保護教育、傳染病防治目共四項。藉由本計畫一系列主題式活動與課程的實施，整合學校與社區的組織人力與資源，發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，讓孩子在小學階段培養健康的身心靈。

(二) 現況分析

本校成立於民國95年8月，是臺南市目前最年輕的學校之一，以「永續關懷、多元創新、追求卓越」為學校發展三大願景。整體校園建築以符合孩童活潑天性及需求的角為設計重點，並結合生態與環保的思維，是府城第一所永續校園示範學校。賢北國

小鄰近生態資源豐富的四草濕地，還有生活機能完備的和緯市場，擁有如此結合人文、生態與經濟生活圈的學習環境，是賢北兒童得天獨厚的福氣。

學區是新興的住宅區，家長大多是社經地位較高，會參與學校事務並對學校的健康促進的議題能提供較多的支援及協助。本校今年所提的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、學校餐飲衛生、教職員工健康促進及健康心理等層面，讓全校師生乃至社區，都能為促進個人及家人的健康而努力，並整合社區資源、社會團體力量的支援，讓學童從小奠定健康的態度與培養運動及保健技能，在113學年度之推動的成效及成果如下說明。

113學年度學生健康資訊系統資料

議題名稱	指標	全國 平均值(%)	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44.69 國中71.84	國小43.85 國中70.57	54.7	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	視力不良就醫率	國小92.12 國中85.55	國小96.42 國中92.19	100	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	裸視視力不良惡化率	國小6.72 國中3.81	國小7.36 國中4.79	10.95	<input type="checkbox"/> 達市平均以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
口腔保健	未治療齲齒率	小一29.80 小四25.08 國一16.61	小一25.32 小四20.59 國一12.00	小一19.66 小四11.8	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	齲齒複檢率	小一88.93 小四86.91 國一79.39	小一96.96 小四94.13 國一86.24	小一100 小四100	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	窩溝封填施作率	小一9.34 小四35.22 國一22.74	小一8.28 小四25.00 國一19.60	小一3.42 小四33.54	<input type="checkbox"/> 達市平均以上 <input checked="" type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
健康體位	體位過輕率	國小9.96 國中8.21	國小10.10 國中8.13	6.3	<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66.37 國中63.42	國小64.95 國中62.30	69.7	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以上 <input type="checkbox"/> 低於市平均仍需努力
	體位過重率	國小11.40 國中11.96	國小11.70 國中11.92	11.47	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力
	體位肥胖率	國小12.27 國中16.41	國小13.25 國中17.66	12.54	<input checked="" type="checkbox"/> 達市平均以下 <input type="checkbox"/> 高於市平均仍需努力

推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
視力保健	依據113學年度學生健康資料分析結果，113學年9月視力不良率為54.%(如表)比112學年度53.65%略為上升，本學年度要再加強視力保健相關措施。	1. 學童視力不良比率下降1%。 2. 複檢確診者之矯治率仍維持達90%以上。	1. 結合社區眼科診所醫師到校服務，其內容：衛教宣導、矯治座談、指導轉介工作等。 2. 視力篩檢與追蹤矯治：學務處及健康中心協助了解學童未就診原因，鼓勵家長早日帶學生至合格的眼科診所接受複檢與矯治。 3. 提供充足照明設備，定期測光，校園美化綠化。 4. 融入教學。兒童朝會加強宣導及播放視力保健宣導影片。 5. 辦理教師視力保健研習。

表1.111-113學年度裸視視力不良率(單位:%)

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
一年級(%)	24.81	24.81	24.81	32.08	19.8	27.4
二年級(%)	33.54	37.34	37.34	35.34	39.6	43.0
三年級(%)	46.20	50.31	50.31	51.90	44.4	51.9
四年級(%)	61.73	65.43	65.43	58.49	59.5	67.1
五年級(%)	70.41	70.41	70.41	69.75	62.9	64.8
六年級(%)	75.68	75.17	75.17	71.60	72.8	74.7
全校平均值(%)	52.80	54.73	54.73	55.24	52.3	54.1
惡化率(%)	11.51	8.16	6.47	6.47	11.13	10.77
臺南市國小市平均(%)	43.75		43.88		43.85	
全國國小平均值(%)	45.20		45.11		44.69	
臺南市國中市平均(%)	71.53		70.01		70.57	
全國國中平均(%)	73.10		72.26		71.84	

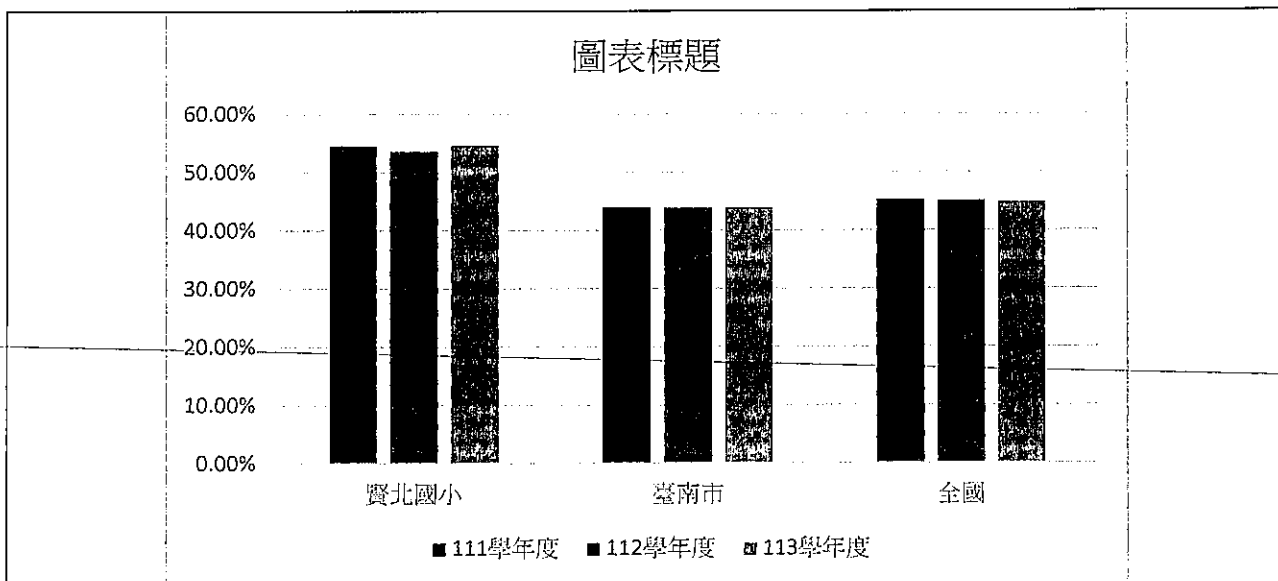


圖1 111-113學年度國小學生裸視視力不良率

推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
口腔衛生	依據113學年度一、四年級學生健康資料分析結果，113學年度初檢齲齒率一年級為19.66%及四年級為11.80%，和112學年度相比小一齲齒率降低，但四年級學生齲齒率提升。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提高每星期學童完成含氟漱口比率達95%。 2. 學童齲齒就醫比率提高2%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 為學校衛生工作長期發展重點，並成立衛生委員會，結合級任導師，推廣中午飯後潔牙保健工作。 2. 融入健體領域教學，並實踐於日常生活中。 3. 結合社區資源，邀請牙醫師免費檢查學童牙齒，篩檢口腔不良學童早期治療。 3. 持續性學生口腔健康管理及檢查與矯治記錄完整。 4. 提高口腔不良學生轉介及矯治比率。 5. 持續推動學生的含氟漱口水活動，增加牙齒的保護力。

表2. 111-113學年度未治療齲齒率

學年度/年級	111學年度	112學年度	113學年度
一年級(%)	30	20.87	19.66
四年級(%)	30.25	5.52	11.8
全校平均(%)	30.13	13.19	15.73
臺南市小一市平均(%)	30.10	27.61	25.32

臺南市小四市平均(%)	24.84	22.90	20.59
全國小一平均(%)	33.11	31.67	29.80
全國小四平均(%)	27.86	26.51	25.08

推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
健康體位	依據112學年度學生健康資料分析結果，前測時間為113學年度體位適中率69.70%，比112學年68.05%略高。(如表3)。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本年度學童健康體位適中率持平。 2. 過重率及超重率降低1%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體育課程內容多元且正常教學，以維持健康體位。 2. 推展多元的課後社團活動，培養健康運動行為。 3. 每週四 85210樂活時間全校師生跳健身操及運動30分鐘，養成規律運動習慣。 4. 規畫辦理跳繩、呼拉圈、桌球、扯鈴、樂樂棒、躲避球、健康操等競賽，提升體適能。 5. 午餐融入式營養教育指導，重視健康飲食，規劃營養教育宣導，養成均衡飲食的習慣。

表3. 111-113學年度體位過輕比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
一年級(%)	2.26	0.75	3.77	3.77	4.24	1.69
二年級(%)	12.66	7.59	8.27	6.02	8.93	6.19
三年級(%)	12.03	5.66	13.92	6.96	6.2	3.88
四年級(%)	8.64	6.79	8.18	6.29	11.88	6.88
五年級(%)	8.88	5.92	8.02	6.79	6.25	4.38
六年級(%)	8.78	8.72	7.10	9.52	6.79	6.79
全校平均值(%)	90.5	6.02	8.46	6.77	7.49	5.11
臺南市國小市平均(%)	9.68		10.35		10.10	
全國國小平均值(%)	9.17		10.30		9.96	
臺南市國中市平均(%)	7.84		8.03		8.13	
全國國中平均(%)	8.00		8.28		8.21	

表4. 111-113學年度體位適中比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
一年級(%)	76.69	78.95	79.25	81.13	81.36	84.75
二年級(%)	67.72	75.32	72.18	75.19	76.79	75.22
三年級(%)	66.46	72.33	66.46	70.89	72.87	74.42
四年級(%)	63.58	66.67	67.30	66.67	61.25	65.63
五年級(%)	63.31	68.64	61.11	62.35	62.5	64.38
六年級(%)	57.43	62.42	67.46	65.48	63.58	66.05
全校平均值(%)	65.63	70.54	68.21	69.41	68.61	70.78
臺南市國小市平均(%)	62.69		64.39		64.95	
全國國小平均值(%)	64.38		65.79		66.37	
臺南市國中市平均(%)	60.71		62.01		62.30	
全國國中平均(%)	61.80		63.12		63.42	

表5. 111-113學年度體位過重比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
一年級(%)	8.27	9.77	9.43	7.55	11.02	10.17
二年級(%)	11.39	8.23	12.78	9.77	6.25	9.73
三年級(%)	10.13	11.32	11.39	11.39	10.85	9.3
四年級(%)	9.26	6.79	8.18	13.21	13.75	14.38
五年級(%)	13.61	10.06	9.26	11.11	12.5	15.00
六年級(%)	12.16	11.41	9.47	9.52	11.73	9.88
全校平均值(%)	10.88	9.57	10.03	10.61	11.3	11.64
臺南市國小市平均(%)	12.60		11.69		11.70	
全國國小平均值(%)	12.39		11.43		11.40	
臺南市國中市平均(%)	12.31		12.07		11.92	
全國國中平均(%)	12.35		11.90		11.96	

表6. 111-113學年度體位肥胖比率

學年度/年級	111學年度		112學年度		113學年度	
	上學期	下學期	上學期	下學期	上學期	下學期
一年級(%)	12.78	10.53	7.55	7.55	3.39	3.39
二年級(%)	8.23	8.86	6.77	9.02	8.04	8.85
三年級(%)	11.39	10.69	8.23	10.76	10.8	12.4
四年級(%)	18.52	19.75	16.35	13.84	13.13	13.13
五年級(%)	14.2	15.38	21.6	19.75	18.75	16.25
六年級(%)	21.62	17.45	15.98	15.48	17.9	17.28
全校平均值(%)	14.44	13.87	13.30	13.21	12.6	12.47
臺南市國小市平均(%)	15.03		13.57		13.25	
全國國小平均值(%)	14.06		12.48		12.27	
臺南市國中市平均(%)	19.13		17.90		17.66	
全國國中平均(%)	17.85		16.70		16.41	

推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
菸檳防制	依據調查113學年度學生吸菸0人，老師抽菸0人，有部分社區民眾及家長進入校園會抽菸。	1. 提高學童反菸認知率。吸菸人數0人。 2. 教師及民眾、家長進入校園吸菸為0人。	1. 融入課程內容多元教學。 2. 辦理宣導活動及問卷宣導。 3. 學校所有出入口及校園醒目處張貼無菸校園及禁菸標示。 4. 結合衛生局及生教組辦理菸害防制教育宣導。
推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
全民健保(正確用藥)	全民健保的觀念加強宣導以利加強全民健保功能。部分社區家長存有錯誤用藥觀念	1. 對全民健保有正確認知。 2. 珍惜全民健行為觀念。 3. 減少重大疾病或醫療處理、	1. 實施班級全民健保的影片宣導。 2. 利用晨會加強宣導，全民健保的使用認知，珍惜健保的資源使用。 3. 辦理宣導活動及問卷宣導。

	念，加上媒體誇大不實的廣告誤導，常有隨意購買成藥服用或服用過期藥品的習慣，健康問題堪慮。	用藥不當的意外發生。 4. 2. 增進師生及家長認識「正確用藥五大核心能力」，具備「正確用藥五不觀念行為」。	4. 辦公室外側公布欄張貼正確用藥宣導海報。 5. 聘請藥劑師辦理師生正確用藥宣導講座。 5. 結合社區藥局設置過期藥品回收站。 6. 正確用藥觀念融入健體課程教學。
推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
安全教育與急救	(一)教職員工領有 CPR 證照率：113學年度 99 % (二)學生每日平均受傷人數：112學年度 20 人/日。	1. 降低傷病人數。 2. 具有 CPR 急救證書之教職員工提升至 100%。 3. 辦理安全教育研習。	1. 交通安全及防震教育融入課程教學。 2. 辦理校園安全教育宣導活動。 3. 鼓勵教師參加 CPR 複訓，加強安全教育急救知能。 4. 安排學生的安全急救演練。
推動議題	健康問題評估	預期指標	推動議題重點
正向心理健康促進	(一)學生人際互動關係不佳，容易產生負面情緒。 (二)學生不易在生活中找到自我價值。 (三)學生使用 3C 時間太長。 (四)學生飲用太多含糖飲料。	1. 心理健康正確知識率 80% 以上。 2. 心理健康正向態度率 80% 以上。 3. 心理健康自我效能比率 80% 以上。 4. 學生減少 3C 使用時間。 5. 學生建立正確健康飲食習慣。	1. 至少辦理 1 場結合生命教育、正向心理健康議題課程或相關宣導活動，鼓勵學生用正向樂觀態度面對學習。 2. 以五正四樂為主軸，辦理校內健康促進學校活動、研習。

四、計畫內容：

本計畫之考量仍以學校為主題，結合社區及其他的資源，有效的實施健康促進的標準，並說明學校推動事項，以六大層面(衛生政策、健康服務、健康教學與活動、物質環境、社會環境、社區關係)執行策略及預期效益，分別說明如下：

- (一) 衛生政策：透過學校健康促進委員會、專業對話之策略及廣納各方意見，訂定符合全體師生健康需求的學校衛生政策。
- (二) 健康服務：結合社區資源，建構綿密的健康網絡，提供全體師生完整妥適之健康服務。
- (三) 健康教學與活動：強化健康與體育領域教學，將「身心健康」理念融入各領域課程，積極發展學校體育教學，期能增加規律參與運動之人口，提升師生體適能，並透過各項活動之推展，提升教師工作樂趣及提升學生的學習的效果，發揮潛移默化、循序漸進之效能，以深植全體師生健康的概念與知識、技能與態度。
- (四) 物質環境：塑造無障礙環境、並具有良好的健康學習環境。
- (五) 社會環境：妥善的校園環境規劃，充實學校健康設備及器材，建設安全舒適的學習環境，以達成「無傷害、無菸、無毒、零事故」之校園環境。
- (六) 社區關係：透過親師多元溝通模式，經常性與社區交流溝通，並結合學校與社區資源，建構健康促進學校之綿密網絡。

實施大綱	具體實施內容		主辦單位	協辦單位	工作時程
1. 衛生政策	成立學校健康促進委員會	1. 設立學校健康促進委員會。 2. 組織「校園緊急救護小組」。 3. 建立「學生緊急傷病處理辦法」。	學務處	各處室	114年9月 114年9月 114年9月
2. 健康服務	建立教職員及學生個人健康檔案	1. 建立教職員健康檢查紀錄。 2. 每學期實施學生健康檢查(身高、體重、視力、口腔、尿液、蟯蟲...等)、建立資料檔案並做適當矯治。 3. 生長遲滯學生及特殊疾病學生之建檔及照顧。	學務處 健康中心	各班級任	114年9月 ~115年7月 經常性 經常性
3. 教學課程與活動	宣導活動	1. 正確用藥融入健康課程宣導，以提昇老師、家長與學生正確的藥物使用觀念。 2. 舉辦正確用藥宣導，提升學童	學務處 學務處	教務處 各班級任	114年9月 115年4月

		<p>正確用藥的觀念與知識。</p> <p>3. 利用晨會時間，不定期進行健康促進等議題的宣導。</p> <p>4. 增進師生及家長認識「正確用藥五大核心能力」，具備「正確用藥五不觀念行為」。</p>	學務處 學務處		115年4月 114年11月
	舉辦各項觀摩活動	<p>1. 藥物濫用彩繪生命學習單（一~六年級）</p> <p>2. 進行學生體適能檢測（四~六年級）</p> <p>3. 口腔衛生保健繪本教學（一~六年級）。</p> <p>4. 菸害防制或其他「行動劇」宣導（五、六年級）。</p> <p>5. 校園無菸蒂日活動。</p> <p>6. 實施青春無悔的教育專案。</p>	學務處 健康中心 各班級任 家長會 輔導室	教務處 輔導室 家長會 學務處	115年4月 115年5月 經常性 115年5月 115年6月 114年10月 115年6月
	實施專題講座、座談會	<p>1. 心理衛生講座。</p> <p>2. 口腔衛生保健宣導活動。</p> <p>3. 全民健保宣導活動。</p> <p>4. 健康體位宣導活動。</p> <p>5. 正確用藥專題演講。</p> <p>6. 有關愛滋病的宣導活動。</p>	輔導室 學務處 學務處 學務處 學務處 學務處	學務處	114年11月 114年12月 115年4月 114年12月 115年4月 115年3月
	舉辦各項競賽活動	舉辦書法、壁報、海報、漫畫、作文、標語…等藝文競賽，提昇情境的佈置以增進學習效果。	教務處	學務處	114年10月 115年4月
4. 物質環境	實施各項衛教工作	<p>1. 實施每週樂活運動時間，以提高在學校活動力。</p> <p>2. 加強學童餐後潔牙活動。</p> <p>3. 成立義工爸媽宣導隊，輔導學校周遭商店拒賣菸品及檳榔給學生。</p> <p>4. 建立無菸校園環境及舉辦菸害防制宣導活動。訂定每年12月為菸害及檳榔防制教育宣導月。</p> <p>5. 結合社區眼科診所醫師到校做視力保健宣導。</p> <p>6. 藥物濫用防制宣導教育活動。</p> <p>7. 提供學生均衡營養之午餐。</p> <p>8. 於校刊或校園佈告欄等刊登健</p>	學務處 各班級任 學務處 學務處 學務處 教務處	學務處	經常性 經常性 經常性 114年9月 114年12月 114年 12月 115年3月 115年4月 經常性 經常性

		<p>康相關之文章或資訊。</p> <p>9. 建立並維護賢北國小健康促進學校網站。</p>			經常性
5. 社會環境	建立健康安全的校園環境	<p>1. 開放學校運動場…等運動設施，提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。</p> <p>2. 定期檢查各項校園設施並進行維護工作。</p> <p>3. 建構完善、安全的校園學習環境、以達到學生「減少傷病」之目標。</p> <p>4. 使飲水、用水安全無虞。</p> <p>5. 建立無菸、無毒校園環境。</p> <p>6. 繪製校園安全地圖並宣導安全教育。</p> <p>7. 宣揚全民健保制度資源有限的概念體認全民健保的特色，培養珍惜全民健保的態度。</p>	<p>總務處</p> <p>總務處</p> <p>總務處</p> <p>總務處</p> <p>總務處</p> <p>學務處</p> <p>學務處</p>	學務處	<p>經常性</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p>
6. 社區關係	建立學校與社區良好關係	<p>1. 藉由開學初舉辦的家長親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之精神和內涵。</p> <p>2. 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。</p> <p>3. 結合社區或家長組織建立健康網路。</p> <p>4. 與社區藥師諮詢與合作，加強宣導用藥安全的相關資訊。</p> <p>5. 與社區的醫師配合加強其他的宣導活動。</p>	<p>學務處</p> <p>輔導室</p> <p>學務處</p> <p>學務處</p> <p>學務處</p>	輔導室	<p>114年8月、9月</p> <p>經常性</p> <p>經常性</p>

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，計21

名。各成員之職稱及工作項目見下表：

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	王韋呈	校長	研擬並主持計畫
協同主持人	黃瑋華	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	劉育青	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	林少白	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	黃翊筠	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
研究人員	蕭順允	衛生組長	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，彙整報告撰寫
研究人員	潘國鎮	體育組長	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
研究人員	李冠儀	生教組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	牛晉媛	教學組長	協助各相關教學活動及語文競賽等活動，融入健康促進等相關的議題。
研究人員	張志仁	資訊組長	健康促進學校網頁製作及維護
研究人員	王美仁	事務組長	協助學校相關環境、照明設備等硬體設施。
研究人員	周靜玉	護理師	身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合
研究人員	蔡佳宏	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
研究人員	黃富得	賢北里長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
活動推廣	邵宥茗	學生代表	協助相關活動的協助、策畫與推動等建議。
活動推廣	各學年主任	學年主任	1.協助相關活動的協助、策畫與推動。 2.協助教育局等相關單位進行的健康促進等比賽活動。

六、預定進度：

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
1. 成立學校健康促進委員會	■											
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. 編製教材及建立健康網站			■									
6. 成效評量前測					■							
7. 執行健康促進計畫			■									
8. 過程評量					■							
9. 成效評量後測							■					
10. 資料彙整										■		

七、評價方式：

在健康促進學校的計畫的推動，分別依本學年度的各項議題進行各項的推動及成效的進行，並在各項議題中達到學生的各項目標，其評價方式如下：

(一) 視力保健

1. 輔導學童養成正確的閱讀、寫字姿勢的習慣，導正校內教學正常化，並使學童具備視力保健常識。
2. 緩和現有視力不良學生惡化程度；有效減少本校視力不良學生人數，降低學生近視比率，落實轉介矯正工作，並達到早期發現早期治療之目的。
3. 持續推動健康體位五大核心能力培養並融入健康教學。
4. 實施每週『樂活時間』，以提高學生在校身體活動率。
5. 每月午餐簡訊提供學生均衡營養之資訊
6. 「健康五蔬果操」提醒學生注意蔬菜水果攝取。
7. 於校刊或校園佈告欄等刊登健康相關之文章或資訊。

(二) 口腔保健

1. 增進學生口腔保健知識，建立牙齒保健概念與態度。
2. 加強宣導餐後潔牙及睡前潔牙之習慣養成，降低學生齲齒率。
3. 增進社區民眾及家長口腔牙齒衛生保健知識。
4. 透過繪本教學使學生產生對口腔衛生保健的重要。
5. 醫師定期到校口腔檢查、提高齲齒矯治率。
6. 加強學童餐後潔牙及含氟漱口水活動。
7. 護理師到班級利用牙齒模型指導學生使用牙刷方法。
8. 口腔衛生保健宣導（三、四年級）。
9. 口腔衛生保健影片欣賞活動。（一~六年級）。

(三) 健康體位

1. 將健康飲食議題融入融入各領域課程教學中，透過老師的引導教學，增進學生的知識、態度及行為。
2. 指導學生能做到「一日五蔬果」，並以五穀類為主食。
3. 落實親師生每週樂活時間，提升身體活動力。
4. 向學生宣導靜態休閒時間，如每日看電視、用電腦、打電動、用電話之時間，每天少於兩小時。
5. 正確認知合乎自己健康的體型，提升對體型的滿意度，接受自己，尊重他人的體型。

(四) 菸癮防制

1. 將菸害防治融入各領域課程教學中，透過老師的引導教學，增進學生的知識、態度及行為。
2. 教職員工願意為防制菸害以身作則並影響家長。
3. 利用學校活動宣導，請家長不吸菸，以免孩子遭受二手菸害。
4. 提高無菸家庭的比率，建立全面無菸的健康校園環境。
5. 結合社區力量，擴大無菸校園的範圍。

(五) 全民健保(含正確用藥)

1. 瞭解全民健保資源有限，要善用醫療資源不浪費
2. 認識全民健保、醫療院所與自己之間的關係
3. 體認全民健保的特色，培養珍惜全民健保的態度體認風險無處不在，並認同全民健保自助互助的精神，以擁有全民健保而感到幸福。
4. 1增進師生及家長認識「正確用藥五大核心能力」，具備「正確用藥五不觀念行為」。避免用藥不當造成意外發生，關心家人用藥安全
5. 聘請藥師或專家學者進行專題演講宣導，以提昇老師、家長與學生正確的藥物防制觀念。
6. 聘請藥師針對使用止痛藥、制酸劑合理使用及綜合感冒藥正確使用方式進行宣導。

(六) 性教育(含愛滋病)

1. 提昇安全性知識正確率，性態度正向率。
2. 能接納愛滋感染者，並能適當的自我防護。
3. 進行宣導活動，可以達到宣傳效果。
4. 加強學生對愛滋病正確認知，並能接納愛滋患者。

(七) 安全教育與急救

1. 推廣教職員工生急救訓練，提升、建立學校教職員工心肺復甦術及事故傷害防制之觀念與技能。
2. 訂定校園安全計畫，以落實校園安全管理。提高師生對生活安全的警覺，在走廊宣導不奔跑，減少受傷人數，以避免意外傷害的發生。
3. 藉由交通安全宣導及防災防震教育不斷的實際演練，培養學生面對災害能有正確的知識及處置能力。

八、 成效指標與預期效益：

本計畫在健康促進學校的項目上，在六項的主題上，分別結合了衛生政策、健康服務、健康教學與活動、物質環境、社會環境、社區關係等六個項目，依其具體活動達成指標之預期效益，分別說明如下：

(一) 衛生政策

1. 設立學校健康促進委員會，有效做好健康促進學校的整合。
2. 擬定學校健康促進計畫的方案，並能有效的執行實施的計畫達 90%。
3. 能配合教育局及衛生局之相關政策推廣，均能按照規定內完

成。

4. 建立「學生緊急傷病處理辦法」，讓緊急事件有效的處理。

(二) 健康服務：

1. 定期測量學生視力並實施視力篩檢與追蹤矯治，複檢確診者之矯治率維持達90%以上。(視力保健)
2. 全校師生「天天五蔬果」比率達80%以上。(健康體位)
3. 定期測量學生體重並分析飲食狀況，讓80%學生明白BMI值了解自己最佳的身體線條。(健康體位)
4. 全校學生齲齒盛行率從60%降低至58%以下，平均每人齲齒顆數在2.5顆以下。(口腔衛生保健)
5. 家長願意簽署無菸家庭的比率達60%。(政策及菸害防制)
6. 學童能有健康保健的知識與概念，遇有傷病能適時至健康中心尋求醫療服務，避免傷害擴大(安全教育與急救)。
7. 學生對全民健保的知識提昇，對全民健保有正確認知提昇20%。
8. 學生對全民健保的認知，宣揚全民健保制度資源有限的概念，讓全民健保經營完善。

(三) 教學與活動：

1. 學生願意拒絕任何人給予之香菸達99%。(政策及菸害防制)
2. 全校教師不以含糖飲料當獎勵品達90%。(健康體位)
3. 提高學生和家長對健康飲食的認知達70%。(健康體位)
4. 透過繪本及活動學生養成早、午、晚各餐餐後潔牙的良好習慣達60%。(口腔衛生保健)
5. 透過正確用藥教育，提昇學生用藥安全及自我照護行為能力達80%(正確用藥)。
6. 透過班級遠眺活動，養成學童望遠休息的習慣，預防近視的發生，進而降低學童近視比例。(視力保健)
7. 對全民健保有正確認知比率提昇。珍惜全民健保行為的認知。
8. 辦理學校反毒宣導，加強學生對毒品的認識，讓學生提早認識而不被誘惑。(安全與急救)

(四) 物質環境：

1. 教職員工願意全面禁菸檳活動由百分之95達到99%。(政策及菸害防制)
2. 學校不販賣任何含糖飲料及零食達98%。(健康體位)
3. 鼓勵學生戶外活動，以樂活時間由70%達到80%以上的學生

(健康體位)

- 4.提升學生及教職員用餐後的潔牙或漱口水衛生達從70%提升至80%。

(口腔衛生保健)

- 5.透過宣導，落實推動用藥安全觀念，有效推廣師生及家長正確用藥的態度與方法達80%以上。(正確用藥)
- 6.加強視力保健宣導，80%的學童均能知道讀書寫字的視力保健3010原則，並能確實遵守。(視力保健)
- 7.依市府規定辦理 CPR 急救訓練，有 CPR 急救證書之教職員工由98%提升至100%。(安全教育與急救)

(五)社會環境：

- 1.90%學童均能知道校園安全地圖，並遵守校規，不在走廊奔跑，並利用學校電子看板宣導學校、社區及居家安全重要性，共同維護社區居家安全，減少學童意外事故發生。(安全教育與急救)
- 2.提供全校師生人數及遊戲活動空間及綠地比率由70%達90%。
(健康體位)
- 3.班班教室有洗手台比率達95%，方便學生實施餐後潔牙或漱口衛生保健。(口腔衛生保健)
- 4.透過教育90%的學生都能知道學校健康中心設置過期藥品回收站，並懂得適時做藥品回收處理，以維護健康。(正確用藥)
- 5.無菸校園，教職員、來賓到校都沒有吸菸的行為98%。

(六)社區關係：

- 1.家長願意支援口腔衛生保健檢查及宣導義工比率達60%以上。
(口腔衛生保健)
- 2.透過學校班親會向家長宣導學生在家吃早餐的重要性，並關心學生飲食習慣的養成提升達70%。(健康體位)
- 3.透過學校運動會與社區民眾建立良好互動關係(如趣味競賽等)達70%，共同打造健康的社區。(健康體位)
- 4.加強宣導對學校外圍休閒運動的民眾勸導減少抽煙的習慣，減少校園外圍抽煙的習慣，減少10%。(政策及菸害防制)
- 5.透過社區藥師諮詢，結合社區資源與地方社區建立合作網絡，成立學校過期藥品回收站(正確用藥)。
- 6.結合社區醫師或是保健師到校做視力保健宣導，提昇學生視力保健常識，降低社會醫療成本支出。(視力保健)

7.辦理宣導活動提昇社區民眾、鄰里長及家長愛護學校意識，共同關懷校園安全。(安全教育急救)。

議題名稱	114學年度計畫指標		本校114學年度預期效益
視力保健	部頒指標	裸視視力不良率	降低0.2%以上
		裸視視力不良惡化率	達95%以上
		視力不良就醫率	國小6.5%以下
	地方指標	規律用眼3010達成率	達80%以上
		戶外活動120達成率	達80%以上
		下課淨空率	達80%以上
		3C少於1達成率	達90%以上
口腔保健	部頒指標	未治療齲齒率	降低1%以上
		齲齒複檢率	達95%以上
		國小四年級學生窩溝封填施作率	提升1%以上
	地方指標	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	達90%以上
		學生睡前潔牙比率	達90%以上
		學生在學校兩餐間不吃零食比率	達80%以上
		學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	達80%以上
		國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	達87%以上
		學生體位過輕比率	降低1%以上
健康體位	部頒指標	學生體位適中比率	提升1%以上
		學生體位過重比率	降低1%以上
		學生體位肥胖比率	降低1%以上
		學生飲水量達成率	達80%以上
	地方指標	學生睡眠時數達成率	達80%以上
		學生運動量達成率	達80%以上
		學生一日蔬菜建議量達成率	達80%以上
		對全民健保正確認知比率	達95%以上

健保 (含 正確 用 藥)	指標	珍惜全民健保行為比率	達95%以上
		遵醫囑服藥率	達95%以上
		不過量使用止痛藥比率	達80%以上
		使用藥品前看清藥袋藥盒標示率	達80%以上
菸檳 防制	部頒 指標	無菸校園率	達100%
		無檳校園率	達100%
	地方 指標	學生吸菸率	2.3%以下
		學生嚼檳率	1.4%以下
		學生電子煙使用率	1.3%以下
		學生參與菸害防制教育比率	達90%以上
		學生參與檳榔防制教育比率	達90%以上
		校園二手菸暴露率	6%以下
		吸菸學生參與戒菸教育比率	達100%
		嚼檳學生參與戒檳教育比率	達80%以上
性教育 (含 愛滋 病防 治)	地方 指標	性知識正確率	達85%以上
		性態度正向率	達80%以上
		接納愛滋感染者比率	達85%以上
		性危險知覺比率	達80%以上
正向 心理 健康 促進	地方 指標	至少辦理1場結合生命教育、正向心理健康議題課程或相關宣導活動，鼓勵學生用正向樂觀態度面對學習。	2場次
		心理健康正確知識率	後測較前測提升5%
		心理健康正向態度率	後測較前測提升5%
		心理健康自我效能比率	後測較前測提升5%

衛生組長：

教師兼衛生組長 蕭順允

護理師：

護理師 周靜玉

學務主任：

教師兼學生事務主任 黃瑋華

教務主任：

教師兼教務主任 劉育青

總務主任：

教師兼總務主任 林少白

輔導主任：

教師兼輔導主任 黃翊筠

校長：

臺南市北區賢北國民小學校長 王堯程

1000

1000

1000

1000

1000