

屏東縣萬巒鄉佳佐國民小學 107 學年度健康促進學校實施計畫

一、依據：

1. 學校衛生法第 19 條規定。
2. 教育部 106 年 7 月 17 日臺教國署學字第 1060077627 號函「教育部國民及學前教育署補助地方政府辦理學校健康促進實施計畫」辦理。
3. 依據「屏東縣 106 學年度健康促進學校實施計畫」暨 107 年 3 月 26 日屏府教前字第 10710656100 號函辦理。

二、計畫緣起：

鑒於學校健康問題漸趨多元與複雜，實有必要整合學校與社區的組織能力與資源，成立學校健康促進工作團隊，針對影響青少年『健康體位』『視力保健』『口腔保健』『菸檳防治』『性教育』『全民健保-含正確用藥』等議題繼續更落實執行，發展多元層面的整合型健康促進計畫，必須結合社區資源，多與家長互動，共同商討對策，才能讓學生充分享有接受完人教育及擁有健康的權利與義務，以增進全校教職員工生的全人健康。

本計畫分成二個階段實施，第一階段發展有效的策略及計畫，範圍涵蓋健康促進學校六大層面(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)，藉由相關活動介入，使師生互動增加，以提升教職員生健康觀念知識技能，進而願意培養健康的生活模式，增進家長及社區等組織之支持與合作，聯結社區內外之資源共同參與合作共識，以期更能發揮成效及影響力達到整體健康的目標。第二階段依據所擬訂具體有效的內容實施，促使學校成員產生健康行為並願意建立健康的生活型態，進而提升健康品質，計畫進行過程評價以期適時回饋修正計畫，最後進行成效評價來評估計畫實施之整體成果。

二、現況分析：

本校地位於鄉村以農業為主，目前以健康體位、口腔衛生、視力保健與全民健保為主議題，菸/檳防制、性教育〈含愛滋病防制〉為自選議題。

107 學年開始鼓勵大家注意飲食、降低甜份攝取、減少食用油脂熱量高的食物，以有效改善學童體位；齶齒、視力回診率比例落後全國平均值甚多，再度列為推動重點。另外，再度針對食用及栽種檳榔比例較高的鄉鎮學校，鼓勵栽種其他經濟作物代替檳榔，也將檳榔防制議題列為推動重點。

由於本縣務農人口比例很高，加上人口一直老化，一般民眾對於非法藥品欠缺判斷能力，導致非法有害藥品、電台廣告藥品一直在鄉間流竄，所以「正確用藥」的觀念就更顯重要。未來將持續朝向透過學生或學校系統將健康概念帶入家庭與社區，以奠定正確的飲食與用藥觀念。

三、計畫目的：

1. 建立無菸的校園與家庭環境，實施菸害防制宣導與課程教學，建立家長與學生健康行為。
2. 實施健康飲食宣導與課程教學，建立學生均衡健康飲食習慣，提升營養衛教知能。
3. 落實親師生「體適能教育與活動」、「體育普及化運動」，培養教職員工生規律運動習慣。
4. 實施口腔衛生保健宣導與課程教學，落實口腔衛生保健工作，建立學童餐後潔牙習慣，提高齲齒矯治率。
5. 加強視力保健工作，實施視力保健宣導與課程教學，提升視力不良矯治率，延緩學童近視發生年齡。
6. 配合輔導室實施性教育與傳染病防治宣導與課程教學，發揮早期預防、診斷、治療效果。
7. 校內舉辦正確用藥相關比賽，並與社區結合，宣導正確用藥觀念。

五、計畫內容：

實施策略	執行內容	預定執行時間
1. 制定健康促進學校政策	1. 成立健康促進推動小組。 2. 將實施計畫及相關活動列入行事曆。 3. 建立「學生緊急傷 建立「學生緊急傷 建立「學生緊急傷 病處理辦法」。 4. 辦理學生團體平安保險。 5. 建立學生個人健康檔案： (1) 建立學生個人健康資料檔案。 (2) 每學期測量身高、體重及視力檢查，瞭解學生成長狀況。 (3) 每學期實施一及四年級實施健康檢查（包含身高、體重、視力、口腔、尿液、蟯蟲…等），檢查結果登錄於健康管理系統，針對高危險群及特殊個案，進行轉介及追蹤管理。 (4) 流感疫苗施打及登錄建檔。 (5) 預防注射接種檢視及補接種。 (6) 體位異常、生長遲滯學生…等追蹤 (7) 特殊疾病學生之建檔及照顧。 (8) 傳染病監控及照護。	

	<p>6. 依學生體位與飲食現況提出需求評估，擬定健康促進實施計畫並列入行事曆，以推展學生健康體能、飲食及體位，衛教內容如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 視力保健。 (2) 實施餐後潔牙和含氟漱口水。 (3) 健康體位。 (4) 宣導無菸校園環境。 (5) 檳榔防制 (6) 全民健保。 (7) 性教育。 (8) 正確用藥及藥物濫用防制宣導。 (9) 傳染病防治及宣導。 <p>7. 健康教育課程及活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 將 8 大健康促進議題融入教學。 (2) 實施教師週三健康知能研習、以提昇教師進康知能。 (3) 辦理教職員工體育增能活動。 (4) 辦理健康講座和宣導，培養學生正確健康概念。 (5) 辦理健康競賽活動，激勵學生健康行動 <p>8. 於學校網站首頁建構健康促進相關訊息，並連結各相關網站，隨時更新建康資訊，教育學生、家長與社區民眾。</p>	
<p>2. 推廣視力保健的健康 推廣視力保健的健康 觀念</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 製作各類型海報標語宣導刊物張貼在健康布告欄。 2. 辦理親師座談會宣導 辦理親師座談會宣導 3. 將視力保健融入課程議題教學設計各年級課程及學習單。 4. 推廣各項社團活動例如網球桌舞蹈等讓學生多一點戶外活動時間。 5. 每學期視力檢查讓家長了解學生視力狀態。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 落實學生在日常生活能確實做到護眼行動及了解視力保健的重要性。 2. 確實融入課程教學。 3. 家長能踴躍參加親師座談會。 4. 希望提高視力不良回條回收率及矯治率 95%以上。
<p>3. 推廣口腔保健的健康 健康觀念</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 製作各類型海報標語宣導刊物張貼在健康走廊以提升學習效果。 2. 建立每日餐後潔牙的觀念。 3. 全面融入相關領域教學。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生學會潔牙的技巧。 2. 讓學生了解口腔保健的重要性。

		3. 齙齒矯治率達 95%。
4. 健康體位的觀念深耕	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理親師座談會宣導。 2. 體位不良的個案管理。 3. 推廣社團運動讓學生了解健康體位與運動相關性。 4. 宣導健康飲食觀念例如早餐要吃天天五蔬果等觀念。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生了解健康體位的重要性。 2. 家長能踴躍參加座談會讓家長能配合學校的宣導。 3. 降低體位過重率至 10%。
5. 使校園成為無菸之健康學習環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強校內菸害防制各類海報標語或宣導刊物已提升學習效果。 2. 議題融入課程。 3. 訂定菸害防制宣導月並編排主題活動。 4. 配合衛生所宣導活動。 5. 校園全面禁菸。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生了解吸菸害處。 2. 家長進入校園能遵守不抽菸。 3. 各年級均能將菸害防制融入課程提升學生學習興趣。
6. 建立正確的性教育觀念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依各年級需求融入課程教導正確性教育觀念。 2. 安排青春期生理講座讓高年級學生正確面對身體的變化。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生做自己身體的主人。 2. 了解青春期的各種變化。 3. 懂得如何尊重別人。
7. 使校園成為拒檳榔之健康學習環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強校內檳榔防制各類海報標語或宣導刊物已提升學習效果。 2. 議題融入課程。 3. 訂定檳榔防制宣導月並編排主題活動。 4. 配合衛生所宣導活動。 5. 校園全面禁檳。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生了解嚼檳榔害處。 2. 家長進入校園能遵守不嚼檳榔。 3. 各年級均能將檳榔防制融入課程提升學生學習興趣。
8. 分辨正確用藥與濫用藥物之區別	<ol style="list-style-type: none"> 1. 張貼正確用藥與濫用藥物各類海報。 2. 全面融入相關領域教學。 3. 辦理講座。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生了解配合醫師處方正確使用藥物。 2. 學生學會向毒品說不。

六、計畫期程：107 年 9 月至 108 年 6 月。

月次 工作項目	107 年 8 月	107 年 9 月	107 年 10 月	107 年 11 月	107 年 12 月	108 年 1 月	108 年 2 月	108 年 3 月	108 年 4 月	108 年 5 月	108 年 6 月	108 年 7 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. 擬定學校健康促進計畫	■	■										
6. 辦理各項宣導活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
7. 過程評量及成效評價前、後測		■	■	■	■	■	■	■	■	■		
8. 執行健康促進計畫		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
9. 建立健康網站與維護	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
10. 資料分析、報告撰寫											■	■
11. 經費核結												■

七、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，計 19 名。各成員之職稱及工作項目(如附件一)

八、評價指標：

配合本計畫之執行來進行過程評量及成效評量，並於計畫執行前後蒐集實施過程中之測量資料，以評估計畫成效。

1. 過程評量

(1) 藉由計畫的評量指標分別依計畫執行進度，由各健康議題工作團隊進行過程評

量，以利隨時回饋修正，俾便使計畫執行更臻落實與實效。

(2)每學期召開健康促進委員會，檢討各議題的執行優缺點，作成會議紀錄以為改進之依據。

2. 成效評量

(1)開發健康促進學校教學模式，除針對全體學生進行各計畫之認知、態度及技能等面向之前後測外，並將教學課程、教材、教法及媒材資料等建檔，做為整體健康促進課程之依據。

(2)除進行量化資料蒐集化，並進行環境、人員行為等觀察，蒐集質性資料，做為評估計畫成效之依據。

(3)針對本計畫進行成效評量，並再進行綜合性之評鑑，確知本計畫之成效，並做成下學年度健康促進議題之確定，以求永續營造健康促進學校。

九、預期成效：

1. 健康促進指標預定達成率-配合 106 學年度健康促進指標

(1) 視力不良率下降至 45%(依據每學期，期初視力檢查統計出)。

(2) 齙齒率下降至 43% (依據每學年，醫護人員到校檢查牙齒統計出)。

(3) 正常體位比例。

2. 提高地方特色學生健康指標：

(1) 規律用眼 3010 達成率。

(2) 戶外活動 120 達成率。

(3) 特殊疾病個案管理達成率。

(4) 未就醫追蹤關懷達成率。

3. 學校健康教育課程及活動：

(1) 提昇體適能通過率。

4. 學校－社區關係：

(1) 學校與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。

(2) 強化國民健康生活知能及活動。

(3) 結合社區資源，增進學校與社區關係，藉由與社區結盟，舉辦運動會、社團、鼓勵健康餐飲店設立、規劃上下學安全路線地圖等，讓更多家長和社會團體支持學校推動健康政策。

5. 達成健康促進學校目標，提供學生及教職員工一個安全和健康的校園環境。

十、經費概算：

本計畫整合學校現有人力脈絡、物質環境及內外資源，並將相關課程、活動融入學校之領域課程及校內活動，故相關經費由校內相關科目之經費支應之。

十一、本計畫經校長審核通過後實施，修正時亦同。

附件一：

屏東縣佳佐國小促進健康委員會委員名單

編制	職 稱	姓名	職 掌
召集人	校長	鄒美華	督導推動健康促進學校計畫之各項事宜。
副召集人	家長會長	李宗融	協助推展健康促進學校計畫工作，並喚起家長對健康之重視，進而擴大至社區。
執行秘書	教導主任	吳孟儒	1. 研究策劃，督導健康促進學校計畫執行，並協助行政協調。 2. 協調各項執行達成預期指標或進度。
活動組	訓導組長	陳國欽	1. 負責支持性環境之營造及佈置 2. 舉辦健康促進學校相關活動 3. 體適能與健康活動的推行
教學組	教學組長	史姍綾	負責推動健康融入各領域教學
資訊組	網管人員	高世豪	健康網路網頁製作及維護
服務組	校護	許文櫻	1. 提供學生、家長、教職員工相關健康諮詢。 2. 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價 3. 負責策劃健康促進學校計畫之推動，協調各項執行及達成預期指標或進度。
	工友	潘福中	
	人事	許文英	
	學生代表	沈慧美	協助各項活動執行及需求評估、各項活動檢討改進
會計組	總務主任	曾思潔	1. 協助活動會場開放、音響及空調。 2. 負責活動所需物品之採購及經費核銷。 3. 社區及學校資源之協調聯繫。
	主計	許文英	
	出納	張桂玉	
輔導組	導師	邱姮娟	1. 學生之心理健康輔導、協助及追蹤。 2. 指導班級學生配合健康促進學校活動之進行及事宜。 3. 各項活動檢討改進 4. 參與各項行動研究
	導師	柯惠青	
	導師	陳續文	
	導師	莊麗靖	
	導師	高碧霞	
	導師	邱小芸	

附件二

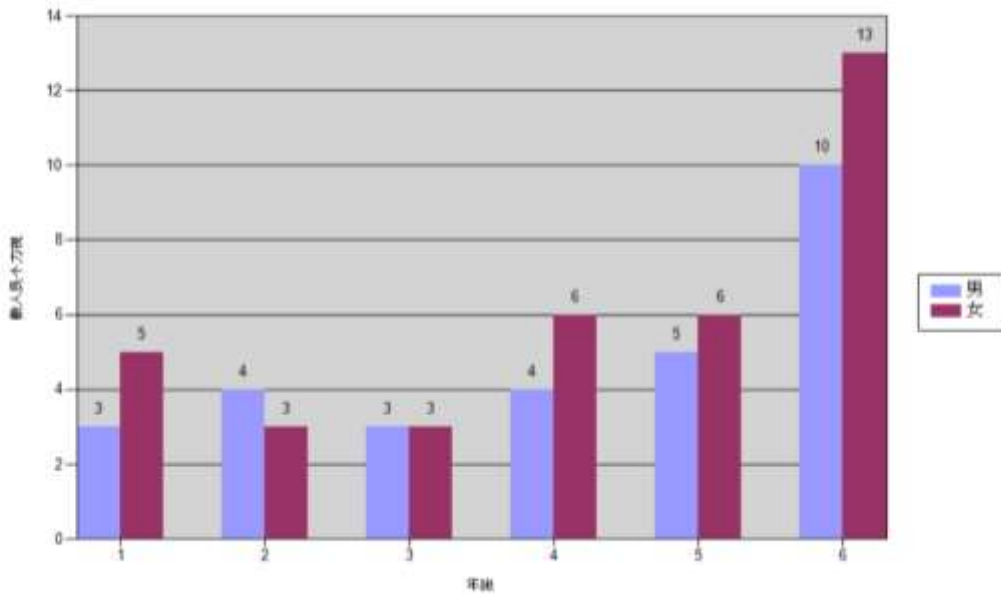
縣立佳佳國小106學年第2學期_視力統計表(含比率)

以分組人數(分男女)為比率之母數

年級	裸視視力檢查人數															矯正視力檢查人數								
	合計			兩眼 均值0.9		裸視視力不良人數										合計			兩眼 均值0.5		矯正視力不良			
	計	男	女	男	女	0.5-0.8		0.1-0.4		0.1以下		無法取得		計	男	女	計	男	女	0.1-0.4		0.1以下		
						男	女	男	女	男	女	男	女							男	女	男	女	
一	22	12	10	9	5	3	3	0	2	0	0	0	0	8	3	5	3	0	3	0	3	0	0	0
比率	100%	54.5%	45.5%	75%	50%	25%	30%	0%	20%	0%	0%	0%	36.4%	25%	50%	100%	0%	100%	0%	100%	0%	0%	0%	0%
二	34	21	13	17	10	2	1	2	2	0	0	0	7	4	3	2	1	1	1	1	0	0	0	0
比率	100%	61.8%	38.2%	81%	76.9%	9.5%	7.7%	9.5%	15.4%	0%	0%	0%	20.6%	19%	23.1%	100%	50%	50%	100%	100%	0%	0%	0%	0%
三	21	12	9	9	6	1	2	1	1	1	0	0	6	3	3	4	4	0	4	0	0	0	0	0
比率	100%	57.1%	42.9%	75%	66.7%	8.3%	22.2%	8.3%	11.1%	8.3%	0%	0%	28.6%	25%	33.3%	100%	100%	0%	100%	0%	0%	0%	0%	0%
四	40	22	18	18	12	2	3	2	3	0	0	0	10	4	6	4	2	2	2	2	0	0	0	0
比率	100%	55%	45%	81.8%	66.7%	9.1%	16.7%	9.1%	16.7%	0%	0%	0%	25%	18.2%	33.3%	100%	50%	50%	100%	100%	0%	0%	0%	0%
五	35	17	18	12	12	1	3	4	3	0	0	0	11	5	6	8	5	3	5	3	0	0	0	0
比率	100%	48.6%	51.4%	70.6%	66.7%	5.9%	16.7%	23.5%	16.7%	0%	0%	0%	31.4%	29.4%	33.3%	100%	62.5%	37.5%	100%	100%	0%	0%	0%	0%
六	55	29	26	19	13	2	6	4	4	4	3	0	23	10	13	12	5	7	5	5	0	1	0	1
比率	100%	52.7%	47.3%	65.5%	50%	6.9%	23.1%	13.8%	15.4%	13.8%	11.5%	0%	41.8%	34.5%	50%	100%	41.7%	58.3%	100%	71.4%	0%	14.3%	0%	14.3%
合計:	207	113	94	84	58	11	18	13	15	5	3	0	65	29	36	33	17	16	17	14	0	1	0	1
比率	100%	54.6%	45.4%	74.3%	61.7%	9.7%	19.1%	11.5%	16%	4.4%	3.2%	0%	31.4%	25.7%	38.3%	100%	51.5%	48.5%	100%	87.5%	0%	6.3%	0%	6.3%

附件三

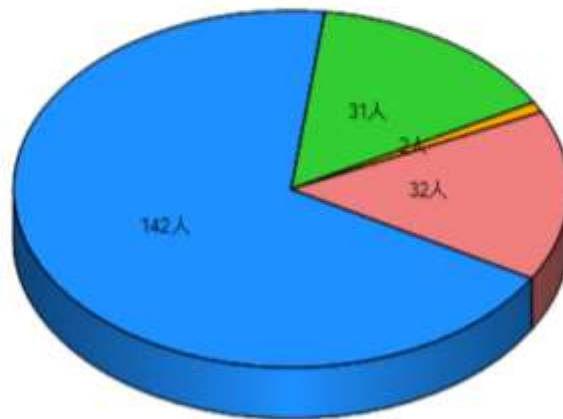
縣立佳佐國小106學年第2學期_裸眼視力不良人數統計圖



附件四

縣立佳佐國小106學年第2學期_視力統計圖

■ 正常 ■ 配鏡後視力達到標準 ■ 配鏡後視力未達標準 ■ 未接受配鏡矯正



附件五

縣立佳佐國小107學年第1學期_口腔檢查結果統計

未治療齲蝕人數及比率不含複檢正常（偽陽性）者

年級性別	人數	未治療齲蝕人數	未治療齲蝕比率	已治療人數	已治療比率	上顎恆牙第一大臼齒齲蝕經驗	上顎恆牙第一大臼齒齲蝕經驗%	下顎恆牙第一大臼齒齲蝕經驗	下顎恆牙第一大臼齒齲蝕經驗%	恆牙白齒露溝封填	恆牙白齒露溝封填%	
4	男	12	0	0%	1	8.33%	1	8.33%	1	8.33%	0	0%
	女	9	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
	小計	21	0	0%	1	4.76%	1	4.76%	1	4.76%	0	0%
總計	21	0	0%	1	4.76%	1	4.76%	1	4.76%	0	0%	