

屏東縣立萬新國中 112 學年度學校健康促進計畫書

112 年 8 月 29 日經校務會議通過

校名：屏東縣立萬新國中

壹、依據：

- 一、學校衛生法第十九條規定及學校衛生法施行細則第十四條規定辦理。
- 二、學生健康檢查實施辦法第八條第一項規定辦理。
- 三、屏東縣政府教育處 112 年 07 月 26 日屏府教前字第 11250583100 號函「屏東縣 112 學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

- 一、將本計畫之議題經由學校的衛生教育、保健工作，建立學生的正確的健康觀念、培養良好的保健習慣。
- 二、建立健康安全和促進學習的環境，以提升學生學習品質、增強教職員工工作效能。
- 三、議題融入教學及透過教育宣導講座，使師生有正確觀念，享有健康幸福的生活。
- 四、提升校園的健康服務，從學生健康資料的建立，掌握健康檔案以關心學生健康情形；並且有效提高視力異常學生的轉介；預防與矯治學生口腔衛生，促進口腔的保健。
- 五、利用活動與課程，使學生習得健康促進的良好習慣與態度，進而強化全校師生生理與心理健康，形塑健康、正向、快樂的學校，並實踐於日常生活中。
- 六、結合家庭、學校及社區教育力量，提供學生全方位的健康生活。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

本校位處萬丹鄉新鐘村，離 88 快速道路萬丹出口約 1.5 公里，附近多為農田，離學校約 100 公尺處有便利商店，如：7-11、新正便利商、麥味登早餐店、麵店、飲料店、香雞排等，是學生上放學常會光顧的地方。90 年 8 月 1 日縣府核准成立萬丹第二所國中籌備處，92 年 8 月 1 日正式成立，校地總面積 5.05 公頃。

二、基本資料概況

學生總數 276 人，班級數 14 班，本校無幼兒園。教職員工 52 人。學生屬中低收入戶者有 18.1%、新住民家庭有 9.4%、單親及隔代教養佔 27.5%，家長大多為農產或勞工階層，普遍忙於生計，以致學童課後長時間待在補習班、或居家看電視、或玩線上遊戲、或沉迷網際網路之虛擬世界的靜態生活模式，學童之生活、學習與成長急需投資與關切，為扭轉此影響健康之劣勢，本校為縣府指定「視力保健」校群，更需積極推動視力保健。

三、111 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

109~111 學年度視力不良%統計表 (國中適用)

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	69.4	73.7	63.73	63.73	64.71	65.12
八年級	67.9	76.3	72.18	70.68	64.42	68.27
九年級	75.0	76.3	73.88	75.37	74.24	72.52
全校	70.82	75.4	70.46	70.46	68.54	69.16
惡化%	0.95	5.2	4.38	-1.98	1.38	3.19
屏東縣不良%	63.03		63.31		61.24	
全國不良%	73.63		73.62		73.10	

109~111 學年度待矯治齶齒%統計表

	109 上	110 上	111 上
七年級	35.82	57.84	24.71
屏東縣	27.19	21.67	23.00
全國	22.75	21.41	19.41

111 學年度齶齒就醫矯治率%統計表

	109 上	110 上	111 上
七年級	87.5	98.31	95.24

109~111 學年度健康體位~體位過輕%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	3.7	3.8	2.00	0.98	7.10	5.81
八年級	9.9	5.2	3.80	2.26	4.80	3.81
九年級	5.9	4.4	12.70	7.46	5.30	3.05
國中平均	6.5	4.5	6.50	3.79	5.60	4.04
屏東縣國中	6.48		6.47		7.05	
全國國中	7.45		7.67		8.00	

109~111 學年度健康體位~體位適中%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	61.9	60.9	60.80	63.73	55.30	60.47
八年級	62.6	65.9	63.20	64.66	64.40	64.76
九年級	64.7	65.9	58.20	58.96	65.90	65.65
國中 平均	63.1	64.3	60.70	62.33	62.60	63.98
屏東縣國中	58.52		57.10		58.69	
全國國中	62.68		61.12		61.80	

109~111 學年度健康體位~體位過重%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	16.40	15.80	11.80	11.76	17.60	15.12
八年級	9.90	11.90	11.30	13.53	12.50	15.24
九年級	13.20	13.30	11.90	16.42	8.30	10.69
國中 平均	13.20	13.60	11.70	14.09	12.10	13.35
屏東縣國中	13.28		13.71		12.72	
全國國中	12.57		12.89		12.35	

109~111 學年度健康體位~體位肥胖%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	17.90	19.5	25.50	23.53	20.00	18.60
八年級	17.60	17.00	21.80	19.55	18.30	16.19
九年級	16.20	16.30	17.20	17.16	20.50	20.61
國中 平均	17.20	17.60	21.10	19.78	19.60	18.63
屏東縣國中	21.72		22.71		21.53	
全國國中	17.30		18.32		17.85	

肆、屏東縣 111 學年度健康資訊系統資料

項目	指 標	本校	屏東縣	全國	達成指標情形
視力 保健	裸視視力 不良率	68.54%	國中 61.24%	國中 73.10%	■高於全縣指標、符合全 國標以下尚需努力
	裸視視力 不良惡化率	1.38%	國中 1.89%	國中 3.39%	□符合全縣全國指標以下

	視力不良 複檢率	98.64%	國中 92.64%	國中 82.30%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
口腔 保健	學生初檢齲 齒率七年級	24.71%	國中 23.00%	國中 19.41%	<input checked="" type="checkbox"/> 高於全縣全國指標尚需 努力
	學生齲齒就 醫矯治率七 年級	95.24%	國中 91.39%	國中 79.64%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
健康 體位	學生體位 過輕率	5.60%	國中 7.05%	國中 8.00%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
	學生體位 適中率	62.60%	國中 58.69%	國中 61.80%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
	學生體位 過重率	12.10%	國中 12.72%	國中 12.35%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
	學生體位 肥胖率	19.60%	國中 21.53%	國中 17.85%	<input checked="" type="checkbox"/> 優於全縣指標、高於全 國指標尚需努力

伍、重點議題 SWOT 分析

依據本校 111 學年度學生健康檢查統計分析：

一、視力不良率 68.54%，高於屏東縣 61.24%的平均值，優於全國 73.10%尚需努力。視力不良惡化率 1.38%，優於屏東縣 1.89%與全國 3.39%。

二、齲齒分析上，七年級齲齒率為 24.71%，均高於屏東縣 23.00%與全國 19.41%的平均值需積極改善。

三、健康體位分析：

過輕 5.60%優於屏東縣 7.05%與全國 8.00%的平均值。

適中 62.60%優於屏東縣 58.69%與全國 61.80%的平均值。

過重 12.10%優於屏東縣 12.72%與全國 12.35%的平均值。

肥胖 19.60%，優於屏東縣 21.53%，高於全國 17.85%平均值尚需努力。

因本校 112 學年度為視力保健校群，最後決定 112 學年度以視力保健為主議題，體位肥胖高於全國全縣故為自選議題，口腔齲齒率也高於全國全縣，將融入宣導持續辦理。

主議題（視力保健）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	1. 成立學校衛生委員會，直向橫向組織連繫緊密，利於健促活動推行。 2. 學校之衛生教育	1. 部分教師因課務繁忙，容易忽略不利視力保健政策推動。 2. 學校各處室宣	1. 家長會對於學校推動學生視力保健的宣導或政策多是持正面肯定的態度。	1. 健康促進議題眾多，難以全面兼顧，與持續推動，尤其視力問題容易被忽視。

	<p>及健康促進措施，能獲得教師的支持，利於視力保健的推行。</p> <p>3. 各項計畫中訂定具體之行動策略，教師視力保健能易於執行與推動。</p> <p>4. 學校致力推動晨間慢跑活動，已養成學生固定運動的習慣，有助於視力維護。</p>	<p>導活動很多，壓縮視力保健議題所欲推行的活動，推展成效受限。</p> <p>3. 因應 COVID-19 疫情，行政業務繁雜，對視力保健議題難以全面兼顧。</p> <p>4. 因天氣炎熱、班班有冷氣，學生較不願走到戶外讓眼睛望遠山綠樹，因此下課教室淨空率有執行上的困難度，不利於每天戶外活動 120 達成。</p>	<p>2. 教育部重視健康促進，有助於學校視力保健的推展。</p>	<p>2. 部分父母忙於工作，對學校重視視力的教育策略沒有時間關心，影響視力政策推動成效。</p> <p>3. 單親、隔代教養、新住民家長比例高，部分家長忙於生計，無暇注意孩子的視力問題。</p>
學校物質環境	<p>1. 本校植栽多、綠意盎然、鳥語花香，生態豐富，空間遼闊，優美校園利於視力保健議題的推動。</p> <p>2. 校園設置多處戶外運動場地，籃球場、躲避球場、排球場、單槓、操場等，學生戶外活動增加。</p> <p>3. 學校軟硬體設備</p>	<p>1. 使用電子媒材頻率增加，3010 之原則難落實，中斷用眼未能落實達成。</p> <p>2. 教室空間過小，難達到第一排距黑板 2 公尺，及左右排離窗 1 公尺，影響視野與頸椎不適。</p> <p>3. 室內運動空間</p>	<p>1. 環保志工家長樂於協助維護校園綠美化，有利於視力保健。</p> <p>2. 開放校園運動場，供學生及家長課後和假日到校活動，提升親子課外活動機會。</p>	<p>1. 部分學生家中照明不足，導致視力不佳。</p> <p>2. 學校附近缺乏公共設施，供應青少年活動場所，影響假日戶外活動 120 達成。</p>

	<p>不定期更新，教室照明符合標準，能避免師生視力受損。</p> <p>4. 健康中心視力檢查設備標準，可及早篩檢出視力不良學生。</p>	<p>不足，若遇雨天，常無法有效實施課程內容，戶外活動120達成受阻。</p>		
學校社會環境	<p>1. 學校社團多元，提供學生生活活動機會，有益累積戶外活動時數。</p> <p>2. 制訂相關議題的教室佈置、海報競賽，藉此宣導視力保健的重要，能讓師生警惕保護眼睛。</p> <p>3. 獎勵學生自主管理，鼓勵持續保持良好視力，使學生有維持良好視力的動力。</p> <p>4. 教師間感情融洽互動多，能接受教育新的視力保健倡導活動。</p>	<p>1. 學生運動風氣盛行，但教職員工運動風氣尚待建立，尚需多協調。</p> <p>2. 部分學生不喜歡動態活動，故戶外活動120達成%不佳。</p>	<p>1. 家長會配合視力保健議題的各項競賽，能鼓勵並提供學生各項獎品。</p> <p>2. 部分家長注重健康的意識或觀念，能影響其子女也重視健康用眼。</p> <p>3. 課餘時間，家長能讓學生參與戶外活動、社團或寒暑假育樂營，增進戶外活動機會。</p>	<p>1. 部分父母忙於工作，無法規範子女使用電子產品的時間，導致子女視力變差。</p> <p>2. 新冠肺炎疫情之下，學生長時間近距離使用3C產品，眼疾問題日益嚴重。</p>
健康生活技能教學及活動	<p>1. 視力保健議題融入輔導活動，及健康與體育課，也適切融入各科教學活動。身、心理的發展兼顧。</p>	<p>1. 部分科目作業偏重於抄寫，學生用眼負擔重。</p> <p>2. 學生保健知識不足，缺乏自律，如坐姿不良，影響視力。</p> <p>3. 需融入課程項目眾多，老師疲於奔命，造成授課時間與</p>	<p>1. 家長會支持學校辦理各項教學活動，視力保健推動順暢。</p> <p>2. 越來越多家長對用眼3010的重視，懂得提醒孩子中斷近距離用眼時間，有助於居家眼睛照護。</p>	<p>1. 部分家長沒有健康促進的認知，較重視成績，以升學為導向居多，未能督促子女護眼。</p> <p>2. 部分家長觀念偏差，認為視力不良、高度近視是常態，需辦理家長視力保健增能講座</p>

		<p>空間的排擠現象，視力保健議題容易被忽略，不利視力保健教學深化。</p> <p>4. 3C 商品普遍，學童容易沉迷手機與電腦遊戲，造成視力不良。</p> <p>5. 配合線上授課之載體大多為手機、平板，皆容易造成使用距離過近，致使視力日趨惡化。</p>		<p>提升知能。</p> <p>3. 學生返家後使用電腦時間較長，家長未能有效規範，以致視力不良率改善有限。</p>
社區關係	<p>1. 規劃親師座談，宣導視力保健議題，有助於親師協調、溝通與合作。</p> <p>2. 利用大型活動，運動會、家長日、志工聚會，宣導視力保健議題，家長參與踴躍，宣導成效佳。</p> <p>3. 學校有多媒體公告欄、電子跑馬燈等設備，有助於視力保健的宣導。</p>	<p>1. 部分家長因工作忙碌，對學校辦理之健康促進活動參與率不高，影響視力保健宣導的成效。</p>	<p>1. 萬丹衛生所到校進行衛教宣導，積極協助推廣視力保健，師生視力保健知能提升。</p> <p>2. 家長會、志工和學校保持良好互動，有助於視力保健的宣導與提倡。</p> <p>3. 科技大學公衛實習生願意到校宣導，讓視力保健活動寓教於樂，學生接受度大。</p>	<p>1. 社區居民社經地位落差大，影響活動推行的一致性與普及性，視力保健活動難以全面推廣。</p> <p>2. 部分家長較重視課業，對健康保健觀念關注不高，常未能督促子女 3010 中斷用眼，導致視力持續惡化。</p>
健康服務	<p>1. 七年級新生均辦理健康檢查，每學期測量視力與體重，有系統地建</p>	<p>疫情下公衛工作繁多，健康議題也多，視力不良學生人數又多，</p>	<p>1. 衛生單位溝通管道順暢，互相合作來校宣導視力保健的</p>	<p>1. 部分家長只應付學校須交回條未依醫師指示持續點藥並</p>

	<p>立學生健康資料與殊疾病建檔管理。能提供教師了解學生狀況。</p> <p>2. 每學期確實依標準檢查方法進行視力篩檢工作，視力檢查結果會通知家長，並要求繳交回條，能督促父母重視並改善子女視力問題。</p> <p>3. 護理師與導師督促視力異常學生落實轉診矯治，學生複檢率高達成 98.64%。</p> <p>4. 護理師針對高度近視、高關懷學生、視力異常學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、有效追蹤達成 100%。</p>	<p>護理師無法全部兼顧，工作負擔日益加重。</p>	<p>多種方法，親師生視力保健自我照護知能提升，更能謹遵醫囑矯治。</p> <p>2. 醫療院所願意協助視力健檢、醫療與服務。</p> <p>3. 學校到眼科診所距離不遠，方便家長帶子女診察。</p>	<p>追蹤，視力度數控制成效受阻。</p> <p>2. 家長注重學業成績，認為近視是普遍現象，不重視視力保健，易延誤診療最佳時機。</p>
--	---	----------------------------	--	---

陸、健康促進學校議題：

一、主議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

(二) 國中：主議題：**視力保健**

- 健康體位(含營養教育) 性教育(含愛滋病防治) 菸癮防制
視力保健 口腔保健

二、自選議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之) 健康體位

- (二) 國中：全民健保(含正確用藥) 藥物濫用防制 安全急救教育
傳染病防治 口腔保健 健康體位(含營養教育)

柒之一、實施策略及內容：

112 學年度擇定之主議題~ (視力保健) 寫策略

六大範疇	實施策略及內容	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立學校衛生員會，定期會議討論、決議視力保健推動政策。 2. 健康宣導教育部視力保健重要政策 <ol style="list-style-type: none"> (1) 戶外活動防近視每天戶外活動120 (含體育課程。累積戶外活動120分鐘。) (2) 定期就醫來防盲。 (3) 3010眼安康，遵守用眼3010原則 (中斷近距離用眼)。 (4) 宣導兒少近視病，近視是疾病觀念宣導落實。 (5) 宣導視力遠視度數儲備，預防近視觀念。 (6) 落實執行教育部「國民小學使用電子化設備進行教學注意事項」。 (7) 規範手機及3C 產品使用的管理辦法。 3. 朝會辦理學校視力保健衛教宣導活動。 4. 能協調及整合各處室相關的心理健康促進資源。 5. 推動晨跑活動。 6. 國中以上學生電子產品使用每天不超過2小時。 7. 除體育課程~辦理正式課程戶外化。 8. 戶外活動會戴帽護眼。 	學務處	教務處 輔導室 總務處	112 學年度
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校園提倡綠化美化植栽，營造適合戶外活動的環境。 2. 校地充足，提供標準運動場，學生的活動空間足夠。 3. 每學期依身高調整課桌椅 (桌椅色柱顏色要一致)。 4. 教室內定期更換座位。 5. 第一排課桌前沿離粉板(或銀幕)2公尺、左右窗邊1公尺不安排座位。 6. 桌面照度不是越亮越好，不可>1000LUX 7. 使用不反光桌墊。 8. 配合教育局的健康中心設備更新，淘汰不適用設備。 9. 每學期照度檢測一次 (成果需呈現照明檢測值)。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 不以白板教學代替粉板 (黑板) (2) 桌面需檢測9 點、各點加乘/36之平均>500LUX (3) 粉板 (黑板) 需檢測7 點、各點加乘平均 	總務處	教務處 學務處	112 學年度

	<p>>750LUX</p> <p>10. 桌面照度>750LUX 時，請適度關掉幾盞燈，不要拉窗簾。善用自然光、少人工光。</p> <p>11. 充實健康中心、輔導室諮商環境與設備，以發揮心理健康指導與輔導之效能。</p>			
學校社會環境	<p>1. 結合學校獎勵制度、勉勵持續視力保持良好、視力不良未惡化等良好行為。</p> <p>2. 制定全校性視力保健健康生活守則，包括班級公約，並落實推動，鼓勵學生能實踐健康的行為。</p> <p>3. 弱勢、就醫困難、配鏡困難學生協助與關懷。</p> <p>4. 推動校園內日常之多元化戶外活動之支持性的環境，包括動態社團、競賽活動。</p> <p>5. 視力保健情境佈置，營造「視力保健」學習氛圍的環境佈置。</p> <p>6. 成立弦樂團、扯鈴、跆拳道、籃球隊等，提供學生多元社團活動。</p> <p>7. 教師自組籃球隊、登山社，於公餘從事有益身心健康的活動。</p> <p>8. 規劃戶外班際體育競賽活動，以增進學生身心健康。</p>	學務處	教務處 總務處 輔導處	112學年度
健康生活技能教學及活動	<p>1. 實施素養導向、融入生活技能、跨領域之心理健康促進教學，包括課室內教學與校園活動。</p> <p>2. 邀請專家辦理教職員視力保增能講座。</p> <p>3. 多媒體教學不可全面關燈、學生要坐在明亮處。</p> <p>4. 指導學生正確坐姿、閱讀、書寫及握筆姿勢。</p> <p>5. 書包不要置放椅子上。</p> <p>6. 眼睛離桌面要 >35公分。</p> <p>7. 課後作業要有動態活動。減少紙筆作業，改以戶外活動替代。</p>	教務處	學務處 總務處	112學年度
社區關係	<p>1. 結合聯絡簿、健康小叮嚀，提供視力保健訊息。</p> <p>2. 結合親師懇談日、校慶等，辦理健康促進活動，邀請家長參與提升視力保健知能。</p> <p>4. 開放校園鼓勵社區民眾運動。</p> <p>5. 利用學校網頁、穿堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。</p> <p>6. 邀請課後輔導、補習班共同參與視力保健推動策略，協助健康照護與補習班、課後自習結盟。</p> <p>7. 與鄰近的眼科醫師結盟。</p>	學務處	教務處 總務處 輔導處	112學年度

健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學期視力檢查一次 2. 視力異常學生列冊、提供轉介通知、落實轉診矯治。 3. 高度近視、高關懷學生個案管理、追蹤輔導。 4. 視力不良學生落實遵醫囑矯治。 5. 藥品點完要回診。 6. 指導正確點藥、點藥有不適、請回診。 7. 初發生視力不良學生優先掌握，改變用眼習慣，期待儘早回復至正常視力。 8. 教職員工生視力保健諮詢、關懷、輔導。 9. 高度近視、高關懷學生家長知能輔導。 	學務處	教務處 總務處 輔導處	112學 年度
------	--	-----	-------------------	------------

柒之二、實施策略及內容：112學年度擇定之自選議題~（健康體位）

六大範疇	實施策略及內容	主辦處 室	協辦處 室	實施 時程
學校衛生 政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策，並定期召開會議檢討改善。 2. 健康促進計畫提請校務會議通過後實施。 3. 結合SH150，達成每天身體運動一小時目標。 4. 訂定在校零含糖、零甜食辦法。 5. 在校喝足白開水政策（30CC*體重）。 6. 制定在校午餐將菜吃光光政策。 7. 不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策。 8. 辦理學校性健康體位衛教宣導活動，達成85210。 	學務處	教務處 輔導室 總務處	112學 年度
學校物質 環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 充足水龍頭、洗手台配置。 2. 設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。 3. 營養午餐供餐合約制定少油、少糖、少鹽飲食。 4. 使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量。 5. 設計健康飲食，避免油炸、過油、勾芡、甜飲餐食。 6. 配合教育局的健康中心設備更新，淘汰不適用健康檢查設備。 7. 運用健康促進經費購置運動器材，食物模型等教具，提供健康教學使用。 8. 身高體重計定期校正 	總務處	教務處 學務處	112學 年度
學校社會 環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 營造友善的健康體位、健康飲食校園環境。 2. 制定健康生活守則、班級公約，結合獎勵制度 	學務處	教務處 總務處	112學 年度

	<p>勉勵持續保持體位適中、自主健康管理等良好行為學生。</p> <p>3. 弱勢、就醫困難、未吃早餐、有特殊需求學生適當協助與關懷。</p> <p>4. 健康體位、健康飲食情境佈置(包括學生作品)。</p> <p>5. 需輔導學生聯絡心理師、營養師之諮詢協助。</p> <p>6. 成立學生健康性動態社團，提供學生參與學校健康管理。</p> <p>7. 成立教師健康社團，聯絡同仁情誼。</p> <p>8. 辦理體育競賽，鼓勵學生自主運動。。</p>		輔導處	
健康生活技能教學及活動	<p>1. 健康教育課程，產出(健康體位教學教案、教學過程、學生學習省思、健康技能展現成果)培育學生健康素養，養成自主健康管理習慣。</p> <p>2. 以健康素養導向為前題，辦理教師進修健康體位增能研習。</p> <p>3. 跨領域課程融入健康體位議題。</p> <p>4. 培育一人一運動習慣，每天自主運動習慣。</p>	教務處	學務處 總務處	112學年度
社區關係	<p>1. 結合聯絡簿、健康小叮嚀。</p> <p>2. 結合家長日、親師懇談日、社區運動會等，辦理健康促進講座與活動，邀請家長參與。</p> <p>3. 邀請專家辦理家長健康議題增能講座。</p> <p>4. 結合社區醫療資源、民間公益團體、基金會、大專院校建交合作，協助學校推動健康促進。</p> <p>5. 親子健康體位活動推動，親子健康餐食活動。</p> <p>6. 開放校園鼓勵社區民眾運動。</p> <p>7. 與補習班及課後照護結盟，協助健康照護。</p> <p>8. 指導學生健康生活技能融入家庭，親子一起培育自主健康管理習慣。</p> <p>9. 利用學校網頁、川堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。</p> <p>10. 建立學校學區內社區健康體位網絡(與學校附近周邊商店合作減少含糖飲料販售……)。</p>	學務處	教務處 總務處 輔導處	112學年度
健康服務	<p>1. 每學期健康檢查、統計分析。</p> <p>2. 體位異常學生異常學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、追蹤輔導。</p> <p>3. 體位異常學生家長知能輔導。</p> <p>4. 指導體位異常的教職員工生健康飲食、每週一次定期測量身高、體重、腰臀圍與體脂肪，每天自主運動一小時，做好體位自主健康管理與監控。</p> <p>5. 下課時間學生自行量身高體重。</p>	學務處	教務處 總務處 輔導處	112學年度

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	劉文宗	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	鄧政雄	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	鄭勇成	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	洪正岳	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	紀秀明	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	蔡永裕	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）
	營養師	周荃/ 簡珮旬	1、膳食營養規劃與監督 2、健康飲食教育規劃與執行
輔導組委員	輔導主任	陳富君	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	專業背景 人員	未聘請	1、健康促進議題輔導 2、協助診療與諮詢。 3、健康促進議題健康教學講座宣導。
	護理師	潘沛琪	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。 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	洪兆男	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	七年級 陳雅嫻 八年級 黃怡君 九年級 洪沛文	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。

	幼兒園主任	未設置	綜理幼兒園健康促進之措施。(包括健康教育、健康管理與照護)
社區組	志工代表	陳純	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表 自治市長	高益裕	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	工作項目	112 年					113 年							
		8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
1	召開學校衛生委員會		●					●					●	
3	擬定及執行學年度學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
4	健康促進計畫經校務會議通過		●	●										
5	問卷前測與後測分析			●	●						●	●		
6	資料分析檢討與改善			●	●						●	●		
7	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					
視力保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率。 國中：111-1 <u>68.54%</u> 111-2 <u>69.16%</u>				1. 國中： <u>67.54%</u>
	2. 學生裸視篩檢視力不良惡化率。 國中：111-1 <u>1.38%</u> 111-2 <u>3.19%</u>				2、國中： <u>0.38%</u>
	3. 視力不良學生複檢率。 國中：111-1 <u>98.64%</u> 111-2 <u>98.20%</u>				3、國中： <u>99.64%</u>
	4. 定期就醫追蹤率。 國中：111-1 <u>14.68%</u> 111-2 <u>19.77%</u>				4、國中： <u>34.68%</u>
	下列請填問卷執行後測成效				
	5. 規律用眼 3010 達成率。國中： <u>69.13%</u>				5、國中： <u>70.13%</u>
	6. 天天戶外活動 120 達成率。國中： <u>69.10%</u>				6、國中： <u>70.10%</u>
	7. 下課教室淨空率。(大校重點年級) 國中： <u>100%</u>				7、國中： <u>100%</u>
	8. 3C 小於 2 小時達成率。國中： <u>48.14%</u>				8、國中： <u>49.14%</u>
	9. 高度近視個案管理率。 (任一眼：低年級 ≥ 300 度者、小三以上 ≥ 500 度者)。				9、國中：共 30 列管 30/列管 100%
年級/ 人數	七	八	九	合計	

	<table border="1"> <tr> <td>111-1</td> <td>12</td> <td>11</td> <td>18</td> <td>41</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>14</td> <td>16</td> <td>21</td> <td>51</td> </tr> </table> <p>國中：共 51 人/列管 51 人/列管 100%</p> <p>10. 高危險群體個案管理率。 (小一 100 度、小二 200 度、小三以上>300 度者、每學期增加 50 度、角膜塑型、先天眼疾、曾眼科手術)。</p> <table border="1"> <tr> <td>年級/ 人數</td> <td>七</td> <td>八</td> <td>九</td> <td>合計</td> </tr> <tr> <td>111-1</td> <td>19</td> <td>32</td> <td>52</td> <td>103</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>19</td> <td>27</td> <td>39</td> <td>85</td> </tr> </table> <p>國中：應列管 85 列管 85 列管 100 %</p> <p>11. 未就醫追蹤關懷達成率。</p> <table border="1"> <tr> <td>年級/ 人數</td> <td>七</td> <td>八</td> <td>九</td> <td>合計</td> </tr> <tr> <td>111-1</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>3</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>110-2</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>4</td> </tr> </table> <p>國中：未就醫 4 人/追蹤達成 4 人/ 100 %</p> <p>12. 高度近視高危險群衛生教育宣導達成率。 國中：100%</p>	111-1	12	11	18	41	111-2	14	16	21	51	年級/ 人數	七	八	九	合計	111-1	19	32	52	103	111-2	19	27	39	85	年級/ 人數	七	八	九	合計	111-1	0	0	3	3	110-2	1	2	1	4	<p>10、國中：應列管 46 人/實際列管 46 人/100 列管%</p> <p>11、國中：未就醫 3 人/追蹤達成 3 人/ 100%</p> <p>12、國中：<u>100%</u></p>
111-1	12	11	18	41																																						
111-2	14	16	21	51																																						
年級/ 人數	七	八	九	合計																																						
111-1	19	32	52	103																																						
111-2	19	27	39	85																																						
年級/ 人數	七	八	九	合計																																						
111-1	0	0	3	3																																						
110-2	1	2	1	4																																						
<p>口腔保健</p>	<p>1. 學生未治療齲齒率。國中：<u>24.71%</u></p> <p>2. 學生齲齒複檢診治率。國中：<u>95.24%</u></p> <p>3. 學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙率%。 國中：<u>65.82%</u></p> <p>4. 學生睡前潔牙率%。國中：<u>96.84%</u></p> <p>5. 高年級以上每日至少使用一次牙線潔牙率%。 國中：<u>24.41%</u></p> <p>6. 在校不吃零食率%。國中：<u>72.09%</u></p> <p>7. 在校不喝含糖飲料率%。國中：<u>93.02%</u></p> <p>8. 學生早餐後潔牙率%。國中：<u>12.79%</u></p> <p>9. 學生午餐餐後潔牙率%。國中：<u>79.06%</u></p> <p>10. 學生使用貝氏刷牙法比率%。國中：<u>61.17%</u></p> <p>11. 高齲齒個案管理% 高齲齒：3 顆列管。 個案管理：</p> <table border="1"> <tr> <td>年級/ 人數</td> <td>七</td> <td>八</td> <td>九</td> <td>合計</td> </tr> <tr> <td>111-1</td> <td>13</td> <td>13</td> <td>15</td> <td>41</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>13</td> <td>13</td> <td>15</td> <td>41</td> </tr> </table> <p>國中：<u>41 人/ 41 人=100 %</u></p>	年級/ 人數	七	八	九	合計	111-1	13	13	15	41	111-2	13	13	15	41	<p>1、國中：<u>23.71%</u></p> <p>2、國中：<u>96.24%</u></p> <p>3、國中：<u>75.82%</u></p> <p>4、國中：<u>97.84%</u></p> <p>5、國中：<u>54.41%</u></p> <p>6、國中：<u>73.09%</u></p> <p>7、國中：<u>94.02%</u></p> <p>8、國中：<u>32.79%</u></p> <p>9、國中：<u>80.06%</u></p> <p>10、國中：<u>81.17%</u></p> <p>11、國中：26 人/26 人=100 %</p>																									
年級/ 人數	七	八	九	合計																																						
111-1	13	13	15	41																																						
111-2	13	13	15	41																																						

健康體位	<p>1. 體位過輕率。國中：111-1 <u>5.60%</u> 111-2 <u>4.04%</u></p> <p>2. 體位適中率。國中：111-1 <u>62.60%</u> 110-2 <u>63.98%</u></p> <p>3. 體位過重率。國中：111-1 <u>12.10%</u> 111-2 <u>13.35%</u></p> <p>4. 體位肥胖率。國中：111-11 <u>9.60%</u> 110-2 <u>18.63%</u></p> <p>5. 每天吃早餐達成率%。國中：<u>94.18%</u></p> <p>6. 學生符合 85110 原則達成率（以下分述）： (1) 學生每天睡足 8 小時達成率%。國中：<u>55.81%</u> (2) 學生每天午餐理想蔬菜量（1 拳半）達成率%。 國中：<u>60.46%</u> (3) 每天 3C 產品使用時間少於 1 小時平均達成率%。 國中：<u>48.14%</u> (4) 學生每天累積 60 分鐘身體活動量達成率%。 (420 分/週) 國中：<u>85.10%</u> (5) 學生喝足白開水目標平均達成率% （每日喝足白開水、體重每公斤*30CC）。 國中：<u>72.09%</u> (6) 在校零含糖飲料%（與口腔保健第 8 點相同）。 國中：<u>93.02%</u> (7)體位不良個案管理%</p> <table border="1" data-bbox="290 1061 766 1256"> <thead> <tr> <th>年級/ 人數</th> <th>七</th> <th>八</th> <th>九</th> <th>合計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>111-1</td> <td>38</td> <td>37</td> <td>45</td> <td>120</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>34</td> <td>37</td> <td>45</td> <td>116</td> </tr> </tbody> </table> <p>國中：111-1 120 人/120 人=100% ：<u>111-2 116 人/116 人=100%</u></p>	年級/ 人數	七	八	九	合計	111-1	38	37	45	120	111-2	34	37	45	116	<p>1、國中：<u>3.04%</u></p> <p>2、國中：<u>64.98%</u></p> <p>3、國中：<u>11.10%</u></p> <p>4、國中：<u>17.63%</u></p> <p>5、國中：<u>95.18%</u></p> <p>6-1、國中：<u>56.81%</u></p> <p>6-2、國中：<u>80.46%</u></p> <p>6-3、國中：<u>49.14%</u></p> <p>6-4、國中：<u>86.10%</u></p> <p>6-5、國中：<u>82.09%</u></p> <p>6-6、國中：<u>94.02%</u></p> <p>6-7、國中：<u>71 人/71 人=100%</u></p>
年級/ 人數	七	八	九	合計													
111-1	38	37	45	120													
111-2	34	37	45	116													
菸檳防制	<p>1. 學生紙菸吸菸率%（及吸菸學生人數）。 國中：<u>0.93%/3 人</u></p> <p>2. 學生使用電子煙人數及使用率% 國中：<u>2 人/0.62%</u></p> <p>3. 辦理菸害教育宣導至少一場次。國中：<u>2 場</u></p> <p>4. 校園二手菸曝露率%。國中：<u>0%</u></p> <p>5. 吸菸學生參與戒菸教育率%。國中：<u>100%</u></p> <p>6. 菸檳入班衛教種子師資培訓人數。國中：<u>0 人</u></p> <p>7. 學生嚼食檳榔率%（及嚼食檳榔學生人數）。 國中：<u>0%/0 人</u></p> <p>8. 辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次國中：<u>1 場</u></p> <p>9. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。國中無學生嚼檳榔</p>	<p>1、國中：<u>0%/0 人</u></p> <p>2、國中：<u>0 人/0%</u></p> <p>3、國中：<u>2 場</u></p> <p>4、國中：<u>0%</u></p> <p>5、國中：<u>100%</u></p> <p>6、國中：<u>1 人</u></p> <p>7、國中：<u>0%/0 人</u></p> <p>8、國中：<u>1 場</u></p> <p>9、國中：<u>無人嚼檳榔</u></p>															
全民健保 (含正確用藥)	<p>1. 對全民健保有正確認知比率。國中：<u>83.72%</u></p> <p>2. 珍惜全民健保行為比率。國中：<u>97.67%</u></p> <p>3. 正確使用分級醫療。國中：<u>88.37%</u></p>	<p>1、國中：<u>84.72%</u></p> <p>2、國中：<u>98.67%</u></p> <p>3、國中：<u>89.37%</u></p>															

	<p>4. 避免重複就醫。國中：<u>83.72%</u></p> <p>5. 避免過度取藥。國中：<u>94.18%</u></p> <p>6. 向家人朋友說明全民健保的優點。國中：<u>82.55%</u></p> <p>7. 正確使用急診醫療。國中：<u>82.35%</u></p> <p>8. 提醒家人朋友珍惜健保行為。國中：<u>91.86%</u></p> <p>9. 遵醫囑服藥率。國中：<u>94.18%</u></p> <p>10. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。國中：<u>96.51%</u></p> <p>11. 不過量使用止痛藥比率。國中：<u>97.67%</u></p> <p>12. 特殊疾病個案管理比率。 應管理人數： 實際管理人數：2 管理 100%</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年級/ 人數</th> <th>七</th> <th>八</th> <th>九</th> <th>合計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>110-1</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>110-2</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table>	年級/ 人數	七	八	九	合計	110-1	1	1	0	2	110-2	1	1	0	2	<p>4、國中：<u>84.72%</u></p> <p>5、國中：<u>95.18%</u></p> <p>6、國中：<u>83.55%</u></p> <p>7、國中：<u>83.35%</u></p> <p>8、國中：<u>92.86%</u></p> <p>9、國中：<u>95.18%</u></p> <p>10、國中：<u>97.51%</u></p> <p>11、國中：<u>98.67%</u></p> <p>12、應管理人數：2 實際管理人數：2 管理 100%</p>
年級/ 人數	七	八	九	合計													
110-1	1	1	0	2													
110-2	1	1	0	2													
性教育 (含愛滋 病防治)	<p>1. 性知識正確率%。國中：<u>93.02%</u></p> <p>2. 性態度正向率%。國中：<u>82.55%</u></p> <p>3. 接納愛滋感染者比率%。國中：<u>81.39%</u></p> <p>4. 危險知覺比率%。國中：<u>83.72%</u></p> <p>5. 拒絕性行為效能比率%。國中：<u>87.20%</u></p>	<p>1、國中：<u>94.02%</u></p> <p>2、國中：<u>83.55%</u></p> <p>3、國中：<u>82.39%</u></p> <p>4、國中：<u>84.72%</u></p> <p>5、國中：<u>88.20%</u></p>															
藥物濫用 防制	<p>1. 辦理藥物濫用防制宣導至少 1 場次。 國中：<u>1 場次</u></p>	<p>1、國中：<u>2 場次</u></p>															
安全教育 與急救	<p>1. 國小五年級以上學生參加 CPR+AED 教育訓練課程比。國中：<u>73.29%</u></p> <p>2. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率國中：<u>84.21%</u></p> <p>3. 成立急救(衛生)隊培訓學生人數。國中：14 人</p> <p>4. 辦理學校職業安全工作宣導場次。國中：1 場次</p> <p>5. 學校通過 AED 安心場所認證。 認證日期：<u>110.04.15</u> 有效日期：<u>113.04.15</u></p>	<p>1、國中：<u>100%太低</u></p> <p>2、國中：<u>100%太低</u></p> <p>3、國中：14 人(每班一位)</p> <p>4、國中：1 場次</p> <p>5、有效日期：<u>113.04.15</u></p>															
正向心理 健康促進	<p>1. 辦理正向心理健康促進宣導場次。國中：<u>2 場次</u></p> <p>2. 辦理自殺防治宣導場次。國中：<u>2 場次</u></p> <p>3. 辦理性別平等宣導場次。國中：<u>2 場次</u></p> <p>4. 辦理防制霸凌宣導場次。國中：<u>2 場次</u></p> <p>5. 辦理 EQ 情緒教育宣導場次。國中：<u>1 場次</u></p> <p>6. 心理健康知識率%。國中：<u>79.06%</u></p> <p>7. 心理健康正向態度率%。國中：<u>79.06%</u></p> <p>8. 心理健康自我效能率%。國中：<u>72.09%</u></p> <p>9. 健康生活品質指標平均%。國中：<u>81.39%</u></p> <p>10. 正向心理健康指標平均%。國中：<u>73.26%</u></p>	<p>1、國中：<u>2 場次</u></p> <p>2、國中：<u>2 場次</u></p> <p>3、國中：<u>2 場次</u></p> <p>4、國中：<u>2 場次</u></p> <p>5、國中：<u>1 場次</u></p> <p>6、國中：<u>80.06%</u></p> <p>7、國中：<u>80.06%</u></p> <p>8、國中：<u>73.09%</u></p> <p>9、國中：<u>82.39%</u></p> <p>10、國中：<u>74.26%</u></p>															

傳染病防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少 1 場次。國中：3 場次 2. 每週執行漂白水環境消毒一次%。國中：100%	1、國中：4 場次 2、國中：100%
-------	--	------------------------

拾壹、經費概算表：

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
講師	1 時	1600	1	1600	辦理健促講座
獎勵品	式	1000	1	1000	獎勵進步學生
健促相關用品	式	7000	1	7000	推廣健促各議題
雜支	式	400	1	400	
合計	10000				

承辦人：

護理師：

單位主管：

主計：

校長：