

# 桃園市 108 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	溪海國小	所屬行政區	大園區
學校地址	桃園市大園區和平西路一段 420 號		
議題	含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥（含全民健保）教育。		
補助經費	申請類別： <u>（僅擇一選擇）</u> <input checked="" type="checkbox"/> 種子學校：編列 5,000 元 <input type="checkbox"/> 協力學校：編列 10,000 元（ <input type="checkbox"/> 由各中心學校邀請 <input type="checkbox"/> 主動參與） （議題： <input type="checkbox"/> 視力 <input type="checkbox"/> 口腔 <input type="checkbox"/> 體位 <input type="checkbox"/> 菸檳 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥）		
	※額外加選項目：（可複選） <input type="checkbox"/> 行動研究： <u>可增列 5,000 元</u> （ <input type="checkbox"/> 待輔導學校 <input type="checkbox"/> 自主參加學校） 1. 待輔導學校（106 學年度學生健康數據不佳者）：應檢附改善計畫 2. 自主參加學校：請檢附行動研究策略與成效摘要表 3. 將成果上傳至「健康促進學校行動研究專區」 ( <a href="http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/">http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/</a> ) <input type="checkbox"/> 「健康促進學校優良教學模組」觀課： <u>可增列 5,000 元</u> 1. 檢附課程安排及活動歷程等 2. 將成果報送教育部國教署教學模組競賽		
承辦人	姓名：顏毓嫻	E-mail : cello811018@gmail.com	
	聯絡電話：03-3862174-313	傳真：03-3852200	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） ※100 學年度健康促進學校獲評特優成績  100 學年度健康促進學校成效： *視力保健：學生視力不良矯治率及學生視力保健行動平均達成率均達 90% 以上。 *口腔健康：學生每日平均刷牙次數達三次以上。 *健康體位：學生體重適中比率超過 60%。 *菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。			

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100%。

\*健康操比賽：榮獲桃園市健康操比賽一年級、二年級及三年級等三個組別的第一名。

※101 學年度健康促進學校獲評特優成績

101 學年度健康促進學校成效：

\*視力保健：學生視力不良矯治率達 95%以上、學生視力保健行動平均達成率均達 90%以上。

\*口腔健康：學生齲齒就醫率達 90%以上。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 60%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100%。

\*健康操比賽：榮獲桃園市健康操比賽一年級、二年級、三年級及四年級等四個組別的特優。

※102 學年度健康促進學校獲評甲等成績

102 學年度健康促進學校成效：

\*視力保健：學生視力不良矯治率達 94%、學生視力保健行動平均達成率均達 96%。

\*口腔健康：學生齲齒就醫率達 87%。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 65%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100%。

\*健康操比賽：榮獲桃園市健康操比賽一年級特優、二年級優等、三年級優等及四年級甲等。

※103 學年度健康促進學校獲評甲等成績

103 學年度健康促進學校成效：

\*視力保健：學生視力不良矯治率達 92%、學生視力保健行動平均達成率均達 96%。

\*口腔健康：學生齲齒就醫率達 84%。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 65%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100% 。

\*健康操比賽：榮獲桃園市健康操比賽三年級優等。

※104 學年度健康促進學校獲評優良成績

104 學年度健康促進學校成效：

\*視力保健：加強視力保健行動，包括注意寫字姿勢、望遠凝視等指導。

\*口腔健康：持續推廣貝氏刷牙法，並提升學生齲齒就醫率達 85%。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 65%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*正確用藥：學生對正確用藥的知識提升至 90%以上。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100% 。

※105 學年度健康促進學校獲評優良成績：

\*視力保健：學生視力不良矯治率超過九成

\*口腔健康：持續推廣貝氏刷牙法，並提升學生齲齒就醫率達九成。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 60%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*正確用藥：學生對正確用藥的知識提升至 90%以上。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100% 。

\*健康操比賽：二年級榮獲桃園市健康操比賽特優、一、四年級榮獲健康操比賽優等。

※106 學年度健康促進學校獲評甲等成績：

\*視力保健：學生視力不良矯治率超過九成

\*口腔健康：持續推廣貝氏刷牙法，並提升學生齲齒就醫率達九成。

\*健康體位：學生體重適中比率超過 60%。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*正確用藥：學生對正確用藥的知識提升至 90%以上。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100% 。

\*健康操比賽：二年級榮獲桃園市健康操比賽特優。

※107 學年度健康促進學校獲評優良成績：

\*視力保健：學生視力不良就醫複檢率達九成。

\*口腔健康：持續推廣貝氏刷牙法，並提升學生複診齲齒診治率達九成。

\*健康體位：學生體位適中比率達六成以上。

\*菸害及檳榔防制：校內吸菸及嚼檳榔人數維持 0 人。

\*正確用藥及全民健保教育：學生參與正確用藥教育率達 100%、參與全民健保教育率達 100%。

\*性教育(含愛滋防治)：學生性教育課程參與率達 100%。

\*六年級 CPR 認知課程及認證考試：參加及通過率均為 100%

\*健康操比賽：一、三年級榮獲桃園市健康操比賽優等。

辦理健康促進學校之潛能（請列舉）

一、本校教師年輕有活力，且深具教育熱忱；行政團隊陣容堅強。

二、學校志工熱心公益，對學校活動的配合不遺餘力。

三、家長會對學校活動相當支持，每年固定編列經費及人力支援配合活動。

四、單位首長領導方面：校長能就工作相關需要，整合人力、物力資源使學校成員無後顧之憂，全力衝刺。

五、重視衛生教育：定期辦理師生健檢、衛教宣導、營養教育及高年級個人衛生教育(含青春期)講座。

※本局將進行計畫審查及分級補助(如:計畫優劣、策略運用、成效評價等)，並考量教育部國教署補助經費，保有刪減及核定貴校補助經費之權利。

承辦人：

衛生組 顏毓嫻

1080903

單位主管：

學務主任 劉慧貞

機關首長：

溪海國小 校長 蔡淑華

# 桃園市溪海國民中(小)學辦理 108 學年度健康促進學校實施計畫

## 一、前言：

近幾年來，國人健康問題層出不窮，學童齲齒及近視比例居高不下，體重過重比例也偏高，各種慢性病、癌症發生的年齡也逐年下降，這些都和我們的生活習慣（含運動及飲食）有很大的關係。目前教育部對這些問題相當重視，故極力推行健康促進學校計畫，我們也趁這個機會，除了加強衛生保健和運動習慣的推動之外，同時也希望促使教職員工生能維持健康體位，並能了解哪些消費行為可以讓我們更加健康。

## 二、計畫依據：

- (一)教育部國民及學前教育署國 108 年 7 月 2 日臺教國署學字第 1080071226 號涵。
- (二)桃園市政府教育局 108 年 8 月 12 日桃教體字第 1080069409 號涵。
- (三)本校 108 學年度校務會議決議案。

## 三、背景說明

### (一)現況分析

#### 1、視力保健：

本校位於鄉村，四周多農田綠地，視野比較開闊，但因為近來電子媒體發達，學生接觸 3C 產品的機會增加，家長忙於工作給予孩子的約束力欠缺，所以視力仍免不了有隨著年齡增長而惡化，以及逐年增加的情形，所以依原來的努力是不足的，要改善這個情形，必須有更多的方法與努力才行。

#### 2、兒童齲齒：

本校自 84 學年就已經推行餐後同步潔牙，學校購買牙刷、牙刷架，提供給學生使用，並在學年初教導新進教師貝氏刷牙法。而在 89 學年起所推動的含氟漱口水，也已於 91 學年起全面實施，齲齒率大致維持在 70%左右，但 102 學年度新生入學後的齲齒率首次低於 70%，希望能繼續提升無齲齒率的趨勢，並提升學生複診齲齒診治率達九成。

#### 3、健康體位：

據本校統計，本校體重過重（BMI>28）的學童人數有隨著年齡增長而增加的趨勢，探究其原因，除了吃的太多、太好之外，還缺乏運動，所以除了固定的課程與宣導之外，培養良好的運動習慣是非常重要的。88 學年度本校開始參與體重控制計畫，計畫期程 3 個月，已小有成效，若是規劃成常態活動，效果應能顯著，除了體重過重應該控制、減重之外，也應該讓所有學童有更多的運動機會、培養運動習慣，多運動不但能控制體重，更能減少疾病的發生，讓身體更加健康。

#### 4、正確用藥：

由於本校位於鄉村郊區，附近並無藥局或藥師可供諮詢服務，若生病需要看醫生或拿藥都必須到較市區的地方，因此學校會不定期的請合格藥師到學校宣講，讓

學生能更知道如何正確用藥，並建立良好的用藥觀念。

5、性教育(含愛滋防治)：

現在學童普遍發育較早，大部份的學生在國小高年級時便進入青春期，甚至有些學生在國小中年級便已開始發育，面對學生早熟的現象，學校會在健康課時傳授學生青春期知識與正確性觀念，並結合社區彩虹媽媽等義工資源，讓學生能更了解異性間的相處，以及如何預防愛滋病。

6、菸害及檳榔健康危害防治：

雖然學區內有原住民社區，抽煙及嚼檳榔習慣盛行，但校區內未發現在校生有吸煙或嚼食檳榔之行為，為防止學童感染不良習慣，故加強菸害及檳榔健康危害防治的宣導。

7、安全教育急救：

由於意外傷害頻仍，為加強學生自救、急救人的能力，指導學童在校運動及遊戲安全，指導交通安全及防災防震的常識和演習，遠離各項意外事件，並指導學生學會心肺復甦術。

(二)社區評估

評估項目	參考點	備註
背景因素	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本校學區跨溪海、和平二里，人口約六千五百人。</li> <li>2. 本校位在大園往中壢（大崙）桃43公路旁。</li> <li>3. 校門旁設有大園—中壢（經雙溪口）桃園客運公車站牌，但1-2小時才有一班車。</li> <li>4. 家長常利用汽機車接送學童，約佔2/3。</li> <li>5. 本校距2號國道大園交流道約4公里，可連接1號、3號國道，十分便利。</li> <li>6. 本校距濱海公路15號省道約3公里，交通便捷。</li> <li>7. 中正國際機場位於本區內，離本校約7公里，是國家出入大門。</li> <li>8. 學區內有溪海花卉區，有許多家長從事花卉栽種。</li> <li>9. 學生家長大多從事工業生產、其次是農業，近年來經濟不景氣，有許多靠打零工維生，普遍社經地位較低。</li> <li>10. 學區內多農田，有許多（單親）家長，因工作需要，把學童托給爺爺奶奶、外公外婆照顧，單親家庭及隔代教養學童高達25%。</li> <li>11. 學區內青年城社區有許多東部來的原住民聚居，原住民學生約佔10%。</li> <li>12. 學區內亦有許多外籍配偶子女，比率約佔15%。</li> </ol>	

社區界線	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 大園區西北鄰台灣海峽，東北接蘆竹區，南與中壢區相鄰，西南方則是觀音區。</li> <li>2. 大園區面積約 87.4 平方公里，人口約 9.1 萬人，劃分為 18 里。</li> <li>3. 大園區有濱海公路、2 號國道經過，且鄰近桃園高鐵車站，交通十分便利，但因人口不多，許多線公車班次太少，如需搭乘大眾交通工具，除往桃園及往中壢經青埔線之外，甚為不便。</li> <li>4. 本校位於溪海里，周邊是農田和工廠。</li> </ol>	
社會及政治結構	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 大園區內有 2 所高中（大興高中、大園國際高級中等學校），2 所國中（大園國中、竹圍國中），12 所小學（大園國小、菓林國小、竹圍國小、五權國小、埔心國小、潮音國小、圳頭國小、沙崙國小、后厝國小、內海國小、陳康國小及本校溪海國小）。</li> <li>2. 本校創立於民國 46 年 6 月，校舍大都建於民國 60 年以前，班級數最多 18 班，少至 12 班，目前升回 13 班。</li> <li>3. 學校總面積約 1 公頃，面積狹小，發展受限。</li> <li>4. 學校位於鄉村郊區，生活機能較差，教師流動率高，因此代理教師的比例也很高。</li> <li>5. 家長會十分配合學校各項活動，但是家長社經地位普遍較低，對於學校經費的贊助和志工的協助較為不足。</li> </ol>	
社區健康狀態	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生家庭結構多為折衷家庭，新社區（新大園、青年城等）則為小家庭居多。</li> <li>2. 多數學生雙親都有工作，又單親及隔代教養比例偏高，故學生放學後，大部分由祖父母及安親班照顧，其餘部分交給學校托育，部分則無人看管。</li> <li>3. 本校視力不良率普遍低於 25%，和市區型學校比起來比率並不算高。</li> <li>4. 學童視力不良矯治率超過 90%，齙齒矯治率約 90%，比率還算高，但有許多學生無論如何溝通協調就是不去矯治。</li> </ol>	
社區健康照護系統	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 大園區內有 2 家醫院：敏盛醫院（無急診服務）、居善醫院（精神科醫院），醫療資源較缺乏，一般急診通常送往林口長庚醫院，或是中壢新醫院。</li> <li>2. 大園衛生所及和平衛生室。</li> <li>3. 區內牙科診所約有 12 家，小兒科診所約 2 家，其餘診所約十餘家，另有許多民俗療法。</li> <li>4. 因為區內醫療資源較為缺乏，學校護理師成為家長醫療諮詢的對象，護理師也樂意為家長服務。</li> </ol>	

溝通系統	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 利用親職教育日、家長會及班親會等場合，和家長面對面溝通。</li> <li>2. 利用聯絡簿、通知單等方式，和家長書面溝通。</li> <li>3. 請相關人員或透過家長會，以電訪或面談等方式個別溝通。</li> <li>4. 透過里長，利用各種場合向里民溝通。</li> <li>5. 透過里民大會，由學校代表和里民溝通。</li> <li>6. 重大活動時，在校門、社區佈告欄等地方張貼海報宣傳。</li> <li>7. 透過學校、班級網頁，宣傳、提問、回覆、討論。</li> </ol>	
合作意願	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校編制不大，教職員課務與業務繁重，大多無運動習慣，故雖然辦理各項活動配合度頗高，惟對體育活動興趣缺缺，寧可在教室改作業完成工作，也不想在日常額外花時間參加體育活動。</li> <li>2. 大型活動（運動會、園遊會等）教職員及家長配合度都很高，長期的志工（交通、故事）共 22 人。</li> <li>3. 周邊農場、牧場、工廠等場所，都能配合學校，提供校外教學師資及場所。</li> </ol>	

#### 四、SWOT 分析：

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)
地理環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 位居兩大都會區中間，健促資訊可相互流通。</li> <li>2. 鄰近高速公路和機場。</li> <li>3. 交通便捷。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 位居航道下，噪音干擾嚴重，影響聽力健康。</li> <li>2. 風勢強勁，影響健康操活動與教學。</li> <li>3. 公共設施嚴重不足，體能遊戲器材受限。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 航空噪音干擾有經費補助。</li> <li>2. 航空城計劃帶動地方繁榮。</li> <li>3. 腹地廣闊利於發展</li> </ol>	污染及交通問題可能日益嚴重。
學校規模	全校十三班、學生人數對應校地規模尚稱適中。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 人員編制不足。</li> <li>2. 人少事多。</li> <li>3. 經費短絀。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生人數恰到好處，利於教學。</li> <li>2. 規模較小利於營造祥和氣氛。</li> </ol>	教室及空間不足問題。
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 校舍建築尚稱新穎。</li> <li>2. 中央空調系統及教室內兩台冷氣可提升教學品質。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教室數不足，若再增班勢必受限制。</li> <li>2. 操場面積太小，學生活動空間不足。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 尚有空間可興建教室。</li> <li>2. 周邊民地可徵收作為校地。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 空調系統維修造成經費負擔</li> <li>2. 空調系統可能帶來健康問題。</li> </ol>
教師資源	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 年輕、有創意。</li> <li>2. 具高度服務熱忱。</li> <li>3. 自我成長意願高。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 代理代課教師數偏多。</li> <li>2. 流動率偏高。</li> <li>3. 教師實際教學經驗較不足。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 實施小班教學精神及 12 年國教，累積經驗，可以為用。</li> <li>2. 熱忱與衝勁、創意為學校教育帶來無限希望。</li> </ol>	高流動率造成學生適應困難及長期性工作銜接不易。



行政人員	1.積極主動。 2.以走動式服務理念提供充分教學支援。	1.員額編制太少。 2.兼任導師之行政人員太多(3位)。	1.身兼數職激發出個人潛力，提供經驗成長機會。 2.兼任導師之行政人員可更了解學生之需要。	身兼數職造成高工作壓力，易使熱忱減退、降低留任意願。
學生	1.生活純樸。 2.周遭環境單純，不良誘因較少。	1.地區文化刺激不足、資源亦貧乏、不利學習。 2.單親家庭、隔代教養、新住民比例偏高。	個性單純、可塑性高。	1.多元文化觀念薄弱。 2.學習態度較被動依賴。
家長	1.背景單純、民風淳樸。 2.義工團隊大力支援學校。	1.親職教育知能不足。 2.多因工作疏於對孩子之管教，常用零食彌補孩子。	1.民風淳樸利於教育理念宣導。 2.家長會及義工團隊仍有發揮空間。 3.對教學多支援，少干預。	1.參與學校活動及自我成長意願偏低。 2.單親家庭及隔代教養比例逐年升高。
社區參與	參與校務發展意願高。	部分觀念及做法待導引。	學校與社區資源共享觀念有開發空間。	民情過於保守，較不易接受新觀念、新潮流。
地方資源	鄰近工廠及地方士紳捐資興學意願高。	能適時支援之資源仍嫌不足、並缺乏整合。	1.家長會聯絡網分布廣闊，可善加利用。 2.民意代表願意發揮影響力為學校爭取更多地方資源。	1.資源整合不易。 2.對政策不了解造成教學或行政上的困擾。

## 五、計畫內容與實施策略：

### (一)計畫摘要

- 1、本計畫依據 WHO 健康促進學校的概念，以本校教職員工生現行問題分析與健康需求評估，擇定本年度推動重點為「菸害防制」、「健康體位」、「口腔衛生」、「視力保健」、「性教育(含愛滋病防治)」、「正確用藥」、「全民健保」等議題。
- 2、本校依計畫成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，依據所訂定之議題及目標，擬定有效的策略及方法，並提供充分的環境支持與服務，以增進學校師生及社區家長產生健康行為、建立健康的生活型態。
- 3、實施步驟為透過教師、學生、家長、社區人士共同參與及執行的模式，讓教職員工生及社區人士認知「菸害防制」、「健康體位」、「口腔衛生」、「視力保健」、「性教育(含愛滋病防治)」、「正確用藥」及「全民健保」之重要。執行過程中，將透過過程評價，

提供適時回饋及修正，並進行成效評價來評估計畫實施之成效。期能經營出一個健康的校園與社區，共創美好的未來。

## (二)計畫目標

- 1、落實視力保健，降低視力不良率。
- 2、落實全民健保教育。
- 3、落實餐後潔牙及含氟漱口水，並提升齲齒矯治率，有效降低齲齒率。
- 4、增加全體師生運動頻率，有效調整BMI值趨向正常。
- 5、充實安全急救知識，明瞭心肺復甦術使用時機及操作技巧。
- 6、建立健康消費觀念，提升健康消費行為。
- 7、家長、社區人士共同參與，共同提升生活品質。

## (三)議題選定

必選議題	1.菸害檳榔防制 2.健康體位 3.口腔衛生 4.視力保健 5.性教育(含愛滋病防治) 6.正確用藥 7.全民健保
自選議題	安全急救教育

## (四)實施原則

- 1、充分利用現有預算資源，兼重課程教學與教學環境營造。
- 2、規劃講求前瞻性整體性，以符合學校本位、政策需求及未來發展。
- 3、不分師生，全員參與，並擴展影響力至家庭及社區，達到親師生全體健康的目標。

## (五)計畫內容

- 1、六大範疇

<p>學校衛生政策</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 召開學校衛生委員會</li> <li>2. 組織健康促進小組</li> <li>3. 全校同仁、家長、學生及社區回饋</li> <li>4. 處室溝通協調</li> <li>5. 訂定菸害及檳榔健康危害防制辦法</li> <li>6. 訂定視力保健辦法</li> <li>7. 訂定改善兒童齲齒辦法</li> <li>8. 訂定提升健康體位辦法</li> <li>9. 訂定促進消費者健康辦法</li> <li>10. 訂定安全教育急救教學辦法</li> <li>11. 訂定全民健保教育教學辦法</li> <li>12. 配合教育局來文公布衛生政策並於校網公布宣導</li> </ol>
<p>健康教學及活動</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 各項計畫、辦法推動說明</li> <li>2. 辦理週三教師研習</li> <li>3. 反菸拒檳教學活動</li> <li>4. 望遠凝視、3010 及每日戶外活動 120 分鐘</li> <li>5. 減少電子設備教學時間</li> <li>6. 餐後潔牙活動</li> <li>7. 用餐程序教育及禮儀觀摩</li> <li>8. 有獎徵答活動</li> <li>9. 消費者健康教育體驗活動</li> <li>10. 安全教育急救教學</li> <li>11. 全民健保教育宣導活動</li> </ol>
<p>健康服務</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 身高、體重、視力及口腔衛生檢查</li> <li>2. 檢查結果通知與追蹤矯治</li> <li>3. 數據統計</li> <li>4. 體重過重篩選及通知</li> <li>5. 推行含氟漱口水活動</li> </ol>
<p>學校物質環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 定期清洗水塔</li> <li>2. 飲用水過濾設備</li> <li>3. 班班都有飲水機</li> <li>4. 每班設置牙刷架，每人每學期發放牙刷 1 枝</li> <li>5. 定期檢測教室照明隨時改善</li> <li>6. 班級前或旁邊都有洗手台供應洗滌</li> </ol>

學校社會心理環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 表現優良學童頒發獎狀</li> <li>2. 配合榮譽制度給予獎勵</li> <li>3. 熱心協助之單位、家長頒給感謝狀</li> <li>4. 熱心服務之學生公開表揚</li> <li>5. 積極配合推動之教師給予獎勵</li> </ol>
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理親職教育講座</li> <li>2. 透過班親會取得家長協助</li> <li>3. 結合溪海花卉區農場辦理健行校外教學活動及路跑活動</li> <li>4. 善用社區資源及人力，增進學童及居民健康知識</li> <li>5. 聘請鄰近醫師、護理師或營養師等擔任講座、研習之講師</li> <li>6. 遴選市內醫療單位至本校協助健康檢查</li> <li>7. 聘請信實集團到校進行噴藥消毒工作</li> </ol>

2、學校衛生委員會組織圖、健康促進小組組織表(如附件)

(六)具體策略、方法、步驟

日期	活動名稱	參加對象	負責人	目的
108年 8月	清洗水塔	外聘廠商	事務組	確保用水安全，增加飲水機和濾心使用效能
	飲水設備檢修	外聘廠商	事務組	提供衛生安全之飲用水
	召開學校衛生委員會	衛生委員	校長	訂定健康促進學校主題
	召開健康促進小組會議	小組成員及各處主任	學務主任	審查實施辦法並協調工作之分配推展
	牙刷架檢修分發牙刷	工友、各班級	護理師	提供良好潔牙環境
108年 9月	擬定各項實施辦法	學務處人員	衛生組長	明訂各項活動實施內容及方式，以利分工進行
	用餐程序及禮儀觀摩	全校師生	午餐秘書	讓新生及新進人員了解午餐的程序及禮儀並能依照執行
	實施計畫辦法說明會	全體同仁	學務主任	說明計畫流程及工作執掌經溝通後能提高配合度增加成效
	頭蝨檢查	全校導師學生	護理師	例行檢查頭蝨並追蹤矯治
	身高體重視力測量	全校導師學生	護理師	例行檢測並篩檢視力不良及體重過當學生以追蹤矯治

	登革熱防制教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導登革熱防制，避免蚊蟲孳生
	環保小尖兵訓練	全校導師學生	衛生組	二到六年級進行環保小尖兵訓練。一年級則入班推廣資源回收分類教育活動
	空氣品質防護教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導空氣品質防護，教導學童辨識空氣品質指標
	滅飛特攻隊教具申請	中高年級自然科教師及學生	衛生組	透過申請滅飛特攻隊教具，教導孩子正確防制登革熱的觀念
	正確用藥教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導並搭配9/25世界用藥安全日辦理相關活動
108年 10月	健康體位教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導認識BMI值及計算自己是否為健康的體位標準
	辦理校慶運動會	全校師生	體育組	辦理校慶運動會相關競賽，讓學童、家長及社區人士共同參與體育活動
	體重控制開始實施	體重過重人員	護理師	調整體重過重人員生活習慣降低BMI值
	健康檢查/口腔衛生檢查	一、四年級導師學生	護理師	篩檢齲齒及其他口腔衛生問題學生並追蹤矯治
	禁菸標誌張貼	全校	訓育組	張貼、更新全校禁菸標誌
	拒菸反檳榔海報張貼	佈告欄	訓育組	張貼、更新拒菸反檳榔海報
	菸害檳榔防制影片欣賞	全校學生	訓育組	欣賞菸害檳榔防制影片，以強化拒菸教育
	腸病毒暨洗手衛教宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導腸病毒相關資訊
	辦理教師 CPR 研習	全校教師	衛生組	聘請專業講師到校指導 CPR 步驟及相關知識
108年 11月	能源教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導相關節約能源知識及資訊
	菸害防制教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導相關拒菸知識及資訊
108年 12月	傳染病防制教育宣導	全校導師學生	衛生組	進入流感高峰期，透過兒童朝會時間宣導相關流感知識及資

				訊。
	四五年級心肺復甦術教學及測驗	四五年級師生	護理師 衛生組	熟練各項急救技能，強化學校緊急傷病處理機制
	六年級心肺復甦術教學實作及測驗	六年級師生	護理師 衛生組	熟練各項急救技能，強化學校緊急傷病處理機制
	流感疫苗施打	全校學生	護理師	依照家長意願讓孩子施打流感疫苗，保障學生健康
	辦理週三教師進修健康促進研習	全校教師	衛生組 午餐秘書	聘請本校團膳公司營養師到校指導
109年 1月	加強導師反毒反菸知能	全校教師	訓育組	藉由教師研習加強教師反毒反菸知能
	召開健康促進小組會議	小組成員 及處主任	學務主任	上學期辦理情形檢討改進
109年 2月	召開健康促進小組會議	小組成員 及各處主任	學務主任	下學期執行進度探討修正
	全民健保教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導全民健保相關知識及資訊。
109年 3月	身高體重視力測量	全校導師學生	護理師	例行檢測並篩檢視力不良及體重過當學生以追蹤矯治
	視力口腔教育宣導	全校導師學生	衛生組 護理師	透過兒童朝會時間宣導，篩檢齲齒及其他口腔衛生問題學生並追蹤矯治
	菸害檳榔防治宣導	三四年級	訓育組	經由菸害檳榔防治教育讓學生了解菸酒對身體的傷害
	菸害檳榔防治宣導	五六年級	訓育組	經由菸害檳榔防治教育讓學生了解菸酒對身體的傷害。
	性教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導性教育相關知識及資訊。
109年 4月	消費者健康教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導消費者健康教育相關知識及資訊。
	五、六年級生理衛生指導	五、六年級女生	護理師 衛生組	讓五、六年級男女生明瞭生理構造、並正確處理生理期衛生
	愛滋病防制教育宣導	全校導師學生	衛生組	透過兒童朝會時間宣導愛滋病防制相關知識及資訊。
	互動式拒菸教材教學	四年級	教學組	以互動式拒菸教材實施菸害防制教育。
	互動式拒菸教材教學	五年級	教學組	以互動式拒菸教材實施菸害防

				制教育。
	互動式拒菸教材教學	六年級	教學組	以互動式拒菸教材實施菸害防制教育。
109年 5月	菸害檳榔防治影片欣賞	全校學生	訓育組	欣賞菸害檳榔防治影片，以強化拒菸教育。
109年 6月	召開健康促進小組會議	小組成員 及處主任	學務主任	下學期辦理情形檢討 彙整計畫成果分工協商
	計畫結束資料輸入整理	全體同仁	衛生組	將各成果資料輸入整理統計
	計畫成果整理完畢	全體同仁	衛生組	將成果資料報送教育局

六、預定進度：應規劃出執行進度，並以甘梯圖表示。

108年8月1日起至109年7月31日止。

實施活動名稱	108年					109年					
	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
召開健康促進委員會	→→	→				→	→	→			→→
來自學生家長、社區回饋	→→										→→
召開學校衛生委員會	→→										→→
資料輸入彙整成果										→→	→→
健康政策宣導	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
週三研習			→→		→→						
用餐禮儀觀摩		→→									
健康體位			→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	
望遠凝視	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
餐後潔牙	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
含氟漱口	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
晨間活動	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
課間活動	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→	→→
有獎徵答活動		→→									
消費者健康體驗活動			→→						→→		
菸害防制活動(拒檳)			→→					→→	→→	→→	

生理期衛生教育									→→		
心肺復甦術			→→		→→						
身高體重視力測量		→→						→→			
健康檢查/口腔衛生檢查		→→					→→				
視力不良通知、矯治追蹤		→→	→→					→→	→→		
齦齒通知、矯治追蹤			→→	→→				→→	→→		
健康常識宣導		→→	→→	→→	→→		→→	→→	→→	→→	
頒獎活動						→→				→→	

### 七、健康促進學校人力配置：

工作範疇	實施內容	主辦人	協辦人
學校衛生政策	1.衛生委員會提出各項辦法	衛生組長	學務主任
	2.來自全校同仁、家長、學生及社區回饋	學務主任	全校同仁、家長、學生及社區人士
	3.召開學校衛生委員會議	校長	學務主任
	4.召開健康促進小組會議	學務主任	衛生組長
	5.尋求各處室協助推動	學務主任	衛生組長
	6.資料彙整成果報告	衛生組長	學務處
	7.健康政策校網公布宣導	衛生組長	學務處
健康教學及活動	1.計畫辦法說明	衛生組長	護理師
	2.親師座談宣導	學務主任	護理師
	3.週三研習(健康促進)	教務處	護理師
	4.用餐程序及禮儀觀摩	午餐秘書	總導護
	5.望遠凝視	總導護	全校師生
	6.餐後潔牙	班導師	護理師午餐秘書
	7.含氟漱口水	班導師	護理師
	8.晨間活動	班導師	學務處



	9.課間活動	體育組長	班導師
	10.健康體位	體育組長	班導師
	11.全校路跑	體育組長	班導師
	12.有獎徵答活動	衛生組長	學務處
	13.正確用藥宣導活動	衛生組長	學務處
	14.菸害檳榔防治宣導	衛生組	五六年級
	15.菸害檳榔防治宣導	衛生組	三四年級
	16.菸害檳榔防治影片欣賞	衛生組	全校學生
	17.禁菸標誌張貼	訓育組	全校
	18.互動式拒菸教材教學	教學組	四年級
	19.互動式拒菸教材教學	教學組	五年級
	20.互動式拒菸教材教學	教學組	六年級
	21.拒菸反檳榔海報張貼	衛生組	學務處
	22.加強導師反毒反菸知能	衛生組	全校教師
	23.五六年級生理衛生指導	護理師	衛生組長
	24.四五年級心肺復甦術宣導	護理師	衛生組長
	25.六年級心肺復甦術教學及測驗	護理師	衛生組長
	26.體育運動表演	體育組	全校師生
健康服務	1.頭蝨檢查	護理師	班導師
	2.身高體重視力測量	護理師	班導師
	3.口腔衛生檢查	護理師	醫療單位 班導師
	6.視力不良通知	護理師	班導師
	7.視力矯治追蹤	護理師	班導師 家長
	9.齲齒矯治通知	護理師	班導師
	10.齲齒矯治追蹤	護理師	班導師 家長

	11.體重控制學員後測	護理師	班導師
	12.檢測結果資料輸入統計	護理師	班導師
	13.健康檢查	護理師、衛生組	一、四年級班導師
學校物質環境	1.定期清洗水塔	總務處	午餐秘書
	2.飲水機定期檢查及濾心更換	總務處	事務組
	3.飲用水定期檢測	總務處	午餐秘書
	4.購置安裝牙刷架	總務處	護理師
	5.牙刷購買分發	總務處	護理師
	6.教室照明檢測	護理師	事務組
	7.洗手台設備修護	工友	事務組
	8.洗手台放置肥皂	衛生組	事務組
學校社會心理環境	1.結合榮譽制度獎勵辦法	學務處	全體同仁
	2.獎勵心肺復甦術達成目標人員	學務處	護理師
	3.獎勵確實餐後同步潔牙班級	學務處	護理師
	4.獎勵熱心服務學生	學務處	護理師
	5.感謝狀製發	學務處	總務處
社區關係	1.環境維護藥物噴灑	信實集團	衛生組
	2.感謝狀製發	學務處	總務處

## 八、成效指標及預期效益：

### (一)菸害及檳榔健康危害防制：

- 1.能了解吸煙和嚼食檳榔對身體的危害，全校達 90% 以上。
- 2.計畫期間確實做到拒絕吸煙及不吃檳榔，全校達 98% 以上。

### (二)視力保健：

- 1.視力不良矯治率達 80% 以上。
- 2.視力不良率維持 30% 以下。

(三)兒童齲齒：

- 1.全校齲齒率在 60% 以下。
- 2.齲齒矯治率達 80% 以上。

(四)健康體位：

- 1.體重過重學童平均 BMI 值下降 0.5 以上。
- 2.體重過重率下降至 11% 以下。

(五)消費者健康：

- 1.正確健康消費觀念達 90% 以上。
- 2.正確健康消費行為提升 10% 。

(六)安全教育急救：

- 1.正確安全教育急救觀念達 95% 以上。
- 2.正確安全教育急救行為提升 50% 。

九、評價方法或預期效益：

(一)過程性評價

- 1.定期召開健康促進小組會議，檢討實施情形，並做成會議記錄以為改進之依據。
- 2.彙整統計各活動師生參與情形及反應，作為活動改進之參考。

(二)結果性評價

- 1.利用量化問卷施以前後測，以了解學生在接受各重點推動議題宣導活動、課程後，其知識、態度及技能的具體變化，以評估計畫成效。
- 2.由健康中心逐月統計學生傳染病發生情形，以瞭解傳染病發生率是否下降。
- 3.社區組織（如衛生所、區公所、派出所、鄰里長、鄰近診所、商店及社區人士/家長）願意支持並參與各項教育活動。

	做 到 81 % 以 上	做 到 61 % 至 80 %	做 到 41 % 至 60 %	做 到 21 % 至 40 %	做 到 20 % 以 下
<b>一、學校衛生政策</b>					
1.能把健康促進計畫納入整個學校的校務發展計畫中，成為學校特色。	5	4	3	2	1
2.能成立學校衛生委員會，訂定健康促進學校工作內容，並負責統籌規劃、推動及檢討學校健康政策。	5	4	3	2	1

3.能依照需求評估結果，制定各項活動實施方案。	5	4	3	2	1
4.在制訂、執行和評價、檢討政策時能徵詢專業人士的意見。	5	4	3	2	1
5.在健康促進計畫中有編列相關經費因應。	5	4	3	2	1
6.能發展健康促進實施成效自主管理模式，訂定自我評鑑工具。	5	4	3	2	1
7.教職員工有參與學校衛生相關的研習活動。	5	4	3	2	1
<b>二、健康服務</b>					
1.學生每學期進行一次體位檢查，並將檢查結果通知家長，異常者能輔導就醫矯治。BMI 值在23 以上，鼓勵參加本校「體重控制」。	5	4	3	2	1
2 鼓勵教職員工，定期體位檢查。	5	4	3	2	1
3.體位檢查結果能列冊管理追蹤，並進行相關衛生教育。	5	4	3	2	1
4.提升學童正常體位比率至國小不低於 60%	5	4	3	2	1
5.餐後潔牙次數達每日平均 3 次以上。	5	4	3	2	1
6.學生齲齒盛行率減緩 0.5%，齲齒矯治率 80%以上。	5	4	3	2	1
7.養成學生正確的視力保健觀念與習慣，使近視的比率能夠減緩。	5	4	3	2	1
8.學生視力矯正率 80%以上。	5	4	3	2	1
9.為教職員工提供保健諮詢服務。	5	4	3	2	1
10.以「健康資訊管理系統」紀錄學生的健康，作資訊化管理。	5	4	3	2	1
11.有效掌控校內各項疾病流行率統計。	5	4	3	2	1
12.降低學童感染各項傳染病人數 5%。	5	4	3	2	1
13.落實出缺席管理，有效掌握學生健康狀況。	5	4	3	2	1
14.加強晨間檢查，培養學生良好衛生習慣。	5	4	3	2	1
<b>三、健康教學及活動</b>					
1.依不同年級學生的需要來推行健康教育，讓各年級的學生對每個主題都能獲得充分的瞭解。	5	4	3	2	1
2.運用多元化的健康教學策略和活動形成來推行健康教育。	5	4	3	2	1
3 在教授健康課程時主動尋求地方機構和社區團體的協助。	5	4	3	2	1
4 班級經營時能將維護健康的議題，放入生活常規中落實。	5	4	3	2	1
5 在親子教育座談或家長成長團體中安排健康促進的議題。	5	4	3	2	1
6.健康教育教師能主動將學生實施個人生活技能的部份(如：視力、潔牙、營養百分百保健等)納入評量項目。	5	4	3	2	1
7. 全校一人一運動及落實課間操的實施。	5	4	3	2	1
8.運用不同教學策略，教導視力保健及每天每人健康五蔬果教育，以達寓教於樂。	5	4	3	2	1
9.提升學童正常體位比率至國小不低於 60%	5	4	3	2	1
10.兒童獲得正確的傳染病防治知識，培養正確的觀念。	5	4	3	2	1
<b>四、學校物質環境</b>					

1.營造良好教學環境，維護場所設備安全。	5	4	3	2	1
2.班級內有設置簡易急救箱，並由專人負責管理。	5	4	3	2	1
3.校園綠美化，提供學童望遠凝視場所。	5	4	3	2	1
4.學校能提供學童安全的飲用水。	5	4	3	2	1
5.聯絡簿設有「餐後潔牙及規律運動」記錄。	5	4	3	2	1
6.學校能提供含氟漱口水及餐後潔牙設備。	5	4	3	2	1
7.設有健康促進網頁，提供各項健康資訊供師生、家長參考	5	4	3	2	1
8.設有各項健康促進專欄櫥窗	5	4	3	2	1
<b>五、學校社會心理環境</b>					
1.制訂班級經營的健康生活守則或透過學生獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。	5	4	3	2	1
2.教職員及學生有機會參與制訂學校衛生政策。	5	4	3	2	1
3.學校教師對健康促進學校推動的計畫活動的參與情形。	5	4	3	2	1
4.學校學生對健康促進學校推動的計畫活動的參與情形。	5	4	3	2	1
5.學校教師與行政人員對健康促進學校理念共識程度。	5	4	3	2	1
6.公開獎勵表現良好學童(如減重有效學童、學藝競賽優良)。	5	4	3	2	1
7.公開獎勵推動本計畫之績優教師人員、家長等。	5	4	3	2	1
8.主動關懷學生健康情況。(含弱勢家庭學生之醫療矯治)	5	4	3	2	1
<b>六、社區關係</b>					
1.鼓勵家長代表、重要人士一起制訂和檢討學校衛生政策和全年健康促進計畫。	5	4	3	2	1
2.學校志工組織中設置愛心媽媽，專責協助辦理學校衛生政策配合執行事項。	5	4	3	2	1
3.學校家長會組織與學校行政分享健康促進相關資訊，協助配合推行健康教育及健康促進活動。	5	4	3	2	1
4.辦理班親會活動將健康促進議題納入討論題綱中，積極推廣家長健康教育。	5	4	3	2	1
5.學校邀請社區醫師、營養師，為家長做健康促進學校議題之專題演說。	5	4	3	2	1
6.利用家庭聯絡簿，聯繫學童健康情況。	5	4	3	2	1
7.學生能利用社區資源，參與社區活動與服務。	5	4	3	2	1
8.學校推動健康教育活動，協助家庭成員及社區人士獲取相關的資訊。	5	4	3	2	1
9.能運用社區資源協助校內環境清掃消毒。	5	4	3	2	1
10.能配合清淨家園計畫，維護校園社區四周環境。	5	4	3	2	1
11.公開表揚社區積極參與健康活動之人員。	5	4	3	2	1

十、經費概算表

## 桃園市 108 學年度健康促進學校計畫補助經費概算表

學校名稱:溪海國小

申請類別:(僅擇一選擇)

✓種子學校:編列 5,000 元

□協力學校:編列 10,000 元(□由各中心學校邀請 □主動參與)

(議題:□視力 □口腔 □體位 □菸檳 □性教育 □正確用藥)

額外加選項目:(可複選)

□行動研究:可增列 5,000 元(□待輔導學校 □自主參加學校)

□「健康促進學校優良教學模組」觀課:可增列 5,000 元

項次	經費項目	單價	單位	數量	總價
1	講師鐘點費(內聘)	800 元	元/時	3	2400
2	講師鐘點費(內聘助教)	400 元	元/時	2	800
3	講師鐘點費(外聘)	1200 元	元/份	1.5	1800
總計					5000

承辦人:

衛生組 裴顏毓嫻

1080903

單位主管:

學務主任 劉慧貞

主計:

會計室 葉淑芬

校長:

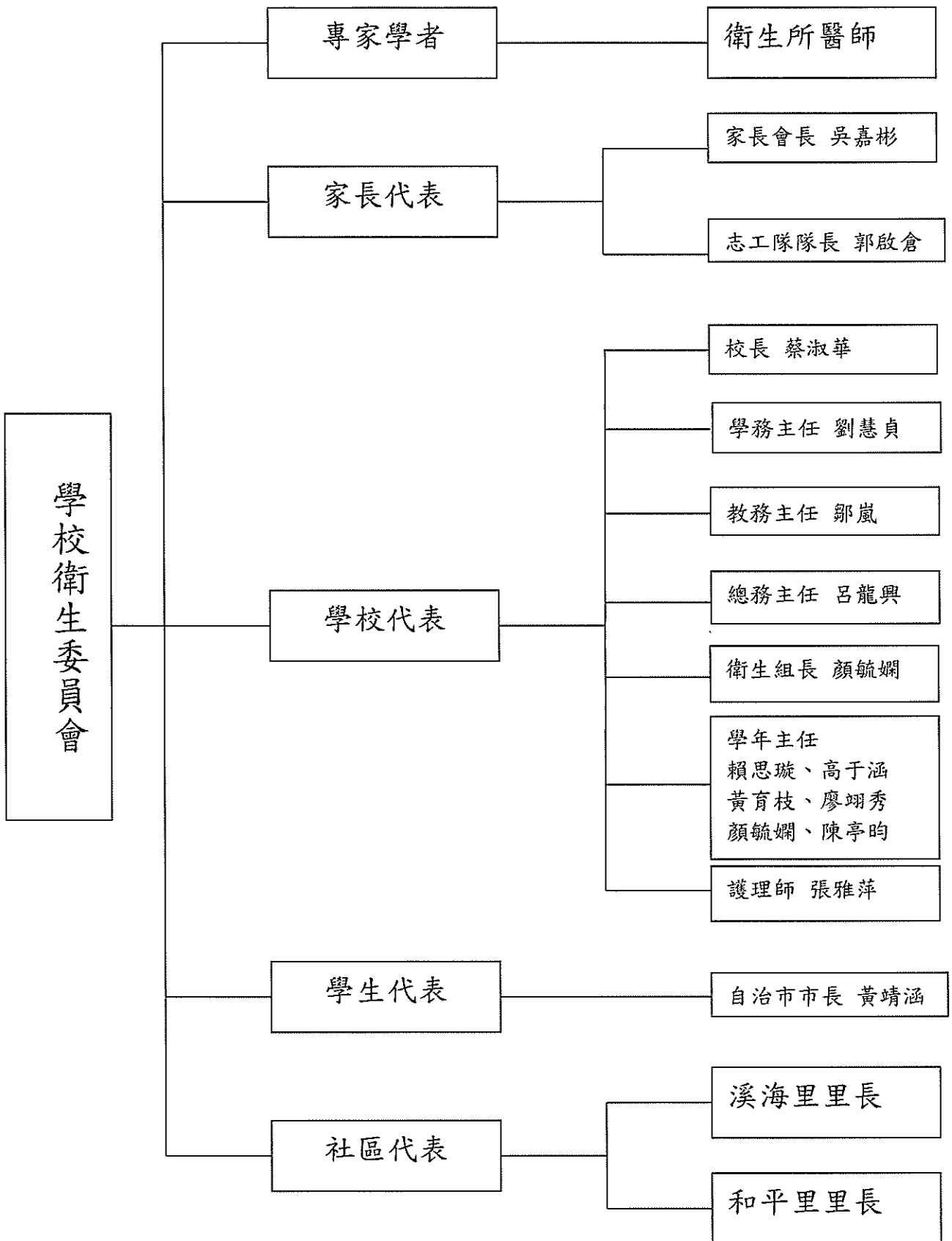
溪海國小 蔡淑華

備註:

1. 本案編列請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」及經常門(如:講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費等)項目。
2. 本局將進行計畫審查及分級補助(如:計畫優劣、策略運用、成效評價等),並考量教育部國教署補助經費,保有刪減及核定貴校補助經費之權利。
3. 請於 108 年 9 月 15 日前連同計畫(紙本)1 式 2 份、概算表(正本)1 份逕送幸福國小彙辦。

本計畫經校務會議通過,陳請校長核可後實施,修正時亦同。

### 桃園市大園區溪海國民小學學校衛生委員會組織圖



附件二

桃園市大園區溪海國民小學健康促進小組組織表

計畫職稱	單位職稱	執 掌	代理人
召集人	校長 蔡淑華	綜理計畫推行監督事宜	學務主任
副召集人兼 執行秘書	學務主任 劉慧貞	整體工作籌畫推行	訓育組長
副召集人	教務主任 鄒嵐	督導相關課程之推行	教學組長
副召集人	總務主任 呂龍興	相關硬體設備之配合與採購	事務組長
委員	訓育組長 杜炳倫	負責活動之宣導與協助推行	體育組長
委員	體育組長 廖郁婕	負責體育活動之推行	訓育組長
委員	衛生組長 顏毓嫻	負責推動衛生教育活動	護理師
委員	護理師 張雅萍	負責測量學生資料與彙整	衛生組長
委員	高年級代表 陳亭昀	負責年段老師之宣導與溝通	高年級導師
委員	中年級代表 黃育枝	負責年段老師之宣導與溝通	中年級導師
委員	低年級代表 高于涵	負責年段老師之宣導與溝通	低年級導師
委員	家長會長 吳嘉彬	負責社區、家長之宣導與溝通	副會長
委員	自治市市長 黃靖涵	負責學生之宣導與溝通	自治市幹部