

臺南市歸仁區保西國民小學  
一百學年度  
健康促進學校計畫書



# 臺南市歸仁區保西國民小學一百學年度健康促進學校計畫

## 一、計畫摘要

依據學校教職員工生現行問題分析與健康需求評估，藉由成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，藉由學童健康檢查及例行性體格檢查結果，發現本校學童視力不良率及齲齒盛行率，傷病比例偏高，因此視力、口腔保健及安全教育與急救為本校急需解決的三大健康議題。而本校家庭 84%有吸煙習慣，菸害防治亦是刻不容緩的課題，健康體位是培育健康國民不可欠缺的議題。近年來因性開放及相關知識的缺乏，含愛滋病防治的性教育，是必需於校園紮根的工作；加上近年來因藥物取得日趨方便，因此，正確使用藥物觀念也應於國小階段建立。基於上述因素，本校一百學年健康促進學校推動七大議題分別為視力、口腔保健及安全教育與急救、菸害與檳榔防制、性教育(含愛滋病防治)、正確用藥與防制學生藥物濫用及健康體位。

本計畫最終的目的是希望保西國民小學親師生在有系統、有計畫、有組織的衛生政策下，透過「無菸拒檳」、「視力保健」、「性教育」、「用藥安全」宣導的活動，將相關議題融入相關領域課程規劃，以提升無菸、拒檳、視力保健、性教育及用藥安全的行動力，進而共同營造無菸拒檳學校、減少學生視力不良率的發生。利用例行性口腔衛生宣導、餐後潔牙、含氟漱口等活動的推行，增進學童對於口腔衛生的注重及降低齲齒的發生率。為加強學生營養與健康觀念，應用多元方式宣導，並透過相關課程及活動進行營養衛生教育。提升正確體型意識，藉動態生活、均衡飲食及適當的運動，提升學生健康體位，降低過輕及過重(肥胖)之比率，促進學生身心健康。

## 二、計畫依據

臺南市政府教育局 100 年 9 月 23 日南市教體(二)字第 1000742678 號函。

## 三、背景說明及分析

### (一) 學校整體環境 SWOTS 分析

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
地理環境	1 民風勤樸，家長關心學校教育。 2 老師深受敬重，親師互動良好。	1 交通繁雜，學生上下學安全堪慮。 2 地處鄉鎮邊陲，工商業較不發達，人口流失嚴重。	1 爭取設備改善交通。 2 環境單純，交通便利，建商推案進駐。	1 學區範圍大交通因素常有學生越區就讀。 2 車輛流量大，交通堪慮	1. 充分利用社區內資源進行相關教學。 2. 引導學生認識並積極參與社區活動。 3. 積極推動交通安全教育，建立學童正確的交通安全認知與行為。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
硬體設備	1 教學大樓，各項教學設備齊全有助於師生教學。 2 積極爭取經費，充實並改善校園設備 3 尋求家長會社區資源。	1 部分教室老舊，各項教學設備亟待改善並充實。 2 各項教學及活動設備無法維修，亟待拆除並增添設備。	1 充實更新資訊設備及遊戲器材、音樂設備陸續完成，協助師生教學，提升教學效果。	1 教室多為老舊建築。 2 未能編列硬體建設維護經費。	1. 加強生活教育，建立學生愛惜公物的好習慣。 2. 宣導設備正確使用方法。 3. 落實公物保管責任制。 4. 爭取各項資源維護。
教師	1 教師各具專長，學年之間互動良好，肯經驗分享，有效提升教師專業能力。 2 師生關係及親師溝通，互動良好。	1 教師忙於班級經營及級務，恐無暇參加研習進修，或修習學位。 2 教師兼任過多行政工作，無暇閱讀專書或參加研習進修。	1 提供安排校內外教學進修研習。 2 購置教育專書或教學影片增強認知及專業成長。 3 提供教師在職進修機會。	1 單親及弱勢學童人數眾多需要特別照護，影響老師教學。 2 行政級務繁重，教師無暇參加各項研習。	1. 根據教師需求規劃教師進修內容。 2. 鼓勵教師自行研發教材。 3. 加強親師合作減輕教師工作負擔。 4. 學期末辦理校內教師教學經驗分享
行政人員	1 行政人員負責盡職，充分溝通協調。 2 行事敏捷，主動積極。	1 編制不足，教師需兼辦行政工作。 2 教師行政專業能力不足。	1 主計、出納、庶務、人事等專業行政業務，應編制專人負責。	1 成長動力因人而異。 2 未有具體可行客觀的行政評鑑標準。	1. 行政資訊化。 2. 暢通協調溝通管道。
學生	1 農家子弟，勤儉樸實，活潑好動，可塑性強。	1 單親及需特別關懷學生多。 2 多元競爭的社會親子關係疏離。 3 問題家庭產生學生偏差行為。	1 透過慈善機構及老師愛心，對單親及需特別關懷學生多方協助。	1 社會多元複雜學生抵擋外來誘惑定力不足，或受不良同儕影響。 2 少數家庭教育偏差，衍生教育問題。	1. 進行主題統整課程提高學習興趣。 2. 規劃多元學習活動適應多元需求。 3. 加強教師輔導專業知能。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
家長	1 家長、委員會團結和諧，肯定、支持學校教育。 2 部份家長關心學校教育，協助推動校務發展。	1 部份家長曲解教育，過度關心校務造成學校困擾。 2 學區家長社經背景殊異，親職教育待落實。	1 提供親職教育機會，善盡父母責任及角色責任。 2 開放家長參與校務管道。	1 部份家庭教育與學校教育脫節。 2 單親家庭比例漸高。	1. 辦理親職講座。 2. 辦理家長成長團體。 3. 健全家長會及班親會組織。
社區資源	1 社區提供人力物力資源，回饋學校關心學校教育。 2 提供獎學金，獎助清寒、優秀學童。	1 尚缺有組織的整合系統。	1 善用社區資源改善、充實學校軟硬體設備。 2 努力推動學校教育，對學生多付出一分關懷及愛心，回饋社區。	1 容易受到社區人情牽制，關說請託難免。	1. 建立學校與社區資源人力網絡。 2. 參與社區活動傳承社區文化。 3. 配合社區特色發展學校本位課程。

(二)93~99 學年齲齒盛行率、恆齒及乳齒指數統計表

學年別	93	94	95	96	97	98	99
學生人數	448	427	406	357	320	291	266
齲齒人數	348	342	297	240	190	179	192
齲齒盛行率	77.68	80.09	73.15	67.23	59.38	61.51	72.18
DMFT(恆齒)	399	352	400	243	173	147	268
DMFT 指數	0.89	0.82	0.99	0.68	0.54	0.51	1.01
Deflt(乳齒)	1263	1242	890	627	442	423	807
deflt 指數	2.82	2.91	2.19	1.76	1.38	1.45	3.03

99 學年的齲齒盛行率高達 72.18，恆齒的 DMFT 指數為 1.01，乳齒的 deflt 指數高達 3.03，歷經六年的口腔保健推廣成效不大，今年希望不同的推展活動，能有所突破。

(三)97~99 學年全校學童體位判讀統計表

年級 / 性別	體位判讀																
	過輕			適中			過重			超重			合計				
	97(1)	98(1)	99(1)	97(1)	98(1)	99(1)	97(1)	98(1)	99(1)	97(1)	98(1)	99(1)	97(1)	98(1)	99(1)		
一	男	3	2	2	18	19	10	2	3	3	3	3	3	3	26	27	18
	女	6	0	0	12	12	11	4	3	1	1	4	1	23	19	13	
	小計	9	2	2	30	31	21	6	6	4	4	7	4	49	46	31	
二	男	5	7	9	11	15	11	2	2	0	2	2	5	20	26	25	
	女	5	7	2	10	13	9	3	2	3	0	1	4	18	23	18	

	小計	10	14	11	21	28	20	5	4	3	2	3	9	38	49	43
三	男	5	5	9	10	11	12	6	2	2	3	2	2	24	20	25
	女	6	6	9	12	8	11	4	3	1	2	1	1	24	18	22
	小計	11	11	18	22	19	23	10	5	3	5	3	3	48	38	47
四	男	5	3	5	13	12	10	7	6	3	5	5	2	30	26	20
	女	4	6	5	16	13	8	3	4	1	3	1	3	26	24	17
	小計	9	9	10	29	25	18	10	10	4	8	6	5	56	50	37
五	男	2	6	2	20	13	14	0	5	2	7	7	7	29	31	25
	女	5	4	5	14	16	16	4	3	2	3	3	2	26	26	25
	小計	7	10	7	34	29	30	4	8	4	10	10	9	55	57	50
六	男	8	2	6	18	17	14	6	4	4	16	6	8	48	29	32
	女	7	4	7	17	17	13	3	3	2	2	2	4	29	26	26
	小計	15	6	13	35	34	27	9	7	6	18	8	12	77	55	58
總計		61	52	61	171	166	139	44	40	24	47	37	42	323	295	266
百分比		18.9%	17.6%	22.9%	52.9%	56.3%	52.3%	13.6%	13.6%	9.0%	14.6%	12.5%	15.8%			

根據上表，發現 99 學年過輕及超重比率分別為 22.9% 及 15.8%，比往年高，是需加以探討及擬訂可行方案加以改善的一群，也是今年需加強關心及改善的個案。

#### (四) 96~99 學年學童視力不良率統計表

	96 上	96 下	97 上	97 下	98 上	98 下	99 上	99 下
一	30.77	20	25	16.32	28.26	28.88	35.5	30
二	23.53	33.33	19.51	24.39	16.32	21.27	44.2	38.1
三	42.62	45.9	29.16	37.5	26.38	28.94	27.7	27.7
四	45.45	45.45	36.21	37.5	42	51.02	40.5	51.4
五	41.03	42.31	56.36	56.36	45.61	47.36	48	54
六	54.17	66.67	45.45	49.35	58.18	56.36	53.4	56.9
不良率	41.01	44.54	36.55	38.65	36.9	40.2	42.5	44.3

99 學年視力不良率上學期高達 42.5%，下學期更提高至 44.3%，是需再加以努力的方向。

#### (五) 本校健康促進七大議題的 SWOTS 分析如下：

	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S (因應策略)
視力保健	1. 學校設有視力保健工作小組，大家分工良好。 2. 校地廣闊、美化綠化完	1. 電視電腦及，孩童過度使用視力，近視孩童增加。 2. 本校為資訊融入教學學校。	1. 教師配合督促學生矯治情形非常落實。	1. 學生課後到安親班繼續習寫功課，眼睛沒有充分休息的機會。 2. 有些家長忙	1. 強化學生減少用眼的活動。 2. 第二節 20 分鐘下課時間進行課間活動。 3. 每學期檢查

	善。			於工作，無法帶學童至眼科醫生處進行視力矯正。 3. 網路日趨普及，孩童使用電腦時數增加迅速。	學童視力，確實追蹤回條交回情形。 4. 舉辦視力保健相關活動。
健康體位	1. 學校設有多樣化體育社團。 2. 學童各項健康檢查資料（身高、體重、視力、口腔、尿液、蟻蟲等）確實建檔。 3. 於晨（課）間時間規劃各學年體能活動，推行確實。	1. 學生飲食行為不佳，影響正常體位。	1. 教師積極推廣體育性社團活動。 2. 教師將健康飲食觀念融入各科教學。	1. 學校旁有便利商店及飲料店，學生下課後購買容易。	1. 每學期辦理體育競賽活動。 2. 辦理健康相關研習。 3. 各班有專屬的運動器材。 4. 參加各類型運動比賽，增加學童運動動機。
口腔衛生	1. 學校設有口腔衛生工作小組，功能卓著。 2. 牙醫師公會均提供漱口水，教師指導孩童執行每週含氟水漱口確實。 3. 社區牙醫師定期到校進行口腔篩檢。	1. 各班走廊外洗手台只有3個水龍頭，造成學生餐後潔牙需排隊等待較長時間。	1. 教師配合督促學生矯治情形非常落實。 2. 本校護理師每年都會指導一年級學童正確潔牙方式-貝氏刷牙法。	1. 學生喜歡吃含糖食物，並且並不會吃完後就進行漱口或刷牙。 2. 有些家長忙於工作，無法帶學童進行齲齒矯治。 3. 學童家長觀念輕忽，在家時間疏於注意孩子的潔牙工作與口腔健康。	1. 強化學生餐後潔牙的活動。 2. 每學期一次檢查學童口腔，並確實追蹤回條交回情形。 3. 一週一次含氟水漱口，維持孩童口腔健康。 4. 在教室進行潔牙活動。

<p>菸害與檳榔防制</p>	<p>1. 學校對師生的防治宣導有明確分工。 2. 教師抽菸比例低，學生未發現抽菸案例。 3. 菸害防治課程教材豐富，歷年均實施菸害防治課程。</p>	<p>1. 本校位於郊區，家長多為農工階級，抽菸、吃檳榔人口比例偏高。</p>	<p>1. 師生對於拒菸拒檳有認知。</p>	<p>1. 對社區民眾到校運動與參觀時的抽菸行為無法制止。</p>	<p>1. 強化學生的拒菸拒檳認知。 2. 辦理菸檳防治相關宣導與研習。 3. 結合社區嘉藥大學，舉辦衛教宣導活動，呼籲社區民眾重視自己的健康。 4. 於運動會、親職教育日推動各種健康促進活動。</p>
<p>性教育</p>	<p>1. 每學年健康課程均分配有性教育相關議題。 2. 訓導處確實辦理性教育相關研習。</p>	<p>1. 本校位於郊區，家長多為農工階級，生活忙碌，無暇參與學校研習。 2. 家長社經背景影響正確知識傳遞。</p>	<p>1. 課程實施正常，健體教師均正常安排性教育相關知識。</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法在課程中再另行安排教學活動。 2. 家長配合度不高，使課程落實效果不彰。</p>	<p>1. 本校護理師每年均針對不同年段學童進行性教育宣導。 2. 針對特殊家庭、特殊學童進行個別指導。</p>
<p>正確用藥與防制學生藥物濫用</p>	<p>1. 每學年健康課程均分配有用藥相關議題探討。</p>	<p>1. 家長社經背景影響正確知識傳遞。</p>	<p>1. 課程實施正常，健體教師均正常安排用藥相關知識。</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法在課程中再另行安排教學活動。</p>	<p>1. 於週會時間，宣導如何正確用藥相關知識。 2. 利用班親會與社區運動會加強宣導。 3. 結合社區資源做相關宣導（嘉南藥理大學）。</p>
<p>安全急救教育</p>	<p>1. 每學年健康課程均分配有急救教育相關議題。</p>	<p>1. 學童對安全認知缺乏。</p>	<p>1. 每年均會辦理教師急救研習。</p>	<p>1. 教學課程緊湊，教師無法在課程中再另行安排教學活動。</p>	<p>1. 六年級於急救教育週進行急救教育教學 2. 配合防災教育，實施急救相關教學及宣導。</p>

#### 四、計畫目的

##### (一). 口腔衛生方面：

- (1)學童能正確選用牙刷。
- (2)學童能掌握潔牙的正確時機。
- (3)學童能將刷牙法應用於日常生活中。
- (4)學童能將口腔保健觀念落實於生活中。
- (5)全校的齲齒盛行率能下降二個百分點。
- (6)將口腔保健觀念推行於家庭中，引起家長的重視。
- (7)一年級口腔保健常識能由前測的 76 分提高到後測的 86 分。

##### (二). 視力保健方面：

- (1)落實視力保健觀念，養成正確用眼及護眼運動習慣。
- (2)增強全校師生視力保健常識，並能確實落實於日常生活中，期使除斜弱視學童外，所有配鏡後之矯正視力均達 0.5 以上。
- (3)學校學生視力不良率統計值，能下降三個百分點。
- (4)家長亦重視視力的保健。
- (5)營造優質的閱讀及學習環境。

##### (三)健康體位

- (1)促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康品質。
- (2)瞭解學校師生的健康狀況及影響健康的相關因素。
- (3)建立健康促進組織與團隊。
- (4)推動「學校--家庭—社區」健康營造模式，強化國民健康生活知能。
- (5)健康生活成為習慣，養成定期運動的習慣。

##### (四)菸害與檳榔防制

- (1)獲得菸害與檳榔防治的相關知識。
- (2)認識菸害對肺部及身體造成的危害。
- (3)避免好奇引起吸菸及嚼食檳榔的動機。
- (4)能確實執行不吸菸、大自由的生活原則。
- (5)學童能學會愛惜自己的身體、珍愛生命。

##### (五)性教育(含愛滋病防治)

- (1)高年級學童能健康面對青春期及正確的網路交友，並具備愛滋病的防治的觀念。
- (2)中年級學童能做好青春期的自我照護。
- (3)低年級學童懂得自我防護及避免傷害他人。

##### (六) 正確用藥與防制學生藥物濫用

- (1)教職員工生能具備正確用藥知識。
- (2)學童能瞭解不當藥物使用引起的危害。

##### (七). 安全教育與急救方面：

- (1)學童確實遵守交通規則，上下學均戴安全帽。
- (2)每位畢業生具備心肺復甦術及急救基本常識。



- (3)校園沒有安全死角。
- (4)傷病比例能維持在 10%以下。
- (5)重大意外事件維持 0%的成長。
- (6)教職員的 CPR 認證達 100%，每人具備基本的急救常識，且能正確操作急救設備。

## 五、實施內容

### 〈一〉、教學策略：

1. 教學原則：
  - (1)定時教學：配合早自習時間及健康與體育課程時間內施教。
  - (2)協同教學：採取單元教學活動方式進行之。
2. 配合其他六大學習領域課程及課外活動教學。

### 〈二〉、實施方法與步驟：

計劃項目	工作重點	參與人員	實施時間
整體學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 籌組健康促進學校計劃推行小組。</li> <li>2. 制定實施計劃並納入學校行事曆。</li> <li>3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。</li> <li>4. 結合社區相關團體制定學校衛生政策。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</li> <li>2. 社區資源人士、教職員工及家長。</li> </ol>	100 年 8 月
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 擬定學童視力保健計劃。</li> <li>2. 確實執行課間體適能活動。</li> <li>3. 視力檢查時隨機的宣導活動。</li> <li>4. 教室採光測量以便提供教職員工生符合規定的燈光照度。</li> <li>5. 針對採光測量不足部份，進行環境改善措施。</li> <li>6. 養成學生端正的閱讀寫字姿勢。</li> <li>7. 每學期進行學生視力檢查並追蹤輔導管理。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</li> <li>2. 社區資源人士。</li> <li>3. 教職員工生及家長。</li> <li>4. 社區民眾。</li> <li>5. 義工團體。</li> </ol>	100 年 8 月 100 年 9 月~101 年 6 月 100 年 9 月~10 月 101 年 3 月~4 月 100 年 9 月、 101 年 3 月 100 年 9 月~10 年 10 月 100 年 9 月~101 年 6 月 100 年 9 月~10 月 101 年 3 月~4 月

	<ul style="list-style-type: none"> <li>8. 回收異常通知單。</li> <li>9. 進行視力保健之統計及分析。</li> <li>10. 新型課桌椅對號入座。</li> <li>11. 視力保健闖關活動。</li> <li>12. 視力保健創意競賽。</li> <li>13. 六年保有正常視力學童頒獎活動。</li> <li>14. 視力保健相關知識納入教學活動中。</li> <li>15. 校園美化及綠化。</li> <li>16. 校室全面重新粉刷，提供優質的學習環境。</li> <li>17. 新生座談會宣導活動。</li> </ul>		<p>100年11月、101年5月</p> <p>100年11月</p> <p>101年5月</p> <p>100年9月</p> <p>101年03月</p> <p>101年03月</p> <p>101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年8月</p> <p>100年8月</p>
口腔衛生	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦口腔保健宣導活動</li> <li>2. 進行每日餐後潔牙。</li> <li>3. 每週二含氟水漱口活動。</li> <li>4. 定期口腔檢查並追蹤輔導管理。</li> <li>5. 進行口腔檢查之統計分析。</li> <li>6. 營造潔牙環境。</li> <li>7. 一年級學童含氟水漱口使用說明。</li> <li>8. 一年級學童教導貝氏刷牙法。</li> <li>9. 口腔保健知識納入教學活動中。</li> <li>10. 一年級學童潔牙闖關活動。</li> <li>11. 新生座談會宣導活動。</li> <li>12. 辦理新生口腔保健知識的前後測問卷調查。</li> <li>13. 針對問卷調查如結果，進行統計分析。</li> <li>14. 針對問卷調查分析結果，擬訂衛教宣導計畫。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</li> <li>2. 社區資源人士。</li> <li>3. 教職員工生及家長。</li> <li>4. 社區民眾。</li> <li>5. 校牙醫。</li> </ul>	<p>100年10月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>101年2月~101年5月</p> <p>101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月</p> <p>100年9月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年12月</p> <p>100年8月</p> <p>100年9月</p> <p>100年10月~100年11月</p> <p>100年12月</p>
健康體位	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理校內晨間活動。</li> <li>2. 辦理校內體適能慢跑比</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</li> </ul>	<p>100年9月~101年6月</p> <p>100年12月</p>

	<p>賽。</p> <p>3. 每週 30 分鐘的健康操練習。</p> <p>4. 每班每週利用兩天於晨間活動實施慢跑活動。</p> <p>5. 課間活動推廣跳繩、民俗體育、樂樂棒球…等運動。</p> <p>6. 辦理運動會及社區運動會。</p> <p>7. 辦理游泳教學、宋江陣、武術和民俗體育教學。</p> <p>8. 對於二~六年級 BMI 大於 24 之學童及體位過輕學童，徵得家長同意後辦理體適能增強班系列活動，包括飲食衛教、跑步、跳繩、慢跑等活動，每月測量身高、體重及腰圍，學期末評值，成效前三名者予以獎勵。</p> <p>9. 辦理教師體適能活動。</p> <p>10. 新生座談會宣導活動。</p> <p>11. 親師座談會辦理宣導活動。</p>	<p>2. 社區資源人士。</p> <p>3. 教職員工生及家長。</p> <p>4. 社區民眾。</p>	<p>100 年 9 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 9 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 9 月~101 年 6 月</p> <p>101 年 3 月</p> <p>100 年 9 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 11 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 12 月</p> <p>100 年 8 月</p> <p>100 年 10 月</p>
菸害與檳榔防制	<p>1. 利用朝會時間向全校師生宣導菸害與檳榔防治的觀念。</p> <p>2. 張貼菸害防治海報於中央走廊供全校師生參閱。</p> <p>3. 嘉南藥理大學學生到校為全校師生進行拒菸拒檳相關宣導及話劇表演。</p> <p>4. 懸掛菸害防治布條於明顯處，引起進入校園民眾的注意。</p> <p>5. 學校全面禁煙。</p> <p>6. 利用跑馬燈宣導。</p> <p>7. 親師座談會宣導。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p> <p>2. 社區資源人士。</p> <p>3. 教職員工生及家長。</p> <p>4. 社區民眾。</p>	<p>100 年 9 月</p> <p>100 年 9 月</p> <p>100 年 12 月</p> <p>100 年 10 月</p> <p>100 年 8 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 9 月~101 年 6 月</p> <p>100 年 10 月</p>
性教育 (含愛滋病防治)	<p>1. 針對不同年段，辦理性別平等教育系列課程。 高年級—健康面對青春</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。</p>	<p>101 年 3 月</p>

	<p>期及正確的網路交友，含愛滋病的防治宣導。          中年級—做好青春期的自我照護。          低年級—做好自我防護及避免傷害他人。</p> <p>2. 針對情況特殊學童，進行個別衛教宣導及留意交友情況。</p> <p>3. 針對四~六年級女生，辦理內衣及泳衣穿著的指導。</p>	<p>2. 社區資源人士。          3. 教職員工生及家長。          4. 社區民眾。</p>	<p>100年9月~101年5月</p> <p>100年9月</p>
用藥安全與防制學生藥物濫用	<p>1. 晨會宣導用藥安全的基本觀念。          2. 嘉南藥理大學藥物濫用的話劇表演。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。          2. 社區資源人士、教職員工及家長</p>	<p>100年12月</p> <p>100年12月</p>
安全教育與急救	<p>1、宣導騎乘機車載安全帽          2、規定騎乘單車載安全帽          3、進入校門口機車兩段左轉。          4、上學時段集中，7:30後禁止汽機車進入校園          5、放學時段實施人車分道。          6、開學前就自訂「遊戲器材檢查單」邀請社區家長進行檢驗。          7、舉辦教師正確使用遊戲器材之週三研習。          8、新生入學即介紹遊戲器材的正確使用方法。          9、遊戲器材正確使用方法，張貼於遊戲器材旁，以教導學童正確使用遊樂器材。          10、如因使用遊戲器材發生意外，即進行使用宣導及維修，避免意外再次發生。</p>	<p>1. 健康促進學校計劃推行小組成員。          2. 社區資源人士、教職員工及家長。</p>	<p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年8月</p> <p>100年10月</p> <p>100年9月</p> <p>100年9月~101年6月</p> <p>100年9月~101年6月</p>

	11、舉辦校內競賽，明定規則藉機宣導正確運動安全觀念，如慢跑、跳繩準則。		100年12月 101年3月
	12、校內運動會辦理運動安全闖關遊戲。		101年3月
	13、針對六年級學童，辦理畢業生急救教育與心肺復甦術實際操作。		100年11月
	14、教師每兩年參加CPR研習與認證，且認證率達100%。		100年7-8月

## 六、人力配置

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	楊明融	校長	研擬並主持計畫，彙整報告及撰寫計畫。
協同主持人	劉志明	訓導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	王佳文	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	張順泰	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
研究人員	黃柏儒	體衛組長	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	郭惠雯	健康與體育領域教師	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	楊國源	科技與人文領域教師	健康網路網頁製作及維護。
研究人員	王艷麗	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	鄭高賓	家長代表	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	林志丞	教師代表	協助辦理學生需求評估與活動及協助級務與行政單位之聯繫。

七、計畫期程：100年8月30日至101年7月31日。

(一)預定進度

年、月次 工作項目	100年 8月	100年 9月	100年 10月	100年 11月	100年 12月	101年 1月	101年 2月	101年 3月	101年 4月	101年 5月	101年 6月
1、擬定工作計劃	■										
2、組成工作小組	■										
3、遊戲器材檢視	■										
4、全校學生視力 檢查		■	■	■				■	■	■	
5、全校學生口腔 檢查				■	■	■	■				
6、發給體格測量 通知單		■	■	■				■	■	■	
7、視力異常通知 追蹤矯治		■	■	■	■			■	■	■	
8、口腔異常通知 追蹤矯治				■	■	■	■				
9、回收異常通知 單				■	■	■	■	■	■	■	
10、調整課桌椅 座位			■	■	■						
11、照明採光檢 測		■	■				■	■			
12、教職員週三 研習			■	■							
13、建立「口腔 衛生」良好觀念		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
14、辦理各項藝 文活動				■	■	■	■		■	■	■
15、辦理各項體 育性活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
16、學生晨間、 課間時間進行 體能活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
17、交通安全宣 導		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

年、月次 工作項目	99年 8月	99年 9月	99年 10月	99年 11月	99年 12月	100年 1月	100年 2月	100年 3月	100年 4月	100年 5月	100年 6月
18、辦理體育競賽活動及闖關活動											
19、辦理專題演講											
20、話劇表演											
21、網頁製作宣導											
22、教育宣導活動											
23、健康教育課程教學											
24、應用資源共享機會加強宣導											
25、校園綠美化											
26、頒獎及成果展示											
27、工作檢討											
28、資料彙整											
29. 繕寫計畫											
30. 寄出計畫											

## 八、計畫預期成效

### (一) 口腔衛生方面：

- (1) 全校齲齒盛行率能由 72.18 下降至 70 以下。
- (2) 一年級口腔保健常識能由前測的 76 分提高到後測的 86 分。

### (二) 視力保健方面：

- (1) 配鏡後之矯正視力均達 0.5 以上。
- (2) 學校學生視力不良率，能由 44.3% 下降至 42% 以下。

### (三) 健康體位

- (1) 體位判讀過輕比例能由 22.9% 下降至 20%。

(2) 體位判讀超重比例能由 15.8%下降至 13%。

(四) 安仕教育與急救方面：

(1) 傷病比例維持在 10 人次/日以下。

(2) 重大意外事件維持 0%的成長。

(3) 教職員的 CPR 認識達 100%。

九、評價指標：

項目	達成程度				
	81% 以上	61-80%	41-60%	21-40%	20% 以下
一、制定學校衛生政策					
1. 召開學校衛生促進委員會會議	5	4	3	2	1
2. 組織工作小組	5	4	3	2	1
3. 訂定時程表	5	4	3	2	1
得分小計					
二、健康教學與活動					
1. 請各班級教師進行五項議題之課程融入設計	5	4	3	2	1
2. 週三辦理教師研習	5	4	3	2	1
3. 週三辦理活動說明會	5	4	3	2	1
4. 週三辦理教師課程設計研討及執行討論	5	4	3	2	1
5. 辦理健康生活型態演講	5	4	3	2	1
6. 辦理學生健康飲食演講	5	4	3	2	1
7. 辦理學生視力保健演講	5	4	3	2	1
8. 辦理學生口腔保健演講	5	4	3	2	1
9. 每天課間活動時間進行教職員工生體適能活動	5	4	3	2	1
10. 每週排定班級輪流跑操場	5	4	3	2	1
11. 安全環境與急救教育宣導	5	4	3	2	1
12. 鼓勵學生在校多喝開水，少喝含糖飲料	5	4	3	2	1
13. 辦理全校性運動會	5	4	3	2	1
14. 辦理全校性衛生、保健闖關活動	5	4	3	2	1
得分小計					
三、健康服務					
1. 定期辦理學生健康檢查，瞭解學生體位，適時調整衛生宣導策略	5	4	3	2	1



2. 辦理學生體適能檢測	5	4	3	2	1
3. 傷病妥善處理	5	4	3	2	1
得分小計					
四、學校物質環境					
1. 佈置衛生保健櫥窗	5	4	3	2	1
2. 校園環境的美化綠化	5	4	3	2	1
3. 健康中心提供有關身心健康相關書籍	5	4	3	2	1
4. 加強午餐供應商及廚房衛生監督與管理	5	4	3	2	1
5. 佈置午餐櫥窗，宣導均衡飲食	5	4	3	2	1
6. 請學生攜帶環保杯，到校喝白開水	5	4	3	2	1
得分小計					
五、校園社會環境					
1. 每班選拔三位健康小天使，與校長合照並頒發獎狀	5	4	3	2	1
2. 尋求家長及義工、社區人士參與學校健促活動	5	4	3	2	1
得分小計					
六、社區關係					
1. 辦理健康促進相關家長研習	5	4	3	2	1
2. 於親職教育專刊，刊載健康相關文章	5	4	3	2	1
3. 於班親會宣導視力、口腔、安全教育與急救、健康體位及菸害與檳榔防制、性教育(含愛滋病防治)用藥安全與防制學生藥物濫用等七項議題對孩子的重要性	5	4	3	2	1
4. 拜訪社區商店，共同加入健康促進行列	5	4	3	2	1
得分小計					
總分					