

桃園縣龜山鄉山頂國民小學 102 學年度 健康促進學校實施計畫

一、計畫摘要：

本健康促進學校計畫制定之目的在於增進全校教職員生之健康，延續 100、101 學年度健康促進計畫，並以更深入、更多元層面、多元策略的方式來進行，選定的健康促進學校議題，根據本校衛生委員會組織開會評論，審定現階段最符合本校之項目，包含必選議題「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」及新增議題「全民健保」，又因近年來各種新型傳染病如腸病毒、SARS、禽流感、登革熱、H1N1 等的爆發，造成生命的危害，教導學生及家長認識傳染病和如何有效的防治傳染病的流行更為重要，故另外自選議題為「傳染病防治」。計劃撰寫的目的在於實施相關議題教學與活動，增進全校師生的健康、進而將效果延伸至家長及社區民眾，獲取整體學校健康的成果。

本計畫分三階段實施，第一階段為成立健康促進委員會，凝聚學校教職員共識，整合人力、物力、資源，確定目標及方向。

第二階段依據前階段之目標，將議題之課程教學融入課程，發展活動，配合校內教務處、訓導處及總務處之各方面全面進行。

第三階段檢核實施之成效，依據評量修改實施之內容，從回饋與省思中，修正健康議題發展之方向。

二、依據：

- (一) 教育部 102 年度健康促進計畫。
- (二) 桃園縣政府 102.08.19 桃教體字第 1020049045 號函。
- (三) 本校 102 學年度校務會議決議案。

三、背景分析：

本校位處於龜山鄉，附近有龜山工業區及一號省道，距離桃園火車站只有 5 分鐘的車程，鄰近交通及工商業經濟的中心。創校至今已邁入第 48 年，近因學校周圍新校設立，加上少子化的衝擊，目前班級數減少至 21 班，學生人數合計 520 人，教職員工 40，是一所中小型學校。校長及全體教職員工均積極推動轉型，發展學校特色，活絡創意組織。

因學生人數不多之緣故，並且學區家長部分屬於勞工階層，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。學校更亟欲推動健康促進工作，落實健康教育，

提升學校餐飲衛生，促進教職員工及學生之身心健康，以使得學生有健康的根本，有良好的學習基礎。目前校內欲努力的重點為，提昇整體教師之教學專業知能與輔導知能，彌補新任教師經驗之不足，增進行政與教學的對話溝通，期能建構完整的健康促進方案，達到親師生三贏的局面。

(一) 本校背景現況分析 (SWOTA)

項目	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A (行動)
學校環境	<ul style="list-style-type: none"> • 學校位於縱貫公路旁，交通便利。 • 學校班級數二十一班，屬於中型學校，空餘教室多，學生活動空間寬闊。 • 資訊基礎建設完善。 • 無障礙環境建置佳。 • 教師年齡偏年輕，富活力、愛心與熱忱，教師互動氣氛良好。 • 學生具發展潛力，各項比賽屢獲佳績。 • 健康中心提供各項健康教學資源與服務。 • 與大有國小分享由專業營養師設計的午餐，照顧孩子的成長需要。 	<ul style="list-style-type: none"> • 學校周邊交通複雜，道路狹小，火車行駛造成噪音。 • 課堂間教師聯繫不易，造成教師偏安的心態。 • 學生流失造成減班壓力。 • 鄉土專長教師不足。 • 退休教師多，經驗傳承出現斷層 • 學區隔代教養、外籍配偶子女有漸增趨勢。 • 單親學生數佔百分六點五。 • 原住民學生數佔總學生數百分四。 	<ul style="list-style-type: none"> • 學校毗鄰縣立體育場，是校外教學的最佳場域。 • 學校空間仍寬裕，可學區重新劃分增班。 • 師生比例適當，小班教學成效佳。 • 透過空間的規劃，落實境教功能，並建構心靈角落。 • 透過教學研討傳承，砥礪教學技巧與輔導策略。 • 經由原住民及外籍配偶協助，有利多元文化的發展。 	<ul style="list-style-type: none"> • 交通要道，上下學擁塞難行，學生安全受威脅。 • 從大型學校到中型學校的教師員額、經費等限制。 • 面臨老背少教室的安全問題，老舊危險教室面臨拆建。 • 教師人數少，身兼數職，不能充分發揮專長，提高教學效果。 • 近年資深優良老師紛紛退休教師班級經營知識傳承不易。 • 抵擋外來誘惑之定力薄弱。 	<ul style="list-style-type: none"> • 辦理交通安全宣導。 • 活化校園空間。 • 發展學校特色，建立音樂藝文遊學村。 • 爭取經費，建置E化專任教室、改善圖書室設備。 • 各班設有電腦、單槍及投影設備。 • 辦理健康教育及衛生教育研習，加強知能，提昇教學能力。 • 發展多元社團，鼓勵學生積極參與。 • 推行各項健康促進講座與活動，建立正確觀念與行動。

<p>家庭環境</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 以勞工階層與公教背景居多教育理念與學校頗為契合。 • 家長全力支持校務願意配合學校整體發展，提供興革意見。 	<ul style="list-style-type: none"> • 家長對學校教育較不熱衷。 • 家長參與課程規劃、義工協助比率不高，無法提供平日的協助與支援。 	<ul style="list-style-type: none"> • 家長透過班親會、家長會表達支持，有利班級經營 • 親師溝通推動成效良好，有利子女照應與成長。 	<ul style="list-style-type: none"> • 單親家庭比例漸高，無暇照顧孩子。 • 家長過度重視孩子的紙筆測驗成績。 	<ul style="list-style-type: none"> • 利用學校刊物、網頁，加強宣導健康觀念。 • 辦理親職教育講座，提昇健康衛生觀念與行為。
<p>社區環境</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 重大活動多能協助參與。 • 銘傳大學社團及長庚大學生支援學校教學活動。 • 鄰近虎頭山公園，可提供社區親子休閒活動的場所。 	<ul style="list-style-type: none"> • 社區提供教學資源仍顯不足。 • 資源有待整合以利推展校務。 	<ul style="list-style-type: none"> • 可透過民意代表及地方士紳關係，引進外來資源。 • 處市中心附近，體育館及社教可提供戶外教學。 • 結合地方士紳意見，建構人文素養之學校。 	<ul style="list-style-type: none"> • 附近缺少鄉土教育資源。 • 地方派系影響學校資源的應用。 • 社區所提供之教學資源不夠多元。 	<ul style="list-style-type: none"> • 鄰近銘傳大學及長庚大學可提供教學資源、人力資源的支援。 • 製作相關健康促進文宣品張貼宣導。 • 與社區商店合作，創造健康生活環境。

(二) 菸害防制現況分析

每年辦理菸害防制教育，透過菸害防制教材與教學、拒菸宣言、學習單與有獎徵答活動及寫字比賽，宣導成效佳，本學年希望藉由社區家庭，讓家庭抽菸或嚼食檳榔的成員了解其危害，進而改變習慣，也降低二手菸的危害。

(三) 健康體位的健康分析

全校學生 99、100、101 學年度 BMI 值表

時間 \ 體位	過輕	適中	過重	超重	合計
99 學年	48	310	74	85	517
百分比	9.3%	60%	14.3%	16.4%	100%
100 學年	56	322	62	84	524
百分比	11%	61%	12%	16%	100%
101 學年	80	319	57	65	521
百分比	15.4%	61.2%	10.9%	12.5%	100%

依據 BMI 值可判斷健康體位，本校於每學期初為全校學生測量身高、體重，由 99 學年、100 學年及 101 學年資料統計，發現過輕和超重學生的百分比數有下降的趨勢；適中的體位百分比達 60%，由此可知健康體位教育的施行及健康飲食的觀念的推動算成功。本校 98 學年度開始爰向大有國小分享營養午餐，提供全校師生營養均衡午餐，確實做到衛生及色、香、味俱全之飲食要求，增進學生健康，並融合相關課程，實施營養教育，提升健康飲食的正確觀念，使學生不過於偏食。但學生還是無法抗拒零食、速食和飲料的誘惑，過重學生的百分比數有上升，繼續教導學童正確的飲食觀念，養成學童天天運動熱愛運動的好習慣實在重要。

(四) 視力保健的健康分析

全校學生 99、100、101 學年度裸視視力統計表

時間 \ 視力	兩眼均達 0.9 以上	裸視視力不良	合計
99 學年	317	198	515
百分比	62%	38%	100%
100 學年	284	241	525

百分比	54%	46%	100%
101 學年	272	240	512
百分比	53.2%	46.8%	100%

本校於每學期初為全校學生測量視力，由數據中發現，本校學生視力不良率愈來愈高，學生在家的時間，家長因為工作不一定可以在家照顧小孩，學生自制力較差，看電視與玩電動的時間不易控制，造成視力退化速度增快。因此應該從低年級開始，落實護眼教育，鼓勵學生確實下課休息，力行望遠凝視活動，鼓勵學生多從事戶外活動，使學生將習慣融入生活中，養成愛眼、護眼的好習慣。並申請教育部學幼童視力保健三年計畫－「眼科醫師到校服務」，以有效減緩學幼童視力不良率之計畫目標，早期發現及追蹤學幼童視力異常，加強學校教師、學童及家長之視力保健專業知能。

(五) 口腔衛生的健康分析

全校齲齒率統計圖

	99 學年度上學期	100 學年度上學期	101 學年度上學期
一年級	51.02%	55.91%	56.8%
四年級	40.91%	52.08%	51%

本校一、四年級學生實施健康檢查，由數據中雖然發現學生齲齒率有減緩趨勢，在經過檢查及矯治後，每學年度的四年級齲齒率都較一年級低；每日潔牙次數平均 3.2 次，可見本校有效推行口腔衛生教育的成果佳，為孩童口腔健康，持續推動口腔衛生教育，落實餐後潔牙工作及含氟漱口水的實施。

(六) 性教育現況分析

隨著社會日趨開放多元，學生價值觀不同與理念差異、社會環境與媒體不當的報導，加上學校課程未能完全落實，導致青少年性行為及相關問題逐年增加。經研究證實，學校性教育的實施不但是有效且具有相當高的預防經濟效益。因此，為增進青少年性健康，學校應實施性教育，確實教導學生在日常生活中，面對性相關議題時，具備所需知識、因應處理之態度及生活技能，提昇學生對身體及性自主權，避免受到侵犯與干擾。更進而培養學生對性的正向觀點，強調以尊重與愛為基礎的「青少年性健康促進」。

(七) 正確用藥現況分析

家長、學童對於正確用藥觀念不足。正確用藥的教育，也隨著社會變遷而日顯其重要性，全面的強調與重視，是學校師生共同的課題，增進正確用藥的知能是現代國民保護自身安全及權益之必備能力，如何提升用藥知能和正確用藥五核心等，是當前學校在推行衛生政策上刻不容緩的工作。

(八) 全民健保現況分析

「全民健保」納入102學年度健康促進議題，藉此機會調查全校師生對全民健保的知識是否充足，調查發現大部分學生只聽過全民健保，對於為什麼要有健康保險及健保IC卡的運用不是非常了解，所以希望透過102學年全民健保健康議題的推動，增進師生對全民健保的認知，更為支持全民健保。

(九) 傳染病防治現況分析

近年來傳染病流行有復甦的現象，登革熱、禽流感、肺結核、腸病毒等防制日益顯得重要，再加上現處 H1N1 新型流感的流行季節，於是針對此議題，更積極推動健康教育與活動，提升教職員輔導知能，全面預防學童於校園及家庭中之傳染病防制措施及健康的生活落實於日常生活中，以培育學生更佳完善之健康生活習慣，期使學生之身、心健康能均衡發展。

四、計畫目的：

- (一) 透過學校衛生委員會，達到學校衛生工作的預期成果。
- (二) 各處室共同合作，推動各項健康促進教學與活動。
- (三) 學校健康中心提供優質健康服務措施，營造健康與安全的學習環境。
- (四) 學校結合現有社區資源，推動健康生活的社區和學校。
- (五) 落實健康促進的推行，以培養全校師生之健康觀念和正確行為，達成學校「健康活力」之願景。

五、計畫期程：102年8月1日起至103年7月31日止。

六、健康促進議題實施方式：

(一) 整體學校衛生政策

1. 由校長主持學校衛生委員會，召開定期會議決議執行健康政策。
2. 建立永續經營團隊，提供充分的支持與服務。
3. 發展有效之師生健康自主管理策略。

(二) 菸害防制

1. 與教務處合作課程加入菸害防制主題，並實施融入教學。
2. 由總務處美綠化校園，營造並規劃無菸的校園環境。
3. 辦理無菸文宣活動。
4. 與家長會、社區合作，輔導學校周遭商店拒賣菸品給學生。
5. 張貼禁菸相關教育宣導資料。

(三) 健康體位

1. 加強午餐營養教育，提供健康的飲食環境。
2. 實施營養講座，讓學童瞭解飲食與健康之關係，落實均衡飲食。
3. 加強體適能教育，養成規律運動之習慣。
4. 成立各項運動團隊或社團（田徑、直排輪、舞蹈、跆拳道、獨輪車等社團），帶動校園運動風氣。
5. 辦理村校聯合運動會及各學年體育競賽。
6. 健康中心測量身高、體重，建置體位資料，統計並分析測量結果，並計算身體質量指數，輔導異常體位個案。
7. 推動五、六年級游泳教學，習得游泳運動技能。
8. 配合寒暑假作業，紀錄運動項目及時間，鼓勵親子多運動。
9. 下課時間，鼓勵孩子到操場運動。
10. 每週二、五朝會後實施健康操活動、班級跑步活動。
11. 積極參與校外體育競賽，增加孩子自信，更熱愛運動。

(四) 視力保健

1. 利用朝會宣導視力保健的重要及視力保健的正確方法。
2. 辦理視力保健藝文競賽。
3. 養成視力保健的良好習慣，依「明眸小天使獎勵實施辦法」每學期選出每班一位優秀的明眸小天使。
4. 下課時間，鼓勵孩子走出教室活動並望遠凝視 6 分鐘。
5. 鼓勵孩子多從事戶外活動，每日 120 分鐘。
6. 隨時叮嚀孩子上課、寫字坐姿正確，確實做好視力保健。
7. 每學期初視力檢查，統計並分析測量結果，發下視力不良通知單，予以追蹤矯治並繳回回條。

(五) 口腔衛生

1. 訂定口腔保健實施計畫。
2. 製作口腔保健宣導海報，並隨機健康指導。
3. 教導學生觀看「貝氏刷牙法」教學影片，學習潔牙技能。
4. 推展「餐後潔牙」活動，午間用餐時間結束前 5 分鐘播放刷牙歌，提醒孩子確實潔牙。
5. 每週二進行「含氟漱口水」活動，並作成紀錄表。
6. 定期進行口腔檢查，統計並分析檢查結果，口腔異常通知家長，予以追蹤矯治。
7. 養成口腔保健的良好習慣，依「皓齒小天使獎勵實施辦法」每學期選出每班一位優秀的皓齒小天使。

(六) 性教育

1. 訂立性教育實施計畫。
2. 利用相關課程或時間，辦理性教育活動，增進學生性教育之知識，也養成全體師生愛滋病防治的概念。
3. 辦理相關研習，強化教師性教育專業知能及性相關法律知能的再提升。
4. 結合衛生單位或鄰近大學共同辦理以學生為主體之性教育宣導活動，包含講座、有獎徵答、競賽活動，藉以提升學生性教育的基本知能。

5. 利用健康專欄或學校網頁宣導相關正確資訊，提供學生面對性相關議題時所需知識及因應處理方式。
6. 針對不同之學生需求提供教育及輔導資源。

(七) 正確用藥

1. 聘請專家學者蒞臨學校指導教師對於藥品有正確認知。
2. 利用健康專欄或學校網頁宣導相關正確資訊，提供學生面對性相關議題時所需知識及因應處理方式。
3. 將正確用藥融入健康教育課程，加強學童正確知能。
4. 舉辦正確用藥教育相關書法、作文、繪畫比賽，讓正確用藥教育觀念深植學童內心。

(八) 全民健保

1. 將全民健保融入健康教育課程，讓學童了解全民健保的意義及認識健保Ic卡。
2. 利用專欄或學校網頁宣導全民健保的基本精神、特色及運作。
3. 辦理全民健保基本知識有獎徵答及全民健保宣導標語比賽，加強對全民健保的認知。

(九) 傳染病防治

1. 訂立傳染病管制實施辦法。
2. 加強傳染病防制的各項宣導，利用相關課程或時間，辦理教育活動，增進學生傳染病防治之知識，養成全體師生防治概念。
2. 提升老師對傳染病防治的知能並結合社會資源，共同做好學校防疫工作之發展。
3. 定期檢測飲水機，確保飲用水之安全。
4. 宣導正確洗手等防疫的方法。
5. 施行預防接種，宣導各項預防接種的意義，使每項接種率皆達 95%以上。
6. 利用每日病假的登錄，達到控制病媒的目的，若發現傳染病患者，依規定通報。
7. 傳染病流行期間，利用聯絡簿、學校網頁，宣導相關正確資訊。
8. 加強進行校園局部或全面性的環境消毒，及執行各項防疫措施。

七、計畫內容：

實施綱要	具體實施內容	主辦單位 (人員)	協辦單位 (人員)	工作 期程
學校衛生政策	1. 召開學校衛生委員會議。	校長	各處室主任	102.8
	2. 請專家學者指導健康促進學校事宜。	校長	各處室主任	
	3. 定期與醫療院所合作實施健康檢查，檢查資料需保密。	校長	各處室主任	
	4. 明訂緊急事件危機處理流程。	訓導處	各學年教師	
	5. 訂定校園衛生政策與工作時程表。	訓導處	健康中心	
健康教育與活動	1. 辦理健康促進相關知能研習。	教務處	各學年教師	102.9 103.6
	2. 設計健康促進相關課程與活動。	教務處	各學年教師	
	3. 舉辦各項健康促進視力保健、口腔衛生、健康飲食、正確用藥等藝文競賽活動，強化學生知能。	教學組	衛生組	
	4. 辦理五、六年級心肺復甦術課程。	訓導處	高年級	
	5. 潔牙方式指導與含氟漱口水使用，訂定每週二為含氟漱口水日。	健康中心	衛生組	
	6. 利用兒童宣導菸害防制、健康體位、視力保健、口腔衛生、正確用藥、全民健保及傳染病防治的重要及教導性教育正確知能。	健康中心	衛生組	
	7. 下課時間，鼓勵孩子到戶外活動。	訓導處	各學年教師	
	8. 落實實施健康操活動及體適能檢測。	體育組	各學年教師	
	9. 上學期辦理校慶暨村校聯合運動會及下學期辦理各學年體育競賽。	體育組	各處主任及各學年教師	
	10. 設立健康促進專欄，張貼宣導資料及健康資訊，並舉辦有獎徵答。	衛生組	各學年教師	
健康服務	1. 定期為全校學生測量身高、體重、視力，並統計分析，追蹤矯治情情。	健康中心	各學年教師	102.9 103.6
	2. 一年級及四年級學生實施健康檢查，發現健康問題追蹤並治療。	健康中心	各學年教師	
	3. 邀請衛教專業人士到校講習，針對健康促進議題，傳授正確的觀念與技能。	健康中心	各學年教師	
	4. 辦理「營養講座」，建立健康飲食觀念。	午餐執祕	訓導處	
	5. 善用聯絡簿，宣達各健康訊息及配合事項。	訓導處	各學年教師	
	6. 增購並充實健康中心衛生保健設備，以落實健康中心的功能。	健康中心	總務處	

	7. 結合營養午餐，落實飯前洗手、不偏食、餐後潔牙等營養衛生教育。	午餐執祕	各學年教師	
	8. 成立運動社團（田徑、獨輪車、舞蹈），鼓勵學生踴躍參與。	體育組	各學年教師	
	9. 建立溝通管道，提供學生面對性相關議題時的諮詢及輔導。	訓導處	輔導老師 護理師	
	10. 成立衛生隊，協助健康、衛生相關事宜。	衛生組	健康中心	
學校 物 質 環 境	1. 於川堂張貼健康促進藝文競賽優良作品。	教務處	訓導處	102.9 103.6
	2. 校園綠美化，提供健康學習環境。	總務處	訓導處	
	3. 各樓層均設置飲水機，並定期更換濾心。	事務組	全校師生	
	4. 每日午餐由專業營養師計算與規劃，每月菜單公告於學校網站。	午餐秘書	全校教師	
	5. 建立無菸拒檳校園。	總務處	全校師生	
	6. 定期檢驗運動遊樂器材並保養與修繕。	總務處	訓導處	
	7. 午間用餐時間結束前 5 分鐘播放刷牙歌。	衛生組	全校師生	
	8. 提供健康促進教育教材及教學媒體。	教務處	訓導處	
學 校 社 會 心 理 環 境	1. 選拔健康兒童每班一名，朝會與校長照相表揚。	衛生組	健康中心	102.9 103.6
	2. 鼓勵護眼、潔牙認真之學生，每學期選拔明眸、皓齒小天使每班一名。	衛生組	健康中心	
	3. 隨時留意學生健康狀態，適時給予協助。	訓導處	各學年教師	
	4. 落實衛生隊的功能，期末表揚健康服務表現。	訓導處	健康中心	
社 區 關 係	1. 組織志工隊，協助指導推動各項活動執導及推動。	訓導處	教務處 總務處	102.9 103.6
	2. 落實家長會的功能，協助學校推動各項活動。	總務處	各學年教師	
	3. 走進社區商家，宣導禁賣菸品及檳榔給未成年之青少年並減少販賣含糖飲料及零食給學生。	家長會	各處室主任	
	4. 於山頂通訊中刊載健康相關文章。	教學組	衛生組	
	5. 課餘時間開放校園，提供社區民眾休閒運動場所。	總務處	全校師生	

八、工作組織分配：

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 18 名。各成員之職稱及工作項目見下表。

計畫職稱	本校所屬單位及職稱	姓名	在本計畫之工作項目
計畫主持人	校長	林佩娟	研擬並主持計畫，彙整報告撰寫
協同主持人	教務主任	林碧榆	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，統籌課程與教學
協同主持人	訓導主任	王心怡	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，統籌活動進行
協同主持人	總務主任	金德智	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，統籌環境維護與改善
協同主持人	衛生組長	杜美玲	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，統籌社區資源與輔導
協同主持人	訓育組長	章紫庭	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	學校護理師	林碧玲	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	體育組長	鍾其峯	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	教學組長	王美秀	現況分析及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源協調聯繫與課程研究
研究人員	資訊組長	廖素好	健康網路網頁製作及維護
研究人員	各學年主任	謝嵐亘、張碧芝 黃麗蓉、游柏隆 王惠姿、徐承汶	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	家長會長	李富城	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	學生代表	自治鄉幹部	協助辦理學生活動及協助班級與行政單位之聯繫

九、預定進度（以甘梯圖表示）：

月次 工作項目	102. 8、9	102. 10	102. 11	102. 12	103. 01	103. 02	103. 03	103. 04	103. 05	103. 06
1. 組成健康促進 工作團隊	■									
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. 編製教材及教 學媒體		■	■	■						
6. 建立健康網站 與維護			■	■	■					
7. 擬定過程成效 評量工具			■	■	■					
8. 成效評量前測					■					
9. 執行健康促進 計畫			■	■	■	■	■	■	■	■
10. 過程評量					■	■	■	■		
11. 成效評價後測								■		
12. 資料分析								■		
13. 成果報告撰寫								■	■	■

十、計畫預期成效：

(一) 凝聚共識

凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景，全校教職員工及學生均認識到此一計畫的目的，並願意促進自身的健康，共同創造健康生活。

(二) 營造環境

建構一整體的教學環境，學生於課堂及校園皆感受健康議題的重要性，於耳濡目染的生活情境中建構健康概念。

(三) 學生行動

學生除了促進自身的健康，更要推己及人，藉由自己之身體力行來影響週遭親朋好友，將理念發展於家庭及社區中，達到健康之環境。

(四) 永續經營

菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、正確用藥、性教育、全民健保及傳染病防治概念，深植於學校衛生工作之中，並走入地方與社區，為一持續性的長遠發展。

十一、評價指標：

配合計畫執行來進行過程評量，並於計畫執行前後收集前後測資料以評估計畫成效，茲說明如下：

(一) 評價方式

1. 過程評量

- (1) 每學期召開學校衛生委員會，檢討各議題的得失，並作成會議記錄以為改進之依據。
- (2) 從環境教育佈置之海報、書籍、網頁、通訊中，精選適合學生回答之問題，結合知識、理解、應用不同層次給予學生作答，預期回答正確率90%以上，研究健康環境佈置之成果並檢討改進。
- (3) 經由老師、學生、家長檢討相關問題，以問卷方式回覆，供學校改進建議。依據學校需求評估與SWOTA分析，重新診斷劣勢有無獲得改善，威脅有否消失。
- (4) 展出活動照片成果（學習單、戲劇腳本、海報製作、影片剪輯）、並實際訪問學生之活動心得。
- (5) 擬定具體可行的計畫，並將成果紀錄存檔。

2. 成效評量

- (1) 全校視力不良學生矯治率能提升至 95%以上。
- (2) 學生視力保健行動平均達成率達 90%以上。
- (3) 戶外活動平均達成率 90%。
- (4) 實施口腔健康檢查之後測，了解學生齲齒率有無下降，學生患齲齒比率下降 2 個百分點；學生齲齒就醫率提升至 95%。
- (5) 發放潔牙紀錄表黏貼於聯絡簿，紀錄學生平均每日潔牙次數達 3 次以上。
- (6) 落實健康中心功能，辦理 BMI 值檢測，使正常體位學生百分比能達到 60%以上。
- (7) 落實體適能活動，使師生能養成規律運動習慣，達到每周累積 210 分鐘運動量目標平均達成率提升至 90%。
- (8) 結合營養午餐，辦理營養教育，提升師生之營養認知並能付諸行動，達到每天吃早餐平均達成率 95%、多喝水目標平均達成率 90%及每天理想蔬量平均達成率提升至 90%，擁有健康的身心。
- (9) 確實營造無菸拒檳的健康校園環境及社區環境，學生吸菸率及嚼檳榔率為 0%。
- (10) 落實正確用藥教育，遵醫囑服藥率提升至 90%、家庭具有用藥諮詢電話比率提升至 80%及曾打過用藥諮詢電話比率提升至 80%。
- (11) 推動訓導與輔導心理衛生業務，提供學生專業性教育，辦理三場以上宣導活動提昇學生對身體及性自主權，避免受到干擾。
- (12) 結合社區辦理各項健康促進活動，建立與社區間的友好關係。

(二) 評價指標

項 目	做到 81% 以上	做到 61% — 80%	做到 41% — 60%	做到 21% — 40%	做到 20% 以下
一、學校衛生政策					
1. 召開學校衛生委員會。	5	4	3	2	1
2. 訂定健康促進學校工作內容，並負責規劃、推動及檢討學校健康政策。	5	4	3	2	1
得分小計					

二、學校物質環境					
1. 佈置健康衛生保健公布欄，建置健康促進教學環境。	5	4	3	2	1
2. 充實班級健康及防治宣導教學設備。	5	4	3	2	1
3. 提供健康的學習環境、營造永續校園。	5	4	3	2	1
4. 設置飲水機並定期保養。	5	4	3	2	1
5. 標示本校為無菸拒檳場所。	5	4	3	2	1
得分小計					
三、學校社會環境					
1. 選拔健康兒童，表揚衛生隊健康服務同學。	5	4	3	2	1
2. 提供協助給予有特殊需求的教職員生。	5	4	3	2	1
得分小計					
四、社區關係					
1. 鼓勵與協助家長及社區團體參與學校各項活動。	5	4	3	2	1
2. 於親師座談宣導各項健康促進活動，於山頂通訊中刊載健康相關文章。	5	4	3	2	1
3. 開放學校運動場供社區民眾運動。	5	4	3	2	1
得分小計					
五、健康教學與活動					
1. 將健康促進議題融入課程教學並辦理宣導講座。	5	4	3	2	1
2. 辦理健康藝文競賽，強化學生健康知能。	5	4	3	2	1
3. 落實實施健康操活動及體適能檢測。	5	4	3	2	1
4. 辦理教師健康教育教學知能研習。	5	4	3	2	1
六、健康服務					
1. 學生每學期進行身高、體重、視力檢查，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
2. 學校照顧有特殊健康需求的學生。	5	4	3	2	1
3. 具體提升與落實健康中心的功能與工作。	5	4	3	2	1
4. 運用川堂公告欄及與網路公告，隨時提供最新健康及傳染病防治資訊。	5	4	3	2	1
得分小計					
總分					

十二、經費概算編列：

項目	金額	說明
講師費	3200 元	外聘講師，辦理研習或座談會，每小時 1600 元，共計兩小時
印刷費	800 元	研習或座談會資料、學生教材費用、親師生聯絡簿及學校校刊內保健資訊之印製、列印成果報告
文具費	400 元	文具、紙張、場地佈置
獎品費	600 元	藝文競賽、有獎徵答獎品
合計	5000 元	以上經費得相互勻支

十三、其他未盡事宜得依實際情形訂定或修改之。

十四、本計畫經校務會議通過，陳請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

單位主管：

主計：

校長：