

華志向學立典範

勛章彪炳展新猷

一、前言

本校創校迄今已二十一年，經歷任校長暨全體教職員工努力經營，奠定良好基礎。由於時空變遷，學校按學區環境，主客觀條件，在人力、物力可能範圍內，斟酌輕重緩急，積極充實軟硬體設備，營造優質學校文化，以強調人性關懷與尊重，期待在樂觀、感恩的學習環境中，創造一個共同願景與同步成長的學習中心。

以地理交通環境而言，本校座落於中壢市與內壢之交界地帶，家長以從事工商業居多，因父母忙於生計，較無暇關切子女的學業表現。此外，家長社經地位參差不齊，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。再加上由於近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童、新住民子女比例日益升高，學童之生活、學習與成長頗值得關切，更彰顯出學校健康促進教育功能的重要性。

二、計畫依據

(一)依據教育部國民及學前教育署 102 年 9 月 18 日臺教國署學字第 1020090074A 號函辦理。

(二)本校 102 學年度校務會議決議。

三、背景說明

(一)基本資料

校名	桃園縣中壢市華勛國民小學	
學校類型	智類(大型25班以上)	
校址	桃園縣中壢市榮民南路205號	
電話	(03) 4661587 傳真 (03) 4366409	
校長	林芷婕	
教職員工	配置 校長1人、教師98人、職員4人、工友4人	
班級數	年級	班級數
	一年級	9

	二年級	9
	三年級	9
	四年級	10
	五年級	10
	六年級	10
	朝陽班	1
	資源班	2
	合計	60

學生數總計1557人(包含單親. 外配. 隔代. 原住民. 新住民. 低收入612人，資源班58人，特教班11人。)

(二) 健康促進學校發展沿革

健康促進學校所強調的概念即為一整體性學校衛生計劃，也就是突破過去學校衛生僅以學生為主體，而重新將與學生健康相關的人事物納入健康促進學校的學校衛生政策、學校物質環境、學校社會環境、社區關係、個人健康技能及健康服務等六大範疇的架構之中。我國教育部於2001年即開始推動「學校健康促進計畫」，2002年衛生署遴選10個學校推動健康促進學校計畫，2004年健康促進學校試辦學校有48所，2005年健康促進學校有318所，而後辦理健康促進學校逐年增加，2007年之推動學校由518所增加至773所學校，為使健康促進學校計畫更落實，將全面性推動至所有學校。

健康促進學校的定義為「一所學校能持續的增強它的能力，成為一個有益於生活、學習與工作的健康場所」(A school that is constantly strengthening its capacity as a healthy setting for living, learning and working)，並且能做到下列事項：

1. 結合健康和教育的行政人員、教師、教師聯盟、學生、父母、健康服務提供者、以及社區領導者，共同努力使學校成為健康的處所。
2. 努力提供健康的環境，健康教學和健康服務，並結合學校和社區的發展計畫，提供員工健康促進計畫，營養及食品安全計畫、體育與休閒活動的機會、提供心理諮商和社會支持及心理健康的計畫。
3. 實施尊重個人福祉與個人尊嚴的政策，提供多種管道的成功機會，並且感謝個人的努力與成就。
4. 同時促進學生、學校人員、家庭和社區人員的健康，並和社區的領導者共同努力，幫助他們了解社區的作法對健康和教育品質強化或危害的程度。
5. 努力促進學校人員、家庭和社區成員及學生的健康。

(三) 本校推動健康促進學校的現況與願景

學校成員是由學生、教師及家長所組成，由於上述成員大部分來自社區，學校與社區的關係自然是密不可分，因此在推動健康促進學校的同時，對於學校成員和社區居民的健康情況必須做通盤考量。在上述概念下，本校成立健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，全力為學校成員的健康把關。100學年度參與視力保健行動研究，獲得相當的成效，除了以桃園縣衛生局開發的四、五、六年級互動式教材發展固定課程，也推動一連串相關的藝文競賽及宣導活動；101學年度視力保健行動研究持續進行，對學生視力不良率進一步進行了解，透過研究教導學童正確用眼觀念與視力保健方式，讓視力保健概念落實於學生生活行動中。口腔衛生工作方面：推動透過每日晨間活動及午餐結束，落實潔牙工作，逐步提升學生每日平均餐後潔牙次數。配合社區變遷，年輕人口外移，家庭結構改變，特別辦理教職員工及社區義工口腔講座；而在事故傷害防治上，除在校園設施上加註警告標語及定期維護外，特別舉辦教職員工及學生的心肺復甦術研習活動，建立基本的安全急救觀念；最後，在各項校園衛生工作及教育活動宣導上也是不遺餘力的推動，102學年度將和家長會及社區合作持續推動菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、正確用藥性教育（含愛滋病防治）及全民健保等七大議題，並加強辦理安全急救教育，今分述如下：

1. 菸害防制：持續教導學生反菸拒檳的正確觀念，使學生擁有不吸菸、不吃檳榔及拒菸、拒檳的態度及能力，如此不僅能夠有效減少吸菸與吃檳榔比率，也能使下一代生活在無菸的環境下散發健康活力。
2. 健康體位：加強理想體重的認知，勿聽信坊間似是而非的減重觀念及做法，設立體重控制班，協助體重異常的學童建立體重控制常模，以正確的飲食習慣及規律運動來改善體位異常的情況，邀請營養師到校開辦營養講座，提供學校成員良好的飲食觀念，並且舉辦『體育表演會』推展校園運動風氣。
3. 口腔衛生：在晨間活動時間宣導及午餐過後提醒餐後潔牙，落實潔牙工作。
4. 視力保健：繼續參與視力保健行動研究。宣導利用課間活動時間做護眼運動，鼓勵學童每天做望遠凝視二次，並多從事戶外活動。
5. 性教育（含愛滋病防治）：性教育是一種「人格教育」，也是一種「愛的教育」。本質上，性教育是一個生命對另一個生命的影響。因此，在本議題上除將正確觀念融入健康教育課程中，亦辦理性教育講座及性別平等藝文競賽，以強化性教育宣導。
6. 正確用藥：將正確用藥知識融入健康教育課程及活動，加強正確用藥校園環境佈置，運用LED跑馬燈進行用藥安全宣導，落實相關議題。
7. 全民健保：將全民二代健保知識融入健康教育課程及活動，加強全民健保校園環境佈置，運用LED跑馬燈進行全民健保宣導，落實二代全民健保相關議題。

總之，本校希望透過健康促進學校的推動，並藉由課程教學、講座宣導及網路資源等平台，加以延續深化相關議題的健康知識及技能。引導本校教職員工生都能有正確的健康知識與價值觀。並期待將來能以學校為健康促進的核心，發揮學校每一成員的影響力，推廣至社區，影響社區民眾皆能夠具備正確的健康觀念與生活習慣。

四、背景說明

(一) 健康議題背景概述

健康狀態是影響學習及生活品質的重要因素，而學校在學生及教職員工的健康促進上則扮演極重要的角色，有效的學校健康促進計畫必須是廣泛而完整，才能涵蓋影響健康的諸多因素（黃松元，1993）。依據行政院衛生署最近幾年十大死因統計，呈現兒童少年主要死亡原因，事故傷害佔第一位，其中12歲以下兒童跌倒、跌落、墜落傷害事故之盛行率，高達7.8%，其次則是交通事故傷害，約佔1.5%，第三為燒燙傷，約佔1.1%。兒童健康會影響未來成人健康狀態，更會影響國家未來的競爭力，且對兒童健康之投入最符合成本效益。為因應兒童健康問題的多元性及複雜性，因此，依照本校健康促進學校的議題進行完整的背景分析。

1. 菸害防制：男女青少年吸菸率各為17%及4%，並且有逐年升高的趨勢（台灣地區國民健康促進知識、態度與行為調查，2002），有藉於此，政府特定制定菸害防制法來保障國人的健康。因此，配合菸害防制新法在民國98年1月11日實施，將菸害防制教育向下扎根，希望藉由健康促進學校的規劃，建立學生反菸拒檳的意識，從而使學生遠離香菸及檳榔的誘惑，是健康促進學校的最重要課題。目前，本校執行於校門口、校園中較為明顯處及廁所佈置並張貼禁菸禁嚼檳榔標誌，對於無菸校園的維護及宣導具有一定的成效。
2. 健康體位：增進國民健康是世界每一個國家一致追求的目標，我國由開發中國家邁向已開發國家，國民所得增加，生活水準提高，由早期的營養不良，演變為現在的營養過剩及不均，以致於各種慢性疾病有日益增加的趨勢。由歐美先進國家之發展經驗得知，生活方式及飲食習慣若沒有積極改善，再加上未建立正確之飲食營養知識，則肥胖、心血管疾病等罹患率勢必升高，為求國人身體之健康，體重控制應為重要的學校衛生政策。本校學生100學年度第一學期體位不良789人，佔全體44.2%，而第二學期體位不良753人，佔全體42.0%，學生體位有2.2%改善，表示健康促進學校系列活動對於提升學生參與運動的興趣頗有助益及成效。
3. 口腔衛生：口腔衛生反應個人的衛生習慣，學齡期階段更是齲齒的高峰期，健康促進學校當以「預防重於治療」的保健觀點，積極宣導口腔保健知識，落實態度與技能養成，以降低學童齲齒的發生率，本校除逐步提升學生每日平均餐後潔牙次數之外，期望透過衛生教育的落實，達到世界衛生組織所期許「在2010年，50%以上的兒童沒有齲齒、12歲以下兒童齲齒指數2顆以下」之目標。

4. 視力保健：近視是台灣地區學生一項嚴重的健康問題，由於近視發生年齡的降低，可能產生高度近視及隨之而來的視網膜剝離等問題，實不可忽視，故如何降低學童近視的罹患率及延遲近視發生的年齡一直是健康促進學校必須努力的目標。衛生署國民健康局於95年委託台大醫院調查「台灣地區國小學童屈光狀況之流行病學」研究結果發現：95年度全國調查研究初步結果與前幾次調查結果比較，國小近視盛行率以往逐年增加的趨勢已顯著減緩，其中1995、2000、2006年國小一年級盛行率依序為12%、20.4%、19.6%，國小六年級盛行率55%、60.6%、61.8%（衛生署，2007），顯示加強學生視力保健的觀念，增強視力保健的行動力是急迫且必須的。
5. 性教育（含愛滋病防治）：網路上的性資訊就像其他傳播媒體一般，無論是正面或負面，對於我們的生活都產生相當深遠的影響。面對網路性犯罪的激增，色情網站充斥著不適合青少年成長的性資訊與性誘惑，以及網路交友所隱藏的性侵害陷阱，就教育的觀點，我們都希望學生在上網學習的同時，能身心健全的成長，避免受不適當性資訊的影響，進而能對不適當性資訊具有「批判思考能力」，因此，除將正確觀念融入健康教育課程中，亦辦理性教育講座及性別平等藝文競賽，以強化性教育宣導。
6. 正確用藥：為提升用藥安全，加強正確用藥教育，結合在地化藥事資源（如：正確用藥教育中心校群、社區藥局等），希望透過結合社區藥事資源與民眾力量，加強對用藥認知與行為，並將用藥安全教育向下紮根，其教學內容是以用藥五大核心能力為主——清楚表達自己的身體狀況、看清楚藥品標示、清楚用藥方法、時間、做身體的主人、生病找醫師，用藥找藥師，廣泛地融入各種領域的教學。
7. 全民健保：「全民健康保險」是以全體國民為保障對象，全民互相幫忙的健康保險制度，參加保險的每一個人，只要按時繳納保險費，當生病的時候，就可以得到適當的醫療照顧，以保障身心健康。本計劃著重教導學童了解什麼是全民健保，認識健保IC卡，知道生病運用全民健保以得醫療照顧。

（二）SWOTA分析

以下將從健康促進學校的六大範疇，分析華勛國小健康促進學校SWOTA，以期順利推動健康促進學校的各項事務。

	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
學校衛生	1. 學校願景結合健促議題 2. 學校中長程計畫具體列入 3. 校務會議通	1. 學區位於工商業區，社區推動困難 2. 學生人數眾多，活動空間不	1. 政府決心全力推動二代健促 2. 本校參與視力保健行動計	1. 新興社區學生持續增加 2. 家庭教育配合不易 3. 弱勢學生支	1. 結合學校願景，落實中長程校務發展計畫 2. 加強在職進修，強化教師行

生 政 策	過全力支持 4. 健促委員會 廣佈分工明確 5. 能依需求評 估訂定行動策 略	足 3. 學校自主管 理機制不足 4. 教師行動研 究能力和意願 待加強 5. 推動經費籌 措不易	畫 4. 家長普遍體 認健康對學童 重要性	持配套不足 4. 教師教學工 作業務繁重	動研究能力 3. 聘請專家學 者，確實掌握健 促精神方向 4. 爭取社會資 源挹注，擴大辦 理層面 5. 發展管理機 制，落實學校本 位管理 6. 加強教育宣 導，爭取家長支 持配合
	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
學 校 物 質 環 境	1. 新設學校軟 硬體設備充實 2. 門禁管制嚴 謹，校園安全無 虞 3. 器材設施採 購能做安全考 量且能定期檢 查維修 4. 緊急應變及 防災計畫完善 5. 廁所、飲用水 及照明設備符 合規定 6. 傳染病防治 應變計畫周 延，防疫工作落 實	1. 學生人數眾 多，活動空間不 足 2. 缺少大型學 生活動中心，室 內活動規劃不 易 3. 新設學校，校 園綠化美化尚 待加強 4. 校園安全經 費不足，警衛及 保全設施不足 5. 學校週邊道 路交通流量過 大，上下學交通 安全勘慮 6. 水電補助長 年不足排擠學 校資源分配	1. 已獲縣府專 案補助，興建學 生活動中心 2. 學區位處龜 山蘆竹兩鄉交 界，可獲較多資 源補助 3. 家長會組織 健全，支持學校 推展健促	1. 鄰近學校設 施完善，績效良 好。 2. 校園開放期 間，人員管控不 易 3. 新型流感和 傳染病頻傳，考 驗學校應變能 力 4. 民意高漲，家 長對學校設備 標準需求日益 升高 5. 教學設備 E 化 和健促議題的 推動產生落差 6. 學生活動空 間被壓縮，意外 事故略多	1. 加強校園安 全宣導，管理和 維護 2. 普設校園安 全監視系統，防 範校園安全死 角 3. 強化緊急應 變小組功能及 防災演練 4. 動員家長及 志工共同參與 校園綠化美化 工作 5. 聯繫轄區警 察和社區民防 系統，增加校安 維護人力 6. 爭取家長會 及社會資源協 助紓解經費不 足窘境
	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
學	1. 學校設有資 源班，提供學習	1. 家長雙薪家 庭較多，親子互	1. 學校霸凌問 題獲得重視，反	1. 新設學校，校 園文化和校風	1. 增設特教 班，提供特殊兒

校 社 會 環 境	<p>弱勢學生學習服務</p> <p>2. 「教育儲蓄專戶」和「仁愛基金」提供經濟弱勢學生補助</p> <p>3. 學校組織氣氛和諧，次級文化融洽，親師生相互尊重接納</p> <p>4. 家長認同支持學校，熱心投入教育志工服務工作</p>	<p>動和親師溝通備受考驗</p> <p>2. 弱勢學生健康議題較嚴重，支援系統仍嫌不足</p> <p>3. 師資多元，但輔導和特教專業能力有待加強</p> <p>4. 社區對學校推動的健促活動仍存觀望態度</p> <p>5. 學區內國中學生放學後或假日常到校與在校生接觸</p> <p>6. 「智育掛帥」仍存在於許多家長的意識形態中</p>	<p>霸凌成為學校校務重點工作</p> <p>2. 社會公益團體重視教育問題，社會資源較易爭取</p> <p>3. 服務學習蔚為風氣，更多的人力願意投入志工行列</p> <p>4. 學區內外籍新娘比例頗高，有助多元文化推展</p>	<p>傳承有待持續發展</p> <p>2. 特殊兒童個案和種類逐年增多，考驗學校特教能力</p> <p>3. 外配子女的特殊家庭文化和學習需求差異頗大</p> <p>4. 媒體和廠商的渲染，扭曲和模糊健促議題的訴求</p> <p>5. 學區內眾多安親班的經濟利益和管理方式不當</p> <p>6. 家長自主意識和學校的教育訴求仍有落差</p>	<p>童支持性服務</p> <p>2. 針對健促議題，設計更多元活動設計和獎勵措施</p> <p>3. 落實「認輔制度」，提供特殊個案需要的個別輔導。</p> <p>4. 加強教師增能研習，培養輔導和特教專業能力</p> <p>5. 辦理家長親職教育，爭取支持認同和協助</p> <p>6. 協調社區警力和人力，加強假日校園安全維護</p>
	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
健 康 教 育 課 程 及 活	<p>1. 能結合健促議題和學生需求，設計學校總體課程</p> <p>2. 能依實際需求評估，以生活取向和問題導向推動健促議題</p> <p>3. 辦理健體領域觀摩教學，相互學習成長</p> <p>5. 多元的健體活動性社團，提供學生探索學習發展機會</p>	<p>1. 新興教育議題眾多，在融入教學時容易產生排擠現象。</p> <p>2. 家長安排的「認知」課後才藝班學習取代健促的學習活動</p> <p>3. 課程綱要的各領域學習時數，規範和僵化了學習內容</p> <p>4. 健體專長教師條件限制嚴格，晉用新進人</p>	<p>1. 學生健康議題受到重視，健促活動家長多能接受和鼓勵</p> <p>2. 教師對健促議題的課程設計觀念和能力日漸提昇</p> <p>3. 學校社團多元蓬勃發展，學生也能依興趣專長選擇參加</p> <p>4. 資訊科技發展迅速，教師觀摩學習方式多元活潑</p>	<p>1. 認知學習易教，技能、情意和生活實踐容易被忽略</p> <p>2. 實證導向的證明數據，不易在短時間教學活動取得</p> <p>3. 教師甄選競爭激烈，健體專長教師嚴重不足</p> <p>4. 心理及社會層面健促議題不易設計，影響推動意願</p>	<p>1. 整合學生問題和生活需求，設計學校本位課程</p> <p>2. 開設多元社團，鼓勵學生參與，激發學生潛能</p> <p>3. 爭取專家學者和輔導團協助，提昇健康教育品質</p> <p>4. 辦理增能導向教師在職進修，提昇健體教學知能</p>

動	6. 健全的健康服務團隊，針對不同需求提供支持性服務	員不易 5. 健體課程設計在「本土化」和「在地化」方面亟待加強 6. 社區的健康教育教學活動不易得到家長支持和配合	5. 學習能力指標明確，教學評鑑日益客觀和普遍 6. 學生對健促議題的學習動機強烈，學習興趣濃厚	5. 學校健體領域的教學設施和活動空間仍嫌不足 6. 教師對健促活動的團隊合作和課程省思待加強	5. 加強教學視導，落實健體教學的正常化和品質 6. 重新檢視社區需求，設計在地化社區健體課程
	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
社 區 關 係	1. 家長教育參與意識高漲，願意參與學校校務運作 2. 家庭少子化，重視子女健康議題，親子願意共同參與 3. 學校開放校園，鼓勵更多民眾走入校園，支持學校 4. 鄰近商家、社區、警方、醫院共同形成安全網絡 5. 鄰近學校健康環境相同，策略聯盟儼然成形 6. 地方社團組織關心健促議題，熱心支持學校推展活動	1. 學生人數眾多，緊鄰道路交通量大，上下學安全堪慮 2. 社區工商活動頻繁，動員民眾參與健促活動不易 3. 健促活動需配合家長作息時間，設計多有限制 4. 學校教育和家庭教育在健促議題訴求仍有落差 5. 弱勢學生家長較不願意參加學校健促活動 6. 學校對健促活動的宣導，缺乏多元管道	1. 學校擁有縝密的家長志工團體，協助環保、導護、圖書等業務 2. 每年舉辦的親職教育日、運動會有助於學校、家長、社區的連結 3. 經過學校的精心設計，融合健康促進議題於親職教育日中 4. 結合 E 化網路、書面校刊通訊，全面促進社區參與 5. 積極與社區內的健康飲食店形成聯盟關係 6. 善用社會資源，全面啟動健康促進學校	1. 義務性的家長志工，流動性大，不利傳承 2. 學校附近多為新興住宅區，家長對社區認同性相對性低 3. 家長重視智育成績，對於校內的活動列為次要選項	1. 辦理志工培訓研習課程，提升志工服務知能 2. 辦理志工家長活動，凝聚志工家長與學校情感 3. 定期發行華助通訊，行銷及宣導學校辦理健康促進成果 5. 鼓勵家長、教職員參與「健康自主管理」，連結點、線、面邁向健康促進社區
	優勢 S	劣勢 W	機會 O	威脅 T	行動策略 A
健	1. 完善的健康中心設施，提供	1. 全校師生眾多，相關健促活	1. 有系統的建置健康資訊管	1. 學校除了正	1. 辦理教職員健康檢查，強化

<p>康 服 務</p>	<p>全方位的身心照顧 2. 能關懷全校師生健康情形，提供相關健康服務 3. 能提供健康相關資訊予全校師生、教職員，關懷特殊需求學生 4. 針對特殊疾病學生列冊管理，協助班級教師瞭解學生。 5. 定期辦理傳染病防制宣導，有效預防傳染病交叉感染 6. 辦理教職員工休閒活動，促進身心健康。</p>	<p>動課程、議題，推動不易 2. 學校目前學生數已超載，師、生活動空間明顯受限。 3. 以 60 班的學校規模，健康中心護理人員數明顯不足，工作負荷大</p>	<p>理系統資料，作為推動健促議題的依據 2. 善用志工家長團體協助健康中心，提供健康服務 3. 結合社區資源，提供弱勢學生相關健康服務</p>	<p>員，相關代理人的護理知能待加強 2. 部分弱勢家庭對於學生的健康檢查結果，無法配合矯治 3. 健康資訊管理系統資料的建置耗時費力 4. 教職員工自主意識高漲，健促議題推動觀念的溝通信費力</p>	<p>教職員對健康意識重視 2. 辦理全校教職員 CPR 研習，培育事故傷害防制師資 3. 結合衛生所資源，厚實學校支援健康服務資源 4. 運用「生香文教基金會」資源，協助弱勢學生健康服務 5. 辦理教職員工參訪、研習活動」 6. 結合社區資源，辦理社區居民健康檢查</p>
----------------------	---	--	--	--	---

(三) 需求評估

依照上述本校健康議題背景概述及SWOTA分析，目前需要極力推展的有七項議題，整理歸納需求評估如下表：

議題	實施情況	預期目標	需求評估
<p>菸害防制</p>	<p>☆依據桃園縣衛生局互動式拒菸及戒菸教材納入四、五、六年級課程教學。 ☆每學年度辦理全校師生健康檢查。 ☆配合中壢市衛生局辦理社區居民健康檢查活動。</p>	<p>☆辦理四、五、六年級學童有獎徵答宣導。</p>	<p>☆建置網路教材平。 ☆辦理健康促進學校藝文競賽及有獎徵答活動。</p>
<p>健康體位</p>	<p>☆學期初針對全校 1552 位學童進行健康</p>	<p>☆將體位適中學童比例提升至 38% 以上。</p>	<p>☆建置網路教材平台。</p>

	<p>檢查，篩選體重異常學生。</p> <p>☆進行全校學生體適能檢測。</p> <p>☆實施優活計畫，提倡體育活動。</p> <p>☆配合營養師開立午餐菜單。</p>	<p>☆依據體重異常學生名單，徵詢學生家長同意，成立體重控制班。</p> <p>☆成立五個以上的體育性社團，鼓勵多運動。</p>	<p>☆請營養師辦理營養講座。</p> <p>☆添購相關運動器材。</p> <p>☆辦理體育表演比賽，提升休閒運動風氣。</p> <p>☆成立健康體位促進班</p>
口腔衛生	<p>☆學期初針對全校1552位學童進行口腔檢查。</p> <p>☆學童在校期間，每天實施兩次潔牙活動，實施氟水漱口。</p> <p>☆配合健體領域實施貝氏刷牙法教學。</p>	<p>☆逐步降低全校學童齲齒率至60%以下。</p> <p>☆提升全校學童每日平均餐後潔牙次數至3.2次以上。</p>	<p>☆建置網路教材平台。</p> <p>☆邀請牙科醫師到校舉行講座。</p> <p>☆辦理健康促進學校藝文競賽。</p>
性教育 (含愛滋病防治)	<p>☆學期初針對全校教職員工進行性教育(含愛滋病防治)宣導及教學活動。</p>	<p>☆針對六年級學生施行性教育(含愛滋病防治)教育及宣導每學期至少一次。</p>	<p>☆建置網路教材平台。</p> <p>☆辦理六年級青春無悔性教育(含愛滋病防治)宣導課程。</p>
視力保健	<p>☆學期初針對低年級學童進行視力保健及教學活動。</p> <p>☆推展護眼操活動。</p> <p>☆推廣望遠凝視。</p>	<p>☆完成全校學童視檢查。</p> <p>☆推行全校視力保健教育及宣導教育每學期至少兩次。</p>	<p>☆辦理視力保健宣導講座。</p> <p>☆建置網路教材平台。</p>
正確用藥	<p>☆運用現有正確用藥教材，充實相關課程中有關正確用藥教育。</p> <p>☆張貼正確用藥海報標語。</p>	<p>☆102學年度完成課程教學，施教人數達全校學生人數的60%。</p> <p>☆辦理教師、社區家長宣導講座至少1場。</p>	<p>☆建立網路教材平台。</p> <p>☆結合在地化藥事資源(如：正確用藥教育中心校群、社區藥局等)，提供多元化之藥事照護服務。</p>
全民健保	<p>☆充實相關課程中有關全民健保教育。</p> <p>☆張貼全民健保海報標語。</p>	<p>☆推行全校全民健保宣導每學期至少一次。</p>	<p>☆建置網路教材平台。</p>

五、計畫目的

- (一) 瞭解學校成員的健康狀況及影響健康的相關因素。
- (二) 評估學校教職員工生的健康需求（包括需求的重要性、可行性、物力及人力相關資源等）。
- (三) 建立永續經營、自主規劃之健康促進組織與團隊。
- (四) 引導學校成員瞭解傳染病類型與傳染途徑，並且做好自身以及環境的防範措施。
- (五) 建立意外事故傷害防制與緊急救護體系，訂定校園緊急傷病處理流程，並且結合社區建立關懷據點。

六、計畫內容

本計畫分兩階段進行，第一階段組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工現有與健康有關的人力、物力及資源及進行健康之需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題的優先順序。第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，以增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；此外進行過程評價以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效果，實施內容如下表：

六大範疇	具體實施內容	日期	主辦單位	成效指標
學校衛生政策	1. 提出 102 學年度健康促進學校計畫。	102/09	衛生組	成立健康促進委員會並正常運作
	2. 健康促進學校計畫呈報	102/09	衛生組	
	3. 召開健康促進小組會議	102/09	校長	
	4. 彙整成果、簡報	103/05	衛生組 護理師	
健康教學與活動	1. 備課時「反菸拒檳」、「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」、「性教育（含愛滋病防治）」、「傳染病防治」及「正確用藥」等議題融入課程。	經常性	各領域教師	1. 學生能夠說出香菸及檳榔對身體的危害，並對其說 NO！ 2. 打造無菸校園 3. 學校成員能夠瞭解健康體位的重要性並積極建立良好的生活習慣。 4. 學校成員能夠養成
	2. 拍攝活動宣傳照。	不定期	衛生組	
	3. 舉辦「反菸拒檳」、「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」、「性教育（含愛滋病防治）」、「傳染病	經常性	衛生組	

	防治」及「正確用藥」、議題等宣導活動。			良好的視力保健及口腔衛生習慣。
	4. 辦理全校學生健康檢查（視力、口腔、體位等）。	102/09	護理師	5. 學校成員能夠明瞭傳染病的防治方式及確實執行。
	5. 推動運動社團成立	102/09	訓育組	6. 學校成員能夠留意環境安全，並且具備基本救命術。
	7. 辦理體育表演會	103/05	體育組	
	8. 辦理全校學生體適能測驗	102/11	體育組	
	9. 鼓勵多喝水	經常性	衛生組	
	10. 充實相關課程中有關正確用藥教育	不定期	衛生組	
健康服務	1. 學生每學期初進行一次健康檢查。	開學	護理師	1. 學童健康檢查率及追蹤率達到目標值。
	2. 檢查結果通知家長，體位異常者能加以列冊追蹤輔導。	102/9	護理師	2. 體重控制班學員達到理想BMI值。
	3. 成立體重控制班，每週進行運動、飲食控制及檢測。	經常性	護理師	3. 全校體位適中學童比例提升至58%以上。
	4. 進行檢傷及護理工作	經常性	護理師	4. 全校學童視力正常比例提升至38%以上。
	5. 學童送醫聯絡及運送	不定期	護理師 衛生組	5. 全校學童齲齒盛行率至60%以下，以及提升全校學童每日平均餐後潔牙次數至3.2次以上。
	6. 每月進行傷病統計及分析	經常性	護理師	6. 完成全校學童疫苗接種。
	7. 備有醫療院所名稱、地址、電話時間表等資料提供學校成員參閱。	經常性	護理師	
	8. 全校師生健康諮詢服務。	不定期	護理師	
	9. 戒菸教育實施。	不定期	衛生組	
	10. 後測統計及分析。	經常性	護理師	
物質環境	1. 建置健康櫥窗。	經常性	衛生組	1. 校園不再出現煙蒂。
	2. 定期維護飲用水衛生。	經常性	總務處	2. 維護校園環境安全。
	3. 水龍頭足夠，能正常供水。	經常性	總務處	3. 提供學校成員及社區居民相關健康資訊。
	4. 學生在學校備有水壺或水杯。	經常性	各班級任	
	5. 校園設施巡檢。	經常性	總務處	
	6. 愛心導護站認證	102/9	生教組	
	7. 禁菸標示	經常性	總務處	
	8. 設置圖表及宣導海報張貼	經常性	護理師 衛生組	

	9. 學校健康促進網頁建置及維護	經常性	資訊組 衛生組	
學校 社會 環境	1 班級確實鼓勵多喝水。	經常性	各班導師	提高學生參與健康促進活動的興趣。
	2. 獎勵體位控制優異學童	經常性	各班導師	
	3. 頒發通過心肺復甦術測驗的學員合格證書。	經常性	衛生組	
	4. 熱心參與義工給予感謝狀	學期末	生教組	
社區 關係	1. 辦理親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」的內涵。	不定期	衛生組 護理師	得到家長及社區對健康促進學校的支持。
	2. 配合學校舉辦健康促進活動，請家長或社區民眾參與。	不定期	學務處	
	3. 採取多元化聯絡方式，維持家長與學校間之溝通管道暢通。	經常性	各班導師	

七、組織及任務

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見下表：

計畫職稱	姓名	本校所屬單位 職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	林芷婕	校長	研擬並主持計畫執行檢討與修正並指導彙整報告撰寫檢討會議
協同人員	董寶福	家長會長	協助各項活動之推展及整合社區人力環境佈置等協助推展健康促進議題推展服務
協同主持人	林榮財	教務主任	研究健康促進學校教材、師資、課程等策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	張祥麟	訓導主任	研究健康促進學校主題實施辦法執行宣導等策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	張心潔	總務主任	研究健康促進學校整體環境規劃及硬體維護等策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	范良文	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
研究人員	陳佳蕙	衛生組長	執行整體計畫辦法並協調統整各項活動之推展活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫及報告撰寫健康網頁維護。
研究人員	黃曾胤	生教組長	校園健康安全環境評估，禁菸拒檳宣導活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協

研究人員	戴諭禎	訓育組長	健康促進學校相關藝文競賽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	方靜慧	體育組長	健康體能、體位控制等活動及學生健康體能評估、運動會、減重競走營計畫執行等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	陳春蓮	午餐祕書	健康飲食觀念宣導等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	一~六年級學年主任	級任教師	健康促進學校主題內容教學活動執行及相關進修、建議等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	王佩瑜	護理師	健康服務體檢並建立特殊疾病名單、健康狀況統計等身體及心理健康狀況及需求評估，活動策略設計效果評價，社區及學校資源之協調整合

八、 預定進度：實施期程 102 年 8 月 1 日起至 103 年 7 月 31 日止

工作項目	年份 月份											
	101年 8月	101年 9月	101年 10月	101年 11月	101年 12月	102年 1月	102年 2月	102年 3月	102年 4月	102年 5月	102年 6月	102年 7月
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. 報告撰寫												

九、計畫預期成效

以下將從本計畫的成果預估、展望期許及未來計畫三方面來審視本計畫。

(一) 成果預估：

1. 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。
2. 營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康：也就是使得學校成員容易在學校環境中適應，並且強調學校中師生的互動參與關係；另外學校成員也更易於在心理上認同學校並且感受與社會的連結，對於學校的溝通型態與衝突的管理也能夠接受。
3. 真正地由學生參與並且發展其行動能力。以學生為導向的參與教學方式，引發學生的潛能及見解，建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態。

(二) 展望期許：

1. 結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係，共同營造一個反菸拒檳的學校環境。
2. 只有具備正確的理想體重觀念，個人才能在均衡的飲食攝取及規律的運動習慣之下，譜出幸福的人生圓舞曲，社會也能夠經由個人的實踐過程中得到高品質人力素質。
3. 引導學生重視視力保健及口腔衛生，並且身體力行在生活中實踐。
4. 讓學生認識許多隱藏在生活周遭及校園中傳染病病源，並且做好相關防範措施。

(三) 未來計畫：

1. 持續推動健康促進學校中的健康體位，以養成良好的健康飲食及運動習慣，整合品格教育中的有恆、欣賞及智慧等特質，並且藉此擴大到其他健康促進學校議題，使得學校成員對於健康促進在生活上有更進一步的體認及實踐。
2. 反菸拒檳校園的推動，未來更可以結合社區的力量，發揮社區營造的力量，真正打造出優質健康的社區環境。

十、評鑑考核

依據本計畫之第六項計畫內容的『成效指標』來進行評鑑考核，並於計畫執行前後收集前後測資料以評估計畫成效，茲列表如下：

			指標	執行成果	
過程 評量	行政 措施	實施教育	健康議題融入課程	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			健康促進特色活動	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			辦理健康促進教師研習	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		政策執行	設立健康促進推行組織	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			擬定健康促進活動辦法	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
	組織 結構	學校	會同所有處室通力合作	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			鼓勵教師配合	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			鼓勵學生支持參與	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		校外資源	增進社區參與	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			歡迎志工加入	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			爭取外界資源	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
	妥善 運用 資源	人力資源	鼓勵教師發揮專業知識	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			爭取相關專長人才加入	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		經費運用	爭取外界經費資助	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			妥善運用執行經費	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		設備運用	妥善利用相關器材	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	

成效評量	師生健康狀況	生理指標	確實執視力檢查	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			確實執行口腔檢查	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			確實執行身高體重檢查	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			確實執行健康檢查	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		心理指標	鼓勵學生抗拒外界誘惑	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		體適能指標	增強學生心肺及肌耐力	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
	改進師生行為與生活型態	預防性	落實健康檢查，注重師生健康	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			輔導高危險群學生	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		減少危害健康行為	成立體重控制班	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			實施正確用藥教學	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
	健康校園	改善校園環境	校內：永續校園	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			校外：社區營造	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		完善師生健康服務	建立預防篩檢、追蹤、治療、輔導、諮商及轉介機制	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		建立和善的校園文化	建立無菸校園	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
			凝聚師生拒菸反檳榔共識	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		改進個人知識	增進師生健康知覺	增進視力保健常識	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到
	增加口腔衛生知識			<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
	建立健康體位觀念			<input checked="" type="checkbox"/> 有達到	

			<input type="checkbox"/> 未達到	
		增進性別平等概念	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		增進正確用藥概念	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	
		增進全民健保概念	<input checked="" type="checkbox"/> 有達到 <input type="checkbox"/> 未達到	

十一、 結語

華勳國小是「一所在穩定中不斷求進步的學校」，我們期待透過學校健康促進工作的推動，朝向學校本位經營（落實教育政策、發展學校特色、營造優質校園環境）；教師專業成長（落實課程研究，提昇專業知能，倡導敬業精神。）；學生能力培養（培育基本能力，關懷週遭事物，涵養健全人格。）等溫馨、盡心、專業、人文、健康之學校願景。此外，學校健康促進計畫的擬定，藉由明確的目標、系統的步驟、周密的思考以及發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，並且結合永續校園、友善校園以及品格教育的推動，使得學校邁向優秀、精緻與創新的行列，以增進本校學校成員的全人健康。

十二、 經費

由縣府103學年度推動健康促進學校計畫補助經費支出，不足經費由學校相關經費項下勻支。

十三、 經費概算

單位：元

項次	項目	說明	單價	數量	複價
1	鐘點費	辦理講座、研習鐘點費	1600	1	1600
2	文具紙張	油墨、紙張、光碟、文具等	1200	1	1200
3	獎品	各項活動獎品	40	50	2000
4	雜支	佔以上項目總和 5%以內	200	1	200
5	總計				5000

十四、 本計畫經校務會議通過，呈請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人

訓導主任

會計主任

校長