

## 健康促進學校計畫申請表

### 學校基本資料表

學校名稱	琉球國中	所屬縣(市)	屏東縣
學校地址	9 2 9 屏東縣琉球鄉中正路 158 號		
議 題		補助金額	
必選議題	整體學校衛生政策、菸害及檳榔健康危害防制(預防性健康行為)	5 萬元	
*自選議題 1 (需自本要點肆之二所列項目中選擇)	性教育(含愛滋病防治)	1 萬 5 千元	
*自選議題 2 (同上)	健康體位(含健康飲食及健康體能)	1 萬 5 千元	
申請補助總金額	新台幣 八 萬 元 整		
是否願意成為該縣(市)之示範學校	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否	
承辦人	姓名：李秀麗	E-mail : ellie0625@yahoo.com.tw	
	聯絡電話：088612509-13	傳真：088613305	
學校過去辦理之經驗或績優事宜(請列舉) 1. 配合本鄉衛生所辦理衛生教育闖關活動。 2. 配合本鄉衛生所辦理體適能檢測宣導活動。 3. 辦理校內學生體重控制活動。 4. 辦理菸害防治宣導活動。 5. 辦理校內愛滋病防治教育認知測驗。 6. 本校為屏東縣 95 年度健康促進學校。			
辦理健康促進學校之潛能(請列舉) 1. 本校教職員工相處融洽，並依學校願景團結一致共創校園新氣象。 2. 師生互動佳，教師積極引導學生，建立學生正確觀念，學生熱情參與各項活動。 3. 本鄉衛生所、消防隊、慈濟團體……等社區資源積極協助校內各項活動，以利校務順利進行。			

承辦人：

單位主管：

機關首長：

# 屏東縣立琉球國中 96 年度健康促進學校計畫書

## 一、計畫摘要

本計畫旨在發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康。本計畫分二階段進行，第一階段成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工生之健康狀況、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；此外亦進行過程評價，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果效。

學校健康促進之現況分析及需求評估，以訪談、問卷調查及檢測等方式進行。學校健康促進計畫之執行策略主要包括教育層面及政策層面；教育層面運用之策略主要為課程介入、活動介入及媒體傳播，以增進學校成員之健康知覺、知識、態度、價值觀、技能並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升身體、心理、情緒及社會之全人健康狀態。政策層面運用之策略主要為訂（修）定相關規定、強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

## 二、依據

- (一) 教育部 96 年 7 月 6 日台體（二）字第 0960097160 號函。
- (二) 屏東縣政府 96 年 7 月 13 日屏府教體字第 0960137443 號函。

## 三、背景說明

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，民 82）。我國的十大死因已由過去的胃炎、肺炎、結核病等急性傳染病，轉變為惡性腫瘤、腦血管疾病、心臟疾病及糖尿病等慢性疾病為主。而青少年的未婚懷孕、愛滋病感染、藥物濫用、事故傷害、視力、口腔及營養等問題，更是日趨嚴重，如：15 至 19 歲青少年之生育率高達 11%（2003，內政部人口統計資料）；男女青少年吸菸率各為 17% 及 4%（2002 年，台灣地區國民健康促進知識、態度與行為調查）；而學生感染愛滋病之人數增加，已達到每五個感染者中，就有一人是 15 至 24 歲的年輕人，且其中 21% 為學生身份（2003 年，愛滋病資料庫）。因此如何從小培養國民正確之衛生知識，養成良好之健康行為，以減少日後疾病及健康問題之發生，是學校教育應當努力的目標。

本校地處離島偏遠地區，學區內四面環海，海洋資源豐富，居民百分之七十靠捕魚為生，是一所小型學校，全校共有十班，學生數共 322 人，教職員工 34 人。學區家長

大部分以捕魚為生，外籍新娘比例日益增加，家長社經地位較低落，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、隔代教養與外籍新娘學童比例高達 14.6%，學童之生活、學習與成長頗值得關切。本校教師流動率高，且多為年輕經驗不足，不論是教學專業知能與輔導知能都亟需補強，因此舉辦相關的研習進修，以提昇教師有效教學與學生輔導的專業知能是本校輔導重點工作。本校目前的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、學校餐飲衛生、教職員工健康促進及健康心理等層面。然而，鑒於學校健康問題漸趨多元與複雜，實有必要整合學校與社區的組織人力與資源，因此本計畫乃參考健康促進之相關文獻(Winnet, King and Altman, 1989; Winkleby, 1994; Koepsell, et al., 1995; Susser, 1995 ; Fisher, 1995)發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康。

#### 四、計畫目的

- (一) 瞭解學校教職員工生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) 透過菸害、檳榔防制相關研習講座加深老師、學生對菸害、檳榔防制的重視，推動學校自主營造無菸、無檳榔校園，建構並推廣無菸、無檳榔環境意識和行動。
- (五) 運用社區資源辦理相關活動，提升學校教職員工生健康心理與生理。
- (六) 發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務。
- (七) 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。

#### 五、計畫內容

本計畫分兩階段進行，第一階段成立學校健康促進委員會(如八、人力配置)，並組成健康促進工作團隊，先診斷學校教職員工生之健康狀況、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；此外亦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果效。茲將二階段之工作內容、實施方法及進行步驟分述如下：

##### 第一階段

- (一) 組成健康促進工作團隊

健康促進工作團隊負有規劃及執行的功能，能廣徵學校成員的健康需求，決定目標的優先順序，也能發展健康促進計畫及執行各項活動。同時網羅社區中與健康有關或有興趣的組織、機構及團體共同參與，建立互惠之合作關係，以期有效聯結社區內外之資

源，發揮更大之影響力。

## (二) 現況分析及需求評估

- 1、收集並分析現有的健康檢查資料、相關的調查統計及研究報告，以了解學校成員之生理、心理及體適能健康狀況。
- 2、運用溝通及人際互動技巧訪談學校成員(教職員工生)的意見，以了解他們對學校健康促進現況之看法及滿意度並評估學校及社區的特性、可運用之人力、物力資源及經驗。並藉著訪談互動的過程，激發他們參與的意願。
- 3、採抽樣問卷調查方式廣泛了解學校成員之健康行為與生活型態及其影響因素並調查學校成員對學校健康環境、健康服務、校園社會文化品質的看法與需求。

## (三) 決定目標及健康議題

健康促進工作團隊依據學校健康促進之現況分析及需求、評估結果、提出目標及健康議題之建議方案，然後據議題的重要性、需求性及人物力資源之配合等各項評估指標，選定有勝算、可行的議題及決定目標與策略的優先順序，並藉由互動過程建立共識。

## 第二階段

健康促進工作團隊依據健康議題及工作目標擬定學校健康促進計畫，訂於每年的11月為菸害及檳榔防治教育宣導月，每年的12月為性教育宣導月，3月為衛生教育宣導月，5月為健康體能宣導月，於宣導月辦理與執行相關議題之活動，其執行策略主要包括政策層面及教育層面，茲說明如下：

(一) 政策層面：運用之策略主要為訂(修)定相關規定與行政配合及強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

- 1、訂(修)定相關規定與行政配合方面：依據計畫執行之所需，協調各單位修訂定相關規定，以增進人力/物力資源之可近性及設備之可利用性，並有充足之經費，以提供更完善的健康環境與健康服務。

教務處：將健康促進議題融入課程計畫中，並依計畫實施教學活動。

訓導處：訂定進康促進相關辦法，辦理健康促進活動並依計畫確實實行。

總務處：負責美化綠化環境，環境衛生設備之保養及校園生活之安全。

輔導室：規劃性教育宣導活動，提供相關資訊與輔導。

午餐：嚴格把關學生午餐之菜單，提升學生健康飲食品質。

- 2、強化組織方面：辦理健康促進相關研習，以提升健康促進工作團隊、學生社團及家長志工之組織效能。結合社區資源辦理健康促進活動，增進組織與成員的互動及學校組織與社區資源的聯結，期能提升行政服務品質及建立和諧健康的校園社會文化。

(二)教育層面：運用之策略主要為課程介入、活動介入及媒體傳播，以增進學校成員之健康知覺、知識、態度、價值觀、技能並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升身體、心理、情緒及社會之全人健康狀態。

1、課程介入方面：由課程發展委員會進行統整規劃，將衛生教育、菸害及檳榔健康危害防制、性教育、健康體位議題融入各領域之課程教學與學習評量。

2、活動介入方面：

(1)辦理衛生教育、菸害及檳榔健康危害防制、性教育、健康體位議題之研習，增進學校成員之健康知能與行為。

(2)結合社區資源辦理衛生教育、菸害及檳榔健康危害防制、性教育、健康體位議題之闖關活動，增強師生互動關係及增進家長及社區等組織之支持與合作。

(3)辦理性教育小團體輔導，建立學生正確性教育觀念。

(4)辦理校內衛生教育、菸害及檳榔健康危害防制、性教育、健康體位議題之藝文活動，建立學生正確健康觀念。

(5)成立教師與學生運動社團，帶動運動風氣，提升健康體能。

(6)配合本校學生十大基本能力-游泳項目，推廣游泳運動。

3、媒體傳播方面：

(1)製作宣傳單與折頁提供家長與社區商家，宣導健康資訊。

(2)學校網站隨時提供相關資訊與活動公告，引發學校成員及家長的關心與參與。

## 六、計畫預期成效

(一)學校方面：落實健康促進政策，提供安全與多元的環境

落實學校健康促進政策的訂定與推行，並發展學校特色健康促進課程，建立全校師生相關議題的共識。營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康：生理的環境包含一無菸校園且安全衛生的校園建築、設施，使學生能在安適健康的環境中學習，學校中教師與學生積極參與相關活動，互動溝通良好。心理的環境包含一對於正確的健康知識的瞭解，並能在日常生活中實踐正確的健康行為，進一步對自我肯定，產生自我悅納的感受。

(二)教師方面：增進專業知識，發揮創意與教學

透過一系列的課程規劃，學生能在不同階段中，學習到不同層次的健康觀念。老師也能透過課程的實施，重新思考健康的意義，使學校能逐漸形成的健康環境氣氛中為大家所認可並產生共識。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。健康促進學校能實踐民主化、參與式及透明化的學校管理策略。

(三)學生方面：增進健康的知識與強健的體魄，做好迎向未來的準備

學生能學習正確的煙害、檳榔防制、藥物濫用防制的健康知識，建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態，進而能因應未來的任何挑戰。

(四)社區合作方面：建立學校與家長的合作健康機制，打造健康社區

家長是學校強而有力的後盾，因此學校積極建立與家長良好的聯繫和雙向溝通，並結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係，共同打造健康的灣裡社區。



## 八、人力配置

### 屏東縣琉球國中 96 學年度學校健康促進委員會

職稱	姓名	執掌	備註	
召集人	林俊傑校長	1. 綜理學校健康促進工作。 2. 核定學校健康促進工作計畫，並領導實施。 3. 延聘學校衛生工作人員並督導之。 4. 主持學校健康促進委員會。 5. 負責與校外有關機構之聯繫與合作事宜。	校長	
副召集人	蘇傳桔主任	1. 協助校長籌組並負責學校健康促進委員會有關工作。 2. 促進社區各有關機構之聯繫與合作，辦理學校健康促進工作。 3. 推動學校健康教育及各項健康活動。 4. 督導管制合作社食品衛生。	訓導主任	
執行秘書	李秀麗組長	1. 協助校長籌組並負責學校健康促進委員會有關工作。 2. 擬訂衛生健康促進工作計畫及有關報告。 3. 協助護理人員實施學校健康促進工作。 4. 辦理學校健康促進活動。 5. 協助健康教育教學及各項衛生活動。	訓育組長	
行政組	組長	陳梅仙主任	負責所需設備及物品之採購及核銷	總務主任
	組員	楊宗寶主任	支援協助行政事務相關事宜	主計主任
	組員	周蜜娟主任	支援協助行政事務相關事宜	人事主任
	組員	陳滿福主任	支援協助行政事務相關事宜	補校主任
教學組	組長	王春明主任	1. 充實教學設備。 2. 設計教學。 3. 聯絡與統整教學。 4. 健康教育活動。	教務主任
	組員	洪希智組長	負責協助規劃課程及相關事宜	教設組長
	組員	蔡芝妤老師	負責融入其領域課程教學及提供相關意見	各領域召集人
	組員	梁國光老師	負責融入其領域課程教學及提供相關意見	
	組員	賴羿瀨老師	負責融入其領域課程教學及提供相關意見	
	組員	王惠美老師	負責融入其領域課程教學及提供相關意見	
	組員	黃慈真老師	負責融入其領域課程教學及提供相關意見	
活動組	組長	李誌興組長	負責活動辦理及其協調工作	體衛組長
	組員	陳美珠組長	協助活動辦理及其協調工作	註冊組長

輔導組	組長	洪明慶主任	負責相關資訊提供與輔導工作	輔導主任
	組員	蔡芝妤組長	協助相關資訊提供與輔導工作	輔導組長
	組員	李逸凡組長	協助相關資訊提供與輔導工作	資料組長
健康服務組	組長	蔡素雲小姐	1. 健康檢查 2. 視力保健 3. 傳染病管制 4. 簡易急救 5. 健康指導 6. 保健資料報表整理	校護
導師代表		劉榮昌老師	協助活動辦理及其協調工作	導師
家長志工代表		蔡淑慧小姐	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫	家長會長
社區團體代表		蔡秀玲小姐	協助辦理教職員工生、家長需求評估與活動及協助相關資訊提供與行政單位之聯繫	衛生所
學生社團代表		洪登瑋同學	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務	羽球隊



屏東縣琉球國中 96 學年度健康促進學校議題推動工作團隊

組別	姓名	執掌	備註	
召集人	林俊傑校長	1. 綜理學校健康促進工作。 2. 核定學校健康促進工作計畫，並領導實施。 3. 延聘學校衛生工作人員並督導之。 4. 主持學校健康促進委員會。 5. 負責與校外有關機構之聯繫與合作事宜。	校長	
副召集人	蘇傳桔主任	1. 協助校長籌組並負責學校健康促進委員會有關工作。 2. 促進社區各有關機構之聯繫與合作，辦理學校健康促進工作。 3. 推動學校健康教育及各項健康活動。 4. 督導管制合作社食品衛生。	訓導主任	
整體學校 衛生政策	組長	李誌興組長	負責規劃健康促進學校「整體學校衛生政策」行動計畫與推動	體衛組長
	組員	洪希智老師	協助健康促進學校「整體學校衛生政策」行動計畫推動	教師
	組員	陳美珠老師	協助健康促進學校「整體學校衛生政策」行動計畫推動	導師
菸害、檳 榔防制	組長	李秀麗組長	負責規劃健康促進學校「菸害、檳榔防制」行動計畫與推動	訓育組長
	組員	黃春生老師	協助健康促進學校「菸害、檳榔防制」行動計畫推動	導師
	組員	劉榮昌老師	協助健康促進學校「菸害、檳榔防制」行動計畫推動	導師
	組員	王培諭老師	協助健康促進學校「菸害、檳榔防制」行動計畫推動	實習老師
健康體位 (健康飲 食)	組長	蔡素雲護士	負責規劃健康促進學校「健康體位(健康飲食)」行動計畫與推動	校護
	組員	黃慈真老師	協助健康促進學校「健康體位(健康飲食)」行動計畫推動	導師
	組員	楊白萍老師	協助健康促進學校「健康體位(健康飲食)」行動計畫推動	導師
健康體位 (健康體 能)	組長	賴羿濤老師	負責規劃健康促進學校「健康體位(健康體能)」行動計畫與推動	體育老師
	組員	梁國光老師	協助健康促進學校「健康體位(健康體能)」行動計畫推動	導師
	組員	王惠美老師	協助健康促進學校「健康體位(健康體能)」行動計畫推動	導師
性教育 (含愛滋 病防治)	組長	蔡芝妤組長	負責規劃健康促進學校「性教育」行動計畫與推動	輔導組長
	組員	李逸凡老師	協助健康促進學校「性教育」行動計畫推動	導師
	組員	陳梅仙老師	協助健康促進學校「性教育」行動計畫推動	教師

## 九、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) 過程評量：

1. 學校成立學校衛生委員會，針對學生、教職員的健康定期開會討論並做成決議，且能依據決議執行。
2. 學校能進行本身健康促進學校的需求評估，並能依照評估結果，制定實施計畫。
3. 學校能提供支持健康生活的物質及社會環境。
4. 學校能鼓勵教師在課程規劃納入健康議題。
5. 學校獎勵或支持學生及教職員的健康活動和行為。
6. 學校邀請家長會或社區相關團體，制訂和檢討發展健康促進學校的衛生政策，有系統的結合參與社區健康。
7. 學校健康服務能針對學生健康需求來規劃，包括：生理、心理、社會、情緒各層面。

### (二) 成效評量：

1. 整合學校教學及行政資源，以專題演講及實際運用的方式，達到健康生活之目的；為了評價活動進行之成效，在實施前對參與學員進行前測，活動結束後進行後測。課程內容包含營養知識教育、飲食行為改變、健康體能、運動知識、性教育等項目，對學員活動前後飲食、運動知識及行為改變之具體變化，以量性問卷做前後測，並測量健康體位及體能之變化，來評估計畫之成效。
2. 營造和諧的校園氣氛，成功的價值教育有賴校園各方面的配合，全校師生以及行政人員的參與，將可營造校園彼此尊重、和諧之氣氛，而此氣氛對學生亦能產生潛移默化之影響。

## 十、經費編列

單位：元

項 目	金 額	說 明
印刷費	25,000	印製傳播單與宣傳折頁、問卷及成果報告
文具、紙張	8,000	油墨、紙張、文具等費用
電腦處理費	3,000	磁片、光碟片、電腦資料處理費
鐘點費	22,400	1. 辦理訓練、研討活動之授課鐘點費 1600×3 小時×3 場, 400×2 小時×10 場(小團體輔導) 外聘教師每小時 1600, 內聘教師每小時 400 元
交通費	1,200	400×3 次(船費+車資)
場地佈置	3,000	
誤餐費	3,600	
獎品	10,000	藝文活動、闖關活動之獎品
雜支(佔上列項目 總和 5%以內)	3,800	茶水費…等
合計	80,000	

不得編列人事費、內部場地使用費、行政管理費、設備費