**臺南市立將軍國民中學**

**109 學年度健康促進學校實施計畫**

臺南市立將軍國民中學 109 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫依據：

(一) 學校衛生法

(二) 臺南市109學年度健康促進學校實施計畫

(三) 臺南市政府教育局109年8月14日南市教安(二)字第1090974007號函

二、計畫摘要：

依計畫組成學校健康促進工作團隊，評估成員的健康需求，分析了解需改善的健康問題，發展有效的策略，擬訂具體有效的實施內容。藉由相關活動介入，使師生互動增加，以提升教職員生健康觀念知識技能，進而願意培養健康的生活模式，增進家長及社區等組織之支持與合作，聯結社區內外之資源共同參與合作共識，且於計畫進行過程評量以適時回饋修正計畫，最後進行成效評量來評估計畫實施之整體成果。

109學年度必選議題:視力保健、口腔保健、健康體位、菸檳防制、全民健保(含正確用藥)、性教育(含愛滋病防制)；自選議題:安全教育與急救等七項。108學年度本校學生體位肥胖率(23.1%)高於台南市國中生平均值(19.43%)，經積極推動健康體位並建立個案管理專案，體位肥胖率(25%)仍未見改善，因此「健康體位」仍列為本校109 學年重點推動議題。

三、背景說明:

本校屬偏遠地區學校，學生班級數目前為五班，學生數95人(109年8月統計人數)，教

職員工約21人。學區家長大部分屬於勞工藍領階級，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庭結構的改變，本校低收入戶、單親家庭、寄親及隔代教養學生比例高，學生擁有健康體位的加強及生活、學習與成長頗值得關切。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 視力保健 | 裸視視力不良率 | 106學年度 | 107學年度 | 108學年度 |
| 七年級 | 52.4%  | 50%  | 61.5%  |
| 八年級 | 71.4% | 59.5%  | 66.7%  |
| 九年級 | 67.9% | 78.6% | 69% |
| 校平均 | 64.2%  | 63.3% | 67% |
| 視力不良就醫率 | 100% | 100% | 100% |

**108學年度健康促進學校—視力保健執行情形**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 指標 | 108學年度臺南市國一平均值 | 108學年度本校平均值 | 達成指標情形 |
| 裸視視力不良率 | 72.61% | **67%** | ( )達市平均以下**(v )高於市平均仍需努力** |
| 視力不良就醫率 | 90.14% | 100% | (v )達市平均以下( )低於市平均仍需努力 |

(資料來源:本校健康資訊系統)

 108學年度期初全體裸視篩檢視力不良率為67％，較去年期初增加3.7%，至期末裸視視力不良比期初又增加8%，視力持續惡化中；經宣導家長能正視問題，就醫複檢率、視力不良定期就醫追蹤率仍維持100%，顯見本校對於學生視力檢查之後續關懷與追蹤的狀況甚佳。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 口腔衛生 |  | 106學年度 | 107學年度 | 108學年度 |
| 學校餐後潔牙率 | 99.85% | 99.84% | 99.8% |
| 學生齲齒率 | 21.43% | 2.7% | 28% |
| 學生齲齒複檢率 | 100% | 100% | 100% |

**108學年度健康促進學校—口腔衛生執行情形**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 指標 | 108學年度臺南市國一平均值 | 108學年度本校平均值 | 達成指標情形 |
| 學生初檢齲齒率 | 15.34 | **28%** | ( )達市平均以下**(v )高於市平均仍需努力** |
| 學生齲齒複檢率 | 83.88% | 100% | (v )達市平均以下( )低於市平均仍需努力 |

(資料來源:本校健康資訊系統)

學校長期推動餐後潔牙，指導貝氏刷牙法等口腔衛教宣導， 106學年至108學年餐後潔牙率約達99 .8%。七年級學生口腔檢查並督促異常追蹤矯治，學生齲齒率28%高於市平均(15.34)，可能原因1.未落實睡前潔牙習慣。2.缺乏定期口腔檢查動機與時間。3.課後，缺乏督促，飲食多含糖或碳水化合物的食物和飲料。4.老師會提供甜食、飲料獎勵學生。5.小型學校，學生數少，計算齲齒率(潔牙率)比率容易放大(變小)。

經宣導家長能正視問題，齲齒矯治率維持100% 。顯見學校口健保健推動的成效，因此將持續推動學生午餐後潔牙、舉辦口腔衛生保健活動與講座，並邀請家長參與，期能喚醒學生與家長對口腔保健的重視，改善學生齲齒狀況。

**108學年度健康促進學校—健康體位執行情形**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 健康體位 |  | 106學年度 | 107學年度 | 108學年度 |
| 體位過輕率 | 8.76% | 7.44% | 3.8% |
| 體位適中率 | 64.23% | 60.3% | 62.5% |
| 體位過重率 | 11.68% | 11.57% | 10.6% |
| 體位肥胖率 | 15.33% | 20.66% | 23.1%% |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 指標 | 108學年度臺南市國一平均值 | 108學年度本校平均值 | 達成指標情形 |
| 體位過輕率 | 6.37% | 3.8% | (v )達市平均以下( )高於市平均仍需努力 |
| 體位適中率 | 61.11% | 62.5% | (v )達市平均以下( )低於市平均仍需努力 |
| 體位過重率 | 13.09% | 10.6% | (v )達市平均以下( )高於市平均仍需努力 |
| 體位肥胖率 | 19.43% | **23.1%** | ( )達市平均以下**(v )高於市平均仍需努力** |

(資料來源:本校健康資訊系統)

108學年度體位過輕、適中、過重比率均優於臺南市國中平均值，106-108學年度體位肥胖比率明顯提升且高於臺南市國中生平均值，上述數據顯示本校108學年度在健康體位整體數據方面是下滑的。因此109學年度選擇「健康體位」為主推議題，加強推動學生正確飲食之觀念及適當運動，並持續追蹤體重過重及超重學生之運動狀況。

**108學年度健康促進學校—菸檳防制執行情形**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 108學年度菸檳防制前測項目 | 測驗結果 | 分析與行動策略 |
| 菸害防制自我效能% | 99.2% | 持續進行宣導 |
| 態度% | 98% | 持續進行宣導 |
| 吸菸意向% | 1% | 加強健康危害宣導 |
| 菸害認知% | 83.4% | 加強健康危害宣導 |
| 學生吸菸率% | 0% | 持續進行健康危害宣導 |
| 學生電子煙使用率% | 0% | 持續進行健康危害宣導 |
| 校園二手菸暴露率% | 8% | 校園進行教室興建工程，工地人員複雜難以掌控加強巡查及張貼海報標語宣導 |
| 學生參與菸害防制教育比率% | 96% | 持續進行宣導 |
| 吸菸學生參與戒菸教育率% | 0% | 持續進行宣導 |
| 學生嚼檳率% | 0% | 持續進行宣導 |
| 學生參與檳榔防制教育比率% | 60% | 辦理宣導學生另有其他活動(ex:比賽)未能全數參加增加健康宣導場數，提高參與防制教育機會 |
| 嚼檳學生參與戒檳教育比率% | 0% | 持續進行宣導 |

學校明確公告本校為無菸場所，部分學生仍會在家庭中接觸到有吸菸嚼檳榔習慣的家長；由於本校持續推動菸檳防制教育，加強學生對於菸品、檳榔的危害認知，協助建立反菸檳觀念，亦教導、訓練學生遠離香菸檳榔的誘惑勇於說「不」的技巧與能力，108學年度使本校有吸菸習慣、嚼食檳榔之人數為0。

**108學年度健康促進學校—全民健保(用藥安全)執行情形**

學校結合社區資源如衛生所辦理正確用藥宣導講座。藥品可說是我們生活中不可或缺之物，擁有正確的用藥觀念極其重要的，本學年度擬持續辦理宣導講座，除正確用藥相關部分外，並針對全民健保進行說明與宣導，期使學生、家長能珍惜全民健保，善用健保資源。

**108學年度健康促進學校—性教育(含愛滋防治)執行情形**



108學年度八年級健促網路問卷測驗，性知識較106、107為低，性態度亦受影響。另新住民、單親家庭與隔代教養比率高，家長繁忙，家庭教育不落實。3C交友軟體盛行，交友圈擴大，難以掌控，危機潛伏。108學年度在社區資協助下，舉辦了性教育及愛滋病防治議題宣導講座。國中階段，身體的巨大轉變讓懵懂無知的青少年既期待又怕受傷害，學校雖有健康教育課程，但藉由醫療專業人員的講解說明、案例分享，不失為另一種學習。本學年度將持續辦理講座，期使學生對於性教育有更透澈的認識，藉以提升師生對愛滋病的認知與接納愛滋患者。

**108學年度健康促進學校—安全教育與急救執行情形**

本校為鄰近海邊偏遠地區學校，社區、家庭醫療資源需求短缺，是需至隔壁鄉鎮尋求資源。因此防災觀念的宣導，提高水域安全的警覺性，教導學生游泳與自救能力是必要推動的課題；學生每日平均受傷人數 2-3人，針對校內外意外傷害，學校持續宣導安全教育是重要的。因此「安全教育與急救議題」列為109學年度自選議題，推廣全校師生及社區民眾急救安全教育，提昇校內外意外事故時正確的應變處理方式，培養全校師生「傷害防治」之知能。

**學校環境、社區資源、學校政策與教學之分析SWOTA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 項目 | 優勢（S） | 劣勢（W） | 機會（O） | 威脅（T） | 行動（A） |
| 學校環境及社區資源 | 1.與府城保全合作，協助校園安全維護2.近2年學校獲得補助建築或設備汰舊更新，提供安全的學習環境。  | 1. 鄰近海邊偏遠地區學校，社區、家庭醫療資源需求短缺 2.學生家長多為勞動階層，對學生的健康照護相對不足 | 1.自96學年度起，陸續推動健康促進學校的活動2.將軍衛生所以人力、物力等資源鼎力支援學校活動3.結合地方醫療資源:佳里奇美醫院，提供師生健全健康維護系統 | 1.鄰近商家及小吃攤林立，為學生飲食不均的威脅來源2.家長忙碌，對於學生健康照護不易。3.學校教舍工程興建，校園危險性大增，工程人員有吸菸嚼檳之情形。 | 1.開放校園提供民眾休閒活動2.與將軍衛生所建立醫療與衛教工作夥伴關係 |
| 學校政策與教學 | 1.成立學校健康促進委員會2.依照學生需求及社區資源訂定有效學校健康政策3.定期召開健康與體育教學研究會4.適時辦理各項健康講座5.將健康促進學校議題融入課程中 | 1.資源有限，經費不足，難以實施所有規定衛生政策2.升學壓力致教師與學生將健康促進專業知識視為非必要。3.學校人力不足。 | 1.辦理各項健康促進教育活動2.整合健康促進活動和學校大型活動，減少額外人力、物力與時間等資源需求或浪費 | 1.學生隔代教養或單親家庭比率偏高，影響教學策略及親師互動2.各項專案活動多，教師工作負荷重 | 1.運用晨間活動及學生集會，辦理各項宣導2.印發營養教育、防疫保健、健康自主管理之相關宣傳資料3.辦理各項活動演示，提供學生演練的機會 |

四、計畫內容：

|  |  |
| --- | --- |
| **議題名稱** | **視力保健** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 擬定及實施「視力保健」計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 成立視力保健小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| (二)健康服務 | 進行視力篩檢及學生視力複檢 | 健康中心 | 教導處 | 109.9/110.2 |
| 視力檢查矯治追蹤與統計 | 健康中心 | 教導處 | 109.10/110.3 |
| 追蹤關懷高度近視危險群 | 健康中心 | 教導處 | 109.10/110.4 |
| (三)健康教學與活動 | 舉辦有關視力保健活動與宣導 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 戶外活動120，3C少於1 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理晨間活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 視力保健融入健康教育課程 | 教學組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 配合校慶辦理視障體驗活動 | 訓導組 | 教導處 | 109.12 |
| 落實規律用眼3010 | 教學組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (四)學校物質環境 | 教室採光定期檢測並改善教室照明設備，符合燈光照度規定 | 總務處 | 教導處 | 109.9/110.2 |
| 落實電子白板使用規範 |  |  |  |
| 學校燈管定期維護清潔，損壞立即維修維修 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 課桌椅高度依學生身高調整 | 班級導師 | 總務處 | 經常性辦理 |
| 教室座位與教室距離2公尺並畫標示線 | 班級導師 | 總務處 | 109.8/110.2 |
| 校園內張貼視力保健海報 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 校園內綠美化，種植綠色樹木及盆栽 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 提供對視力有益之均衡飲食 | 午餐祕書 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 規劃班級活動與場地，推動下課淨空計畫 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 多元的運動設備，提供戶外活動使用 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 鼓勵學生進行護眼活動 | 訓導組 | 健康中心 | 經常性辦理 |
| 推動戶外活動戴帽護眼措施 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 鼓勵學生定期進行視力檢查 | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 結合社區資源辦理弱勢學生免費配鏡活動 | 健康中心 | 教導處 | 109.10/110.3 |
| 結合社區資源辦理視力保健宣導  | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 給家長一封信，提醒家長注意學生視力保健 | 訓導組 | 教導處 | 110.1 |
| 利用親職教育或聯絡簿宣導視力保健，3C少於1 | 教導處 | 輔導室 | 109.9 |
| **議題名稱** | **口腔衛生** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 擬定及實施「口腔衛生」實施計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 成立口腔衛生保健小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| (二)健康服務 | 進行口腔健康篩檢 | 健康中心 | 教導處 | 109.11 |
| 加強口腔複診與矯治追蹤與統計 | 健康中心 | 教導處 | 109.12 |
| 提供口腔衛生資料及諮詢服務 | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (三)健康教學與活動 | 口腔衛生融入健康教育課程 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 進行口腔衛生宣導活動，加強口腔衛生認知 | 教務組 | 教導處 | 109.9 |
| 鼓勵食用氯碘鹽之宣導 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 佈置口腔保健專欄 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理貝氏刷牙法影片示範教學， | 健康中心 | 教導處 | 109.9 |
| (四)學校物質環境 | 每日午餐後定時廣播提醒潔牙，培養潔牙習慣 | 訓導組 | 教導處 | 每日 |
| 各班發放潔牙紀錄表 | 健康中心 | 訓導組 | 每月月初 |
| 飲水設備安全維護 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 校園內張貼口腔衛生海報 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 鼓勵學生搭配使用含氟量1000ppm以上之含氟牙膏進行飯後潔牙活動 | 訓導組 | 教導處 | 每日 |
| 鼓勵學生定期至牙醫診所進行檢查 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 各班確時完成潔牙者給予獎勵 | 訓導組 | 教導處 | 109.1/110.6 |
| 未確實潔牙者予以關懷並追蹤執行 | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 和新興醫院合作辦理口腔檢查 | 健康中心 | 教導處 | 109.11 |
| 結合社區資源辦理口腔衛生講座 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 透過親職教育或聯絡簿宣導口腔衛生，與家長協力督導睡前潔牙。降低含糖歡料與零食攝取頻率。 | 輔導室 | 教導處 | 109.9 |
| 議題名稱 | **健康體位—109學年主推議題** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 擬定及實施「健康體位」計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 成立健康體位小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| (二)健康服務 | 定期測量並分析學生體位情形 | 健康中心 | 訓導組 | 109.9/110.2 |
| 辦理七年級健康檢查(血液 尿液 理學檢查) | 健康中心 | 訓導組 | 109.11 |
| 各項體格缺點學生列冊管理並進行矯治追蹤 | 健康中心 | 訓導組 | 109.12 |
| 實施體位不良學生健康飲食與運動指導 | 健康中心 | 訓導組 | 經常性辦理 |
| (三)健康教學與活動 | 辦理晨間活動，培養規律及正確的運動習慣 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 健康體位與飲食營養教育宣導 | 教務組 | 教導處 | 109.9 |
| 課程融入，推動健康體位85210五大核心能力培養。  | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 加強體適能檢測 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 辦理校慶運動會與體能活動 | 訓導組 | 教導處 | 109.12 |
| 成立運動社團，培養規律運動習慣 | 訓導組 | 教導處 | 每週 |
| 辦理體位管理班 | 健康中心 | 教導處 | 109.10/110.4 |
| (四)學校物質環境 | 設立健康飲食專欄，提供健康飲食資訊 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 提供安全又營養均衡的午餐 | 午餐執祕 | 教導處 | 每日 |
| 鼓勵多喝自開水，校園不販賣含糖飲料，不得以含糖飲料獎勵學生 | 總務處 | 教導處 | 每日 |
| 設置飲用水設施，並定期管理與保養 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 健全運動場、籃球場、室內運動空間，提供完善課間運動器材 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 鼓勵學生養成吃早餐的習慣 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 鼓勵每天喝足1500CC開水 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理全校性體育競賽，提升運動風氣 | 訓導組 | 教導處 | 109.12 |
| 鼓勵學生參加校外各項運動競賽或 動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 鼓勵教師同仁參與有益健康的活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 結合親職教育辦理家長健康飲食講座 | 訓導組 | 教導處 | 109.9 |
| 利用聯絡簿協助家長輔導學生在家飲食與運動計畫及正確體位意識。  | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 參與社區舉辦的各項活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 議題名稱 | **菸檳防制** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 擬定及實施「無菸檳校園」計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 成立校園菸檳防制小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 將電子菸納入校規規範辦理 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| (二)健康服務 | 戒菸種子師資1人 | 健康中心 | 教導處 | 109.8 |
| 提供戒菸拒檳服務 | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (三)健康教學與活動 | 菸檳防制課程融入領域教學，強化學生反菸拒檳意識與技能 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 每學年至少應辦理1次以教職員工、學生、家長為對象的拒菸活動 | 教務組 | 教導處 | 110.6 |
| 電子菸危害認知教學，加強電子煙危害認知教學，如有查獲個案，請協助追查來源。 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理「禁菸拒檳」的宣導活動 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 針對吸菸或嚼食檳榔學生加強戒菸戒檳教育 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (四)學校物質環境 | 校園中張貼無菸標誌 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 校園內張貼禁菸拒檳海報 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 張貼校園周邊場所禁菸公告 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 辦理禁菸拒檳活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 鼓勵學生參加各項禁菸、拒檳競賽 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 提供「禁煙、拒檳」標語的跑馬燈 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 加強校園周邊無菸範圍不得抽菸之規定 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 未滿18歲吸菸學生，應令其接受戒菸教育2小時。 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 嚴加規範家長、民眾、來賓、施工廠商進入校園不吸菸、不嚼檳榔 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 結合社區家長進行菸害及檳榔防制宣導 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 拜訪社區愛心商店，不販賣香菸給未滿18歲青少年 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 結合社區醫療資源辦理禁菸拒檳宣導 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 議題名稱 | **全民健保(正確用藥)** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 實施全民健保及正確用藥教學計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| (二)健康服務 | 給家長一封信，提醒家長全民健保及正確用藥的重要性 | 健康中心 | 教導處 | 109.10 |
| (三)健康教學與活動 | 將正確用藥五大核心能力融入課程教學 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 增進全民健保正確認知，融入課程教學，強化珍惜健保資源、正確就醫、自助互助及照顧弱勢的觀念，推廣家庭醫師理念，避免越級就醫，以珍惜急診資源。 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 「遵醫囑服藥」、「藥品標示要看清，詢問藥師最安心」、「藥品分三級-正確使用處方籤、指示藥與成藥」、「正確使用止痛藥」納入推動重點。 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (四)學校物質環境 | 校園內張貼全民健保及正確用藥宣導海報 | 總務處 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 結合衛福部食藥署正確用藥資源，落實推動正確用藥教育。 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 與社區資源及家長結盟共同推動全民健保及正確用藥。 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 議題名稱 | **性教育(愛滋防治)** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 訂性教育及愛滋防治計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| 成立性教育及愛滋防治小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| 訂定性侵害及性騷擾防制實施計畫 | 訓導組 | 輔導處 | 109.08 |
| 落實制訂校園性侵害及性騷擾防治處理及通報流程 | 訓導組 | 輔導室 | 109.08 |
| (二)健康服務 | 邀請並配合衛生單位等機構至校辦理性教育、愛滋病及子宮頸癌防治、家暴防治等活動宣導 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 配合衛生單位辦理8.9年級女生HPV疫苗施打 | 健康中心 | 教導處 | 109.10 |
| 配合衛生單位辦理全校流感疫苗施打 | 健康中心 | 教導處 | 109.11-12 |
| 家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒少保護事件之宣導 | 輔導室 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 防治校園性侵害或性騷擾，定期檢視校園整體安全 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| (三)健康教學與活動 | 加強教師輔導及處理學生性教育及愛滋防治相關問題的能力訓練 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理性教育及愛滋防治宣導及活動 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 性教育及愛滋防治課程融入課程教學，以討論或實際演練方式指導生活技能(例如：拒絕技巧、自我肯定、溝通能力等) | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
|

|  |
| --- |
| 鼓勵教師發展性教育(含愛滋病防治)教案、教學模組。 |

 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (四)學校物質環境 | 校園內張貼性教育、愛滋病防治海報 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 設置哺乳室，方便教職員工使用 | 總務處 | 教導處 | 109.08 |
| 廁所裝設警鈴維護人身安全 | 總務處 | 教導處 | 109.08 |
| 繪製校園危險地方，加強安全宣導 | 總務處 | 教導處 | 109.08 |
| 應用衛福部國健署建置「性福e學園」網站進行宣導<https://young.hpa.gov.tw/index/>)  | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (五)學校社會環境 | 鼓勵學生參加性教育、愛滋病防治等相關活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 加強學生對愛滋病正確認知，並能接納愛滋患者。 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 結合親職教育辦理性教育、愛滋病防治宣導 | 輔導室 | 訓導組 | 109.9 |
| 參與社區舉辦的宣導活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 議題名稱 | **安全教育與急救** |
| 實施大綱 | 具體實施內容 | 主辦單位 | 協辦單位 | 工作時程 |
| (一)訂定學校衛生政策 | 擬定及實施學校安全教育與急救計畫 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| 成立安全教育與急救小組 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| 建立事故傷害防制與緊急救護體系 | 健康中心 | 教導處 | 109.08 |
| 教職員工參加CPR研習並取得證照 | 訓導組 | 教導處 | 109.08 |
| (二)健康服務 | 辦理教職員工生之急救訓練 | 健康中心 | 訓導組 | 109.10 |
| 提供傷病處理及觀察休息 | 健康中心 | 訓導組 | 經常性辦理 |
| 配合辦理流感疫苗施打 | 健康中心 | 訓導組 | 109.11-12 |
| 紀錄傷病處理狀況並統計及分析傷病處理狀況，並呈報主管 | 健康中心 | 訓導組 | 定期辦理 |
| 提供教職員工生身心健康問題諮詢 | 健康中心 | 輔導室 | 經常性辦理 |
| 通報校園內重大意外事件或流行性傳染病 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 提供教職員工生社區醫療資源及轉診資訊 | 健康中心 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (三)健康教學與活動 | 安全教育與急救融入領域教學 | 教務組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 辦理教職員及學生防災訓練 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 加強交通安全教育與管理措施 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 校園運動設施設備正確使用宣導 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 辦理教師急救知能研習 | 訓導組 | 教導處 | 109.8 |
| 提升體適能，預防或減輕意外事故傷害 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 實施游泳教學加強自救能力 | 訓導組 | 教導處 | 109.09起 |
| 規劃辦理全校師生傳染病防治宣導 | 訓導組 | 教導處 | 109.09 |
| (四)學校物質環境 | 充實健康中心配置及管理 | 健康中心 | 總務處 | 定期辦理 |
| 定期檢測急救器材確認堪用程度並紀錄 | 健康中心 | 教導處 | 定期辦理 |
| 定期檢查維修校園建築及運動設施設備 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 定期檢查維修校園建築及籃球架防撞裝置 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 樓梯口及校園角落設置夜間照明設備，建立安全走廊 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| 規畫上下學安全路線、家長接送區 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 校園內張貼安全教育相關海報 | 訓導組 | 教導處 | 定期辦理 |
| 繪製校園危險地方，安排人員定時巡邏 | 總務處 | 教導處 | 定期辦理 |
| (五)學校社會環境 | 鼓勵學生參與安全教育與急救相關活動 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 跑馬燈提醒學生注意個人和環境安全 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| (六)社區關係 | 親職教或聯絡簿提供家長安全教育與急救知識 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |
| 結合將軍消防隊與將軍衛生所辦童事故傷害防制宣導活動 | 訓導組 | 教導處 | 定期 |
| 建立愛心商店等支援網絡 | 訓導組 | 教導處 | 經常性辦理 |

五、人力配置：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 計畫職稱 | 所屬單位職稱 | 姓名 | 職責 |
| 主任委員 | 校長 | 謝元入 | 綜理本校健康促進學校一切有關事宜。 |
| 副主任委員 | 教導主任 | 黃士益 | 襄助主任委員處理有關事務，協調有關處室配合執行健康促進學校計畫各項教育活動與課程協調，為對口單位。 |
| 執行祕書 | 訓導組長 | 林于迪 | 研究策劃，督導計畫執行，，並協助行政協調，彙整報告撰寫負責健康促進學校活動推行與宣導 |
| 委員 | 教務組長 | 蔡克鈞 | 負責安排規劃以學校為本位的健康促進課程計畫。審定各學年學校本位教學活動與課程，負責各科教學活動與課程配當。教學策略設計及課程融入成效評價 |
| 委員 | 總務主任 | 郭奇鑫 | 協助行政協調並規劃營造健康安全校園及各項硬體設施之改善。 |
| 委員 | 輔導主任 | 徐麗珠 | 協助行政協調並辦理相關親職教育協助辦理建康促進學校師生家長教育輔導活動 |
| 委員 | 護理師 | 黃雅慧 | 學生身體健康狀況檢查、評估、分析，各項 議題衛生宣導，社區及學校資源整合 |
| 委員 | 健體領域老師 | 史郁辰 | 體能適當評估，活動策略設計及效果評價、協助規劃課程-「健康體位」活動與執行 |
| 委員 | 網管教師 | 李世鴻 | 健康網路網頁製作及維護協助相關活動資訊媒體宣導及攝製 |
| 委員 | 教師代表 | 郭皇慶 | 於各班落實健康促進學校議題融入教學 |
| 委員 | 學生代表 | 各班班長 | 協助辦理學生需求評估與活動，協助班級與 行政單位聯繫 |
| 委員 | 家長代表 |  | 協助推展健康服務支援各項活動及協助對家長宣導工作 |

六、預定進度

|  |  |
| --- | --- |
| 執行項目 | 預定執行月份 |
| 規畫要項 | 推動內容 | 109學年第一學期 | 109學年第二學期 |
| 08 | 09 | 10 | 11 | 12 | 01 | 02 | 03 | 04 | 05 | 06 | 07 |
| 視力保健 | 成立健康促進委員會及擬定計畫 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 訂立學校視力保健衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 提供視力保健生活檢核表 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 學生視力檢查與追蹤 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 每週二 三 四舉行晨間活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 高度近視危險群關懷講座 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 下課鼓勵學生進行戶外活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 視力保健議題融入教學 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 視力保健宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理戶外教學活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 視障體驗活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 口腔保健 | 訂定口腔保健衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理口腔檢查、追蹤矯治工作 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理口腔衛生宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理潔牙影片示範教學 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 宣導餐後潔牙，並推配使用1000ppm以上之含氟牙膏 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理餐後潔牙比賽 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 健康體位 | 訂立學校健康體位衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理身高體重健康檢查、追蹤關懷體位異常等健康服務 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理健康體位宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理健康體位班加強目標族群管理 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 推動晨間活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 設置運動性質社團 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理體適能檢測 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理全校性體育競賽活動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 與衛生所合作進行社區肥胖防治工作 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 菸檳防制 | 訂立學校菸檳防制衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 健康中心提供戒菸資訊 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理辦理健康體位宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 張貼校園和校園周圍禁菸告示 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 與衛生所合作加電子菸危害認知宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 拜訪社區愛心商店，不販賣香菸檳榔給未滿18歲青少年 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 全民健保(安全用藥) | 訂立學校全民健保(安全用藥)衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 健康中心提供有關用藥諮詢等健康服務 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理辦理全民健保(安全用藥)宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 性教育及愛滋防治 | 訂立學校性教育及愛滋防治衛生政策 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 健康中心提供性教育及愛滋防治等健康服務 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理辦理性教育及愛滋防治宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 與衛生所合作辦理性教育及愛滋防治宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 子宮頸癌防治宣導及疫苗施打 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒少保護事件之宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 防治校園性侵害或性騷擾，定期檢視校園整體安全 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 安全 教 育 與 急 救 | 訂立學校安全教育與急救衛生政策安全教育與急救 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 健康中心提供急救設備 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 施行各項防災演練 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理辦理安全教育與急救宣導、課程融入 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 設置逃生地圖、危險地圖等符合安全教育與急救之學校物質環境 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 與社區消防隊、衛生所合作辦理宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理流感疫苗施打 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 辦理游泳教學暨水上自救課程 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 教職員工參加CPR研習並取得證照 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

七、評價方法和預期效應

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 計畫項目 | 執行方案 | 評價方法 | 預期效應 |
| 視力保健 | 1. 辦理宣導
2. 課程融入
3. 戶外活動120，推動下課學生進行戶外活動
4. 星期二、三、四進行晨間活動
5. 落實規律用眼３０１０
6. 視力檢查、矯治追蹤。
7. 關懷視力不良個案。
8. 落實教室照度檢測 ，改善教室照明設備
9. 親師聯繫，加強家長正確視力保健觀念(如: 3C少於1)
 | 1. 視力檢測
2. 矯治回條
3. 認知問卷
 | 1. 全體裸視篩檢不良率降低0.1%以上
2. 裸視篩檢不良就醫複檢率 95％以上
3. 視力不良惡化率4.5%以下
4. 戶外活動 120 達成率 80%
5. 規律用眼 3010 達成率 75%以上
6. 3C少於1達成率達76%以上
 |
| 口腔衛生 | 1. 辦理宣導 2. 課程融入 3. 辦理口腔檢查 、矯治追蹤。4. 推動餐後潔牙，搭配使用含氟量1000ppm以上之含氟牙膏5.與家長協力督導睡前潔牙，降低含糖歡料與零食攝取頻率。 | 1.午餐餐後潔牙記錄表 2.學生每日平均刷牙次數 3.學生齲齒矯治回條4.認知問卷 | 1.學生未治療齲齒率降低0.1%以上2.學生複檢齲齒診治率達 95%以上3.學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率 80%以上4.學生睡前潔牙比率達90%以上。 5.學生在學校兩餐間不吃零食比率60%以上。 6.學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率65%以上。 |
| 健康體位 | 1. 辦理健康體位與飲食營養教育宣導
2. 課程融入，推動健康體位85210五大核心能力培養。
3. 鼓勵多喝白開水(每日飲水建議量:30㏄X體重(公斤))，校園不販賣含糖飲料，不以含糖飲料獎勵學生
4. 利用聯絡簿、親師座談等協助家長 輔導學生在家飲食、睡眠與運動計畫及正確體位意識。
5. 培養規律及正確的運動習慣，規劃每週二.三.四晨間運動
6. 定期實施體位檢測，體位不佳學生進行個案管理。
7. 辦理全校性體育競賽
8. 辦理體適能檢測
9. 設立運動性質社團
 | 1.身高體重檢查(BMI 數值)2.學生認知問卷 | 1.學生體位適中比率提升0.2%以上2.學生肥胖體位比率降低0.1%以上3.學生過重體位比率降低0.1%以上4.學生過輕體位比率降低0.1%以上5.學生飲水量達成率60%以上6.學生目標運動量(SH150)平均達成率60%以上7.學生一日蔬菜建議達成率達60%以上8.學生睡眠時數達成率達70%以上 |
| 菸檳防制 | 1. 課程融入，強化學生反菸拒檳意識與技能與電子菸危害認知教學。2.無菸無檳標誌的檢查與張貼3.辦理菸檳防制宣導 4.辦理拒菸活動5.嚴加規範家長、民眾、來賓、施工廠商進入校園不吸菸、不嚼檳榔6.校內戒菸種子師資推動戒菸教育，未滿18歲吸菸學生，應令接受戒菸教育。7.結合社區資源與社區建立合作網絡及夥伴關係，成立愛心商店拒賣菸、酒、檳榔等危害學生之物品8.加強校園周邊無菸範圍不得抽菸之規定 | 認知問卷 | 1. 無菸校園率0%。
2. 無檳校園率0%
3. 學生吸菸率3%以下
4. 學生嚼檳率2%以下
5. 學生使用電子菸使用率2%以下
6. 學生參與菸檳防制教育比率達90%以上
7. 校園二手菸暴露率8%以下
8. 吸菸學生參與戒菸教育率達90%以上
9. 嚼檳學生參與戒檳教育率達90%以上
 |
| 性教育(愛滋病防治) | 1.辦理相關宣導 2.性教育及愛滋防治課程融入各領域課程，以討論或實際演練方式指導生活技能3.加學生對愛滋的正確認知，並能接納愛滋者4.海報張貼 | 認知問卷 | 1. 性知識正確率達 85%以上
2. 性態度正向率達 80%以上
3. 接納愛滋感染者比率達85%以上
4. 性危險知覺比率達70%以上
 |
| 全民健保(正確用藥) | 1.辦理全民健保正確認知相關宣導 ，強化珍惜健保資源. 正確就醫…觀念。2.正確用藥五大核心能力融入健康教育課程3.海報張貼宣導遵醫囑服藥.看清藥袋藥盒標示…等4.辦理認識社區藥局 | 認知問卷 | 1. 遵醫囑服藥率達90%以上
2. 不過量使用止痛藥比率達90%以上
3. 使用藥品前看清藥袋藥盒標示率達90%以上
4. 對全民健保正確認知比率達70%以上
5. 珍惜全民健保行為比率達80%以上
 |
| 安全教育與急救 | 1.辦理相關宣導 2.課程融入 3.定期進行校園安全防護檢查以及運動器材的安全檢查 4.學校周邊設置愛心服務站 5.張貼校園危險地圖 6.定期舉辦安全教育宣導 7.每學期舉辦一次防災演練 8.推動教職員工 CPR 訓練 9.辦理水域安全宣導 | 1.安全檢查紀錄表 2.傷病統計表 3.教職員工 CPR 證照持有率 4.安全教育與急救正確認知問卷 5.進行游泳與自救能力第檢測 | 1.各項安全檢查紀錄確實 2.傷病人數統計下降至 ３ 人/日 3.全校教職員 CPR 證照持有率100% 4.安全教育與急救正確認知率達90% 5.通過游泳與自救能力第二級人數比率達60% |

八、本計畫經校務會議議決通過後實施,修正時亦同。

護理師: 訓導組長: 教導主任: 校長: