

臺南市後壁區新東國民小學 104 學年度學校健康促進實施計畫

一、計畫依據:

臺南市政府教育局 103 年 8 月 27 日南市教安(二)字第 1040840277 號函

二、計畫摘要

本計畫依據 WHO 健康促進學校的概念，依據本校教職員工生現行問題分析與健康需求評估，本年度推動重點除了配合教育局衛生政策，擬定必選議題包含視力保健、口腔衛生、健康體位、菸害防制、全民健保、性教育(含愛滋病)及本市議題正確用藥等六項議題之外，更配合生命教育及提升健康觀念，另選定安全教育與急救為本校年度健康促進之推廣項目。本計畫以整體健康內涵為基礎，以單元性活動與課程利用晨間時間、彈性課程時間進行認知、情意與技能等整合性教學。實施方法為運用健康教育大單元教學與活動介入同時並行的方式，並加強推動與社區結合之伙伴關係，增進教職員工生對於個人健康技能與健康服務之行動能力，讓學校師生及社區民眾在相關活動中，建立起正確及健康的性教育知能。活動設計乃是基於 WHO 健康促進學校的六大範疇，以期達到以健康促進學校為永續經營的目標。實施步驟為透過教師、學生、家長、社區人士共同對話、參與及執行的模式，群策群力合作，讓教職員工生及社區人士體驗共同訂定、執行學校衛生政策，改善學生行為，以經營一個健康的校園與社區，共創美好的未來。

三、背景說明

本校位於台南市米倉後壁區，民風純樸，是一所偏遠小型學校，學區屬於人口數不多的農村地區，本校目前班級數為 6 班，學生數共 73 人，教職員工 16 人，校地面積有 2.4 公頃左右，且校園四周有著一望無際的農田，不但學生平均個人所擁有的活動空間相當廣大，亦擁有可大量運動的鄉村田野。然位於幅員遼闊的嘉南平原，其中有許多潛在的危機。學校前面就有嘉南大圳的支流，更往前走還有嘉南大圳的主流，學生與這些水圳可說朝夕相處，因此，學校每年在防溺宣導與安全教育方面著墨很多。本學年，本校自選議題訂為「安全教育與急救」，就是期待能教導學生認識生活週遭的危險因子，並能從小養成危機意識及危機處理的能力。

目前學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、學校餐飲衛生、教職員工健康及心理層面，透過此次之計畫，統合學校健康策略、行政支援、教學設計以及社區力量的引進等，以期在增進學童健康方面有顯著的進展。

(一) 視力保健

隨著現在的視聽媒體及網際網路發達，學生下課放學後的休閒很多都是看電視或是上網找資料、與人交談，因未注意照明或姿勢不正確，不良的閱讀習慣，過度的專注書本、螢幕太久，沒有適度的休息，生活空間狹小等因素造成了很多的近視學生。因此本校教室全面更換省電燈管增加照明度，並舉辦硬筆字講座，邀請專家到校指導學生正確握筆姿勢，擬利用此一計畫加強學生的視力保健常識，改進其行為以減少近視的加深，相信對學生將有莫大的幫助，並針對85210加強宣導使用電子用品不超過二小時。

表 1-1：103 學年度裸眼視力檢查結果統計表

學期別	兩眼裸眼均達 0.9 人數				裸眼視力不良人數				視力不良配鏡矯正 達 0.7 人數			
	男	女	合計	百分比	男	女	合計	百分比	男	女	合計	百分比
103 學年度	23	14	37	60%	14	11	25	40%	2	6	8	13%

表 1-2：新東國小 103 學年度視力保健問卷
前後測表

問 卷 內 容	前測		後測	
	人數	比例(%)	人數	比例(%)
視力保健知識正確率	8	76	8	87.5
視力保健行為正確率	8	71	8	76
規律用眼 3010 達成	8	100	8	100
戶外遠眺 120 達成率	8	100	8	100

(二) 口腔衛生

小學階段的學童在零食、飲料、不正確的刷牙法及父母可能對乳牙齲齒狀況不以為意等各種因素影響下，造成偏高的齲齒比例，依據行政院衛生署 2000 年的調查，台灣 12 歲學童 DMFT 為 3.3，盛行率為 67%，矯治率僅 30%，此與世界衛生組織所訂『公元二千年十二歲兒童之恆齒齲齒指數 (DMFT) 下降至三顆』之口腔衛生目標相較，以本校去年統計資料顯示全校一至六年級學童整體齲

齒盛行率高達 80% 以上，這麼高比例的齲齒，顯示口腔衛生問題仍存在極大的改進空間，這也是有待學校與家長溝通並共同努力的地方。

表 2：103 學年度齲齒盛行率及相關指數統計

年級性別	人數	未治療齲齒人數	未治療齲齒比率	有齲齒經驗人數	齲齒經驗比率	
1	男	4	4	100%	4	100%
	女	5	3	60%	3	60%
	小計	9	7	77.78%	7	77.78%
2	男	2	2	100%	2	100%
	女	7	6	85.71%	6	85.71%
	小計	9	8	88.89%	8	88.89%
3	男	7	6	85.71%	6	85.71%
	女	4	2	50%	2	50%
	小計	11	8	72.73%	8	72.73%
4	男	8	4	50%	4	50%
	小計	8	4	50%	4	50%
	男	10	9	90%	9	90%
5	女	3	3	100%	3	100%
	小計	13	12	92.31%	12	92.31%
	男	6	6	100%	6	100%
6	女	6	5	83.33%	5	83.33%
	小計	12	11	91.67%	11	91.67%
	73	62	50	80.65%	50	80.65%

(三) 健康體位

隨著國人飲食習慣改變，速食店與飲料供應站林立，而本學區家長雙薪上班族者也算不少，平日早晚餐外食學童甚多，營養攝取不均，熱量攝取過多，致使本校約有 23% 學童，體位有過重的問題。本校設計學生人手一本「健康促進護照」，讓學生每天記錄三餐的飲食內容，再交由導師及護理師審核飲食是否均衡？此外，自本校

現任校長到校以來，積極推動一人一運動，推動本校學童每人每天30分鐘跳繩運動，由於器材取得容易，且跳繩運動極易上手，增加小朋友入門的機會，另外並舉行每學期跳繩比賽，進行個人及班群比賽，以提升學生自主運動的動力。跳繩的好處有很多，在生理方面：跳繩時，當人透過彈跳、屈體等動作，身體各部分都能得到很好的鍛鍊，有效地提高關節的柔韌性和身體靈活度，增強血液循環和新陳代謝，同時也能藉由蹲跳運動刺激生長激素，促進學生體型長高，跳繩還可集中注意力，增強反應能力，並在飲食方面，鼓勵學生天天五蔬果：儘量選擇各種顏色（綠、黃、紫、紅、黑、白等等）蔬果，而且需要有自己的拳半大小的菜量。

表 3：103 學年度各年級 BMI 評等表

年級 / 性別			體位判讀				
			過輕	適中	過重	超重	合計
一	男	人數	0	3	0	1	4
		比率	.0%	%75.0	%0.	%25.0	100%
	女	人數	0	4	0	1	5
		比率	.0%	%80.0	%0.	%20.0	100%
	小計	人數	0	7	0	2	9
		比率	.0%	%77.8	%0.	%22.2	100%
二	男	人數	0	1	0	1	2
		比率	.0%	%50.0	%0.	%50.0	100%
	女	人數	0	7	0	0	7
		比率	.0%	%100.0	%0.	%0.	100%
	小計	人數	0	8	0	1	9
		比率	.0%	%88.9	%0.	%11.1	100%
三	男	人數	1	4	1	1	7
		比率	14.3%	%57.1	%14.3	%14.3	100%
	女	人數	1	2	0	1	4
		比率	25.0%	%50.0	%0.	%25.0	100%

	小計	人數	2	6	1	2	11
		比率	18.2%	%54.5	%9.1	%18.2	100%
四	男	人數	0	5	3	0	8
		比率	.0%	%62.5	%37.5	%0.	100%
	小計	人數	0	5	3	0	8
		比率	.0%	%62.5	%37.5	%0.	100%
五	男	人數	1	6	3	0	10
		比率	10.0%	%60.0	%30.0	%0.	100%
	女	人數	0	2	1	0	3
		比率	.0%	%66.7	%33.3	%0.	100%
	小計	人數	1	8	4	0	13
		比率	7.7%	%61.5	%30.8	%0.	100%
六	男	人數	1	5	0	0	6
		比率	16.7%	%83.3	%0.	%0.	100%
	女	人數	1	4	1	0	6
		比率	16.7%	%66.7	%16.7	%0.	100%
	小計	人數	2	9	1	0	12
		比率	16.7%	%75.0	%8.3	%0.	100%
總計		人數	5	43	9	5	62
		比率	8.1%	%69.4	%14.5	%8.1	100%

(四) 菸害防制

由於本校學區為鄉村，學區中的居民大多是務農居多，閒暇之餘或相互之間，均習慣利用香菸來達到交際應酬的目的，所以社區居民抽菸的比例很高。本校學生進行社區打掃時發現，街道上到處可見菸屁股，可見社區居民抽菸情形相當嚴重！鑒於維護民眾身體的健康，與符合社會目前戒菸的風潮，身為社區的教育中心，實在有必要擔負起教育民眾的責任，將吸煙的害處及二手煙所帶來對身體的危害，透過菸害防制相關教育宣導活動，期盼能從日常生活中讓民眾遠離菸害的威脅，進而建立起健康幸福的生活。

表 4-1：新東國小 102 學年度學生與吸菸家人同住
及曾勸拒吃人數前後測表

問卷內容	前測		後測	
	人數	比例(%)	人數	比例(%)
開學至今曾經勸家人不吸菸	18	58	22	70
與有吸菸習慣家人同住	22	70.9	22	70.9

由上表 4 可知，102 學年度上學期學生因參與了菸害防制的相關活動，勸家人不吸菸人數從 18 人提升至 22 人，人數大幅增加，比例由 58% 提高至 70%；另由經勸說後，家人仍吸菸的部分較無改善，所以，103 學年度將持續進行宣導並辦理相關活動。

表 4-2：新東國小 103 學年度 菸害防制 前後測表

學校名稱	學校代號	前後測	菸害防制		
			學生吸菸率	校園二手菸暴露率	吸菸學生參與戒菸率
市立新東國小	114766	前測	0.00%	0.00%	0.00%
		後測	0.00%	0.00%	0.00%

(五) 全民健保

全民健保歷經馬拉松冗長的規劃過程、到全體國民的參與，我們可以確認全民健保是台灣這五十年來規模最大、影響最深的一項社會建設。全民健保與我們每個人都有關係，為推動全民健康保險永續經營的教育理念，增進學生對全民健保的可貴之理解與認同，期透過辦理健康促進活動，鼓勵教師依健康與體育學習領域，將「全民健保」之理念融入現有教學活動，以提昇全民健保教育教學成效。

表 5：新東國小 102 學年度全民健保
前後測表

問卷內容	前測		後測	
	人數	比例(%)	人數	比例(%)
全民健保正確認知率	19	37.89	19	41
珍惜全民健保行為率	19	52.36	19	56.14

*本前後測工具採用臺南市 103 年度健康促進網路問卷系統

(六) 性教育 (含愛滋病防治)

本校學區為民風純樸的鄉下，民眾思想觀念相當保守，長久以來對與性教育相關議題本就難以啟齒，但身為社區教育單位有責任也有義務，必須將民眾教育成能夠接受性教育相關議題的現代國民，同時也希望家長能扮演好學校延伸教育第一線的志工，在家庭中成為為孩子們解答性教育相關議題的最佳引導者，讓我們的孩子對於「性」不再懵懂無知，也期盼我們的孩子能以健康的心態接納各種性別角色，更加健全自己的性教育觀念，以正確的態度面對多樣化的社會。

表 6：新東國小 103 學年度性教育(含愛滋病防治)前後測表

問卷內容	前測		後測	
	人數	比例(%)	人數	比例(%)
性知識正確率	19	70.9	19	81
性態度正向率	19	68.6	19	79.8

*本前後測工具採用臺南市 103 年度健康促進網路問卷系統

(七) 正確用藥

本校位於鄉村地區，醫療診所藥局缺乏，社區民眾就醫往往得到鄰近的新營區，再加上隔代教養相當普遍，因此，學校常常發現學生生病不是服用成藥，就是服用上次感冒時看醫生吃剩的藥。為教導家長及社區民眾正確用藥的觀念，本校計畫邀請藥師到校進行親職講座，期待教導學生及家長正確用藥的觀念。在防制學生藥物濫用方面，本校申請校外會專業講師對學生及導師進行反毒教育宣導，期有效從小教育學生反毒的觀念及自己如何遠離毒品的的方法。

表 7：新東國小 103 學年度正確用藥前後測表

學校名稱	學校代號	前後測	正確用藥(國小)		
			遵醫囑服藥率	有諮詢電話率	不過量使用止痛藥率
市立新東國小	114766	前測	86.25%	5.00%	30.00%
		後測	86.25%	5.00%	40.00%

*本前後測工具採用臺南市 103 年度健康促進網路問卷系統

(八) 安全教育與急救

本校學區位於廣大的嘉南平原上，學校門口就有嘉南大圳的小支流，本校學區有嘉南大圳大小支流數條，加上本校及學區於 88 風災時嚴重淹水，造成許多災損。為避免學生戲水發生意外，及加強學生災害發生時的應變處理能力，本校本學年加強「安全教育與急救」的宣導及實地演練。更利用市立新營游泳池進行游泳及水中防溺教學，期待能將這樣的危機意識及處理危機的能力深植學生心中，防範於未然，在災害來臨時能將傷害降至最低！

表 8：新東國小 103 學年度 安全教育與急救 前後測表

學校名稱	學校代號	前後測	安全教育急救
			正確認知率
市立新東國小	114766	前測	56.00%
		後測	82.00%

*本前後測工具採用臺南市 103 年度健康促進網路問卷系統

四、計畫目的

- 1、瞭解學校教職員工生的健康狀況及影響健康的相關因素。
- 2、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）。
- 3、學校的課程中能加入學生身體健康促進有關之創意內容。
- 4、利用綜合活動時間推動以學生身體健康促進為主題之全校性活動。
- 5、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 0.8 以上。
- 6、建立學童養成餐後睡前潔牙習慣，降低齲齒罹患率並提高齲齒矯率。
- 7、加強含氟漱口水的使用，以降低學生齲齒罹患率。
- 8、加強本校師生正確全民健保及性教育（含愛滋病）觀念的養成，進而對社區產生深化作用。
- 7、推動「學校--家庭—社區」健康營造模式，強化國民健康生活知能。
- 8、提升全校師生衛生保健常識並建立良好的健康行為。

9、以「學生身體健康促進」為主軸，「健康促進學校」為永續經營的目標。

五、計畫內容

(一)第一階段：建構學校健康環境，將健康促進學校的觀念推展至全校教職員工，並具備指導學生推動健康促進學校的能力。

(二)第二階段：將健康促進學校的觀念推展至全校學生，讓學生具備關心自己健康體能的能力。

(三)第三階段：將健康促進的觀念推展至社區家長，讓社區家長能關心家人及週遭親友的健康狀況，並能積極從事健康行為。

健康促進工作團隊依據學校健康促進委員會所決定之目標及健康議題擬定學校健康促進計畫。依 WHO 訂定健康促進學校的六大範疇：1. 學校衛生政策。2. 學校物質環境。3. 學校社會環境。4. 社區關係。5. 個人健康技能。6. 健康服務。規劃執行策略細節說明如下：

1、學校衛生政策

(1)、成立並召開學校健康促進委員會，分析現況及需求評估，決定目標及健康議題，訂定學校健康促進計畫。並依據計畫執行之所需，協調各單位執行。

(2)、建立健康促進學校願景及建立教職員共識。

(3)、配合健康促進學校議題，規劃相關活動並納入校務工作手冊行事曆。

(4)、規劃健康促進學校相關的校內研習課程。

(5)、將學生身體健康促進的相關課程內容加入學校課程規劃。

(6)、發行「健康促進學習護照」，以利學生記錄健康促進相關資訊與成果。

2、學校物質環境

(1)、落實學生口腔、視力等健康檢查，並追蹤矯正情形。

(2)、口腔、視力保健宣導：邀請專家學者為學生建立良好口腔、視力保健觀念。

(3)、全民健保及性教育（含愛滋病）的宣導：邀請專家學者為學生建立正確全民健保性教育（含愛滋病）的觀念。

(4)、安排牙醫師到校進行巡迴檢查與醫療，以降低齲齒率。

3、學校社會環境

(1)、建立學校健康資訊站，運用專欄海報及網際網路（如健康促進網站）以傳播健康資訊並藉由議題回應的雙向互動，引發學校成員及家長的關心及參與。

(2)、多運用校刊、班刊及親子專欄的方式報載學校健康促進相關活動訊息，讓社區民眾更了解學校相關推動措施。

(3)、推動友善校園，培養學生正確的學習態度與溝通方式。

4、社區關係：增進學校組織與社區資源的聯結，期能及建立和諧健康的校園社會文化。

(1)、藉由教學成果展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。

(2)、舉辦親子體育活動，將健康促進觀念由學校帶回社區。

(3)、修繕校園運動遊戲設施，並詳註正確使用之安全說明，開放供社區民眾休憩使用。

(4)、安排學生進行社區清潔活動，並宣導社區民眾反菸拒檳等訊息。

(5)、舉辦親職教育講座，將健康促進觀念帶入學生家長及社區民眾。

5、個人健康技能

(1)、潔牙比賽：指導學生正確潔牙，並藉比賽的辦理鼓勵學生養成正確潔牙及含氟漱口的習慣。

(2)、培養學生運動技能的學習與獲得。

(3)、舉辦遠眺休息活動。

(4)、推動一人一技能：藉由熱絡的社團參與，培養學生體育、音樂、語文等各項技能。

(5)、全民健保及性教育（含愛滋病）海報比賽。

6、健康服務：透過主動關心教師健康與休閒活動安排，提升健康促進工作團隊、學生社團及家長志工之組織效能。

(1)、辦理教師 CPR 訓練課程與協助證照取得。

(2)、制訂學校意外事件緊急應變處理辦法，規劃醫療支援網路。

- (3)、辦理師生健康檢查活動：協調後壁區衛生所蒞校為師生辦理詳盡的健康檢查與說明。
- (4)、與學校、家長會合作辦理教師、家長健康促進休閒活動。
- (5)、辦理全民健保及性教育（含愛滋病）的專家宣導演講活動，讓師生及社區民眾建立正確的觀念。
- (6)、辦理游泳教學及防溺宣導，加強安全教育。
- (7)、加強防災演練，讓學生能在平日養成危機意識，在災難發生時能將傷害降至最低！

六、實施方法與步驟：

計劃項目	工作重點	參與人員	預期達成目標
整體學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 籌組健康促進學校計劃推行小組。 2. 制定實施計劃並納入學校行事曆。 3. 規劃並舉辦健康促進學校的研習課程。 4. 結合社區相關團體制定學校衛生政策。 	<ol style="list-style-type: none"> 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。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 凝聚健康促進學校推展共識。 2. 參與之教職員工能具備執行本計劃的能力。 3. 能利用校園或社區可用資源，完成健康促進學校活動。 4. 提升社區民眾對學校的認同感。
菸害防制	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師撰寫「菸菸相害何時了」教案 2. 進行學生「菸菸相害何時了」課程。 3. 辦理「菸菸相害何時了」親職教育講座 4. 帶領學生進行社區打掃及宣導工作 	<ol style="list-style-type: none"> 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。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 強化學生反菸拒檳概念。 2. 提升學校教職員與家長重視學生身心健康的問題 3. 協助學生家長建立正確反菸拒檳觀念，避免在家吸食香菸。
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理健康飲食教育宣導活動 2. 辦理健康體位議題教育講座、活動 3. 體重控制班開班相 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。 4. 社區民眾。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 強化學生健康概念，改善學生飲食習慣與運動行為 2. 達到降低或減緩學生體位異常率。 3. 提升學校教職員與家長重

	關事宜		視學生健康體位的問題 4. 協助學生釐清健康體型意識與社會價值觀的建立 5. 增進學生自我健康促進落實 85210 健康自我管理。
口腔衛生	1. 舉辦口腔保健活動 2. 進行每日餐後潔牙及每週二含氟漱口水活動。 3. 定期口腔檢查並追蹤輔導管理。 4. 舉辦口腔保健親職教育活動。	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。 4. 社區民眾。	1. 降低學童齲齒率。 2. 提高齲齒學童的矯治率。 3. 增加學童的保健常識及養成良好的衛生習慣。 4. 參與民眾獲得健康知能。
視力保健	1. 擬定學童視力保健計劃。 2. 確實執行遠眺修習活動。 3. 舉辦視力保健活動 4. 提供教職員工符合規定的燈光照度。 5. 養成教職員工端正的閱讀寫字姿勢。	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。 4. 社區民眾。	1. 降低學童視力不良罹患率。 2. 提高視力不良學童的矯治率。 3. 增加學童的保健常識及養成良好的衛生習慣。
		6. 定期進行教職員工視力檢查並追蹤輔導管理。 7. 新型課桌椅對號入座。	
正確用藥	1. 辦理正確用藥教育宣導活動 2. 結合校外會辦理學生反毒教育講座、活動 3. 結合校外會辦理加強導師反毒知能研習。 4. 結合後壁國小辦理正確用藥教師知能研習。	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。 4. 社區民眾。	1. 強化學生正確用藥概念，改善學生偏差用藥行為。 2. 提升學校教職員與家長重視學生身心健康的問題 3. 協助學生家長建立正確用藥觀念，避免食用過期藥物或亂服成藥。 4. 加強學生及導師反毒知能。
全民健保及性教育（含愛滋病防	1. 辦理全民健保及性教育（含愛滋病）教育宣導活動 2. 辦理全民健保及性	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。	1. 強化學生性教育（含愛滋病）概念，改善學生偏差行為。 2. 提升學校教職員與家長重

治)	教育(含愛滋病)議題相關教育講座、活動 3. 舉辦全民健保及性教育(含愛滋病)海報比賽活動	4. 社區民眾。	視學生身心健康的問題 3. 協助學生釐清性教育(含愛滋病)與社會價值觀的建立 4. 增進學生性教育(含愛滋病)的認知概念。 5. 對全民健保有正確認知比率 6. 珍惜全民健保行為比率
安全教育與急救	1. 辦理安全教育與防溺宣導活動 2. 辦理學生游泳教學及防溺演練 3. 辦理全校防災演練。 4. 結合後壁區衛生所辦理 CPR 研習。	1. 健康促進學校計劃推行小組成員。 2. 社區資源人士。 3. 教職員工及家長。 4. 社區民眾。	1. 強化學生安全教育與急救概念。 2. 提升學校教職員與家長重安全教育與急救的重要性 3. 協助學生建立防災與急救能力。 4. 協助全校教職員工具備 CPR 急救能力。

八、計畫預期成效

- (一) 凝聚學校健康促進的共識及建立健康校園的願景：全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的目標。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。
- (二) 營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康：提供易適應且安全的校園建築、設施，使學生容易於學校環境中適應並與教師的互動良好。
- (三) 教職員工生共同參與並且發展其為健康行為能力，落實於日常生活中。
- (四) 健康資訊站提供最新的健康議題給學生思考討論，提供管道鼓勵學生參與發表，引發學生的潛能及見解，讓更多學生願意主動關心健康議題。
- (五) 結合社區資源與地方社區單位建立合作網絡及夥伴關係，共同營造健康安全之校園環境。
- (六) 透過教學教導學生技能（視力保健、口腔衛生、全民健保、正確性教育觀念的養成）活用於生活中。

九、預定進度（以甘梯圖表示）

教學執行內容及進度（104.8—105.6）

1、菸害防制

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
1. 擬定工作計劃	■										
2. 組成工作小組	■										
3. 網頁製作宣導	■										
4. 全校學生菸害防制教育宣導		■						■			
5. 教職員工專題演講			■								
6. 家長志工座談會				■							
7. 菸害防制教學觀摩會				■							
8. 健康教育課程教學	■										
9. 辦理菸害防制學藝活動			■						■		
10. 菸害防制成效評估											■
11. 資料彙整、填報											■
12. 工作檢討											■
13. 呈報上級											■

2、健康體位

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
1. 擬定工作計劃	■										
2. 組成工作小組	■										
3. 全校學生體位檢查		■									
4. 體位異常通知追蹤		■									
5. 回收異常通知單		■									
6. 體重控制班成立		■									
7. 健康飲食教育宣導			■								
8. 網頁製作宣導	■										
9. 健康體位教育宣導								■			
10. 健康飲食專題演講				■							
11. 辦理健康體位學藝活動				■							

12. 健康教育課程教學																		
13. 辦理健康飲食學藝活動																		
14. 體重控制班成效評估																		
15. 資料彙整、填報																		
16. 工作檢討																		
17. 呈報上級																		

3、 口腔衛生

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
	1. 擬定工作計劃										
2. 組成工作小組											
3. 全校學生口腔檢查											
4. 牙醫師到校醫療											
5. 口腔異常通知追蹤矯治											
6. 回收異常通知單											
7. 網頁製作宣導											
8. 全校學生宣導口腔保健											
9. 教職員工專題演講											
10. 家長志工座談會											
11. 學童口腔保健觀摩會											
12. 健康教育課程教學											
13. 辦理口腔保健學藝活動											
14. 全校學生口腔複檢											
15. 口腔齲齒矯正成效評估											
16. 資料彙整、填報											

17. 工作檢討												
18. 呈報上級												

4. 視力保健

月次 工作項目	8月	9月	10月	11	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	
1. 擬定工作計劃												
2. 組成工作小組												
3. 全校學生視力 檢查												
4. 視力異常通知追 蹤矯治												
5. 回收異常通知單												
6. 適合課桌椅調整 座位												
7. 教室室內照明採 光檢測												
8. 網頁製作宣導												
9. 全校學生宣導視 力保健												
10. 教職員工專題 演講												
11. 家長志工座談 會												
12. 校園綠美化												
13. 學童視力保健觀摩會												
14. 健康教育課程 教學												
15. 辦理視力保健 學藝活動												
16. 全校學生視力 複檢												
17. 全校師生遠眺活動												
18. 視力成效評估												
19. 資料彙整、填報												
20. 工作檢討												

10. 全民健保及性教育 (含愛滋病) 教學 觀摩會												
11. 健康教育課程教學	[Redacted]											
12. 辦理全民健保 及性教育(含愛滋 病) 學藝活動												
14. 全民健保及性 教育(含愛滋病)教育 成效評估												
15. 資料彙整、填報												
16. 工作檢討												
17. 呈報上級												

十、人力配置

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	林秋美	校長	研究策劃並主持計畫，及督導計畫之進行。
協同主持人	連健男	教導主任	研擬計劃，計畫執行督導，並協助行政工作之協調。
協同主持人	李玉萍	總務主任	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
辦理人員	陳霖亭	學務組長	配合計畫之推動及執行，並協助行政工作之協調。
辦理人員	陳慶儒	教務組長	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
辦理人員	王慧燕	護理師	配合辦理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。
協辦人員	黃坤榮	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務。
協辦人員	邱紫綸	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
協辦人員	王靜慧	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
學生代表	王凱廉	新東國小六甲	協助與示範各項活動之推展。

研究人員	吳慶男	新東里里長	協助社區及學校資源之協調整合。
研究人員	廖育諒	仕安里里長	協助社區及學校資源之協調整合。
研究人員	王虎雄	竹新里里長	協助社區及學校資源之協調整合。
協助單位		後壁區衛生所	協助相關議題的宣導及講座

十一、評價方法：

(一) 過程評量：

1. 行政和政策因素：
 - (1) 教育方面
 - a. 對於健康促進教育之課程、活動、訓練事先規劃。
 - b. 健康促進教育之課程、活動、訓練執行率達 90% 以上。
 - (2) 政策方面
 - a. 將健康促進教育要素列入校務發展計畫之中。
 - b. 將健康促進教育要素列入校規之中。
 - c. 將健康促進教育要素列入學校行事曆之中。
2. 組織因素：
 - (1) 推行健康促進教育強調師生互動。
 - (2) 鼓勵成立師生健康社團。
 - (3) 加強志工等組織之社會支持與參與。
 - (4) 增進行政人員之行政配合。
 - (5) 健全組織運作功能。
3. 資源因素：
 - (1) 考量人力/物力資源可近性，統整運用。
 - (2) 經費編列力求合理，符合專款專用原則。
 - (3) 檢視學校現有設備，充分發揮可利用性。

(二) 成效評量：

1. 健康狀況：
 - (1) 生理指標：將裸眼視力不良率降低。
 - (2) 心理指標：如問題解決及決策力、家庭及人際關係、個人自信及勝任力、學習適應力、情緒適應力均能符合標準。
 - (3) 體適能指標：身體質量指數(BMI)正常比率能從現行48.9%提高到55%。
2. 行為與生活型態：
 - (1) 預防健康行為：定時進行預防接種健康檢查。
 - (2) 增進健康行為：鼓勵學生養成運動、均衡飲食、防曬、壓力管理等良好習慣。

(3) 減少危害健康行為：減少如吸菸、酒精、暴力行為等不良習慣。

3. 環境因素：

(1) 建構健康校園環境：

a. 加強校園污染防治。b. 規劃校園景觀。c. 供應健康餐飲。

(2) 健康服務：建立完整的預防、篩檢、追蹤、矯治、輔導、諮商及轉介系統。

(3) 校園社會文化：提升師生的凝聚力、和諧性以及對學校的認同感。

4. 個人因素：提升師生健康覺知、知識、態度、價值觀及健康生活技能。

十二、預期效益：

1. 菸害防制：家長能支持無菸家庭的措施，並能下定決心參與戒菸的行動。
2. 健康體位：本校 102 學年度體位正常比例為 74%，103 學年度期待透過健康促進計畫提升至 80% 以上的目標。
3. 口腔衛生：本校 102 學年度小一齲齒率為 88.89%、小四齲齒率為 100%，這個數字明顯偏高，期待 103 學年度小一齲齒率能降至 80% 以下、小四齲齒率能降至 90% 以下。
4. 視力保健：本校 102 學年度學生視力不良率為 46.6%，視力矯治率為 100%，103 學年度的目標在視力不良率方面希望能降至 40% 以內，矯治率維持 100%。正確用藥：能有效改善家長亂服藥物的情形，並建立學生正確用藥的觀念。
5. 全民健保及性教育（含愛滋病防治）：期待透過本計畫加強學生身體自主權的建立，能在生活中避免遭受性騷擾與性侵害的發生，並能增加對愛滋病防治的認識，以及體認風險無處不在，並認同全民健保自助互助的精神，以擁有全民健保而感到幸福。
6. 安全教育與急救：本校 102 學年度六年級游泳檢測 1 級與 2 級通過率為 70%，103 學年度高年級學生游泳檢測期待能達 75% 的通過率。並建立全校親師生防災避難的正確觀念，在災難發生時能將災害降至最低！

十三、本計畫如有修正，需經校務會議決議後呈請 校長核可後實施。

學務組長：

教導主任：

校長：