

臺南市 105 學年度學校健康促進實施計畫申請表

學校名稱	南區 省躬國民小學
班級數	28
教職員工 人數	58
學生人數	701
推 動 議 題	
必選議題	1.菸害防制 2.健康體位 3.口腔衛生 4.視力保健 5.全民健保 6.性教育 7.正確用藥(本市必選議題)
自選議題 (擇一勾選)	<input type="checkbox"/> 檳榔防制 <input type="checkbox"/> 學生藥物濫用防制 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> 心理健康
學校承辦人員 聯絡方式	姓名：郭怡秀
	聯絡電話：2622460#720
	E-mail：cda15702@tn.edu.tw

臺南市南區省躬國民小學 105 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫依據：

- (一) 教育部臺體(二)字第 0950080034C 號函。
- (二) 臺南市政府南市教體字第 09912594240 號函。
- (三) 臺南市政府南市教體(二)字第 1000742678 號函。
- (四) 臺南市政府教育局 105 年 8 月 17 日南市教安(二)字第 1050842222 號。

二、計畫摘要：

(一) 目的

本計畫旨在發展多元創意策略、資訊融入與團體合作的整合型學校健康促進計畫，以本校既有之衛生教育與資訊教育的優勢，配合年度健促必選菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、全民健保、性教育、本市必選議題正確用藥及校內自選議題安全教育與急救，為本年度學校推動的方向。相關計畫及活動推動上，以能建立全體師生自我健康管理意識，並融入學生日常生活為目標。

(二) 實施方式

在八大議題中，以菸害防制、口腔衛生、視力保健、正確用藥、性教育為五大主軸，另健康體位、全民健保、安全教育分類如入各領域中，方向如下：

	菸害防制	口腔衛生	視力保健	正確用藥	性教育
健康體位	✓	✓	✓		
全民健保	✓	✓	✓	✓	
安全教育		✓		✓	✓

- 健康體位以辦理健康活力班的方式進行，對象以本校 4 年級為主。
- 口腔衛生(低、中年級)VS 菸害防制(高年級)。從認識口腔講座、到潔牙保健以及口腔疾病(包含與菸害相關的疾病)。
- 正確用藥配合社區藥局及藥師一同建立正確用藥的觀念，並持續設「廢棄藥物」回收站，鼓勵學生回收廢棄藥物。
- 性教育配合正確的性態度與性知識以及愛滋疾病預防為主題。
- 安全教育與急救配合學生生活日常生活與防災教育辦理。
- 全民健保以讓學生了解珍惜醫療資源、正確就醫觀念為主體。

(三) 前年具體成效：

在健康體位方面：103 學年度全校學生體位過輕比率為 5.8%、體位過重以上比率為 19.3%、體位適中比率為 60.2%；104 學年度全校學生體位過輕比率為 5.2%、體位過重以上比率為 16%、體位適中比率為 60.8%，顯示全校學生體位過輕與過重以上的比率均有減少，而體位適中的學生比率則有增加的趨勢。

- 在口腔保健上：103 學年度學生齲齒率達 25.19%、就醫率 100%，而 104 學年度學生齲齒率達 25%、就醫率 96.67%，齲齒率降低且就醫率提升。而在 104 學年度健康促進學校網路問卷四年級口腔衛生認知上，經前後

測分析，發現學生在這方面知識從 58.99%進步到 91.10%。

- 視力保健上：學生裸視不良率由 43.68%降低至 46.97%，視力不良就醫率從 100%提升至 100%。而在 104 學年度健康促進學校網路問卷三年級視力保健認知上，經前後測分析，發現學生在這方面知識從 93.71%進步到 96.57%。
- 正確用藥上：在 104 學年度健康促進學校網路問卷六年級正確用藥認知上，經前後測分析，發現學生在這方面知識從 80.36%進步到 94.39%。
- 全民健保上：在 104 學年度健康促進學校網路問卷六年級全民健保認知上，經前後測分析，發現學生在這方面知識從 46.94%進步到 88.98%。
- 安全與急救教育上：103 學年度學生每日受傷人數為 12.23 人，104 學年度學生每日受傷人數為 12.2 人，受傷人數逐漸的減少。

三、背景說明

本校成立於民國元年，位於臺南市最南端的灣裡社區，隔著二仁溪與高雄市為鄰，屬於市郊型學校，以前是廢五金盛行地區，而今已經沒落。校園附近即為黃金海岸，暑假及假期時常有學生結伴至海邊玩耍，而近年來水域安全問題頻傳，故透過長年安全教育與急救宣導，讓學生能有安全與急救的基礎概念，知道該如何遠離危險及遇到危險時急救的相關知識，是十分需要的，以至於近年來本校在健康促進學校自選議題中，常將安全教育與急救納入健康促進學校自選議題中。社區居民大多從事勞動工作，社經地位及知識水準並不高，屬文化刺激不利地區。本區學生性質純樸，但容易受到外面的不良影響而學到不良的習慣。因此希望藉由本計畫一系列主題式活動與課程的實施，能帶給學生及社區家長正確的健康概念。

省躬國小健康促進團隊 SWOT 分析

省躬國小健康促進團隊極力創發多樣的教學方式，提供學生豐富及多面向的健康學習經驗，透過實施前討論及協調，以教師各自的專長來安排其餘每一協同教學活動設計中之授課任務，使教師的專業素養得以在教學活動中充分的發揮，也使得學校健康促進發揮最大的成效。

省躬國小健康促進背景 SWOT 分析

分析項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
教師資源	1. 本校具健體科任教師數名。 2. 健康促進團隊中除具有健康專長、體育專長之教師外，亦包含具有自然領域專長、生活和綜合領域專長教師以及級任教師與行政人員。	1. 少數教師有菸癮，戒菸有困難。 2. 半數健體教師為代課教師。 3. 球場與運動場無遮蔽區，夏天活動炎熱。	1. 全體教師有共識，一同建置一個健康的教學環境。 2. 藉由推行教師心理健康計畫、兩性平等、飲食控制計畫、體位控制計畫，有系統的推行，以期推行至各班	1. 在資訊融入教學日漸增加的時刻，如何活潑資訊教學媒材，是每位教師該充實的項目。

分析 項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校已配合無菸校園，並多處建置監視器。 2. 學校鄰近有濕地公園、二仁溪，參訪便利。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校位於廢五金工業地區，污染較為嚴重。 2. 健康中心設備老舊。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校推動拒菸反毒計劃成績優異，以期能廣泛應用在教學上。 2. 本校正準備進行朝榮館改建工程，校園環境重新規劃。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校鄰近海岸，各項硬體設施容易受侵蝕，維護不易。
行政人員	<ol style="list-style-type: none"> 1. 行政充分支援各項健康促進活動。 2. 課程發展委員會詳細規劃健康促進課程發展方向。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 部分行政人員健康促進專業素養仍需多充實。 2. 行政人員變動性大，執行上每學年都須磨合。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 行政人員能以身作則並參與實際健康促進教學活動，更能切實支援教學。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 行政業務繁重，導致健康促進專業成長不足。
學生狀況	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校學生對健康與體育領域的學習興趣高昂。 2. 本校學生素質良好、學習態度認真。 3. 學校兒童故事團定期對全校師生做各種健康促進宣導。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生體適能成績普遍不佳，體能尚待加強。 2. 少子化因素，學生過於保護，少數家長不願意孩子戶外及游泳活動。 3. 外配及隔代教養單親子女多，健康觀念較不足。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 合作社商品符合校園安全食品原則，在校期間零食甜飲能約束。 2. 學生活動力強，課後仍有廟宇活動。 3. 學生運動風氣盛，學校球隊屢獲佳績。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校地處偏遠，部分學生接觸不良誘惑的機會較多。 2. 學生們普遍欠缺正確的健康促進知識。
無菸拒檳現況	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教職員除了三位男性職員有抽煙外，其餘均不抽煙。 2. 學校教職員生均沒有人吃檳榔。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校少部分家長有抽煙吃檳榔習慣。 2. 少數商家會賣菸給18歲以下少年，導致少數學生在耳濡目染下，開始抽菸。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生普遍瞭解抽煙吃檳榔，對於身體是有危害的。 2. 在學校間，同學會彼此提醒與叮嚀，切勿抽菸，發現抽菸會告訴師長。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 家長多會在學生或自己的孩子面前抽煙吃檳榔，對於學生有不良的影響。
學校衛生法令	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每學期皆依照排定時程進行學童健康檢查。 2. 學生健康接種紀錄填寫完整。 3. 附近有南寧高中與喜樹國小游泳池，每學期會安排5次游泳課。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鄰近黃金海岸、二仁溪，周遭整潔維持不易。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校由南寧高中提供午餐，並經專業營養師計算熱量，兼顧健康與美味讓學生吃的快樂又健康。 2. 鄰近南市南區清潔隊，社區環境營造整齊又迅速。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 家長工作繁忙，對於學童飲食管理較難兼顧。

分析 項目	Strengths (優勢)	Weaknesses (劣勢)	Opportunities (機會)	Threats (威脅)
家長配合	1. 家長對學校事務能充分支持及配合。 2. 家長能尊重教師專業的領導。	1. 對於學生在健康促進的表現較不重視。 2. 家庭社經地位偏低。	1. 各班成立班親會，推動親師合作。開放家長參與校務及多元溝通管道。	1. 單親家庭及隔代教養比例漸高。 2. 外籍新娘子女比例漸高。
社區資源	1. 社區與學校資源共享。 2. 社區資源豐富，教師善加利用，可提昇健康促進教學成效。	1. 社區居民對公眾事務參與動力不足，欠缺積極主動性。	1. 社區學校化，學校社區化，提昇社會教育的功能。	1. 社區間意見多元，難以凝聚共識。

四、議題選定：

- (一)必選議題：菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、全民健保、性教育
- (二)本市議題：正確用藥
- (三)自選議題：安全教育與急救

五、計畫目標：

(一) 推動口腔衛生之目標

- 1. 提升學生每天中午潔牙率。
- 2. 養成潔牙習慣，降低齲齒率，並保持齲齒矯治率。
- 3. 增進家長口腔衛生保健知識-推行每半年口腔檢查一次。

(二) 推動視力保健之目標

- 1. 推行規律用眼「3010」活動及戶外活動「120」，並養成學生下課能到戶外活動，減少用眼減緩視力不良發生。
- 2. 降低近視學生度數增加率。
- 3. 透過衛教宣導，家長在家時配合督促學生養成『4電少於2小時』。

(三) 推動菸害防制之目標

- 1. 建立推動『無菸家庭』。
- 2. 透過衛教宣導，吸菸家庭，家長願意做到不在學童面前吸菸。
- 3. 將104學年度學生問卷中曾吸菸之在校學生，列為優先輔導對象，並進行積極性之宣導，並與家長保持良好的聯繫管道。
- 4. 監控本校學生吸菸人數，持續保持目前0人的紀錄。

(四) 推動健康體位之目標

- 1. 推動學童天天吃早餐，用早餐之比率達95%以上，未吃早餐學生透過輔導系統了解家庭狀況。
- 2. 養成教、職員、工、生每日運動好習慣，配合運動「150」制定本校大跑步計畫，每節下課均安排不同年級學生跑步。
- 3. 透過健康活力班養成BMI>24學生的運動風氣，且督促學生營養飲食，每日運動30分鐘以上的習慣。

(五) 推動性教育之目標

1. 透過宣導與健康課程，提升學生的『性知識』以及良好的『性態度』。
2. 配合政策加強學生對於愛滋病認知，並增加學生對於愛滋病的接受程度。
3. 加強高年級學生對於生理構造的了解以及對於自我身體的保護。

(六) 推動全民健保之目標

1. 透過課程讓學生了解全民健保的意義以及如何珍惜醫療資源。
2. 配合正確用藥的觀念，瞭解學生什麼才是正確的醫藥知識。

(七) 推動正確用藥之目標

1. 宣導正確用藥觀念，及瞭解五大核心能力。
2. 養成學生能依照藥師指示用藥，對於『飯前、飯後、空腹』有正確認知。
3. 建立學生用藥觀念，生病不隨意買成藥自行服用。
4. 設立「廢棄藥物」回收站，宣導學生正確回收廢棄藥物之觀念。

(八) 推動安全教育與急救之目標

1. 徹底檢視本校環境安全，如有安全疑慮立刻請總務處修繕。
2. 每學期統計本校傷病人數。
3. 每班發放急救箱，並培養高年級各班一名急救小護士。
4. 推動本校教師均能具有 CPR 證照。

六、計畫說明及內容：

- (一) 發展具有學校特色的健康促進課程及活動。
- (二) 建立學習型組織之健康促進組織與團隊。
- (三) 發展有效的策略及計畫，營造健康的校園環境並提供充分的健康資源與服務。
- (四) 促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提昇健康品質。

*具體實施計畫如下表：

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	1. 已設立學校健促小組、環境教育委員會、衛生委員會。 2. 已組織「校園緊急救護小組」。 3. 已建立「學生緊急傷病處理辦法」。 4. 已建立本校菸害防制實施計畫，並於校務會議通過。	學務處	各行政處室	每年九月 每年九月 經常性 經常性
(二) 健康服務	1. 每學期實施學生健康檢查（身高、體重、視力、口腔、尿液、蟻蟲…等）、建立資料檔案並做適當矯治。 2. 學生黃卡檢視。 3. 生長遲滯學生…等體格缺點建檔協助矯治。 4. 特殊疾病學生之建檔及照顧。 5. 傳染病管制及重症追蹤管理。	學務處	健康中心及各班級任老師	每年三、九月 每年九月 經常性 經常性 經常性
(二) 健康教學與活	1. 正確刷牙宣導(一、二年級) 2. 視力保健有獎徵答(三年級) 3. 口腔衛生教學(三年級)	學務處	各行政處室、健康中	每學年 每學年 每學年

<p>動</p>	<ol style="list-style-type: none"> 4. 健康活力班(四年級) 5. 正確用藥講座(五年級) 6. 菸害防制課程 (五年級) 7. 愛滋病講座(六年級) 8. 每學期辦理體育健康活動 9. 體適能檢測 10. 舉辦書法、壁報、海報、漫畫、作文、標語…等藝文競賽，提昇情境的佈置以增進學習效果。 11. 中高年級舉辦溼地慢跑比賽。 12. 每天學童餐後潔牙並配合漱口水。 13. 健康體位教育宣導。 14. 各項健促相關議題講座。 15. 於校刊或校園佈告欄等刊登健康相關之文章或資訊。 		<p>心、各班級 任老師</p>	<p>每年 10 月 每年 9 月 每年 11 月 每年 10 月 每學期 每年 5.11 月 每學年 每年 11 月 經常性 經常性 經常性 經常性</p>
<p>(三) 學校物質環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供學生營養午餐及推行一週蔬食。 2. 定期檢查各項校園設施並進行維護工作。 3. 建構完善、安全的校園學習環境、以達到學生「零傷病」之目標。 4. 每月校內飲用水檢測。 	<p>學務處</p>	<p>總務處、各班級任老師</p>	<p>經常性 經常性 經常性 經常性</p>
<p>(四) 學校社會環境</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 開放學校運動場…等運動設施，以提供社區民眾運動環境，打造健康促進社區。 2. 建立無菸、無毒校園環境。 3. 建置校園安全地圖，配合導護老師制度巡邏。 	<p>學務處</p>	<p>總務處、導護輪值老師</p>	<p>經常性 經常性 經常性</p>
<p>(六) 社區關係</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立義工爸媽宣導隊，提醒學校周遭商店拒賣菸品及檳榔給學生。 2. 配合消防局一同辦理急救宣導及 CPR 急救教學，提昇老師、家長與學生正確的急救觀念及技能。 3. 藉由開學初舉辦的家長親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之精神和內涵。 4. 透過網頁與家長建立良好的聯 	<p>學務處</p>	<p>各行政處室及各班級任老師</p>	<p>經常性 每年九月 每年九月 經常性</p>

	繫和雙向溝通。 5. 校園 LED 政策宣導。 6. 衛生通知單建立另類溝通。			經常性 經常性
--	---	--	--	------------

七、人力配置

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 23 名。各成員之職稱及工作項目見下表：

計畫職稱	姓名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	李俊興	校長	研擬並主持計畫
協同主持人	朱永騏	學務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	吳俐雯	教務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	黃啟成	總務主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
協同主持人	張鴻祺	輔導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
計畫執行人	郭怡秀	衛生組長	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，彙整報告撰寫
副執行	林世昌	體育組長	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調
研究人員	吳音娟	健康與體育領域教師	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	陳芝萱	綜合領域教師	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
研究人員	陳宜凌	生活領域教師	設計配合健促議題融入生活課程中
研究人員	李佳蓉	一年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理
研究人員	劉曉燕	二年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理
研究人員	黃美玲	三年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理
研究人員	杜美芳	四年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理
研究人員	金俊宏	五年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理
研究人員	張婉琳	六年級學年主任	配合健康議題協同學年一同辦理

6. 建立學校與社區家庭良好的關係	1. 與社區合作，輔導學校周遭商店拒賣菸品及檳榔給學生。																			
	2. 配合消防局一同辦理急救宣導及CPR急救教學。																			
	3. 藉由開學初舉辦的家長親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之精神和內涵。																			
	4. 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。																			
	5. 學校與家庭建立友好的互動關係。																			

九、評價方法：自主管理檢核表

檢核項目	是	否	說明
一、制定學校衛生政策			
(一) 每年設立學校衛生、環境教育委員會。			
(二) 每年組織「校園緊急應變及救護小組」			
(三) 建立年度進促實施計劃			
二、建立全校健康檔案			
(一) 每學期實施學生健康檢查、建立資料檔案並做適當矯治			
(二) 生長遲滯學生…等體格缺點矯治			
(三) 特殊疾病學生之建檔及照顧			
(四) 傳染病管制及照顧			
三、實施各項衛教工作			
(一) 定期口腔檢查、提高齲齒矯治率			
(二) 建立無菸校園環境及舉辦菸害防制宣導活動			
(三) 進行改善環境並且充分配合執行			

- 維持各學年學生升上新學年時，裸視視力在正負2%以內。
- 推動吸菸家長在學童面前吸菸比例下降10%以上。
- 依舊保持學校學生吸菸率仍是0%。
- 降低學校每日下課意外傷害人次在15人次以下。
- 提昇教師具有CPR證照達90%以上，並定期複訓。
- 教育認知重病到大醫院、小病到診所達80%。
- 宣導家長不拿健保卡換衛生用品率達90%以上。
- 提升對愛滋病認識及接受率80%以上。

(四) 在正確用藥推廣活動方面





- 提升師生瞭解正確用藥五大核心相關知識。
- 提升師生對於用藥時機的認知達70%以上。
- 提升師生遵醫囑服藥率達80%以上。
- 領藥確實詢問率提升至70%以上。

(五) 在衛教宣導活動方面

- 每學年辦理健促八大議題相關宣導各一次以上。
- 推動衛教相關宣導，以提升學生健促網路後測認知比率達80%以上。

十一、獎勵：每學年計畫後，辦理本案有功人員，陳請依權責敘獎。

十二、本計畫陳請校長經核可後實施，修正時亦同。

承辦人		訓導主任		校長	
護理師		人事主任	