

桃園市 109 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	巴陵國小	所屬行政區	復興區
學校地址	桃園市復興區華陵里 9 鄰巴陵 75 號		
議題	含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥（含全民健保）教育。		
補助經費	申請類別： <input checked="" type="checkbox"/> 種子學校：編列 5,000 元 <input type="checkbox"/> 協力學校：編列 10,000 元(<input type="checkbox"/> 由各中心學校邀請 <input type="checkbox"/> 主動參與) （議題： <input type="checkbox"/> 視力 <input type="checkbox"/> 口腔 <input type="checkbox"/> 體位 <input type="checkbox"/> 菸檳 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥）		
	※額外加選項目：(可複選) <input checked="" type="checkbox"/> 行動研究：可增列 5,000 元(<input checked="" type="checkbox"/> 待輔導學校 <input type="checkbox"/> 自主參加學校) 1. 待輔導學校(107 學年度學生健康數據不佳者)：應檢附改善計畫 2 自主參加學校：請檢附行動研究策略與成效摘要表 3. 將成果上傳至「健康促進學校行動研究專區」 (http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/) <input type="checkbox"/> 「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元 1. 檢附課程安排及活動歷程等 2. 將成果報送教育部國教署教學模組競賽		
承辦人	姓名：楊孟軒	E-mail： yung2719@ms.tyc.edu.tw	
	聯絡電話：(03)391-2131#311	傳真：(03)391-2031	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） 1. 獲選為教育部~台灣健康促進學校行動研究優良成果報告。 (主題:促進原鄉學童健康飲食之行動研究) 2. 榮獲桃園縣 101 學年度健康促進學校輔導訪視特優學校。 3. 榮獲 102 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視特優學校。 4. 辦理 103 年度健康促進學校口腔衛生行動研究。 5. 榮獲 103 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視優等學校。 6. 榮獲 107 學年度健康促進學校輔導訪視績優。			
辦理健康促進學校之潛能（請列舉） 1. 每日實施全校課間操活動與體能活動，提升學生整體體適能。 2. 每學年度規劃健康促進相關主題宣導，培養學生正確健康觀念。 3. 推動學校運動風氣，營造重視健康的氛圍。 4. 致力於推動嶄新的健康促進活動，提升學生健康自主管理能力。			

※本局將進行計畫審查及分級補助（如：計畫優劣、策略運用、成效評價等），並考量教育部國教署補助經費，保有刪減及核定貴校補助經費之權利。

承辦人：

單位主管：

機關首長：

桃園市巴陵國民小學辦理 109 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言：

本計畫旨在發展多元層面、策略、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，第一階段將全校人力整編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效。

學校健康促進之現況分析及需求評估，以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。然而，政次層面注重學校團隊分工合作，各司其職。行政與教學相互配合，並致力於推動嶄新的健康促進活動，結合社區人力、物力等社會資源，擴大影響層面，提高實施成效，發揮最大效益，最終建立良善的健康環境、與培養學生自主件開管理之能力。

二、計畫依據：

一、教育部國民及學前教育署國 109 年 8 月 7 日臺教國署學字第

1090090627B 號函。

二、本校 109 學年度校務會議決議案

三、背景說明：針對學生健康狀況分析、在地化特色及推動各項議題推動情形。

本校位於桃園市復興區上巴陵地區，地處特偏區域學校。幼兒園至六年級共有七班，學生共 64 人，教職員工 29 人。家長多為泰雅族原住民且多屬農工階層，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。加上近年來年輕人口外移，家庭結構改變，學區內單親家庭及隔代教養學童比例偏高，也因為家庭結構的因素，學童的教養者關注家庭的經濟問題甚於健康習慣的落實。因此本校學生對於非常缺乏「健康自主管理」的觀念，導致普遍體重皆過高，食用完高糖分食物、飲料後又未能落實刷牙的好習慣，最終導致蛀牙纏身。對於如何透過學校教育，結合社區、家長、老師與學生共同參與，引導學生能夠自我管理自身的健康的生活需要全體教職員一同努力。

四、SWOT 分析：

議 題	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A (行動)
整 體 學 校 衛 生 政 策 制 定	1. 全校 7 班 共 64 人 (109.09) 規模小，推動容易。 2. 教師相處融洽，行政與教學配合度高。 3. 校護曾任職於衛公	1. 教師人數不多，人力相對市區學校較為不足。 2. 教師調動率大，在相關計畫整合上，以及中長期實施會有所	1. 教師平均年齡輕，對於相關計畫認可及願意嘗試。 2. 學生純樸且和老師感情融洽。	1. 教師流動機率大，有任務交接上的磨合期。 2. 地處偏遠，教師進修研習相關活動不易。 3. 地處偏遠，相關軟硬	1. 推行口腔保健，培養學生、教師、家長正確的觀念。 2. 請衛生所人員協助相關議題宣導及資源分享。 3. 落實開放

	<p>所公共護理師，行政資歷豐富。</p> <p>4. 體育教學正常化。</p>	<p>困難。</p>		<p>體資源取得不易。</p>	<p>空間禁菸酒、檳榔活動。</p> <p>4. 於學校行事課時間，推動各項健康議題。</p>
菸害防治及檳榔健康危害	<p>1. 學校與社區互動良好，政策推動容易。</p>	<p>1. 學生家長多務農，社經地位不高。</p> <p>2. 家長有抽菸及嚼食檳榔者比例偏高。</p>	<p>1. 學生家長多為基督徒，可請教會協助推行活動。</p> <p>2. 有下巴陵醫療站，提供部分資源。</p>	<p>1. 家長衛教觀念普遍不足，待提升。</p>	<p>1. 請衛生所人員協助相關議題宣導及資源分享，建立健康的家庭生活環境。</p> <p>2. 落實開放空間禁菸活動。</p>
健康體位	<p>1. 於學校行事課時間辦理『健康體位』宣導活動，能提供學生正</p>	<p>1. 校地小，只有籃球場可供學生運動。</p> <p>2. 社區內可供運動的</p>	<p>1. 家長通常贊同學校推行的活動，極少有異議。</p> <p>2. 學校於課</p>	<p>1. 學校無風雨操場，天氣不佳就無法運動。</p> <p>2. 學童常到附近便利</p>	<p>1. 每週一~五課間活動實施全校健康操。</p> <p>2. 加強體位不良學生</p>

	<p>確健康知識。</p> <p>2. 每天第二節下課進行全校健康操活動。</p> <p>3. 體育科任老師具備相關知識，於課程當中加強孩子體適能。</p> <p>4. 校護曾任職於衛公所公共護理師，對飲食相關資訊有所了解。</p> <p>5. 提倡下課教室淨空以增加學生在外互動次數與</p>	<p>場所，只有本校。</p>	<p>後及假日開放校園，增加學生運動的時間。</p>	<p>商店買餅乾零食及含糖飲料。</p> <p>3. 學童回家後易沉迷於電子 3C 產品。</p> <p>4. 地處偏鄉，如學生放學獨自前往運動有安全性的考量。</p>	<p>的運動量，於健康與體育課時請老師協辦。</p> <p>3. 請老師注意學童在校飲食均衡。</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------	----------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------

	時間。				
口腔衛生	1. 學校有供應早餐和午餐，餐後可立即潔牙。	1. 潔牙時間不夠長，導致不夠確實。	1. 學校定期會有牙醫來義診。	1. 學校地處偏遠，醫療診所距離遙遠。 2. 學生愛吃零食及含糖飲料。	1. 推行口腔保健，培養學生、教師家長正確的觀念。 2. 確實進行每日餐後潔牙，及每週四含氟漱口水活動。 3. 每兩個月有一次牙醫巡診。
視力保健	1. 學校自然環境優美，四周環山。 2. 提倡下課教室淨空，以達到讓眼睛放鬆、休息的效果。	1. 父母無瑕照顧，放任孩子看電視、打電動等。	1. 學生在校即完成大部份課業，放學後不需再去上額外的安親班，造成用眼過度。	1. 部分家長忙於生計，照顧小孩有心卻無力。	1. 定期視力檢查及複檢追蹤。 2. 實施望遠凝視活動，以降低近視發生率。

<p>性教育（含愛滋病防治）</p>	<p>1. 學生純樸，容易教導。 2. 被外界媒體或聲色場所影響的機率較小。</p>	<p>1. 父母多外地工作，親子互動時間減少，於成長階段中的兩性家庭教育較缺乏。 2. 單親、隔代教養、低收入戶等高關懷家庭比例偏高。</p>	<p>1. 學生家長多為基督徒，可請教會協助推行活動。</p>	<p>1. 學生家長大多早婚，如 20 歲左右生孩子，親職教育及性教育之知識較為不足。</p>	<p>1. 請校護、衛生所辦理正確性教育宣導，並結合教會共同辦理。</p>
<p>正確用藥及全民健保</p>	<p>1. 醫療站的醫生護理師每週都會到校義診並進行個人衛教及用藥指導。 2. 校護本身對於用藥</p>	<p>1. 學生及家長對於用藥及全民健保的觀念普遍不足。</p>	<p>1. 有下巴陵醫療站，提供部分資源及藥品諮詢。 2. 醫療站的醫生護理師每週都會到校義診，可提供</p>	<p>1. 學校因地處偏遠，藥品的更新、醫療資訊及全民健保資訊的立即宣導有地利上的不便。</p>	<p>1. 請校護、衛生所辦理正確用藥及全民健保相關議題宣導。 2. 請導師宣導用藥安全及藥品使用之注</p>

	及全民健 保的知識 豐富，教導 學生用藥 及全民健 保的基本 常識。		部分訊息		意事項。
--	------------------------------------------------------	--	------	--	------

五、計畫內容與實施策略：

一、實施「菸害及檳榔健康危害防制教育」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議	校長	各處室主 任	109.08
	2. 訂定『校園無菸政策』目標與活動時程表。	訓導組	全體同仁	109.08
(二) 健康課程及活動	1. 將反菸拒檳政策融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導處	全體教師	109.08
	2. 辦理家長座談會	教導處	健康中心	109.10

	3. 於學校行事朝會時間辦理學生『菸害及檳害防治』宣導活動。	訓導組	全體同仁	109.10
(三) 健康服務	1. 定期安排教職員工身體健檢。	健康中心	全體教師	109.10
	2. 每月教職員工血壓、脈搏、BMI、體脂肪檢查。	健康中心	全體教師	每月
	3. 於班級教室放置運動器材，提供小朋友多樣的運動種類。	訓導組	學生自治會	每天
	4. 提供拒菸與戒菸諮詢服務。	健康中心	全體師生	經常性
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	教務組	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	109.10
	3. 佈告欄張貼關於菸檳防治海報、新聞、文宣。	訓導組	健康中心	經常性
(五) 校園社會環境	1. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長菸害及檳害相關知能。	訓導組	各班導師	經常性

(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『無菸環境及拒檳』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	109.09 109.11 110.03 110.04
	2. 與家長會合作，輔導學校周遭商店拒賣菸品及檳榔給學生。	教導處	全體教師	109.9-11
	3. 邀請並配合衛生機構至校辦理禁菸及拒檳活動。	教導處	健康中心	學年計劃

二、實施「健康體位教育」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議	校長	各處室主任	109.08
	2. 推廣每週三三三運動。	健康中心	全體同仁	經常性
	3. 加強營養教育實施，建立健康的飲食習慣。	午餐秘書	全體同仁	經常性
(二)	1. 將健康體位融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	109.08

健康課程及活動	2. 進行第二節課間操活動，協助學童定期運動的習慣。	健康中心	全體同仁	每天 1 次， 每次 15 分鐘
	3. 每學期舉辦體育競賽	訓導組	學生自治會	每學期 2 次
	4. 於學校行事朝會時間辦理『健康體位』宣導活動。	訓導組	健康中心	109.10
(三) 健康服務	1. 定期安排教職員工身體健檢。	健康中心	全體教師	109 年
	2. 每月教職員工血壓、脈搏、BMI、體脂肪檢查。	健康中心	全體教師	每月
	3. 定期實施學生體重檢查。	健康中心	全體老師	每學期兩次
	4. 平時開放體育器材室，提供小朋友多樣的運動種類。	訓導組	學生自治會	每天
	5. 提供健康體位與營養教育的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	教務組	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	109.10

	3. 加強午餐供應商及廚房衛生監督與管理。	午餐秘書	全體教師	每天
	4. 各樓層均設有飲水機，並定期更換濾心。	總務處		每個月
	5. 運動設施定期檢查，確保使用上的安全。	總務處	訓導組	每個月
	6. 運動器材定期汰舊換新。	訓導組	學生自治會	每學期
	7. 佈告欄張貼關於健康飲食海報、新聞、文宣。	訓導組	健康中心	經常性
	8. 鼓勵學生走路上下學。	訓導組	全體教師	每學期
(五) 校園社會環境	1. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長健康飲食相關知能，並期家長協助監督學生健康飲食型態。	教務組	各班導師	經常性
	2. 表揚『健康體位』進步良好的學生。	訓導組	健康中心	110.06

(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『健康體位』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	109.09 109.11 110.03 110.04
	2. 於親職教育日提供營養與體位管理資訊向社區夥伴進行宣導。	教導處	全體教師	109.11 110.04
	3. 請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動。	教導處	健康中心	學年計劃

三、實施「口腔衛生教育」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議	校長	各處室主任	109.08
	2. 訂定『口腔衛生教育』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	109.08
(二) 健康課程及活動	1. 將口腔衛生融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	109.08
	2. 結合華陵醫療站資源，邀請牙醫公會到校辦理師生口腔保健講座。	教導處	健康中心 衛生所	經常性

	3. 各班老師協助指導學生進行餐後潔牙活動。	健康中心	各班導師	每日
	4. 於學校行事朝會時間辦理『口腔衛生』宣導活動。	訓導組	健康中心	109.9
(三) 健康服務	1. 每年定期安排教職員工身體健檢。	健康中心	全體教師	109年
	2. 統計篩檢結果了解學生口腔狀況，造冊列管，聯繫家長督促改善。	健康中心	全體老師	每學期兩次
	3. 提供口腔保健的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
	4. 結合華陵醫療站資源，邀請牙醫公會到校義診。	健康中心	全體教師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	教務組	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	109.10
	3. 充實現有洗手台設備及維護。	總務處	工友	每學期
	4. 佈告欄張貼關於口腔衛生海報、新聞、文宣。	訓導組	健康中心	經常性

(五) 校園社會環境	1. 透過寒暑假作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長口腔衛生相關知能，並期家長協助監督學生口腔衛生管理。	教務組	各班導師	經常性
	2. 表揚『口腔衛生』持續維持良好的學生。	訓導組	全體教師	109.06
(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『口腔衛生』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	109.09 109.11 110.01 110.04
	2. 請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動。	教導處	健康中心	學年計劃

四、實施「視力保健教育」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議	校長	各處室主任	109.08
	2. 訂定『視力保健教育』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	109.08

(二) 健康課程及活動	1. 將視力保健融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	109.08
	2. 於學校行事朝會時間辦理『視力保健』宣導活動。	教導處	健康中心	109.09
	3. 視力不良學生複檢與矯治。	健康中心	訓導組	經常性
(三) 健康服務	1. 每年定期安排教職員工身體健檢。	健康中心	全體教師	109年
	2. 統計篩檢結果了解學生視力不良情況，造冊列管，聯繫家長督促改善。	健康中心	各班導師	109.09
	3. 提供視力保健的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	教務組	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	109.10
	3. 定期測量各教室照明	健康中心	總務處	每個月
	4. 黑板及照明定期維修	總務處	訓導組	每個月
	5. 充實更新學生課桌椅，加強校園綠化美化。	總務處	工友	每個月

	6. 佈告欄張貼關於視力保健海報、新聞、文宣。	訓導組	全體教師	經常性
(五) 校園社會環境	1. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長視力保健相關知能，並期家長協助監督學生用眼狀況。	教務組	各班導師	經常性
	2. 表揚視力持續維持良好的學生。	訓導組	全體教師	110.05
(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『視力保健教育』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	109.11 110.04
	2. 請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動。	教導處	健康中心	學年計劃

五、實施「性教育（含愛滋病防治）」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議。	校長	各處室主任	109.08
	2. 召開性別平等教育委員會會議。	校長	教導處	109.09

	3. 訂定『性教育(含愛滋病防治)』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	109.08
(二) 健康課程及活動	1. 將性教育(含愛滋病防治)融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	109.08
	2. 辦理『性教育及兩性平等』教師知能成長活動	教導處	全體教師	109.11
	3. 於學校行事朝會時間辦理『性別平等及性侵害防治宣導』宣導活動。	訓導組	健康中心	109.11
(三) 健康服務	1. 提供性教育(含愛滋病防治)的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
	2. 針對低中高年級學生分段進行性教育講座。	健康中心	全體教師	學年計劃
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	總務處	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	109.10
	3. 佈告欄張貼關於性教育(含愛滋病防治)海報、新聞、文宣。	訓導組	全體教師	經常性

(五) 校園社會環境	1. 透過寒暑假作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長性教育（含愛滋病防治）相關知能。	教務組	各班導師	經常性
(六) 社區關係	1. 安排相關教育講座並邀請家長參與。	教導處	全體教師	學年計劃
	2. 請學校附近衛生醫療機構到校協助宣導活動。	教導處	健康中心	學年計劃

六、實施「正確用藥(含全民健保)」具體工作內容

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 召開衛生委員會會議	校長	各處室主任	109.08
	2. 訂定『正確用藥及全民健保』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	109.08
(二) 健康課程及活動	1. 將正確用藥及全民健保教育融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	109.08
	2. 辦理正確用藥及全民健保有獎徵答。	訓導組	全體教師	109.12

	3. 於學校行事朝會時間辦理『正確用藥及全民健保教育』宣導活動。	訓導組	全體教師	109.03
(三) 健康服務	1. 提供正確用藥及全民健保的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
	2. 健康中心及華陵醫療站提供專業正確用藥教育及全民健保宣導。	健康中心	醫療站	經常性
(四) 學校物質環境	1. 購買宣導及教學用用品	教務組	訓導組	109.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優秀者。	總務處	訓導組	109.10
	3. 佈告欄張貼關於正確用藥教育及全民健保海報、新聞、文宣。	訓導組	健康中心	經常性
(五) 校園社會環境	1. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長正確用藥及全民健保相關知能。	教務組	各班導師	經常性
(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『正確用藥及全民健保』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	109.09
				109.11
				110.03
				110.04

	2. 請華陵醫療站到校時提供專業知識。	教導處	健康中心	學年計劃
--	---------------------	-----	------	------

為強化衛生教育功能，在校長及全校的同仁合作下，整合現有之資源、行政、課程、教學，並配合家長及社區力量。近年學校在推動視力保健、營養午餐工作、課間健康操、體適能活動、口腔保健也有相當的成效。

本校欲達成目的有以下幾點：

- 一、整合現有衛生教育資源，提升行政效率。
 - 二、建立無菸的友善校園環境，營造華陵村及學校共有的健康學習空間。
 - 三、學校的課程中能加入健康促進等有關內容並融入教學。
 - 四、了解健康體位的重要，養成正確的運動習慣，並減少體位不良的比例。
 - 五、培養學生正確口腔及視力保健知識，建立口腔及視力保健良好習慣。
 - 六、建立學生健康飲食的觀念，並於生活中落實，養成均衡飲食的好習慣。
 - 七、提升學生正確的用藥知識，在發生傷病時能正確的使用藥品，避免藥物濫用並了解正確的就醫管道。
 - 八、將全民健保的基本觀念帶給學生，學生在藉此帶入家庭、社區。
 - 九、培養學生正確急救的觀念，以及當發生事情時該如何應變。
 - 十、將健康促進的重大議題概念帶入家庭、社區，擴大影響層面，促進社區的發展。
 - 十一、養成健康與運動的觀念與習慣，形成預防性的健康行為。
 - 十二、透過親子共讀，提升家庭健康知能。
- 六、預定進度：應規劃出執行進度，並以甘梯圖表示。

自 109 年 8 月 1 日起至 110 年 7 月 31 日止。

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	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. 成效評量前測												
8. 執行健康促進計畫												
9. 資料分析												
10. 報告撰寫												

七、健康促進學校人力配置：

職稱	現職	姓名	在健康促進團隊之定位
召集人	校長	高理忠	主持計畫、引進資源、協調工作
副召集人	教導主任	林沛晴	籌畫健康促進學校各項工作推行及課程發展
	輔導主任	許雅文	健康促進學校經費審查、採購
	訓導組長	楊孟軒	負責健康促進學校工作宣導與執行
	護理師	莎菲依·諾佈	身體健康檢查及需求評估、社區及學校資源的聯絡、整合
執行委員	健體領域代表	楊孟軒	1. 體適能評估，活動策略設計及效果評價 2. 健體領域教學協辦
	資訊組長	楊孟軒	健康學校網頁製作及維護
	警衛	陳智偉	開放校園並宣導無菸等活動
	一年級教師代表	田恩惠	1. 與行政協調健康促進之活動的推行 2. 培養學生有健康行為、飲食之生活
	二年級教師代表	鄔翠璦	
	三年級教師代表	蔡雅竹	
	四年級教師代表	李宏謙	
	五年級教師代表	拉並·瓦歷斯	
六年級教師代表	陳歡		
顧問	家長會長	梁雅惠	協助各項活動之推展及提供社區資源以利推展健康服務
	華陵里里長	陳榮光	
	衛生所醫療站	林德文	

八、成效指標及預期效益：

桃園市 109 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：_____ 巴峻國小_____

健康促進學校願景：(欄位請自行增加)

- (一) 凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：關於學校的發展目標、與共同的價值，將經由學校逐漸所形成的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。
- (二) 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且強調學校中教師與學生的互動與參與關係。心理的環境包含一對於學校的看法、感受與社會的連結，以及學校中的溝通型態與衝突的管理。
- (三) 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。
- (四) 結合社區資源與地方社區建立合作網絡及夥伴關係。
- (五) 結合社區資源及家長會共同營造一無菸拒檳之學校環境。
- (六) 培養學童規律運動習慣及健康的飲食習慣進而提升體適能，期望讓學童體位不比率低於 20% 以下。
- (七) 期望讓學童視力不良比率低於 12% 以下。
- (八) 期望讓學生齲齒率降低，養成學生定時潔牙的好習慣。
- (九) 性教育(含愛滋病防治)的實施使學生對「性」的知識可以更健康去面對、學習，並認識如何防治愛滋病。
- (十) 透過用藥安全知識的教導，讓學生不但能了解各種疾病相對應的用藥，並且能正確服用藥物，也期望學生能自日常生活便鍛練強健的體魄，別依賴藥物的使用。
- (十一) 透過全民健保教育的宣導，使學生能獲得與全民健保相關的基本知識，並於生活中善用全民健保資源。

健康促進學校特色：

- (1) 學校衛生政策：召開健康促進學校委員會，委員共同管理規劃學校各項衛生教育工作，組織「校園危機處理小組」並經常透過行政會議與教師會議進行演練，建立「學生緊急傷病處理流程辦法」，並張貼於健康中心。
- (2) 學校健康服務：
 1. 身高、體重、視力、口腔、尿液、蟻蟲等資料建檔並做適當矯治、生長遲滯學生等體格缺點矯治、特殊疾病學生之建檔及照顧、傳染病管制及照護。
 2. 晨間時間與課間戶外活動來降低近視發生率。
 3. 學童餐後潔牙、定期口腔檢查、可提高齲齒矯治率。
 4. 建立無菸、無毒校園環境。

5. 避免藥物濫用
6. 提供學生均衡營養之午餐及營養衛教知識。

(3) 學校健康教育課程及活動：

1. 提昇教師體育知能，培養學生正確運動概念及行為，落實體育教學、增加運動性社團外，並鼓勵培養一項運動技能。
2. 培養教職員工生規律運動習慣：鼓勵教師根據體適能檢測參考質，加入課餘運動社團，推動羽球練習、操場健走、瑜珈運動、登山健行等。
3. 培養健康儲蓄概念。

(4) 學校物質環境：

1. 達到校園「零事故」、學生「無傷病」之目標。
2. 飲水、用水安全無虞。
3. 建立無菸、無毒校園環境。
4. 提供完善的學習環境。
5. 提供安全的校園建築、設施以促進健康。
6. 提供社區民眾運動環境，促進健康行為的動力。
7. 社區與校園設置監視系統以預防犯罪。
8. 營造健康、環保、永續的校園環境，與社區共享健康舒適多元的校園。

(5)、學校精神環境：

1. 塑造優質、和諧的校園文化。
2. 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。
3. 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。
4. 營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境。
5. 提昇教職員工心理的健康質量。
6. 提供有需要的學生適當的協助。
7. 建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態。

(6)、學校－社區關係：

1. 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。
2. 學校與家庭建立友好的互動關係。
3. 強化國民健康生活知能及活動。
4. 結合社區資源及家長會共同營造一無菸拒檳之學校環境。

(7)、健康飲食：

1. 開辦「體位活力班」：

- (1) 全校登記過重或肥胖的學童，了解正確的體重控制方法。
- (2) 參加「活力班」的學童，飲食符合均衡原則及有規律的運動。

(8)、無菸校園：

學校衛生法第二十四條：「高級中等以下學校，應全面禁菸．．．」，菸害防制法第十四條：「學校列為禁止吸菸場所」。本校為台北縣無菸示範校園，除嚴格執行相關法令規定，校園全面禁菸外，更希望從「無菸校園」推廣到「無菸家庭」。

針對全校學生進行家庭抽菸情況調查，抽菸家庭仍高，但大部分的學童願意勸導家人戒菸，未來將繼續藉由教育力量與親情的關懷，持續宣導菸害防制觀念，並勸導社區商店不賣菸給學童，以及尋求衛生所協助家長戒菸。另外，將藉助「無菸校園」品牌所發揮的影響力，預期一年後社區無菸家庭能增加 10%，讓菸害遠離家庭，減少學童二手菸害，期望給下一代健康的成長環境！

壹、評價指標 (30 分)：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校 衛生 政策 4 分	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-1-2 學校衛生委員會(或類似委員會)設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
學校 物質 環境 4 分	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及照明系統管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、 <u>照明設備檢核紀錄</u> 等)(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
學校 社會 環境 6 分	1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2 分)		
社區 關係 4 分	1-4-1 學校積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。(如：健康體位、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
健康	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
教學與活動 4分	和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。健康教育授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2分)		
	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每2學年至少參加學校衛生相關研習18小時專業在職進修。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
健康服務 8分	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)建置個案管理， <u>並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情做成紀錄</u> 。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達100%。(2分) (達100%為2分、95.0~99.9為1分、低於95為0分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
合計(30分)			

貳、成效指標(52分)：請檢附佐證資料

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
視力保健			
2-1-1 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】= B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】= <u>裸視篩檢視力不良就醫複檢率</u> =	<input type="checkbox"/> 3(96%以上) <input type="checkbox"/> 2(91-95%) <input type="checkbox"/> 1(85-90%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼30分鐘，休息10分鐘視力保健行動目標之學生數】= B【受調查人數】= <u>學生視力保健行動平均達成率</u> =	<input type="checkbox"/> 3(96%以上) <input type="checkbox"/> 2(91-95%) <input type="checkbox"/> 1(85-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-1-3 下課淨空率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【每節下課有 90%以上的學童至教室外的班級數】 = B【 施測班級數 】 = 下課淨空率 =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-1-4 學生戶外活動 120 達成率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計 2 小時之學生數】 = B【 受調查人數 】 = 學生戶外活動 120 達成率 =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生 複診 齲齒 診治率 = $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】 = B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】 = 學生 複診 齲齒 診治率 =	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐潔牙 活動 (1分)		<input type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-2-3 學生午餐後搭 配合氣牙膏潔牙比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000PPM)潔牙學生數】 = B【學生總人數】 = 學生午餐後搭配含氣牙膏潔牙比率 =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-4 學生睡前潔牙 比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【睡前潔牙學生數】 = B【學生總人數】 = 學生睡前潔牙比率 =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-5 學生在學校兩 餐間不喝含糖飲料比 率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】 = B【學生總人數】 = 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率 =	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-2-6 學生每日至少 使用一次牙線比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】 = B【 受調查人數 】 = 學生每日至少使用一次牙線比率 =	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中 (正常)比率 = $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】 = B【學生總人數】 = 學生體位適中(正常)比率 =	<input type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】= B【學生總人數】= 學生體位不良比率=		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積 210 分鐘運動量目標之學生數】= B【學生總人數】= 學生目標運動量平均達成率=	<input type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下)	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】= B【學生總人數】= 學生理想蔬果量平均達成率=	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】= B【學生總人數】= 學生每天吃早餐平均達成率=	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】= B【學生總人數】= 學生多喝水目標平均達成率=	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
菸害防制			
	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。		
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】= B【學生總人數】= 學生吸菸率=	<input type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】= B【學生總人數】= 學生參與菸害教育率=	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】= B【吸菸學生人數】= 吸菸學生參與戒菸教育率=	<input type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為 0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 學生電子煙使用率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】= B【學生總人數】= 學生電子煙使用率	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-4-5 <u>校園二手菸暴露率</u> = A÷B×100% (1分)	A【 <u>過去7日校園內有人在面前吸菸</u> 學生數】= B【 <u>學生總人數</u> 】= <u>校園二手菸暴露率</u> =	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
檳榔防制			
2-5-1 學生嚼檳榔人數	係指過去30天內曾經嚼檳榔學生數=		
2-5-2 學生嚼檳榔率 A÷B×100% (1分)	A【 <u>學生過去30天內曾經嚼檳榔人數</u> 】= B【 <u>學生總人數</u> 】= <u>學生嚼檳榔率</u> =	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生 <u>參與檳榔教育率</u> = A÷B×100% (1分)	A【 <u>曾經上過有關檳榔防制教育課程</u> 學生數】= B【 <u>學生總人數</u> 】= 學生 <u>參與檳榔教育率</u> =	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = A÷B×100% (2分)	A【 <u>遵醫囑服藥人數</u> 】 B【 <u>受調查人數</u> 】 <u>遵醫囑服藥率</u> =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-2 <u>不過量使用止痛藥</u> 比率 = A÷B×100% (2分)	A【 <u>不過量使用止痛藥人數</u> 】 B【 <u>受調查人數</u> 】 <u>不過量使用止痛藥</u> 比率=	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-3 <u>使用藥品前看清藥袋、藥盒標示</u> 比率 = A÷B×100% (2分)	A【 <u>使用藥品前看清藥袋、藥盒標示</u> 人數】 B【 <u>受調查人數</u> 】 <u>使用藥品前看清藥袋、藥盒標示</u> 比率 =	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生 <u>性教育課程參與率</u> = A÷B×100% (1分)	A【 <u>曾經上過有關性教育(含愛滋病防治)課程</u> 學生數】 B【 <u>學生總人數</u> 】 學生 <u>性教育課程參與率</u> =	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-7-2 宣導活動 (1分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	<input type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
全民健保教育			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-8-1 宣導活動 (1分)	推動宣導活動場次	<input type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-8-2 學生參與全民 健保教育率= $A \div B \times$ 100% (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】= B【學生總人數】= 學生參與全民健保教育率=	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
合計 (52分)			

九、評價方法或預期效益：應說明目標是否達成之評價方式，包括過程評價與結果評價。(可參考評分表之成效指標)

配合計畫執行來進行過程評量，並於計畫執行前後收集資料以評估計畫成效，茲說明如下：

一、過程評價：

藉由評價過程來提升學校組織改善健康問題的能力，強調評價與計畫決策、執行、回饋及修正等過程的密切聯結，包括個人、組織、社區、政策等各層面的分析，根據這些過程評價的質性及量性資料與建議，可提供重要訊息，有助於計畫的研擬、執行及修正。

- (一)行政和政策因素：包括教育方面（課程、活動、訓練的規劃與執行）、政策方面（相關規定的修訂定、組織結構與配置）。
- (二)組織因素：包括師生互動、社團、志工等組織之社會支持、行政人員之行政配合、組織運作功能。
- (三)資源因素：包括人力/物力資源可近性、經費編列、設備可利用性。

二、結果評價：

包括影響評價及結果評價，影響評價是指評價較短期立即的計畫成效，而結果評價是指評價較長遠或最終的效果。

- (一)健康狀況：包括生理指標（如體位、齙齒、視力、血壓、血液尿液及各項生理學檢查項目）、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）、體適能指標（身體質量指數、肌肉適能、柔軟度、心肺耐力）。
- (二)行為與生活型態：包括預防性健康行為（如預防接種、健康檢查）、增進健康行為（如運動、均衡飲食、防曬、壓力管理）、危害健康行為（如吸菸、酒精和藥物濫用、暴力行為）。
- (三)環境因素：包括健康環境（如校園污染防治、景觀規劃、健康餐飲供應）、健康服務（如建立完整的預防、篩檢、追蹤、矯治、輔導、諮商及轉介系統）、校園社會文化（如凝聚力、和諧性、認同感）。

(四)個人因素：包括健康覺知、知識、態度、價值觀、健康生活技能。

三、成果檢核表：

配合計劃執行過程中進行評量，並於計劃執行前、後收集前後資料，了解實施成效，並依據本校所擬定之A.「校園無菸拒檳防治自評檢核表」、B.「健康體位自評檢核表」、C.「口腔衛生自評檢核表」、D.「視力保健自評檢核表」、「性教育(含愛滋病防治)自評檢核表」、E.「正確用藥(含全民健保)自我檢核表」作為學校評價，以評估計劃成效，並進行相關檢討。

A.「校園無菸拒檳防治自評檢核表」

項目	做到 81 % 以上	做到 61 80 %	做到 41 60 %	做到 21 40 %	做到 20 % 以下
(一) 學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 訂定『反菸拒檳』目標與活動時程表	5	4	3	2	1
3. 學校健康促進委員會下設無菸校園推動小組	5	4	3	2	1
4. 訂定禁止教職員工及學生在校園內吸菸之政策	5	4	3	2	1
5. 召開反菸拒檳防治工作小組會議，檢討得失，評估成效	5	4	3	2	1
6. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(二) 健康課程及活動					
1. 將無菸環境融入國語、資訊、藝術、健體課程	5	4	3	2	1
2. 每學期辦理體育競賽。	5	4	3	2	1
3. 於學校行事時間辦理『菸檳防治』等宣導活動	5	4	3	2	1
4. 分發菸檳防治教育宣導單張	5	4	3	2	1
5. 健康櫥窗宣導相關知識	5	4	3	2	1
6. 運用平面與網路資訊推動家長及校外來賓至校不吸菸運動	5	4	3	2	1
7. 舉辦學藝競賽如演說、朗讀、書法、作文等比賽	5	4	3	2	1
8. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 每月教職員工血壓、脈搏、BMI、體脂肪檢查	5	4	3	2	1
3. 提供拒菸與檳榔或戒菸與檳榔的諮詢服務	5	4	3	2	1

4. 提供吸菸教職員工及學生戒菸教育、輔導方法或建立轉介機制	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(四) 學校物質環境					
1. 增加健康的休閒活動場所	5	4	3	2	1
2. 校園明顯處張貼禁菸拒檳標誌	5	4	3	2	1
3. 邀請並配合衛生機構至校辦理禁菸拒檳活動	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 各班推選參與『反菸拒檳』議題活動表現優秀3名，頒發獎狀	5	4	3	2	1
2. 勸導學校附近販賣煙品商家不提供菸品及檳榔給未成年青少年	5	4	3	2	1
3. 邀請並配合衛生機構至校辦理禁菸拒檳活動	5	4	3	2	1
4. 學校與社區相關團體共同營造無菸拒檳環境	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(六) 社區關係					
1. 於家長大會宣導『菸害及檳害』的重要性	5	4	3	2	1
2. 於親職教育日宣導『菸害及檳害』的重要性及安排相關教育講座	5	4	3	2	1
3. 運用平面與網路資訊推動家長及校外來賓至校不吸菸運動	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
得分總計					

B. 「健康體位自評檢核表」

項目	做到 81 % 以上	做到 61 80 %	做到 41 60 %	做到 21 40 %	做到 20 % 以下
(一) 學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 訂定『健康體位』計劃與活動時程表	5	4	3	2	1
3. 推廣每日三三三運動	5	4	3	2	1
4. 加強營養教育實施，建立健康的飲食習慣	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(二) 健康課程及活動					

1. 課程中融入『健康體位』教育知識	5	4	3	2	1
2. 規畫『健康體位』教育之教材	5	4	3	2	1
3. 於行事時間辦理『健康體位』宣導活動	5	4	3	2	1
4. 分發『健康體位』教育宣導單張	5	4	3	2	1
5. 健康櫥窗宣導『健康體位』相關知識	5	4	3	2	1
6. 舉辦學藝競賽如演說、朗讀、書法、作文等比賽	5	4	3	2	1
7. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 每月教職員工血壓、脈搏、BMI、體脂肪檢查	5	4	3	2	1
3. 定期實施學生體重檢查並統計分析成長營養素	5	4	3	2	1
4. 提供營養品予學生補充營養	5	4	3	2	1
5. 定期舉行學童體適能檢查，並發給結果通知單	5	4	3	2	1
6. 統計篩檢結果了解學生體適能不良狀況，造冊列管，聯繫家長督促改善	5	4	3	2	1
7. 關懷並輔導接受體適能改進計畫之學童	5	4	3	2	1
8. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(四) 學校物質環境					
1. 充實現有洗手台設備及修護	5	4	3	2	1
2. 提供充足運動器材，讓學生可隨心所欲運動	5	4	3	2	1
3. 校園明顯處、網站張貼『健康體位』教育海報及標語	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 開學實施體適能檢定，持續追蹤記錄，並提出改善計畫，學期末檢驗進步情形	5	4	3	2	1
2. 體適能檢定不良者通知家長篩檢結果，並將矯治追蹤結果通知本人及家長	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(六) 社區關係 (10%)					
1. 邀請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動	5	4	3	2	1
2. 於家長大會宣導『健康體位』的重要	5	4	3	2	1
3. 於親職教育日宣導『健康體位』的重要性及安排相關教育講座	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
得分總計					

C. 「口腔衛生自我檢核表」

項目	做	做	做	做	做
----	---	---	---	---	---

	到 81 % 以 上	到 61 80 %	到 41 60 %	到 21 40 %	到 20 % 以 下
(一) 學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 餐後潔牙及週四使用含氟漱口水	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(二) 健康課程及活動					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 調整午間時間，安排用餐後半小時內進行潔牙活動	5	4	3	2	1
3. 含氟漱口水、貝氏刷牙法、牙線使用之學習指導	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 定期實施學生口腔檢查並統計分析	5	4	3	2	1
3. 健康中心提供含氟漱口水給全體教職員工及學生	5	4	3	2	1
4. 健康中心提供相關健康諮詢服務	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(四) 學校物質環境					
1. 各班教室前均設置洗手台，方便學生餐後潔牙，並養成勤洗手的好習慣	5	4	3	2	1
2. 學校圖書館提供相關新知及教材	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 學生有齙齒問題，立即與家長溝通並請家長協助改善問題	5	4	3	2	1
2. 熱心參與口腔衛生活動推展之家長，頒發感謝狀	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(六) 學校社區關係					
1. 邀請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動	5	4	3	2	1
2. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
得分總計					

D. 「視力保健自我檢核表」

項目	做到 81 % 以 上	做 到 61 80 %	做 到 41 60 %	做 到 21 40 %	做 到 20 % 以 下
(一) 學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 課間實施望遠凝視活動	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(二) 健康課程及活動					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 於行事課安排視力保健宣導	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 定期實施學生視力檢查並統計分析	5	4	3	2	1
3. 健康中心提供相關健康諮詢服務	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(四) 學校物質環境					
1. 於圖書館與班級教室張貼文宣，提醒學生每閱讀 30 分鐘，最好休息 10 分鐘再繼續	5	4	3	2	1
2. 選用合適的課桌椅，調整座位	5	4	3	2	1
3. 定期教室採光測量	5	4	3	2	1
4. 學校圖書館提供相關新知及教材	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 學生有視力問題，立即與家長溝通並請家長協助改善問題	5	4	3	2	1
2. 熱心參與視力保健衛生活動推展之家長，頒發感謝狀	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(六) 學校社區關係					
1. 邀請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動	5	4	3	2	1
2. 其他	5	4	3	2	1

得分小計	
得分總計	

E. 「性教育（含愛滋病防治）自評檢核表」

項目	做到 81 % 以上	做到 61 80 %	做到 41 60 %	做到 21 40 %	做到 20 % 以下
（一）學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 訂定『性教育（含愛滋病防治）』目標與活動時程表	5	4	3	2	1
3. 學校健康促進委員會下設性別平等教育工作小組	5	4	3	2	1
4. 訂定性教育（含愛滋病防治）實施計畫，並納入健康中心行事曆	5	4	3	2	1
5. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
（二）健康課程及活動					
1. 課程中融入性教育（含愛滋病防治）知識	5	4	3	2	1
2. 於行事時間辦理『性教育（含愛滋病防治）』宣導活動	5	4	3	2	1
3. 分發性教育（含愛滋病防治）宣導單張	5	4	3	2	1
4. 佈告欄宣導性教育（含愛滋病防治）相關知識	5	4	3	2	1
5. 舉辦學藝競賽如演說、朗讀、書法、作文等比賽	5	4	3	2	1
6. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
（三）健康服務					
1. 每年定期安排教職員工身體健檢	5	4	3	2	1
2. 對中高年級學生進行性教育（含愛滋病防治）講座	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
（四）學校物質環境					
1. 校園明顯處張貼性教育（含愛滋病防治）海報	5	4	3	2	1
2. 校園明顯處、網站張貼性教育（含愛滋病防治）標語	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
（五）學校社會環境					
1. 班親會活動宣導家庭性教育（含愛滋病防治）措施及其重要性	5	4	3	2	1
2. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
（六）社區關係					

1. 於家長大會宣導『性教育（含愛滋病防治）』的重要性	5	4	3	2	1
2. 於親職教育日宣導『性教育（含愛滋病防治）』的重要性及安排相關教育講座	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
得分總計					

F. 「正確用藥(含全民健保)自我檢核表」

項目	做到 81 % 以 上	做 到 61 80 %	做 到 41 60 %	做 到 21 40 %	做 到 20 % 以 下
(一) 學校衛生政策					
1. 召開衛生委員會會議	5	4	3	2	1
2. 訂定活動時程表。	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(二) 健康課程及活動					
1. 將用藥安全及全民健保教育融入國語、資訊、藝術、健體課程	5	4	3	2	1
2. 於行事時間辦理『用藥安全教育及全民健保』宣導活動	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 提供用藥安全及全民健保的諮詢服務	5	4	3	2	1
2. 健康中心及華陵醫療站提供專業用藥安全及全民健保教育宣導	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(四) 學校物質環境					
1. 購買宣導及教學用紙張及用品，購買獎狀予以頒發表現優良者	5	4	3	2	1
2. 佈告欄張貼關於用藥安全及全民健保教育海報、新聞、文宣	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 熱心參與用藥安全及全民健保活動推展之家長或學生，頒發感謝狀。	5	4	3	2	1

2. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長用藥安全及全民健保相關知能	5	4	3	2	1
3. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(六) 學校社區關係					
1. 邀請學校附近衛生醫療機構至校協助宣導活動。	5	4	3	2	1
2. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
得分總計					

十、經費概算表。

桃園市 109 學年度健康促進學校計畫補助經費概算表

學校名稱：桃園市復興區巴陵國民小學

申請類別：

種子學校：編列 5,000 元

協力學校：編列 10,000 元(由各中心學校邀請 主動參與)

(議題：視力 口腔 體位 菸檳 性教育 正確用藥)

額外加選項目：(可複選)

行動研究：可增列 5,000 元 (待輔導學校 自主參加學校)

「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元

項次	經費項目	單價	單位	數量	總價
1	CPR 訓練面膜	450	盒	10	4500
2	牙線	50	組	10	500
3	內聘講師費	800	時	4	3200
4	學生獎品	100	組	13	1300
5	雜支	500	式	1	500
總計					10,000

承辦人：

單位主管：

主計：

校長：

備註：

1. 本案編列請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」及經常門(如:講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費等)項目。
2. 本局將進行計畫審查及分級補助(如:計畫優劣、策略運用、成效評價等),並考量教育部國教署補助經費,保有刪減及核定貴校補助經費之權利。
3. 請於 109 年 9 月 15 日前連同計畫(紙本)1 式 2 份、概算表(正本)1 份逕送幸福國小彙辦。

109 學年度國民及學前教育署健康促進學校 前後測成效評價報告

健康議題：

學校名稱：00 縣(市)立 00 國(高中小)

參與人員：000 主任、000 老師...

中華民國 000 年 00 月 00 日

前後測成效評價策略與成效摘要表

對象	例：五年級 3 個班		人數	例：105 人(男:55 女:50)		
執行策略摘要	例： 1. 辦理生活技能融入口腔衛生教學教師研習 2. 學生貝氏刷牙教學 3. 親子活動：父母孩子一起學刷牙；父母督促孩子睡前刷牙紀錄表 4. 健康護照：頒訂學生「健康生活公約」。中午刷牙率最高前三名班級有獎品。 5. 美齒寶寶比賽...					
量性分析成效重點摘要（寫出所測之變項與相關數據，重點為主。若有推論統計，則請寫出推論統計 t 值、卡方值、備註使用之統計方法...等，若無則無須填）						
測驗工具：例：口腔衛生成效評量問卷				前後測時距：例：三個月		
變項名稱	前測值 M(SD) 或 N(%)	後測值 M(SD) 或 N(%)	t 值 或 X^2	P 值	結果簡述	備註
例：口腔衛生知識					例： 1. 後測分數顯著比前測高	例：配對 t 檢定
例：中午刷牙執行率					例： 1. 後測中午刷牙率顯著提升	
例：每日平均潔牙次數					例： 1. 後測次數顯著比前測次數高	
例：矯治率					例：矯治率顯著提升	
例：父母督促睡前刷牙比率					例： 1. 父母督促睡前刷牙比率雖有提升，但不顯著	
質性分析成效摘要（若無則不需填寫）						
測驗工具：例：測驗日誌、父母訪談、學生學習單						
成效：						
例 1. 只要行政溝通良好，且替教師方便性著想，教師是很願意為學生把關的						
例 2. 父母認為學校的親子潔牙活動讓父母晚上會記得監督孩子刷牙						

題目：0000

摘要

前後測成效評價背景與目的：

前後測成效評價方法：

前後測成效評價發現：

關鍵字：(3~5 個)

聯絡人：(包括姓名與聯絡 e-mail、地址)

※請注意：摘要精簡為主，請不要超過一頁

一、前言：

1. 闡述執行此前後測成效評價的動機：
例如：政策或潮流；學校現況；個人的觀察、經驗、想法、價值觀或省思
2. 現況分析/需求評估/問題診斷
 - (1) 學生層級：學生的健康問題（行為）與影響因子或保護因子（知識、態度、危險知覺、自我效能、同儕關係、家長態度…）
 - (2) 學校層級：學校政策面、學校教學面、學校環境面、學校社區關係面…
3. 國內外執行該策略的成效說明與探討（不一定需要，但此部分可增加成效評價深度與豐富度）
4. 前後測成效評價目的
 - (1) 目的陳述
 - (2) 校本指標或成功標準（擇一即可，併行亦佳）
 - 量性：如行為的改變程度、知識的改變程度、態度的改變程度
 - 質性：如學生參與踴躍、家長對活動有正面評價

二、前後測成效評價方法：

1. 前後測成效評價對象：交代對象來源、人數等，如有進行抽樣或實驗對照也需一併說明如何抽樣、或是實驗組對照組如何區分，各多少人
2. 前後測成效評價工具：（測驗有使用到的才需加以描述）
 - (1) 量性問卷：說明來源（自編、摘取、延用）及題目分類（例如：知識、態度、自我效能、行為…等），如能進一步呈現信效度更好。
 - (2) 質性工具：（學校除量性問卷以外，應多使用其他質性的成效評量工具來記錄成效。質性的過程評量或成效評量紀錄，可呈現出學校在執行健康促進學校計劃的過程中的動力過程，以及量性問卷測量不到的內涵，具備特殊性與多樣性，非常有意義。鼓勵學校多使用）
 - a. 測驗日誌：要寫出誰進行日誌紀錄
 - b. 訪談大綱：要寫出訪談誰
 - c. 學生學習單：可摘要重點
 - d. 其他…：如會議紀錄
3. 前後測成效評價過程或介入方法：可包括三大部份
 - (1) 測驗過程：行動或介入是怎麼產生的（例如：配合學校重要特色或活動、教師過去經驗、團隊會議討論...。可附上會議記錄或討論的過程）、測驗團隊包括哪些人（例如：測驗者為衛生組長，協同測驗者為校護與導師，指導教授為誰，是否有醫療專業人員參與...等）？職責與分工又為何？
※請表列學校健康促進相關推動小組之成員與分工

- (2) 修正過程：若有修正過程，則說明在執行過程中，因為發現執行介入的問題（如行政困難、硬體問題、反對聲浪、學生反應不佳等），所進行修正或微調。
- (3) 實際行動或介入方法：詳細說明行動或介入的方法，行動或介入安排（人事時地物）、介入內容、特色等。

※相關教學內涵：(若有相關的教學，請於此部分較為詳盡地敘述其過程、教學主題、教師..等，並可於附件處附上教案或照片等)

※家長活動：(若有相關家長活動，亦請於此部分較為詳盡地敘述)

三、 前後測成效評價結果：(擇一即可，同時有質性與量性結果更佳)

1. 量性結果：統計分析（以次數分布、百分比及 t-test 為主），可委託統計人員處理。
2. 質性結果：個人省思、學生作品或心得、家長回饋、相關人員看法、與說明結果有關者之照片、影片。

四、 討論與建議：

1. 簡述前後測成效評價發現，並討論此發現對學校推動該健康議題有什麼幫助，並建議學校可以如何推動。並可以建議其它學校怎麼參考推動。
2. 未來可以再做怎樣的修正，繼續進行前後測成效評價。
3. 對本人的意義（包括心情故事）
4. 對學校的意義
5. 其他

參考資料：

附件：

例如：問卷、學習單、教案、照片。

請注意：內文不包括參考文獻與附件，大約 5000 字即可，超過 5000 字亦佳。