

桃園市 105 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	巴峻國民小學	所屬鄉鎮市	復興區
學校地址	桃園市復興區華陵里 9 鄰 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）、正確用藥及 <u>全民健保</u> 。		
補助經費 (僅擇一選擇)	☐ 重點學校新臺幣 20,000 元 (應另檢附以下議題之改善計畫、行動研究策略與成效摘要表) ☐ 菸害防制 ☐ 健康體位 ☐ 口腔衛生 ☐ 視力保健 ☐ 性教育 ☐ 正確用藥 ☐ 全民健保) ☒ 種子學校新臺幣 15,000 元		
承辦人	姓名：陳歡	E-mail : liyahuanchen22@gmail.com	
	聯絡電話：03-3912131#310	傳真：03-3912031	
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。			
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，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。			

承辦人：

教師兼
輔導組長 陳歡

單位主管：

代理
教導主任 許純晶

機關首長：

巴峻國民小學
校長 林惠枝

桃園市復興區巴陵國民小學辦理 105 學年度健康促進學校實施計畫

壹、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。

貳、計畫依據

- 一、桃園市政府教育局 105 年 5 月 31 日桃教體字第 1050042626 號
- 二、本校 105 學年度校務會議決議案

參、背景說明：針對學生健康狀況分析、在地化特色及推動議題重點。

本校位於桃園市復興鄉上巴陵地區，幼兒園至六年級共有七班，學生共 84 人，教職員工 28 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之生活需要全體教職員工共同努力。

本校 104 學年度健康檢查結果分析暨需求評估：

(一)菸害及檳榔健康危害防治：

學校位於原住民部落，菸檳及喝酒家庭比率偏高。本議題一直深受重視。而過去幾年，本校在這議題上，每年辦理菸害防治宣導，結合衛生局的戒煙教材與課程，並與社區團體共同合作，例如衛生所、醫院、教會等，期望透過多元的活動，讓孩子及家長了解菸、酒、檳榔的壞處，也能勇於說不，並有健康的休閒活動。

(二)健康體位：

◎全校 BMI 統計圖 (104.09~105.06 校護由健康系統 web 版統計)：

	104 學年度上學期 全校 BMI 統計表	104 學年度下學期 全校 BMI 統計表
年級	體位判讀	體位判讀

	過輕	適中	過重	超重		過輕	適中	過重	超重	
一年級	0	2	1	3		0	2	1	3	
二年級	1	4	1	0		0	4	1	1	
三年級	0	4	0	2		0	4	0	2	
四年級	0	11	1	5		0	10	2	5	
五年級	1	5	3	1		0	6	0	4	
六年級	0	6	1	3		0	6	2	3	
總計	2	32	7	14		0	32	6	18	
百分比	3.6%	57.9%	12.6%	25.3%		0%	56.9%	10.6%	32%	

在健康體位議題方面，於 104 學年度上學期 55 位學童中，有 14 位體位超重、7 位過重、2 位過輕，體位不良者約佔 41.5%；至於 104 學年度下學期全校 56 位學童中，有 18 位體位超重、6 位過重，體位不良者約佔 42.6%，學校近年來，午餐教育辦理具有一定規模，使孩子攝取充分的營養源。但實際調查發現，體重過輕或超重者皆愛吃零食喝含糖飲料，學區內雜貨店是學生買此類食物的來源，加上家長對於孩子的寵愛及相關知識之缺乏，為此，學校日常課程當中，例如健康與體育課程及下課時間，加強運動量，並配合跑步、健康操等活動，限制攜帶零食、飲料至校，期望能有效改善體位不良之比率。

(三)視力保健

104 學年度第 1 學期裸視視力不良就醫統計記錄表(不良為未達 0.9)

年級	裸眼視力 不良人數	就診或矯 正人數	就診或 矯正率	備註
一	0	0	0%	就診或矯正人數： 裸眼視力不良但有 診斷或矯正視力已 達標準的人數
二	0	0	0%	
三	0	0	0%	
四	1	1	100%	
五	1	1	100%	
六	1	1	100%	
總計	3	3	100%	

104 學年度第 2 學期裸視視力不良就醫統計記錄表(不良為未達 0.9)

年級	裸眼視力 不良人數	就診或矯 正人數	就診或 矯正率	備註
一	1	1	100%	就診或矯正人數： 裸眼視力不良但有
二	0	0	0%	

三	0	0	0%	診斷或矯正視力已達標準的人數
四	1	1	100%	
五	3	3	100%	
六	1	1	100%	
總計	6	6	100%	

雖然本校位處山區，但電動遊戲、電視節目及 3C 產品仍十分普及，加上本校校地較小，較無法提供適當且寬敞的環境讓學生眼睛減壓，另外，因家庭多務農，父母常因工作不在家，家庭功能相形薄弱，因此推行視力保健成為學校一大重任，為此，學校日常課程當中，利用下課時間進行護眼班一望遠凝視活動，期望能有效控制視力不良之人數。

(四)口腔衛生

◎全校含氟漱口水執行統計表 (104.09~105.06 校護由健康系統統計)

年級	104 學年度上學期含氟漱口水執行統計表		104 學年度下學期含氟漱口水執行統計表	
	參加人數	實行率	參加人數	實行率
一年級	6	100.0%	6	100.0%
二年級	6	100.0%	6	100.0%
三年級	6	100.0%	6	100.0%
四年級	17	100.0%	17	100.0%
五年級	10	100.0%	11	100.0%
六年級	10	100.0%	10	100.0%
總計	55	100.0%	56	100.0%

本校學生在學校皆能於早餐及午餐後進行刷牙及周四含氟漱口水實施，但回家後卻常忘記刷牙，家長也對於相關知能了解未深，未來將繼續宣導口腔健康的重要性，更加強對家長的宣導，讓學生能養成餐後刷牙的好習慣。

在口腔衛生方面，學生放學後大多愛吃零食、喝飲料，而且家長並不重視學生在家的潔牙狀況，因此有齲齒的學生比例嚴重偏高，另外，因為學生的居住地離牙醫診所較遙遠，所以家長帶孩子治療齲齒的比例相當低，因此學校需花更多時間教導學生保健牙齒的方法。

本校近年來已定期和牙醫師公會合作並為 103 學年度為口腔重點學校，兩年下來，學生對於潔牙的認知、情意及技能等都有顯著的提升，每日餐後潔牙時間，接配合播放潔牙歌，以進行正確的潔牙順序，期望能以此為基礎，將口腔衛生觀念繼續扎根。

(五)性教育(含愛滋病防治)：

在性教育與傳染病防治部分，本校因部分孩童家庭功能不彰，如：單親、隔代、弱勢家庭，使得孩子對於『性』的觀念易產生偏差，需強化正向的觀念。而傳染病防治則是值得持續關注的要點，因為預防勝於治療。

本社區家長普遍早婚（女性 16 到 19 歲結婚生子比例偏高），對孩子的管教也造成某些

問題，容易導致中輟、行為個性的偏差，使孩子容易迷失，造成未婚懷孕、離家出走、性侵…等等問題。

本校每年皆有 4 小時的性別平等課程（利用全校行事時間實施），透過光碟播放、師生互動、宣導講座等方式，但是對於國小五、六年級已是青春期的孩子，內容需要持續多元關注。

104 學年度一整年之觀察，發現本校中高年級孩子乃至於社區家長對於性別認識、性別衝突皆需要近一步的學習，再者，當性欲望到來時如何有效控制及自制，也是社區需要一同學習的。

（六）正確用藥：

在用藥安全部份，因家庭對於此方面管教較不足，加上孩子好奇心又強，故會有藥物濫用的狀況發生。因此加強學生之用藥安全常識，對於減少藥物濫用之傷亡程度極具意義與價值，以維護生命之安全。

本校每週皆有巡迴醫療到校進行義診，會在學生領取藥物時給予學生適當的機會教育，但一當學生離開學校之後，在用藥之安全、正確的服藥等把關上都是一大課題，在邀請相關單位到校向學生及家長宣導上，連同交通等還有許多困難須排除。

（七）全民健保：

本校於近年開始宣導全民健保，因家庭普遍社經背景低，相關知識較缺乏，且地處較偏遠，對於相關流程處理有一定的困擾，因此加強健保宣導，及正確就醫的知識對於本學區非常急迫，除了透過校醫以及義診醫療團隊幫助外，更需要將相關知識宣導至各家庭中，但僅透過學校之力量還稍有不足，實際了解發現學區內家庭對於全民健保知識相當缺乏，該如何改善還需要各單位共同努力。

肆、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 78 人（104.09）規模小，推動容易。 2. 教師相處融洽，行政與教學配合度高。 3. 校護曾任職於衛公所公共護士，行政資歷豐富。 4. 體育教學正常化。	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困難。	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. 教師流動機率高，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，相關軟硬體資源取得不易。	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. 落實開放空間禁菸、酒、檳榔活動。 4. 於學校行事時間，推動各

					項健康議題。
菸害防治	1. 學校與社區互動良好，政策推動容易。	1. 學生家長多務農，社經地位不高。 2. 家長有抽菸者比例偏高。	1. 學生家長多為基督徒，可請教會協助推行活動。 2. 有下巴陵醫療站，提供部分資源。	1. 家長衛教觀念普遍不足，待提升。	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。 2. 落實開放空間禁菸活動。
檳榔健康危害防治	1. 學校與社區互動良好，政策推動容易。	1. 家長有吃檳榔者比例偏高。	1. 學生家長多為基督徒，可請教會協助推行活動。 2. 有下巴陵醫療站，提供部分資源。	1. 家長衛教觀念普遍不足，待提升。	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。 2. 落實開放空間拒嚼檳榔活動。
健康體位	1. 於學校行事時間辦理『健康體位』宣導活動，能提供學生正確健康知識。 2. 每天第二節下課進行全校健康操活動。 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。 4. 校護曾任職於衛公所公共護士，對飲食相關資訊有所了解。	1. 校地小，只有籃球場可供學生運動。 2. 社區內可供運動的場所，只有本校。	1. 家長通常贊同學校推行的活動，極少有異議。 2. 學校於課後及假日開放校園，增加學生運動的時間。	1. 學校無風雨操場，天氣不佳就無法運動。 2. 學童常到附近商店買餅乾零食及含糖飲料。 3. 學童回家後易沉迷於電子3C產品。	1. 每週一~五課間活動實施全校健康操。 2. 加強體位不良學生的運動量，於健康與體育課時請老師協辦。 3. 請老師注意學童在校飲食均衡。
視力	1. 學校自然環境優美，四周	1. 父母無瑕照顧，放任孩子	1. 學生在校即完成大部份	1. 部分家長忙於生計，照顧	1. 定期視力檢查及複檢追

保健	環山。	看電視、打電動等。	課業，放學後不需再去上額外的安親班，造成用眼過度。	小孩有心卻無力。	蹤。 2. 實施望遠凝視活動，以降低近視發生率。
口腔衛生	1. 學校有供應早午餐，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。
性教育（含愛滋病防治）	1. 學生純樸，容易教導。	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。	1. 學生家長多為基督徒，可請教會協助推行活動。	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。	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。
正確用藥	1. 醫療站的醫生護士每週都會到校義診並進行個人衛教及用藥指導。 2. 校護本身對於用藥的知識豐富，教導學生用藥常識。	1. 學生及家長對於用藥的安全觀念普遍不足。	1. 有下巴陵醫療站，提供部分資源及藥品諮詢。	1. 學校因地處偏遠，藥品的更新及醫療資訊的立即宣導有地利上的不便。	1. 請校護、衛生所辦理正確用藥宣導。 2. 請導師宣導用藥安全及藥品使用之注意事項。
全	1. 校護本身對	1. 學生及家長	1. 醫療站的醫	1. 學校因地處	1. 請校護、衛生

民 健 保	於全民健保的知識豐富，教導學生全民健保的基本常識。	對於全民健保的觀念普遍不足。	生護士每週都會到校義診，可提供部分訊息。	偏遠，全民健保資訊的立即宣導較有地利上的不便。	所辦理全民健保相關議題宣導。
-------------	---------------------------	----------------	----------------------	-------------------------	----------------

伍、計畫內容與實施策略：

一、實施「菸害防制教育」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	105.08
	2. 訂定『校園無菸政策』目標與活動時程表。	訓導組	全體同仁	105.08
(二) 健康課程及活動	1. 將無菸政策融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導處	全體教師	105.08
	2. 辦理家長座談會	教導處	健康中心	105.10
	3. 於學校行事時間辦理學生『菸害及損害防治』宣導活動。	訓導組	全體同仁	105.10
(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	105.10
	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. 購買宣導及教學用品	教務組	訓導組	105.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
	3. 佈告欄張貼關於防菸海報、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損害相關知能。	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』的重要性及安排 相關教育講座。	教導處	全體教師	105.09 105.11 106.03 106.04
	2. 與家長會合作，輔導學校周遭商店拒賣菸品給學生。	教導處	全體教師	105.9-11
	3. 邀請並配合衛生機構至校辦理禁菸活動。	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	105.08
	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) 健康課程及活動	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	105.08
	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. 於學校行事時間辦理『健康體位』宣導活動。	訓導組	健康中心	105.01
(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	105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. 購買宣導及教學用品	教務組	訓導組	105.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
	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	106.06
(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	105.09 105.11 106.03 106.04
	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	105.11 106.04
	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「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	105.08
	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	105.08
(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	105.08
	2.於學校行事時間辦理『視力保健』宣導活動。	教導處	健康中心	105.11
	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	105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	105.09
	3.提供視力保健的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
(四)	1.購買宣導及教學用品	教務組	訓導組	105.10

學校物質環境	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
	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	106.05
(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	105.11 106.04
	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「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	105.08
	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	105.08
(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	105.08
	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. 於學校行事時間辦理『口腔衛生』宣導活動。	訓導組	健康中心	105.12
(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	105 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	105.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
	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	106.06
(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	105.09 105.11 106.01 106.04
	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	105.08
	2. 召開性別平等教育委員會會議。	校長	教導處	105.09
	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	105.08
(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	105.08
	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	105.11
	3. 於學校行事時間辦理『性教育（含愛滋病防治）』宣導活動。	訓導組	健康中心	105.09

(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	105.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
	3. 佈告欄張貼關於性教育海報、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至校協助宣導活動。	教導處	健康中心	學年計劃

六、實施「用藥安全教育」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	105.08
	2. 訂定『用藥安全教育』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	105.08
(二) 健康課程及活動	1. 將用藥安全教育融入國語、資訊、藝術、健體課程。	教導主任	全體教師	105.08
	2. 辦理用藥安全有獎徵答。	訓導組	全體教師	105.12
	3. 於學校行事時間辦理『用藥安全教育』宣導活動。	訓導組	全體教師	105.12
(三) 健康服務	1. 提供用藥安全的諮詢服務。	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用藥安全教育宣導。	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	105.10
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者。	總務處	訓導組	105.10
	3. 佈告欄張貼關於用藥安全教育海報、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，增加學生與家長用藥安全相關知能。	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『用藥安全』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	105.09 105.11 106.03 106.04
	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

七、實施「全民健保教育」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	105.08
	2. 訂定『全民健保』目標與活動時程表。	教導主任	全體同仁	105.08
(二) 健康課程及活動	1. 由課程發展委員會負責相關課程之設計。	教導主任	全體教師	105.08
	2. 將全民健保教育融入健體課程。	教導處	健康中心	105.08
	3. 於學校行事時間辦理『全民健保』宣導活動。	訓導組	健康中心	106.04
(三) 健康服務	1. 定期關注教職員工身體情況。	健康中心	全體教師	經常性
	2. 提供全民健保的諮詢服務。	健康中心	全體教師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 佈告欄張貼關於全民健保教育海報、新聞、文宣。	健康中心	全體教師	經常性
	2. 購買獎狀予以頒發表現優良者	總務處	訓導組	105.10
(五) 校園社會環境	1. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長全民健保相關知能。	教務組	各班導師	106.06
	2. 表揚『全民健保』推廣有功的學生。	訓導組	全體教師	106.06
(六) 社區關係	1. 於親職教育日與家長大會宣導『全民健保』的重要性及安排相關教育講座。	教導處	全體教師	105.09 105.11 106.03 106.04
	2. 請華陵醫療站到校時提供專業知識。	教導處	全體教師	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。
- 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。

陸、預定進度：

自 106 年 8 月 1 日起至 107 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												

柒、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	林惠枝	主持計畫、引進資源、協調工作
副召集人	教導主任	許純晶	籌畫健康促進學校各項工作推行及課程發展
	總務主任	王耀誠	健康促進學校經費審查、採購
	訓導組長	陳 歡	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	陳 歡	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	林鋒錡	健康學校網頁製作及維護
	警衛	陳俊宏	開放校園並宣導無菸等活動
	一年級教師代表	賴以淨	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	高燕玲	
	三年級教師代表	蕭淑文	
	四年級教師代表	盧湘均	
	五年級教師代表	周易萱	
	六年級教師代表	林鋒錡	
顧問	家長會長	白春菊	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	林貞嫻	

捌、成效指標及預期效益

一、評價指標

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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備管理辦法，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)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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(檯)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
健康 教學 與 活動 4 分	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。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
	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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)並建置個案管理。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
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)		☐ 0 ☐ 1 ☐ 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)		☐ 0 ☐ 1 ☐ 2	
合計 (30分)			

貳、成效指標：

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
視力保健			
2-1-1 學生視力不良矯治率= $A \div B \times 100\%$ (5分)	A【至合格眼科診所就診或配鏡的學生數】= B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】= 學生視力不良矯治率=	☐ 5 (96%以上) ☐ 3 (91-95%) ☐ 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【學生總人數】= 學生視力保健行動平均達成率=	☐ 3 (96%以上) ☐ 2 (91-95%) ☐ 1 (85-90%)	
2-1-3 學生戶外活動平均達成率 = $A \div B \times 100\%$ (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【學生總人數】= 學生戶外活動平均達成率=	☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生齲齒就醫率 = $A \div B \times 100\%$ (5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】= 學生齲齒就醫率=	☐ 5 (96%以上) ☐ 3 (91-95%) ☐ 1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (2分)		☐ 2 (有) ☐ 0 (無)	
2-2-3 學生每日平均刷牙次數= $A \div B$ (3分)	A【學生每日刷牙次數總數】= B【學生總人數】= 學生每日平均刷牙次數=	☐ 3 (3.0次以上) ☐ 2 (2.6-3.0次) ☐ 1 (2.0-2.5次)	
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=	☐ 3 (60%以上) ☐ 2 (55-59.99%) ☐ 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=	☐ 3 (91%以上) ☐ 2 (81-90%) ☐ 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=	☐ 2 (91%以上) ☐ 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=	☐ 2 (91%以上) ☐ 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=	☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸人數	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。		
2-4-2 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=	☐ 2 (0%) ☐ 1 (0.1-1%) ☐ 0 (1%以上)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸人數】= B【吸菸學生人數】= 吸菸學生參與戒菸率= 【備註】參與戒菸：指「吸菸學生」曾參加學校戒菸班、戒菸輔導，或參加校外醫療院所、衛生單位辦理之戒菸教育活動(含戒菸班、戒菸專線、戒菸門診、戒菸網站等)。	☐ 2 (100%或吸菸率為 0%者) ☐ 1 (96-99%) ☐ 0 (95%以下)	
2-4-4 吸菸學生點戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自詢問的時間往前回推 7 日皆未吸菸之學生數】= B【參加戒菸教育學生人數】= 吸菸學生點戒菸率=	☐ 2 (100%或吸菸率為 0%者) ☐ 1 (96-99%) ☐ 0 (95%以下)	
2-4-5 吸菸學生持續戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】 B【參加戒菸教育學生人數】 吸菸學生持續戒菸率=	☐ 2 (100%或吸菸率為 0%者) ☐ 1 (96-99%) ☐ 0 (95%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】 = B【學生總人數】 = 學生嚼檳榔率=	☐ 1 (0%) ☐ 0 (0.1%以上)	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【遵醫囑服藥人數】 B【需用藥人數】 遵醫囑服藥率 =	☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
2-6-2 學生家庭具有 用藥諮詢電話比率 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【具有藥師諮詢電話人數】 B【需用藥人數】 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 =	☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
2-6-3 曾口頭或電話 進行用藥諮詢比率 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【曾口頭或電話進行用藥諮詢人數】 B【需用藥人數】 曾口頭或電話進行用藥諮詢比率 =	☐ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 推動模式(1 分)	辦理學生正確認知或正向態度調查	☐ 1 (有) ☐ 0 (無)	
2-7-2 宣導活動成效 (2 分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場 次	☐ 2 (2 場以上) ☐ 1 (1 場)	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動成效 (2 分)	推動宣導活動場次	☐ 2 (2 場以上) ☐ 1 (1 場)	
	合計 (52 分)		

玖、評價方法或預期效益

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、齦齒、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.「性教育自評檢核表」、C.「健康體位自評檢核表」、D.「視力保健與口腔衛生自我檢核表」、E.「正確用藥自我檢核表」、F.「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『菸害防治』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. 召開菸害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『菸害防治』等宣導活動	5	4	3	2	1
4. 分發菸害防治教育宣導單張	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標誌	5	4	3	2	1
3. 邀請並配合衛生機構到校辦理禁菸活動	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『拒菸與戒菸』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』的重要性	5	4	3	2	1
2. 於親職教育日宣導『菸害』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. 「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					

C. 「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					

D. 「視力保健與口腔衛生自我檢核表」

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. 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. 定期實施學生視力與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. 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. 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
5. 學校圖書館提供相關新知及教材	5	4	3	2	1
6. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(五) 學校社會環境					
1. 學生有齲齒或視力問題，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					

E. 「正確用藥自我檢核表」

項目	做到	做到	做到	做到	做到
----	----	----	----	----	----

	81 % 以 上	61 80 %	41 60 %	21 40 %	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』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. 熱心參與用藥安全活動推展之家長獲學生，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					

F. 「全民健保自我檢核表」

項目	做 到 81	做 到 61	做 到 41	做 到 21	做 到 20
----	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

	% 以 上	 80 %	 60 %	 40 %	% 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. 將全民健保教育融入健體課程	5	4	3	2	1
2. 辦理全民健保有獎徵答	5	4	3	2	1
3. 於學校行事時間辦理『全民健保教育』宣導活動	5	4	3	2	1
4. 其他	5	4	3	2	1
得分小計					
(三) 健康服務					
1. 提供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. 透過作業、學習單或聯絡簿方式，增加學生與家長全民健保相關知能	5	4	3	2	1
2. 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					

三、預期效益

- (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10%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鍊強健的體魄，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。
- (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、蟯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「減重班」、「營養諮詢班」、「珍愛自己--維持健康體位」：
 - (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「減重班」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！

桃園市 105 學年度健康促進學校 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 ☐重點學校(僅擇一選擇)

項次	經費項目	單價	單位	數量	總價
1	牙線	299	組	20	5,980
2	Ok 傷口墊	290	盒	1	290
3	教學用包紮貼布 1 吋	80	卷	2	160
4	教學用包紮貼布 1.5 吋	130	卷	2	260
5	教學用包紮貼布 2 吋	160	卷	2	320
6	教學用透氣繃	65	盒	2	130
7	影印紙	65	包	10	650
8	跳繩	80	條	17	1360
9	內聘講師費	800	時	4	3,200
10	學生獎品	100	組	20	2,000
11	雜支	680	式	1	650
總計					15,000

承辦人: 教師兼陳歡
訓導組長

單位主管: 代理許純明
教學主任

主計: 會計員謝麗娟

校長: 巴陵國民小學 林惠枝
校長