

臺南市東區博愛國小 111 學年度學校健康促進實施計畫

一、計畫標題：

臺南市東區博愛國小 111 學年度學校健康促進實施計畫

二、計畫依據：

(一) 學校衛生法

(二) 臺南市 111 學年度健康促進學校實施計畫

三、計畫摘要：

本計畫延續「健康、快樂，博愛 GO!」主題，繼前一年的推動成果，透過健康教育與活動及健康服務之實施，引導學生自發性及自主的建立健康管理，營造衛生健康之校園，促進學生身體健康。

本校於 110 學年度在行政、親師、校護積極推動各項健康議題下，執行成果有：一、學生視力不良率為 43.4%。二、口腔衛生方面，小一生的齲齒率為 15.09%、齲齒複檢率則為 100%；小四生的齲齒率為 18.33%，齲齒複檢率為 100%。三、全校學生健康體位適中率為 66.7%；學生體位肥胖比率為 13.1%。

本計畫包含本市 111 學年度健康促進學校計畫必選議題：視力保健、口腔衛生、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)、正向心理健康促進，及本校自選議題「安全教育與急救」共八項議題，分成三個階段實施。第一階段成立學校健康促進委員會，跨各處室成立工作團隊，透過 111 學年度學生檢查數據了解本校學童健康需求，以確立議題、研擬達成績效指標。第二階段發展計畫，範圍涵蓋健康促進學校六大層面(衛生政策、健康服務、健康教學與活動、物質環境、社會環境、社區關係)，包含融入教學，透過專題演講、教師健康增能研習、問卷及舉辦各項特色活動等有效的策略與執行方案。第三階段執行所擬訂之具體有效的實施計畫，並進行過程評價，以期適時回饋修正計劃，最後進行成效評價來評估計劃實施之整體成效。

背景說明：

(一) 學校現況

本校位於臺南東區座落於臺南火車站附近，教職員工約 45 人，一至六年級共有 16 班，學生人數約 332 人，是一所小型學校。學校附近為成大學區，近年有不少外移人口進入，社區結構多元，學生家長遍佈各階層領域，對於健康生活型態的認知觀念落差相當大，加上近年來社會變遷，家庭結構改變，本校單親家庭、隔代教養及外籍配偶家庭比例偏高，學生之生活、學習與成長之差異性頗值得關切。

(二) 本校學生健康資料統計分析

1. 視力保健

(1) 本校學生視力不良率有逐年上升趨勢，推行 3010 眼休息及下課時間鼓勵學生進行戶外活動為今年度的視力保健著力重點。

(2) 本校 110 學年度學生視力不良就醫率有達 100%，會繼續對家長宣導學生就醫矯正視力之必要，避免學生視力問題惡化。

(3)由於學生用眼的機會不再侷限於傳統的電玩遊戲，更多的時間是花在可視範圍更小的智慧型手機、平板電腦使用，再加上校外安親補習及學童的繁重課業，且學生在家用眼情形也難以掌握，但學校仍會持續從親師生各方面加強視力保健推展，推動護眼運動，減緩近視的加重。

| 項目 | 指標 | 108 學年度 第 1 學期 | 109 學年度 第 1 學期 | 110 學年度 第 1 學期 |
|----|-----------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 視力 | 裸視視力不良率 | 35.2% | 39.6% | 43.4% |
| | 學生視力不良就醫率 | 100% | 100% | 100% |

2. 口腔保健

(1)餐後潔牙在國小階段一直是健促推動重點，本校將著重於餐後潔牙習慣的養成。依學生健康資料顯示，顯示本校小一、小四學生初檢齲齒率有大幅下降之趨勢，但口腔保健仍需持續推動。

(2)依年級齲齒率比較顯示，近三年國小四年級齲齒率有兩年高於一年級，顯示中年級學生口腔保健觀念或有遺忘、需再加強，111 學年度持續加強課程融入之教學活動及全校性的宣導。

| 項目 | 指標 | 108 學年度 第 1 學期 | 109 學年度 第 1 學期 | 110 學年度 第 1 學期 |
|------|---------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 口腔衛生 | 學生初檢齲齒率 | 小一: 60.81% | 小一: 30.61% | 小一: 15.09% |
| | | 小四: 68.29% | 小四: 14.75% | 小四: 18.33% |
| | 學生齲齒複檢率 | 小一: 100% | 小一: 100% | 小一: 100% |
| | | 小四: 100% | 小四: 100% | 小四: 100% |

3. 健康體位

(1)本校設有專職廚房，每日使用在地食材供應全校師生安全衛生、營養均衡的健康午餐。學生多數能維持在適中體位，學生體位過重與肥胖則約占 1/5，較上個學年度表現差不多，本學年度將持續健康飲食、規律運動之體重控制活動。

(2)學校近年結合餐前五分鐘的活動，讓學生大大增加對飲食上的知識，學校也會持續落實營養教育課程，加強學生均衡飲食知能。

(3)針對體位不佳之學生進行輔導並推動體重控制班，持續提高學生體位適中之比例。

| 項目 | 指標 | 108 學年度 第 1 學期 | 109 學年度 第 1 學期 | 110 學年度 第 1 學期 |
|------|----------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 健康體位 | 學生體位適中比率 | 65.8% | 63.38% | 66.77% |
| | 學生體位過輕比率 | 11.9% | 12.42% | 9.28% |
| | 學生體位過重比率 | 11.3% | 13.38% | 10.78% |
| | 學生體位超重比率 | 11.0% | 10.38% | 13.17% |

(三)健康議題擇定

1. 必選議題：

視力保健 口腔衛生 健康體位 菸(檳)防制 全民健保(含正確用藥) 性教育(含愛滋病防治) 正向心理健康促進

2. 自選議題：

安全教育與急救 學生藥物濫用防制 環境保護教育 傳染病防治

3. 111 學年度主推議題(請評估校園健康問題，於 7 項必選議題中擇 1 項列為加強推動)：

視力保健 口腔衛生 健康體位 菸(檳)防制 全民健保(含正確用藥) 性教育(含愛滋病防治) 正向心理健康促進

四、計畫內容：

(一) 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 | 1. 訂定視力保健實施計畫，納入行事曆實施。 2. 配合新生始業式或親職座談會辦理視力保健宣導，分發視力衛教單。 | 學務處 | 各班導師 | 111.9 |
| (二) 健康服務 | 1. 每學期辦理視力篩檢、新生斜弱視檢查。 2. 視力不良學童通知家長，附上視力保健衛教單。 3. 確實追蹤視力不良學生矯正情形。 4. 學童低視力或視障特殊輔導。 | 健康中心 | 各班導師 | 111.9 |
| (三) 健康教學與活動 | 1、鼓勵老師教學活動盡量讓學生不長時間與近距離用眼。 2、規律用眼 3010 及戶外活動 120：鼓勵學生用眼 30 分鐘後需休息 10 分鐘，下課至戶外活動，眼睛遠眺休息。 | 教務處 | 各班導師 | 111.9 ~112.6 |
| (四) 學校物質環境 | 1. 配合學童需求調整課桌椅的高度、執行以身高配課桌椅型號措施。 2. 提供適當照明環境，每學期開學前進行教室測光。 3. 校園環境加強綠化（維護植栽、綠地）、美化。 4. 檢視校內使用檢查視力之工具是否合宜。 5. 善用學校佈告欄佈置相關視力保健知能。 | 總務處 健康中心 | 總務處 | 111.10 111.8 111.9~ 112.6 |
| (五) 學校社會環境 | 1. 各班落實視力保健措施，鼓勵課間動態活動。 2. 貫徹正常教學、嚴禁利用下課時間考試。 | 教務處 學務處 | 各班導師 | 111.9 ~112.6 |
| (六) 社區關係 | 1. 善用社區眼科診所資源，進行愛眼宣導 2. 每學年辦理校外教學活動，鼓勵學童親近大自然有益身心健康。 | 學務處 | 眼科醫師 | 112.3 ~112.6 |

(二) 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 | 1. 加強學生口腔保健工作。 2. 強化教導潔牙技能與實踐，分發口腔衛教單。 | 健康中心 | 志工媽媽 | 111.9 |
| (二) 健康服務 | 1. 定期進行全校學生牙齒檢查，並將檢查結果通知家長。 2. 不定期抽查學生之潔牙情形，觀察其習慣是否正確。 3. 配合執行含氟水漱口活動，指導氟化物之使用。 4. 教師透過家庭聯絡簿宣導口腔保健、發下含氟漱口 | 健康中心 | 牙醫診所 各班導師、家 | 111.10 112.2 ~112.6 111.9 ~112.6 |

| | | | | |
|------------|--|--------------------------------|------------|-----------------|
| | 5. 齲齒預防計畫家長通知書，提升家長對學童口腔衛生重視程度。 | | 長 | 111.10 |
| (三)健康教學與活動 | 1. 利用健康教育課指導學生貝氏刷牙法。 2. 利用學生朝會時間辦理口腔衛生宣導正確牙齒保健方法。 3. 口腔保健議題融入課程教學。 4. 推動午餐餐後潔牙、每週二含氟漱口活動，並做成潔牙紀錄留校備查。 5. 透過導師時間加強口腔保健指導生活教育。 | 健康中心 教務處 學務處 各班導師 | 總務處 | 111.9 ~112.6 |
| (四)學校物質環境 | 1. 善用學校佈告欄佈置相關口腔保健知能。 2. 各樓層提供洗手台、肥皂，水龍頭能供應洗滌。 3. 班級內設置收納櫃放置潔牙用具。 | 學務處 總務處 各班導師 | | 111.9 ~112.6 |
| (五)學校社會環境 | 1. 推動含氟漱口齲齒預防活動。 2. 合作社不販賣食品，不提供含糖飲料及零食。 | 健康中心 總務處 | 班導師 合作社 | 111.9 ~112.6 |
| (六)社區關係 | 結合社區醫院實施學生口腔檢查及衛生宣導。 | 健康中心 | 社區醫院 | 111.11 |

(三) 健康體位

| 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. 擬定本校健康體位實施計畫，融合各處室重要議題並納入學校行事曆實施。 | 學務處 | 教務處 | 111.10 |
| | 2. 定期測量學生體重，並分析學生體重情形及通知學生家長體重是否適當（過輕、稍輕、適當、稍重、過重），並衛教宣導。 | 健康中心 | 總務處 | 111.9 |
| (二) 健康服務 | 1. 開辦有關運動方面之課後社團如：羽球、桌球、軟網、醒獅團、韻律體操等。 | 學務處 | 各處室 | 111.9 ~112.6 |
| | 2. 每學年舉辦全校與社區家長擴大運動會，鼓勵大家一起來運動。 | 體衛組 | | 111.12 |
| | 3. 透過聯絡簿、親師座談等機制，請家長協助學生在家飲食與運動計畫。 | 健康中心 | 111.9 ~112.6 | |
| | 4. 學務處布告欄張貼健康體位資訊。 | 體衛組 | | |
| | 5. 成立體重控制班，規畫活動內容，進行教學。 | | 111.10 | |
| | 6. 教師研習-健康社群。 | 學務處 | 112.5 | |
| (三) 健康教學與活動 | 1. 以趣味化方式（如有獎徵答方式）宣導健康體位五大核心能力（85210）-睡滿8小時、天天五蔬果、四電少於二、天天運動30分、喝足白開水1500CC。 2. 護理師為體控班學生的宣導健康飲食、熱量分析、 | 學務處 體衛組 | 健康中心 | 111.9 ~112.6 |

| | | | | |
|-----------|--|-----------------------------------|------------|---|
| | <p>健康體型、安全減重講座。</p> <p>3. 舉辦營養午餐餐前指導或活動，加強均衡飲食、飯前洗手、細嚼慢嚥、進餐禮儀等概念，鼓勵生活實踐。</p> <p>4. 鼓勵學生養成吃早餐的習慣。</p> <p>5. 鼓勵全校師生週三、週五晨光時間做慢跑或體能運動。</p> <p>6. 高年級實施游泳教學鍛鍊學生心肺功能。</p> <p>7. 規畫學校暨社區聯合運動會，邀請社區民眾共同參與。</p> <p>8. 學生體適能指導、檢測及資料更新。</p> | <p>各班導師</p> <p>體衛組</p> | | <p>111.03</p> <p>~112.04</p> <p>111.12</p> <p>111.9</p> <p>~112.6</p> |
| (四)學校物質環境 | <p>1. 學校菜單均提供菜色、熱量及營養成份，供學生及家長參考。</p> <p>2. 提供乾淨衛生的環境用餐，且配菜人員均全面戴帽、戴手套及口罩。</p> <p>3. 午餐供餐人員具餐飲合格證書及具體檢合格證明。</p> <p>4. 學校提供安全的校園環境及適當的衛生設備，並維護校園用水安全。</p> <p>5. 學校維持環境健康，符合國家傳染預防法及消毒的標準。</p> <p>6. 推行生活環保，學生參與維護校園乾淨與美化學校環境。</p> | <p>總務處</p> <p>體衛組</p> | | <p>111.9</p> <p>~112.6</p> |
| (五)學校社會環境 | <p>1. 鼓勵學童吃完早餐再來上學。</p> <p>2. 結束合作社業務，不販賣食品、含糖飲料及零食。</p> <p>3. 學校提供充足、衛生之飲用水。</p> <p>3. 教師尊重學生個人特質，提供協助予有特殊需求的學生，落實健康教學，改善健康問題。</p> | <p>學務處</p> <p>總務處</p> <p>各班導師</p> | | <p>111.9</p> <p>~112.6</p> |
| (六)社區關係 | <p>1. 每學年舉辦全校與社區家長擴大運動會，鼓勵社區民眾一起來運動。</p> <p>2. 積極開放校園，提供社區民眾假日或平時運動場所。</p> | <p>學務處</p> <p>總務處</p> | <p>教務處</p> | <p>111.12</p> <p>111.8</p> <p>~112.7</p> |

(四) 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 | <p>1. 訂定與公佈校園菸檳防制計畫。</p> <p>2. 宣導校園全面禁止吸煙(含訪客及工程施工人員);總務處人員與到校施工承包商簽署合約加註「請遵守菸害防治法及校內禁菸規範」。</p> | <p>學務處</p> <p>總務處</p> | <p>總務處</p> | <p>111.9</p> <p>111.9</p> <p>~112.6</p> |

| | | | | |
|------------|--|------------|-----|-----------------|
| (二)健康服務 | 提供菸檳防制專業諮詢。 | 健康中心 | 輔導室 | 111.9 ~112.6 |
| (三)健康教學與活動 | 1. 運用菸檳防制教材(或至國民健康局網站下載)融入健康教育教學,或發展菸檳防制教案充實相關課程。 2. 每學年辦理一次由護理師為教職員、學生、家長的宣導講座。 | 教務處 學務處 | 衛生所 | 111.10 112.3 |
| (四)學校物質環境 | 1. 校園全面禁止吸煙,亦已配合市府政策公告學校四周為禁菸區,於前、後校門口皆懸掛衛生所或相關單位(如董氏基金會)製發之醒示布條。 2. 善用學校佈告欄佈置菸害相關海報資訊,LED跑馬燈不定時宣導菸檳危害知能訊息。 3. 於各廁所張貼禁菸及罰款之提醒告示。 | 學務處 | 總務處 | 111.8~ 112.7 |
| (五)學校社會環境 | 於學校重大活動(如:運動會、親師座談會、校慶)中推動菸害防治活動。 | 學務處 | 教務處 | 111.9 ~112.6 |
| (六)社區關係 | 1. 持續建立無菸社區結盟,建立無菸優良商店名單,一同營造禁菸環境。 2. 學校與社區相關團體,並與社區商店結盟,期望達到全面不販售菸及檳榔給青少年學童。 | 學務處 | | 111.9 ~112.6 |

(五) 全民健保(含正確用藥)

| 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 | 1. 教師了解國小階段全民健保之教學目標與重要學習內涵。 2. 宣導將全民健保議題融入課程教學。 3. 積極爭取藥師志工蒞校協助學校推廣正確用藥核心觀念與增進專業宣導能力。 | 學務處 教務處 學務處 | 教務處 | 111.10 |
| (二) 健康服務 | 提供學生或家長民眾諮詢服務。 | 健康中心 | | 111.12 |
| (三) 健康教學與活動 | 1. 宣導:瞭解全民健保資源有限,要善用醫療資源不浪費以及正確用藥之活動與宣導。 2. 教師利用導師時間以全民健保之學習內涵為教材,從認知、情意、生活技能三方面讓學生認識全民健保、醫療院所與自己之間的關係。 3. 運用正確用藥相關教材融入健康教育教學,或發展正確用藥教案充實相關課程。 4. 每學年辦理聘請講師為教職員、學生宣導正確用藥及反毒知能講座。 | 學務處 | 健保局 各班導師 護理師 | 111.9 ~112.6 112.04 |

| | | | | |
|---------------|--|-----|------------------|-----------------|
| (四)學校 物質環境 | 1. 利用玄關海報、LED 跑馬燈宣導「珍惜健保、正確就醫、正確用藥、自助互助及照顧弱勢」等訊息。 2. 充實正確用藥衛生教育相關設備。 3. 善用衛生福利部中央健康保險署網站參閱相關資訊。 | 學務處 | | 111.9 ~112.6 |
| (五)學校 社會環境 | 於學校重大活動(如:運動會、親師座談會、校慶)中由學務主任或護理師宣導全民健保、正確用藥之正確觀念。 | 學務處 | 健康中心 | 111.9 ~112.6 |
| (六)社區 關係 | 1. 邀請健保局專員蒞校宣導學生如何運用與珍惜全民健保資源以及正確用藥之作為。 2. 邀請鄰近學校教官、護理師擔任講師分別辦理教師反毒知能研習,以及學生反毒知能、正確用藥之宣導。 3. 與成大藥學系合作,受邀參加正確用藥學宣導活動。 | 學務處 | 健保局 成大藥學系 | 112.3 |

(六) 性教育 (含愛滋病防治)

| 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 | 訂定校園性教育(含愛滋病防治)實施計畫,維護學生身心健康。 | 學務處 | | 111.9 |
| (二)健康 服務 | 結合護理師、衛生所或民間相關單位專業講師蒞校進行高年級男女生的生理衛教宣導。 | 學務處 | 健康中心 | 112.5 |
| (三)健康 教學與活 動 | 1. 晨光時間進行性別教育。 2. 每學年實施性平教育課程教學。 3. 加強學童認知青春期性別發展與生理衛生保健。 4. 融入健康課,進行性別教育活動宣導(含愛滋病防治)。 5. 外聘專業講師進行高年級男女生的生理衛生宣導。 | 學務處 | 各班導師 | 111.10 ~112.6 |
| (四)學校 物質環境 | 1. 善用學校佈告欄佈置兩性平等、性教育、愛滋病防治相關海報資訊,LED 跑馬燈不定時宣導有關性教育訊息。 2. 製作全校危險地圖,提醒學生注意自身安全。 | 學務處 | | 111.9 ~112.6 |
| (五)學校 社會環境 | 於學校重大活動(如:運動會、親師座談會、校慶)中由學務主任或護理師宣導愛滋病防治方法。 | 學務處 | 健康中心 | 111.9 ~112.6 |
| (六)社區 關係 | 邀請社區衛生所或民間相關單位專業講師蒞校進行高年級性教育之衛教宣導。 | 學務處 | | 112.5 |

(七) 正向心理健康促進

| 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 | 訂定正向心理健康實施計畫，維護學生身心健康。 | 學務處 | | 111.9 |
| (二) 健康服務 | 1. 班級導師與輔導老師配合，對學生進行正向心理健康的宣導。 2. 提供學童正向心理健康輔導管道。 | 學務處 | 輔導老師 各班導師 | 111.9 ~112.6 |
| (三) 健康教學與活動 | 1. 班級導師利用綜合課進行正向心理健康教育。 2. 輔導老師定期入班進行正向心理健康教育課程。 3. 加強學童正向心理健康教育。 | 學務處 | 輔導老師 各班導師 | 111.9 ~112.6 |
| (四) 學校物質環境 | 1. 善用學校佈告欄佈置正向心理健康相關海報資訊，LED 跑馬燈不定時宣導有關教育訊息。 2. 提供相關獎勵，鼓勵學童學習正向心理健康教育。 | 學務處 | 輔導老師 | 111.9 ~112.6 |
| (五) 學校社會環境 | 於學校重大活動（如：晨會、朝會、親師座談會）中由學務主任或輔導老師宣導正向心理健康觀念。 | 學務處 | 輔導老師 | 111.9 ~112.6 |
| (六) 社區關係 | 邀請社區相關單位專業講師蒞校進行正向心理健康教育宣導。 | 學務處 | | 112.4 |

(八) 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 | 組織校園安全急救工作小組，定期召開安全急救工作小組會議並制訂校園安全急救、危機處理、傷病急救等辦法 | 學務處 | 健康中心 | 111.9 |
| (二) 健康服務 | 1. 建立並妥善保管特殊疾病學生名冊，並實施教育針對特殊疾病兒童進行個別追蹤教學及輔導。 2. 建立學童傷病緊急連絡名冊，主動聯繫家長共同處理。 | 健康中心 | | 111.10 |
| (三) 健康教學與活動 | 1. 辦理校園安全、遊戲安全、行的交通安全、游泳安全宣導活動，並辦理急救教育之相關宣導活動。 2. 利用課程教學中教導學生安全急救的個人技巧，與隨時注意及保護自身安全。 3. 本校護理師不定期於教師晨會對老師定期加強 | 學務處 生教組 體衛組 健康中 | 總務處 教務處 | 111.9 ~112.6 |

| | | | | |
|---------------|--|-----|-------------|-----------------|
| | <p>(CPR) 操作技巧，讓教師練習、熟悉操作方法。</p> <p>4. 不定期宣導傳染病防治工作</p> <p>5. 邀請消防隊蒞校指導學生練習 CPR 操作技巧與避免災害發生。</p> | 心 | | |
| | | 學務處 | 消防局 | 112.3 |
| (四)學校 物質環境 | <p>1. 善用學校佈告欄佈置安全教育海報資訊，LED 跑馬燈不定時宣導安全教育與急救知能訊息。</p> <p>2. 建置危險地圖及使用器材安全說明與警示告示牌，定期檢查維修校園監視系統設施。</p> | 學務處 | | 111.9 ~112.6 |
| | | 總務處 | | |
| (五)學校 社會環境 | <p>1. 提供家長安全教育急救之相關資訊，如：網站、宣導單張、刊物等。</p> <p>2. 於學校重大活動（如：運動會、親師座談會、校慶）中宣導安全教育。</p> | 學務處 | | 111.9 ~112.6 |
| (六)社區 關係 | <p>1. 結合消防局推動加強師生安全教育與急救技能。</p> <p>2. 運用學校志工及警衛協助，建立健康安全校園。</p> <p>3. 與社區警局聯合巡防，確保校園日夜間安全，並於上學時段駐守學童上學之交通崗位，維護學童安全。</p> <p>4. 鄰近大學生志工於學童放學後進行校園安全協巡。</p> | 學務處 | 志工團 志工學生 | 111.9 ~112.6 |

五、 人力配置：

| 職 稱 | 姓 名 | 現 職 | 職 責 |
|-------|---------------|-------------|--|
| 計畫主持人 | 張慧芬 | 校長 | 綜理健康促進學校推行督導事宜，研擬並主持計畫。 |
| 協同人員 | 會長 | 家長會長 | 協助各項活動之推展及整合社區人力環境佈置等協助推展健康促進議題推展服務。 |
| 協同主持人 | 徐宥炘 | 教務主任 | 研究策畫健康促進學校教材、師資、課程，督導計畫執行，並協助行政協調。 |
| 協同主持人 | 劉宇軒 | 學務主任 | 研究策畫健康促進學校議題實施辦法執行宣導，督導計畫執行，並協助行政協調。 |
| 協同主持人 | 趙敏泓 | 總務主任 | 規劃健康促進學校之硬體設備相關工作，督導計畫執行，並協助行政協調。 |
| 委員 | 謝筱琦 | 教學組長 | 健康促進相關各領域課程規劃、協調配合。 |
| 委員 | 陳怡雅 | 生教組長 | 校園健康安全環境評估，菸害、檳榔防制宣導活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫。 |
| 委員 | 林仁俊 | 體衛組長 | 1. 執行整體計畫辦法並協調統整各項活動之推展活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫及報告撰寫。 2. 促進學生體適能及學生體適能評估、運動會、體位控制班計畫執行等活動策略設計及效果評價。 |
| 委員 | 李英治 | 事務組長 | 校園安全、校園飲用水、綠美化與健康安全環境設施營造與維護。 |
| 委員 | 李英治 | 資訊老師 | 協助網路測驗、健康網路網頁連結及維護。 |
| 委員 | 吳佳璘 | 護理師 | 安全急救教育及健康服務體檢並建立特殊疾病名單、學生健康狀況統計等身體及心理健康狀況及需求評估，活動策略設計效果評價，社區及學校資源之協調整合。 |
| 委員 | 一到六年級 學年主任 | 級任教師 | 健康促進學校主題內容教學活動執行及相關進修、建議等活動策略設計及效果評價。 |
| 委員 | 小市長 | 學生自治市 代表 | 協助辦理學生健康觀念教育等教學環境及健康政策需求評估與活動及協助學生意見表達及班級與行政單位之聯繫。 |
| 委員 | 副小市長 | 學生自治市 代表 | 協助辦理學生健康觀念教育等教學環境及健康政策需求評估與活動及協助學生意見表達及班級與行政單位之聯繫。 |

六、 預定進度：

執行期程：111年8月至112年7月

| 年 月 | 111 年 8 月 | 111 年 9 月 | 111 年 10 月 | 111 年 11 月 | 111 年 12 月 | 112 年 1 月 | 112 年 2 月 | 112 年 3 月 | 112 年 4 月 | 112 年 5 月 | 112 年 6 月 | 112 年 7 月 |
|---------------|--------------------|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 1.成立學校健康促進委員會 | | | | | | | | | | | | |
| 2.工作小組成立 | | | | | | | | | | | | |
| 3.進行現況分析及需求評估 | | | | | | | | | | | | |
| 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.過程評量 | | | | | | | | | | | | |
| 10.成效評量後測 | | | | | | | | | | | | |
| 11.資料分析報告撰寫 | | | | | | | | | | | | |

七、 評價方法：

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

(一)過程評量：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，根據質性及量性資料與建議，提供重要訊息，有助於計畫的研擬、執行及修正。

1. 行政和政策：每學期召開學校健康促進委員會，檢討各議題的得失，並作成會議記錄以為改進之依據。
2. 組織因素：經由老師、學生檢討相關問題，提供學校日後改進建議。
3. 資源因素：檢討人力或物力資源的調配，設備或經費之運用。

(二)成效評量：

1. 健康中心辦理學生BMI（身體質量指數）值檢測、口腔、視力檢查，體衛組實施體適能檢測（肌耐力、柔軟度等），以了解實施成效。
2. 將身心健康納入課程來教學，營造一個安全、和諧、溫馨的校園及社區環境。

八、 預期效益：

(一)整體健康促進總目標

凝聚學校健康促進的共識及建立健康校園的願景，教職員工生及家長都能重視健康議題，願意投入健康促進行動，建立健康生活型態。

(二)單項議題目標

1. 視力保健

- (1)學生裸視視力不良率降低至35%或以下。
- (2)學生裸視視力不良複檢率維持100%以上。

(3)規律用眼3010達成率提升至70%。

(4)戶外活動120達成率提升至70%。

2. 口腔衛生

(1)學生初檢齲齒率降低，一年級與四年級皆能維持在20%以下。

(2)學生齲齒複檢率提升，一、四年級均維持100%。

(3)學生午餐餐後潔牙比率提升至90%。

(4)學生每日平均刷牙次數維持4次以上。

(5)國小學生使用貝氏刷牙法比率提升至80%。

3. 健康體位

(1)學生睡足八小時比率提升至70%。

(2)學生在校午餐理想蔬菜量達成率提升至60%。

(3)學生目標運動量平均達成率提升至70%。

(4)學生多喝水達成率提升至70%。

4. 菸害防制

營造無菸拒檳之校園環境，教職員工生及來賓100%遵守無菸無檳校園。

5. 全民健保／正確用藥教育

(1)對全民健保有正確認知比率維持80%。

(2)珍惜全民健保行為比率維持90%。

(3)遵醫囑服藥率達90%。

(4)不過量使用止痛藥比率維持90%。

(5)學生家庭具有用藥諮詢電話比率提升至70%

6. 性教育（含愛滋病）

(1)提升性知識與相關生理衛生知識正確率。

(2)提升學生對愛滋病之認知率與接納愛滋感染者之比率。

7. 正向心理健康促進

(1)提升正向心理健康相關知識與觀念。

(2)提升學生對正向心理健康的認知率。

(3)定期辦理或參加正向心理健康宣導與研習。

8. 安全教育與急救

(1)訂定校內緊急傷病處理流程，且所有教職員工皆能熟知此流程。

(2)降低學生每日平均受傷人數至5人。

(3)定期辦理防災研習與預演。

(4)全校師生皆能知道防災逃生路線及必要防護措施。

十、本計畫經校務會議通過後實施，修正時亦同。

承辦：

教師兼體育與衛生組長 **林仁俊**

主任：

教師兼學務主任 **劉宇軒**

校長：

臺南市東區博愛國民小學校長 **張慧芬**