

桃園市 109 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：桃園市桃園區龍山國小

健康促進學校願景：

「健康成長、健康照護、健康環境、健康品質」

- 一、凝聚學校全體親師生健康促進的共識及建立共同的願景並化為行動。
- 二、在學校環境上，力求符合學生健康環境，共同營造一個進步、安全、衛生、健康、人性化的環境空間。
- 三、社團蓬勃發展，舉辦各項活動，提供學生多元學習的機會，以增進學生健康促進生活技能。
- 四、結合鄰近醫療資源且與地方社區建立夥伴關係，擴大健康促進成效，共同營造學校為優質學習園地而努力。
- 五、能建立健康政策、佈置支持性的環境、與社區合作、提升學生個人技能、確實宣傳健康促進學校成果。
- 六、加強學生的體適能，安排體適能活動，培養學生規律運動習慣，培育充滿活力與健康的體魄，為日後學習奠定基礎。

健康促進學校特色：

『人文、創新、活力』

1. 發展創造力活動，並融入於課程中。
2. 多元社團活動，包括跆拳道、直排輪、籃球、流行舞蹈等。
3. 規劃 SH150 計畫，晨間實施學生健康操、跑步、健走等活動。
4. 舉辦各類有益學生身心健康的藝文及運動競賽。
5. 促進學生快樂、健康、活力的身心發展。
6. 培養學生探索、自信、創新之學習精神。
7. 培育學生關懷、尊重、樂觀之優質態度。
8. 規劃一至六年級健康與體育特色課程。
9. 組織田徑校隊，發掘學生運動潛能。
10. 每學年度舉辦健康促進暨環境教育藝文比賽，各年級一主題：健康體位、視力保健、愛護環境、全民健保(含正確用藥)、戒菸拒檳、口腔衛生。

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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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 checked="" 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)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
社區 關係 4 分	1-4-1 學校每學年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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 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。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)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" 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 checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 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)		<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	
合計 (30分)		28	

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】 = 335(上學期) + 336(下學期) = 671 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】 = 379(上學期) + 409(下學期) = 788 裸視篩檢視力不良就醫複檢率 = 85.2 %	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input checked="" 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】 = 956 B【受調查人數】 = 1043 學生視力保健行動平均達成率 = 91.7 %	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
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】 = 37 B【施測班級數】 = 40 下課淨空率 = 92.5 %	<input checked="" 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】 = 950 B【受調查人數】 = 1043 學生戶外活動120達成率 = 91.1 %	<input checked="" 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】 = 228 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】 = 242 學生複診齲齒診治率 = 94.2 %	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" 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
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000PPM)潔牙學生數】= 993 B【學生總人數】= 1043 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率= 95.2 %	<input checked="" 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】= 907 B【學生總人數】= 1043 學生睡前潔牙比率= 87.0 %	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" 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】= 903 B【學生總人數】= 1043 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率= 86.6 %	<input checked="" 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)】= 267 B【受調查人數】= 321 學生每日至少使用一次牙線比率= 83.2 %	<input checked="" 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】= 上學期：660 人 / 下學期：669 人 B【學生總人數】= 上學期：1042 人 / 下學期：1038 人 學生體位適中(正常)比率= 上學期：63.3 % / 下學期：64.5 %	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	
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】= 上學期：382 人 / 下學期：369 人 B【學生總人數】= 上學期：1042 人 / 下學期：1038 人 學生體位不良比率= 上學期：36.7 % / 下學期：35.5 %		
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】= 978 B【學生總人數】= 1043 學生目標運動量平均達成率= 93.8 %	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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】= 950 B【學生總人數】= 1043 學生理想蔬果量平均達成率= 91.1 %	<input checked="" 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】= 956 B【學生總人數】= 1043 學生每天吃早餐平均達成率= 91.7 %	<input checked="" 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】= 974 B【學生總人數】= 1043 學生多喝水目標平均達成率= 93.4 %	<input checked="" 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】= 0 B【學生總人數】= 1043 學生吸菸率= 0 %	<input checked="" 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】= 1043 B【學生總人數】= 1043 學生參與菸害教育率= 100 %	<input checked="" 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】= 0 B【吸菸學生人數】= 0 吸菸學生參與戒菸教育率= 0 %	<input checked="" 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】= 0 B【學生總人數】= 1043 學生電子煙使用率= 0 %	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-4-5 校園二手菸暴露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】= 0 B【學生總人數】= 1043 校園二手菸暴露率= 0 %	<input checked="" 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= 0		

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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】= 0 B【學生總人數】= 1043 學生嚼檳榔率= 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】= 1043 B【學生總人數】= 1043 學生參與檳榔教育率= 100%	<input checked="" 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 $= A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥人數】= 954 B【受調查人數】= 1043 遵醫囑服藥率= 91.5%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-2 不過量使用止痛藥比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【不過量使用止痛藥人數】= 1043 B【受調查人數】= 1043 不過量使用止痛藥比率= 100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-3 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】= 906 B【受調查人數】= 1043 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = 86.9%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-4 學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】= 1043 B【學生總人數】= 1043 學生參與正確用藥教育率= 100%	<input checked="" 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 學生性教育課程參與率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程學生數】= 1043 B【學生總人數】= 1043 學生性教育課程參與率= 100%	<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
全民健保教育			
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 checked="" 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】= 1043 B【學生總人數】= 1043 學生參與全民健保教育率= 100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
	合計 (52 分)	45	

※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」<http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/>下載使用。

參、其他(最高採計 18 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
<p style="text-align: center;">校本特色 (活動及成效) (7 分)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 積極舉辦各項以生活技能為導向的健康促進活動，如有獎徵答、闖關、主題書展、藝文競賽等，透過遊戲化的方式，吸引學生主動學習健康知識，並提供學生展現多元能力的機會，達到寓教於樂的目標。 2. 辦理健康促進著色畫、繪畫、漫畫比賽，以健康促進各項議題為主，分各年級宣導不同主題，透過宣導活動將預防勝於治療的觀念融入於生活中，讓學生對如何預防疾病更有概念。 3. 辦理與健康促進議題相關之宣導講座及影片播放，聘請優秀講師至校演講，豐富有趣且活潑的內容吸引學生注意力，加深學生印象，更能將健康促進的理念落實於生活中，達到學校願景目標。 4. 積極參與各項活動與競賽，如神農小學堂創意知識競賽、性教育小書競賽、正確用藥網路有獎徵答等，師生積極投入，在過程中汲取實用的健康生活知能，達到健康促進之目標。 5. 運動會及 SH150 計畫讓學生達到肢體律動的機會，學生於晨間與課間運動、各項表演活動、個人競賽、團體競賽上，除了能活動筋骨、爭取個人及班級榮譽外，也學習運動家精神，瞭解團隊合作的重要。 6. 依據本校 SH150 健康體適能計畫，成立多元體育社團，如籃球社、足球社、跆拳道社、舞蹈社，提升運動興趣，促進健康身心發展。 7. 辦理戶外學習教育，增廣健康教育學習的視野，如參觀社區藥局、參觀農場等，提升學生身心健康。 8. 積極辦理教職員工及家庭參與的健康促進相關活動，如戶外旅遊、親師座談、親職講座、親職教育日等，提供親師溝通交流的管道，共同增進健康相關知能與技巧。 	7	

推動前後成效評價 (3分)	<input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 反菸拒檳 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 全民健保教育(含正確用藥) (請檢附行動研究成果)	0	
特殊貢獻(8分)	3分：其他(協力學校等) 本校為桃園市推動全民健保教育(含正確用藥)協力學校，積極辦理全民健保及正確用藥相關活動，進行課程教學。	3	
合計 (18分)		10	
自評總分	83	複核總分	
		評分表總分 100分	
訪視意見	(由訪視委員填寫)		

承辦人：

衛生組長 **王雅君**

主任：

學務處主任 **王嘉禧**

校長：

龍山國民小學校長 **游春美**

備註：

一、特優：90分以上 優等：85分以上 優良：80分以上

二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。

肆、活動紀錄：詳見本校 109 學年度推動健康促進學校成果網頁

https://class.tn.edu.tw/modules/tad_web/index.php?WebID=8976

伍、活動感想：

健康促進概念的範疇廣泛，龍山國小在有限的人力及經費之下努力推動各個主題，感謝全體教職員工的全面配合，但光靠學校的力量仍顯單薄，還需要家長們和社區人士的支持和協助，才能使每個主題達到目標，在宣導方面仍是實施重點，也是未來本校需要持續加强的地方。

以下為本校針對各議題需要持續努力與加強的部分：

1. 在假日期間，社區入校之校外少數休閒人士偶爾會在校園內吸菸，學校警衛見狀會立即規勸制止，本校將持續推動拒菸行動，維護學區內每個人的健康。
2. 老師上課時注意學生坐姿是否端正，用餐後亦需關心學生是否完成潔牙。
3. 學童近視比率佔一定比例，視力不良追蹤矯正人數及就醫複診率仍有努力之處，顯示必須加強對家長宣導重視兒童視力保健之議題。
4. 口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數佔一定比例，追蹤就醫率也仍需加強努力，持續對家長與學童宣導重視口腔衛生保健之議題。
5. 體位不良率仍佔一定比例，顯示健康體位與飲食營養方面的宣導還需持續努力。在菜單審核方面，衛生組長及午餐工作夥伴們仍會持續嚴格把關，而學童在家飲食習慣則需由家長協助指導。
6. 高年級正值青春期的學生，性別平等及性教育的教導能使學生有正確的觀念，學習尊重彼此、保護自我。
7. 結合反毒、藥物濫用宣導及用藥教育相關活動，加深學生正確用藥知識。
8. 持續實施校園安全教育，讓學生了解急救的重要性，期望能在需要時派上用場。
9. 為避免傳染病在校產生疫情，持續加強衛生教育，使學生能有預防傳染病的具體作為。

放眼未來，本校於下一學年度將持續透過相關宣導、活動，推動健康促進，預期全校親師生對於各項健康促進議題有進一步的了解，能掌握健康生活技能，並以正向積極的態度進行健康管理，使健康促進計畫的目標能真正落實，整合知識與行動，過著更加幸福、快樂、健康的生活。