

桃園市 105 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	桃園市大忠國民小學	所屬鄉鎮市	八德區
學校地址	334 桃園市八德區忠誠街 18 號		
必選議題	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）、正確用藥及全民健保。		
補助經費 (僅擇一選擇)	<input type="checkbox"/> 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) <input type="checkbox"/> 菸害防制 <input type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥 <input type="checkbox"/> 全民健保) <input checked="" type="checkbox"/> 種子學校新臺幣 15,000 元		
承辦人	姓名： 賴冠旭	E-mail：health@djes.tyc.edu.tw	
	聯絡電話：3635206#311	傳真：3643440	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） (1) 95、96、99 學年度學生午餐輔導訪視榮獲特優，104 學年度午餐訪視榮獲金質獎 (2) 教育部第一屆健康促進學校榮獲健康磐石獎。 (3) 97 學年度健康促進學校健康體位議題中心學校、98、99、100、101 學年度健康促進學校安全急救教育議題中心學校。 (4) 95、96、97、98、99、100 學年度健康促進學校榮獲特優。 (5) 101、102 學年度健康促進學校榮獲優等。 (6) 103 學年度健康促進學校榮獲甲等、104 學年度健康促進學校榮獲優良學校。 (7) 辦理桃園市 104、105 年度營養師繼續教育研習活動。 (8) 本校為桃園市急救教育推廣中心辦理本市學校護理人員及教職員工急救教育研習。			
辦理健康促進學校之潛能（請列舉） (1) 94~105 學年度連續參與推動桃園市健康促進學校 (2) 本校為桃園市急救教育推廣中心學校 (3) 本校為桃園市「健康與體育領域」特色認證學校 (4) 本校為桃園市教育學堂東區分校 (5) 近五年連續增班學校，104 學年度一年級學生人數達總量管制標準 (6) 辦理營養早餐及午餐成效卓越之學校，市府多次於本校召開相關記者會 (7) 本校教師團隊多次榮獲教學卓越獎、校內社團體育性或藝文性選擇多元且蓬勃發展 (8) 100、101 學年度本校絲竹樂團、舞蹈、口琴比賽榮獲桃園縣特優及全國優等 (9) 103 年度桃園市運動大會榮獲男生組及女生組徑賽總錦標雙料季軍 (10) 104、105 學年度絲竹樂團、口琴比賽榮獲桃園市及全國優等 (11) 105 年桃園市運動會國小組八德區代表隊榮獲國小男生組徑賽組總錦標第二名、國小女生組徑賽組總錦標第三名。 (12) 105 年度桃園市國民中小學田徑錦標賽榮獲國小組男生組徑賽錦標第五名			

承辦人：

單位主管：

機關首長：



大忠國小

桃園市八德區大忠國民小學

健康、快樂、安全 105 年度推動健康促進學校計畫書

健康是智慧的條件，是愉快的標誌。《愛默生》



承辦人員：衛生組長賴冠旭



大忠國小

桃園市大忠國民小學辦理 105 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言

教育部推動經年的「健康促進學校」計畫，現今已邁入「二代健促」的實施，成效顯著；今年更要在各項健康議題，積極努力，期能達到學童健康的目標。

本計畫依據WHO健康促進學校的概念為主軸，自健康促進學校開始設立以來，本校皆積極參與歷屆活動，無不盡心盡力積極推行。本校設有健全的學校健康促進委員會，負責規劃、督促與檢討健康促進相關工作。深入進行學校教職員工生暨社區家長現行問題分析與健康需求評估，擬定本年度學校整體衛生政策推動重點，以「菸害防制」、「健康體位」、「口腔衛生」、「視力保健」、「正確用藥」及「全民健保」為必選議題，以提升健康促進成效與推廣發展；而本校為桃園市急救教育中心學校，故當以「安全教育與急救」為自選議題，繼續在校園、社區推廣急救知識及技能，以達成計畫施行之效果。

本計畫的實施將運用健康教育單元教學與多元活動方式，凝聚親師生共識共同合作，並透過家長、社區人士共同對話、參與及執行的模式，合力推動各議題教育，增進各議題的健康覺察、知識、態度、價值觀、生活技能與行動能力，以達健康促進學校為永續經營的目標，並營造健康的校園與社區，共創美好的未來。

（一）菸害防制

現今社會，吸菸年齡有逐漸下降的趨勢，為及早建立學童正確觀念，以課程融入菸害防制教學及推動多項體能休閒活動替代行為、宣導及環境佈置教育、無菸校園與家園藝的文競賽活動，將健康身心的概念透過各種教育活動傳達，並共同為家人健康努力，務期100%達到無菸校園之目標。

（二）健康體位

學生飲食行為常因自我偏好導致體位過重或體位過輕的情況，且體能表現也大不如前。經近一、二年本校參與健康促進學校計畫獲得資料顯示，參與健康體位介入課程的學童極為滿意，並期望能持續進行。而體重過輕同學的健康飲食指導也需加強關注，並做進一步介入，期使兒童的健康體位能落實於正確飲食行為與適當體適能活動，並推動「85210」健康密碼使本校學童養成良好的生活習慣。本年度健康促進學校之推動，本校以此為中心議題，針對校內體重過輕或過重的同學開辦健康體位班，透過持續運動、健康均衡的飲食、及衛生教育來改善其BMI值。

（三）口腔衛生

齲齒已日漸形成兒童期最嚴重的慢性疾病，104學年度全國的一、四年級的學童齲齒率約在五成，而本市近年來積極推動餐後潔牙、提供口腔就醫服務及齲齒防治工作落實，學童齲齒率雖有顯著降低，但仍高於全國平均值。因此仍應持續推行口腔保



健計畫，期能建立學生正確的口腔衛生習慣，從教導正確的貝氏刷牙法及「刷牙 333」的習慣，並搭配每週一次含氟水漱口的實施，建立口腔衛生的正確觀念，進而達到齲齒預防及牙齒保健的目標，亦能恢復學生的自信與快樂。

（四）視力保健

兒童的視力問題一直是國人關注的焦點，近視產生後會依一定的速度加深，而且越早產生近視，數度增加的越快。本市 104 學年度國小學童的近視率為 47.93%，本校學童的近視率為 57.6%，逐年攀高。因此，定期檢查，早期發現，早期治療都能有助於近視的改善，但預防更勝於治療，加強視力保健宣導並透過視力保健藝文比賽，以強化視力保健教育，鼓勵學生利用下課時間多走出教室進行戶外活動，期能達到減緩近視率上升之目標。

（五）性教育（含愛滋病防治）

根據內政部統計資料臺閩地區育齡年紀最小的「小媽媽」才十二歲，顯示台灣正面臨性行為低齡層、青少年懷孕等問題。衛生署疾管局2016年7月的統計資料台灣地區累計感染愛滋病人數已突破三萬人(共32,427人)，而桃園市比率也在四名之列。值得注意的是，14歲以下有27人，佔0.08%，顯示台灣青少年學子在愛滋病防治的議題上亦不可忽視。除了加強中、低年級對於身體感覺的認知，也要強化小學生學習尊重他人身體的自主權與隱私權，於高年級介入生理衛生課程，並建立兩性平等的正確交往態度，期能有正確的性觀念進而達到疾病預防的目標。

（六）正確用藥

依據歷年學者所作之在校青少年藥物濫用流行病學調查研究結果，發現數據直線上升；再由近年台灣地區少年犯罪資料顯示，藥物濫用（毒品）相關犯罪一直占少年犯罪事件的前二位，可見藥物濫用嚴重的程度。飲酒則是藥物濫用的入門藥，因此我們需要給予青少年正確的觀念，減少接觸酒，進而降低接近藥物的機會。透過反毒、正確用藥的融入課程，及各項宣導與藝文競賽的活動，期能增進學童的健康觀念，降低日後學生染上酒癮或藥癮的危險。

（七）全民健保

全民健保雖與推動學生健康促進無直接關係，惟其永續發展否，影響學生健康甚鉅，另二代健保係屬目前社會關注健康議題，政府為了照顧全體國民的健康，在民國八十四年三月開辦全民健康保險。在這種制度下，收入高、年紀輕、有職業的人，會多繳一些錢，來幫助低收入、失業的、殘障的、以及老人和幼兒。我們健康的時候少去看病，不要浪費醫療資源，我們生病的時候，就可以安心地去就醫，不用因為沒錢而感到煩惱。這是一種危險分擔、自助互助的社會保險制度，我們要懂得珍惜與利用。透過宣導，我們也要讓學生從小就要建立正確的觀念，大家要珍惜和善用有限的醫療資源，才能讓這麼好的制度永續長存，為全民提供完善的醫療品質。



（八）安全急救教育

校園意外頻傳，校園是教職員生一天中在此生活將近 8 小時的場所，如何減少意外的發生是校園安全非常重要的一環。本校以建立安全的學校生活環境，宣導安全教育辦理相關演練與藝文比賽，提高師生對於生活安全的警覺，讓學童及社區民眾能學會安全及急救技能，期能減低傷害或完全避免意外傷害的發生。

二、計畫依據

- （一）教育部 105 年度健康促進計畫。
- （二）桃園市政府教育局 105.05.31 桃教體字第 1050042626 號函。
- （三）本校 105 學年度第一次校務會議決議案。

三、背景說明：

本校位處於桃園市八德區，是一所屬於都會型的學校。全校共有五十八班，學生數共 1653 人，教職員工 107 人。近年來由於八德區大幅改善交通設施、重劃區新穎住宅大樓林立，少子化並未立即對本校造成影響，學區內人口仍增加不少，各階層中以勞工人數居多，因此吸菸與飲酒人口亦不在少數。

大忠國小成立以 21 年以來，讓全校師生在本校「**健康、快樂、安全**」的生活，一直是本校歷屆所追求的中心目標，其中，又以「健康」為首要的項目，學校凡所考量、規劃的行事，皆以學生健康為皈依。舉凡**口腔衛生、視力保健、菸害防制**等觀念，莫不從日常生活的宣導到積極推動各項活動、參與各類競賽，企盼學生能夠建立正確知識與技能，養成良好之飲食、衛生習慣與適當的運動態度，最終能落實於生活之中。

此外，本校特別為身體質量指數（BMI）過重、過輕的學生開設**健康體位**課程，為孩子們打造健康的身體，帶給他們自信、輕鬆的生活，提昇孩子們的學習及生活品質並蒙經典雜誌社於 2014 年 07 月第 192 期雜誌撰文介紹。

而近年來，性開放所導致日益增多的**愛滋病患者**、飲酒酗酒所引發的**藥物濫用**問題，雖在小學階段極少發生，但仍值得我們去防患未然。透過反毒、防愛滋、兩性平等的課程融入，及各項宣導與藝文競賽的活動，期能增進學童的健康觀念及正確用藥的習慣。

為使本計畫可行，針對必選「**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、全民健保**」七項議題與學校現狀進行 SWOT 分析，詳列如下：



(一) 本校菸害防制 SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> 本校學生吸菸、嚼檳榔的比率極低 學校致力打造無菸環境 校園、辦公室都沒有菸灰缸 	<ul style="list-style-type: none"> 家長抽菸人數不少 校園外的人行道上許多菸蒂 放學後有國中生到校園角落吸煙 	<ul style="list-style-type: none"> 校園內設置許多禁煙標語 提供師長健康成長的研習活動 每位學生皆有菸害防治手冊並將拒菸課程融入教學 	<ul style="list-style-type: none"> 原住民與外籍配偶漸增，衛教觀念不同。 鄰近國中、軍營，學生易受影響 隔代教養問題嚴重，學生管教不易

(二) 本校健康體位 SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> 本校有中央廚房，並有常駐營養師提供飲食營養諮詢。 全校於升旗後進行競走、健康操活動 家長重視孩子的成長發育 學校每年皆辦理飲食營養衛生教育 	<ul style="list-style-type: none"> 老師以飲料作為獎勵學生的方式 學生習慣購買含糖飲料到校飲用 隨著班級數增加，學生的運動場地嚴重不足 學生每天飲水量不足 	<ul style="list-style-type: none"> 開設運動課程，增強學生體適能 合作社販賣低熱量食品 提供學生營養早餐 營養師教導學生正確的飲食觀念 	<ul style="list-style-type: none"> 安親班為求方便，提供熱量高的晚餐 因家長作息關係，致使學生三餐不正常 學校附近飲料店、速食店林立 學生、家長外食比例增加

(三) 本校口腔衛生 SWOT

S	W	O	t
<ul style="list-style-type: none"> 教師、行政人員配合度高 健康中心設備新穎，提供健康教學資源 學生學習意願高 護士小姐示範正確的潔牙教學 	<ul style="list-style-type: none"> 弱勢及新住民學生比例增加 洗手台數量不足 老師會以飲料獎勵學生 雙薪家庭多，家長忙於賺錢養家，無法全心關心小孩。 	<ul style="list-style-type: none"> 學校附近有許多牙醫診所 志工、家長對於校園活動愈來愈投入 將口腔衛生觀念融入教學 全面實施潔牙及漱口水 	<ul style="list-style-type: none"> 家長教養觀念不易改變 單親及隔代教養情形愈來愈多 學校附近飲料店多，學生慣於食用含糖飲料

(四) 本校視力保健 SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> 教師、行政人員配合度高 健康中心備有 	<ul style="list-style-type: none"> 學生看書時間長、讀書壓力太大 	<ul style="list-style-type: none"> 改善校園照明設備，採用 T-5 燈管 	<ul style="list-style-type: none"> 家長教養觀念不易改變 單親及隔代教



<ul style="list-style-type: none"> 新穎的視力檢查儀器 ◇ 一年級老師每年舉行視力教學觀摩 ◇ 社區人士對學校配合度高。 ◇ 家長重視學生的視力保健 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 學生玩電腦、看電視的時間增多 ◇ 學生讀書、寫作姿勢不當 ◇ 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 設立護眼運動時間 ◇ 提供各項社團活動 ◇ 視力保健教學融入課程 ◇ 學生視力矯治率高 	<ul style="list-style-type: none"> 養情形愈來愈多 ◇ 學生姿勢成習已久，改變困難 ◇ 學生回家只有電視、電腦的陪伴
---	--	--	--

(五) 本校性教育(含愛滋病防治)SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 性教育有關之教學與活動融入健康與體育課程教學 ◇ 護理師可協助部分之衛生教育宣導活動。 ◇ 和衛生所平時溝通配合良好。 ◇ 定期辦理高年級生理衛生講座 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 專業輔導教師人力不足難以提供個別諮商服務。 ◇ 未培訓種子志工 ◇ 社區醫院不足 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 整合社區資源舉辦活動。 ◇ 教育部對辦理衛生教育活動提供補助費用 ◇ 結合社區作宣導 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 家長繁忙，家庭教育不落實。 ◇ 鄰近國中、軍營，學生易受影響 ◇ 單親家庭與隔代教養比率有逐年增高趨勢。

(六) 本校正確用藥 SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 校內有充足健體領域專業師資。 ◇ 學校有專任護理師。 ◇ 多數家長和老師互動良好。 ◇ 每學期均按時辦理健康檢查。 ◇ 家長會支持學校活動。 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 學生單親或隔代教養人數有增多趨勢。 ◇ 家長社經地位差異大，參與活動及提供協助之歧異度大。 ◇ 社區醫院不足。 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 教育局支持學校進行健康促進學校計畫。 ◇ 衛生所能提供協助。 ◇ 有相關防治機構可提供師資辦理預防保健專題演講。 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 原住民與外籍配偶漸增，衛教觀念不同。 ◇ 鄰近藥局多，易取得藥品。 ◇ 隔代教養問題嚴重，學生管教不易 ◇ 少數商家會賣酒給學童。

(七) 本校宣導全民健保 SWOT

S	W	O	T
<ul style="list-style-type: none"> ◇ 「全民健保」有關之教學與活動融入健康與 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 學生單親或隔代教養人數有增多趨勢。 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 教育局支持學校進行健康促進學校計畫。 	<ul style="list-style-type: none"> ◇ 原住民與外籍配偶漸增，正確觀念不足。



<p>體育課程教學。</p> <p>✧ 學校有專任護理師。</p> <p>✧ 多數家長和老師互動良好。</p> <p>✧ 每學期均按時辦理健康檢查。</p> <p>✧ 家長會支持學校活動。</p>	<p>✧ 家長社經地位差異大，參與活動及提供協助之歧異度大。</p> <p>✧ 社區醫院不足。</p>	<p>✧ 請相關單位(北區健保局)提供協助。</p> <p>✧ 有相關機構可提供師資辦理全民健保專題演講。</p>	<p>✧ 部份家庭成員健康問題嚴重急需龐大健保資源支持(如洗腎患者或慢性病患者)。</p> <p>✧ 部份家長認為健保是自己所繳納的費用，不用白不用的錯誤觀念。</p>
--	---	---	--

(八) 本校安全急救教育 SWOT 之分析：

S	W	O	T
<p>✧ 本校為桃園市急救教育中心學校</p> <p>✧ 教師年輕有幹勁、活動力強、配合度高。</p> <p>✧ 學校積極致力改善校園安全環境</p> <p>✧ 健康中心提供各項教學資源</p>	<p>✧ 校園學生人數眾多，傷病事件不少</p> <p>✧ 樓梯、轉角等校園死角處，學生容易互相碰撞</p> <p>✧ 學生常規可以再加強</p> <p>✧ 教師面臨學生發生緊急危害時應變能力有改善空間</p>	<p>✧ 校園內四處貼上防撞泡棉</p> <p>✧ 遊樂設施皆有使用說明及安全護墊</p> <p>✧ 校園走廊、樓梯可見交通安全標語</p> <p>✧ 學校志工熱心維護學生安全</p> <p>✧ 家長督促校園安全並及時向學校反應</p>	<p>✧ 家長觀念不佳學生容易有樣學樣</p> <p>✧ 校園放學後開放，可能會引起有心人士破壞</p> <p>✧ 學生因疏忽而容易發生危險</p>

四、計畫目的

- (一) 強化口腔衛生與視力保健教育以達到預防之效。
- (二) 透過宣導，提升本校教職員工生菸害防制的知識與技能。
- (三) 透過建構無菸家庭的理念，推動家庭正確健康概念，拒絕吸菸行為。
- (四) 落實健康飲食行為與養成運動習慣，積極參與並推動 SH150 行動方案，有效提昇學校成員身體質量指數 (BMI) 值趨於適中。
- (五) 加強校園安全環境之改善與推動安全急救教育減少校園意外發生。
- (六) 達成本校實施高年級學童急救教育(概論)達 100%與六年級學生心肺復甦術技能通過率達到 90%。
- (七) 藉著衛生政策的推動提升學生兩性平等及正確性觀念的智能。
- (八) 強化社區與學校夥伴關係營造促進健康學習型社區。



五、計畫期程:自 105.8.1 至 106.7.31 止

六、實施原則

- (一) 全面參與原則：全校教職員生共同參與為原則。
- (二) 課程融入原則：除進行全校性宣導外，鼓勵教師將相關議題融入各相關領域課程中，並時時實施機會教育，以收實效。
- (三) 知行合一原則：除了知識觀念的獲得外，最重要的仍是行動與執行。
- (四) 數據評鑑原則：各相關議題實施過程以記錄表記錄並統計結果，透過數據了解執行成效。

七、計畫內容與實施策略

(一) 學校政策方面

1. 落實學校健康促進委員會

本委員會由校長擔任計畫主持（召集）人、業務相關之處室主任及組長為協同主持人，負責推動本校健康促進各項方案。並置研究人員若干（成員包含教師代表、學校行政人員、學生代表及家長代表等）共同參與計畫推展。

學校健康促進委員會及工作團隊之成員，計13名。（工作內容表請參閱 P.11）

2. 落實健康校園政策

定期召開學校健康促進委員會，討論落實健康校園具體策略與活動，依據工作分組進行相關議題推動，並針對活動有效檢核，隨時檢討改進並進行計畫修正。

3. 組織「校園緊急救護小組」，每學年定期進行演練，以加強應變能力。

4. 訂定「學生緊急傷病處理辦法」，制訂學生緊急傷病處理流程。

(二) 健康服務工作

1. 定期巡檢，自主查核，經常性維護無菸校園的健康環境。

2. 全校教職員工生定時身體健康檢查，針對教職員工增加血壓監測。

3. 健康諮詢服務，每週四13:00~14:00於健康中心提供學生與家長必要的衛教諮詢。

4. 印製宣導資料或辦理相關宣導活動及藝文競賽。

5. 全校學童每半年一次身體質量指數(BMI)檢測、視力檢查、頭蝨檢查；每年辦理一、四年級學生身體健康檢查，如需進一步檢查矯治，則通知督促家長帶小孩至醫院檢查。。

(三) 課程及活動層面

1. 邀請衛生機構衛教人員與民間反菸公益機構，到校進行講座及諮詢座談；透過邀請相關專長領域教師與人員（體育教師、護理師、營養師等）進行教學觀摩，



增進健康行為能力與動機。

2. 由課程發展委員會進行統整規劃，每學期 4～6 小時課程將所選定之健康議題融入相關之課程教學與學習評量。
3. 辦理視力保健與口腔衛生等相關健康議題之藝文比賽，宣導活動。
4. 藉由推廣活動及辦理介入訓練的方式增進吸菸家長與體位不良學生之健康知能與行為，辦理諮詢講座與或教學觀摩，並增強師生互動關係及增進家長及社區等組織之支持與合作。
5. 辦理安全防災演練，加強學生面對意外的應變能力。

（四）社會環境層面

1. 辦理各類活動，讓學生有參與的機會，如：運動會、藝文競賽、戶外教學、小市長選舉。
2. 推選具有才藝、技能之學童，鼓勵參加表演、比賽、慶祝會。
3. 組織學生自治團體，如：衛生服務隊、環保小尖兵、交通服務隊。鼓勵學生參與健康活動。
4. 推動落實無菸校園與無菸家庭，目前本校四周人行道皆設定為無菸人行道。
5. 辦理課後托育、攜手計畫、社團、育樂營隊，增加學童的健康休閒機會。

（五）物質環境層面

1. 透過環境佈置教材，創造舒適無菸的健康促進校園。
2. 於走廊和樓梯口張貼健康與交通安全標語，隨時提醒學生注意自身安全，營造健康活力安全的校園。
3. 定期檢查飲水，設置充足的取水點，鼓勵學生少喝含糖飲料，多喝白開水，促進學童養成健康行為的習慣。
4. 調整適當高度的課桌椅、確實檢測教室照明度，以維護學童視力。
5. 設置衛生安全的中央廚房，供應名符其實衛生的營養午餐。
6. 各班級每週皆要進行教室消毒，不定期進行校園全面消毒

（六）社區關係層面

1. 邀請並配合衛生機構如衛生所醫師、護理師，到校辦理宣導活動。
2. 邀請眼科醫師到校進行視力保健教學。
3. 學校及家長相關團體共同營造無菸環境。
4. 利用家長參與社區運動會、班親會、戶外教育活動、親職講座等場合，宣導各項健康促進的觀念，共同與學校為學童健康而努力。
5. 組織家長志工團隊，機動性協助推動健康促進的活動。



八、預定進度：

月次 工作項目	105 年 8 月	105 年 9 月	105 年 10 月	105 年 11 月	105 年 12 月	106 年 1 月	106 年 2 月	106 年 3 月	106 年 4 月	106 年 5 月	106 年 6 月	106 年 7 月
1. 成立學校健康促進委員會												
2. 組成健康促進工作團隊												
3. 進行現況分析及需求評估												
4. 決定目標及健康議題												
5. 擬定學校健康促進計畫												
6. 編製教材及教學媒體												
7. 建立健康網站與維護												
8. 擬定過程成效評量工具												
9. 成效評量前測												
10. 執行健康促進計畫												
11. 過程評量												
12. 成效評量後測												
13. 資料分析												
14. 報告撰寫												



九、健康促進學校人力配置

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 13 名。各成員之職稱及工作項目，如下表：

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	謝雅莉	校長	研擬並主持計畫
協同主持人	李宏毅	學務主任	負責各項學生活動研究策劃，督導計畫執行
協同主持人	黃穗芳	教務主任	負責教學介入研究策劃，督導計畫執行
協同主持人	黃明忠	總務主任	負責總務與家長會相關工作研究策劃，督導計畫執行
協同主持人	朱麗美	輔導主任	負責學生行為輔導與親職教育工作研究策劃，督導計畫執行
協同主持人	賴冠旭	衛生組長	彙整報告撰寫，整體計畫研究策劃執行，並協助行政協調
研究人員	彭國威	體育組長	身體活動介入與體適能評估，活動策略設計及執行
研究人員	莊秋香	健康與體育領域教師	心理健康狀況及需求評估，與社區及學校資源之協調聯繫
研究人員	陳建樺	科技與人文領域教師	建置並維護本校健康促進學校網路網頁
研究人員	許怡婷	午餐執行秘書	負責健康飲食行為教育計畫宣導與活動執行
研究人員	趙修娥	護理師	身體健康狀況及需求評估，衛教宣導活動策略設計及執行
研究人員	陳紹華	家長代表	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
參與人員	邱仕恩	學生代表	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫



十、評價方法：

為了解實行執行結果，本計劃採以過程評量與成效評量，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）過程性評量：

藉由過程評價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，根據這些過程評量的資料與建議，可提供重要訊息，有助於計畫的研擬、執行及修正。

- 1、定期召開學校衛生委員會議，檢討學校整體衛生政策，及健康促進各議題執行之成效與缺失，並做成紀錄，以作為改進或修正之依據。
- 2、定期填寫無菸校園檢核表以檢視校園禁菸之推行狀況。
- 3、藉由視力保健教學活動學習單，了解學童對視力保健之觀念。
- 4、針對健康體位前測問卷做統計分析，了解學生飲食習慣及健康問題之癥結所在，作為計畫推動或改善之依據。
- 5、鼓勵師生隨時提供寶貴意見並填寫回饋問卷，讓健康促進之教學活動能更有效的進行。

（二）成效評量：

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。

- 1、學生養成正確潔牙觀念並降低齲齒率
- 2、學生具備保護眼睛的觀念並提昇矯治比率。
- 3、90%學生有預防性健康行為知能（如拒菸、拒檳、愛滋防治、正確用藥）。
- 4、健康體位班學生參與健康體位課程後BMI值趨於正常範圍。
- 5、健康安全環境滿意度達80%。
- 6、高年級學生CPR通過率達90%。
- 7、高年級學生85%具備全民健保重要概念，不浪費醫療資源。
- 8、90%以上學生具備正確的防震逃生知能。
- 9、經費編列與執行100%。



十一、預期效益

(一)學校整體衛生政策

1. 建立永續經營團隊，提供充分的支持與服務。
2. 發展有效之師生健康自主管理策略。
3. 建立無菸、無毒校園。
4. 建置本校「健康促進學校網站」。

(二)菸害防制

1. 行銷無菸家庭概念，提高家長拒吸二手菸的觀念。
2. 舉辦拒菸害活動藝文競賽。
3. 不吸菸的學生能達到100%(亦吸菸率為0%)

(三)視力保健

1. 提升兒童建立護眼能力及正確視力檢查及就醫觀念。
2. 視力不良學生之矯治能達90%以上。

(四)口腔衛生

1. 學生能執行餐後潔牙行為, 每個月皆能達90%以上。
2. 每學期含氟漱口水全校執行率能達90%。

(五)健康體位

1. 量的成效：預期達到全校學生每週運動3天，每次30分鐘的目標。
2. 值的成效：預期達到30%改善體適能狀況。
3. 落實健康飲食行為與適當身體活動，有效提昇學生健康體位BMI 值趨於正常範圍。

(六)性教育（含愛滋病防治）

1. 認識愛滋病防制的知識與技能。
2. 落實兩性平等、正確性觀念與拒絕危險性行為。

(七)正確用藥

1. 依照用藥指示服用、按時服用、不隨意混搭藥物。
2. 節省健保資源、多運動提升免疫能力減少用藥。
3. 不購買與服用未經醫師診斷的成藥。
4. 媒體判識與正常飲食取代健康類食品。

(八)全民健保

1. 全校師生能認識全民健保開辦的目的與目前所遭遇之困境。
2. 85%學生建立正確觀念，珍惜這得來不易的制度，不浪費醫療資源。

(九)安全急救教育

1. 加強校園安全環境之改善與推動安全急救教育減少校園意外發生。
2. 達成100%高年級學童急救教育之實施與六年級90%心肺復甦術技能通過率。

十二、本計畫陳請校長核可並經校務會議通過後實施，修正時亦同

