

桃園市 109 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	大有國小	所屬行政區	桃園區
學校地址	桃園市桃園區大有路 220 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：（僅擇一選擇） ☒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） 1. 待輔導學校（106 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/） ☐「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：吳勇龍	E-mail： c001@mail.dyes.tyc.edu.tw	
	聯絡電話：(03)3577715*310	傳真：(03)3460992	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） 94 年教育部健康促進示範學校 99, 100 學年度健康促進學校訪視評鑑—特優 95-97 學年度衛生保健評鑑連續三年榮獲—特優 97 學年學校午餐評鑑訪視—特優 95-97 學年度登革熱評鑑連續三年榮獲—第二名 95-97 學年度獲桃園縣傳染病通報連三年有功敘獎 - 歷年獲桃園縣學校午餐輔導考核『優等』 96-99 學年度春暉專案工作績優 - 行政院衛生署 98 年度北區正確用藥教育計畫中心學校 98 學年度教育部表揚健康促進績優學校 99、100 學年度教育部實證導向之健康體位健康促進學校			

- 12.101、102 學年度桃園縣健康促進績優學校
- 13.103 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視特優
- 14.104 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視特優
- 15.105 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視特優
- 16.106 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視特優
- 17.107 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視優等
- 18.108 學年度桃園市健康促進學校輔導訪視特優
- 18.承辦桃園市 106-108 學年度健康促進學校—「視力保健」議題之中心學校

辦理健康促進學校之潛能（請列舉）

1. 各處室間彼此相互配合，行政團隊十分關心環境與健康相關問題，有利於推動健康促進學校相關活動。。
2. 多數學生家長對學校注重學童健康問題的做法給予肯定。
3. 因臨近榮民醫院、衛生局等，積極爭取社區資源，主動邀請、申請相關單位協助學校活動之推行。
4. 開立各種運動育樂營社團，如跆拳道、桌球、羽球、舞蹈等，讓學生能有多元運動學習及參與機會。
5. 舉辦各年級的班級團體運動競賽，凝聚班級向心力及增強體能。

※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： 

桃園市大有國民小學辦理 109 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言

本計畫根據健康促進學校的概念，旨在強化學校衛生之功能，積極推動學校整體性衛生改造計畫，服膺世界衛生組織極力推展以學校為促進學生健康之重要啟蒙場所，以期運用策略及透過不同學習領域的教育活動，營造學校成為優異生活、學習與工作之健康場域，以增進全校學童及教職員工的全人健康。

本計畫分兩階段進行，第一階段召開學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，診斷學校成員之健康狀況，分析學校健康需求與健康問題行為，統整健康有關的人力、物力及資源，凝聚共識，進而確立共同認定的目標。本年度必選議題含健康體位、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。

第二階段為計畫實踐階段，工作團隊依據所訂定之視力保健、健康體位…之目標及策略進行活動計畫之實施，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；此外適時研討回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之效果。

二、計畫依據：

- (一)依據教育部國民及學前教育署 109 年 8 月 7 日臺教國署學字第 1090090627B 號函。
- (二)桃園市 109 學年度健康促進學校實施計畫。
- (三)依據桃園市政府教育局中華民國 109 年 9 月 1 日桃教體字第 1090078321 號函。

三、背景說明：

本校位於桃園市新光三越商圈，為新興發展住商混合社區，商業活動繁榮，交通便捷，大樓林立，新住民人口眾多。而班級數及學生數為 108 學年度 33 班、資源班 1 班，約 870 人。

在「健康體位」議題上：

BMI 值為判斷健康體位的依據，全校每學年分別於上學期（9 月）與下學期（3 月）測量全校學生身高、體重，計算出每人的 BMI 值，相較之下，過重

(25%) 學生百分比仍高，造成體位不良的因素相當複雜，除了遺傳基因之外就是生活習慣的問題；飲食不均衡、多吃和少動都是造成體位不良的主因。

由此可知學校推行健康促進學校雖然規劃了相關的課程和活動，孩子的認知方面也確實增進了，可是很明顯在日常生活的實踐方面，仍嫌不足，飲食習慣與自發性運動行為的再建立，實是當務之急。

時間 \ 體位	全校總人數	過輕人數	過重+肥胖人數	正常人數
103 學年度	856	25	237	594
百分比	100%	2.9%	27.7%	69.4%
104 學年度	812	35	220	557
百分比	100%	4.3%	27.1%	68.6%
105 學年度	780	50	195	535
百分比	100%	6.4%	25%	68.6%
106 學年度	806	46	185	575
百分比	100%	5.7%	23%	71.3%
107 學年度	803	50	195	558
百分比	100%	6.2%	24.3%	69.5%
108 學年度	849	37	221	591
百分比	100%	4.4%	26%	69.6%

全校學生 103~108 學年度 BMI 值變化表

在「視力保健」議題上：

本校的校舍屬於較封閉式的建築，社區又普遍屬於集合式大樓，孩子在視力保健的健康環境上較為不利。加上近年來，學生打電玩、上網玩遊戲、看電視等近距離的使用眼睛造成兒童過度使用眼睛，近視的比例明顯升高。以 108 學年度學生健康檢查結果：一年級視力不良率為 30.9%（桃園市 27.99%）、二年級視力不良率 34.6%（桃園市 34.63%）、三年級視力不良率為 45.2%（桃園市 42.51%）、四年級視力不良率為 55.7%（桃園市 50.52%）、五年級視力不良率為 64.7%（桃園市 58.67%）、六年級視力不良率為 76%（桃園市 65.38%），近視人數逐年攀升，新視力保健將近視當成一種疾病，高度近視會導致失明；如何愛護靈魂之窗，對於視力保健相關議題的推動，仍需持續執行，希望藉由持續的視力保健宣導，使家長與師生的共同重視視力保健的課題。

在「口腔衛生」議題上：

不良的飲食與衛生習慣，均會對牙齒造成極大的傷害，以 108 學年度學生健康檢查結果顯示：一年級齲齒率 49.07%（桃園市 39.80%）；四年級齲齒率為 43.36%（桃園市 34.73%）；顯示近幾年來，學童齲齒率有逐年攀升。本校將持續加強營養教育與潔牙活動，建立學生正確的飲食觀念與潔牙習慣。

在「正確用藥」（含全民健保）議題上：

根據行政院衛生署統計，臺灣地區目前每人每年平均就醫次數已躍升至 15 次，門診每一處方平均所開藥品項高達 4.1 項，而診所對病患施予注射比率亦超過 50%，顯現我國重複就診及重複用藥現象甚為嚴重。希望透過課程設計與各項教學與宣導活動，培養親師生珍惜醫療資源及了解正確用藥五大核心能力—1. **【說清楚】**看病時，能向醫師清楚表達自己的身體狀況。2. **【對明白】**領藥時，能仔細核對藥袋上的說明，看清楚藥品標示。3. **【用正確】**清楚用藥的方法、時間及注意事項。4. **【愛自己】**做身體的主人，不受誇大廣告的誘惑。5. **【交朋友】**與醫師、藥師做朋友，有問題時，能懂得向醫師與藥師諮詢。

在「性教育」（含愛滋病防治）議題上：

隨著社會環境的變遷，價值觀不斷改變與多元化，導致青少年性觀念越來越開放。衍生而來的未婚懷孕、性暴力、性交易、愛滋病感染等問題層出不窮。各級學校校園中接連發生師生間、學生間性騷擾或侵害事件，也讓性別平

等教育更受到重視。

兒童階段正是價值觀念形成的時期，如果任由傳播媒體或道聽塗說的訊息和不健康的態度的影響，可能造成兒童態度、價值的混淆。而學校可以透過有計畫、有系統的教學活動與教材，在訓練有素的老師指導下，與其他同學交換想法與看法，使兒童獲得正確的性知識，促進兒童正確的性態度與價值觀的發展。

本校目前的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康體位的推展、健康環境、社會環境、學校餐飲衛生與營養教育、教職員工健康促進及健康心理等層面。然而，鑒於學校健康問題漸趨多元與複雜，實有必要整合學校、家庭與社區的組織人力與資源，發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，以增進全校教職員工生的健康。讓學校能持續增強它的能力，成為一個有益於生活、學習與工作的健康場所。

在「菸害防治」議題上：

本校位自 101 學年度即推動反菸拒檳行動研究，透過課程的實施強化本校學生的預防認知，與拒絕技巧的演練，成效良好。政府已訂定相關法令與罰則禁菸，對於拒菸工作的推展將更有實質的助益。本學年度推動重點在如何與民間組織結盟？如何推動 結合「社區組織間行動結盟」之推動策略？如何推動 結合「社區組織間行動結盟」之行動研究？如何更有效的結合社區與家庭，讓家庭抽菸的成員改變抽菸、嚼檳榔的習慣，建立無菸零檳榔的乾淨校園環境，建立無菸家庭拒吸二手菸的正確觀念；減少二手菸與檳榔對人體的危害，則是本校下一階段工作推展的重點。

四、SWOT 分析：

本校衛生政策、健康教育與活動、學校物質環境、學校社會心理環境、社區關係、健康服務之現況分析（SWOTA）

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	A(行動)
學校衛生政策	1. 本校歷年來已有相關學校衛生政策之推動，每年只需視現況再稍作調整，即可持續執行下去。 2. 一週主管會報、一月行政會議，各處室探討問題都能有縱、橫溝通，並且每週舉行一次教師晨會，全校教職員都能有很好的意見交流，使得校務能夠順利推展。	1. 學校各項活動甚多，若增加過多計畫內容，易造成教師分身乏術，無法推行相關計畫。 2. 教師雖多數能配合健康促進活動計畫之推行，但僅止於配合之程度，較少能主動提出建言。	1. 各項計畫中訂定具體之行動策略，讓教師能易於執行與推動。 2. 教師平均年齡約 30-40 歲，三分之一具碩士資格教師，且深具教育熱忱，為推行計畫最佳利器。 3. 本校歷年推行各項衛生保健工作成果卓越。 4. 設計之健康促進活動盡量配合原先學校擬訂之課程和行事曆以不影響學校正常作息為原則。	1. 教師專業自主性高，須花較多的時間溝通協調。	1. 儘量將各項議題活動融入相關之課程領域，可減輕教師負擔，並提高教學成效。
健康教育與活動	1. 與健康促進相關之課程與議題活動，均能及早規劃於課程計畫之中，讓教師能循序漸進實施教學。 2. 行政與教學能協同合作，不論是課程、教學或是活動、設備，	1. 生活技能教學方式尚未普及化。 2. 喜歡運動的教師不多，較無法積極的帶領與鼓勵學生養成運動習慣。 3. 因教師個人的重視度不同，教師對於健康教學與活動之參與	1. 本校推動健康促進學校已有多年的經驗與成果。 2. 積極參與教務處課程發展，協助教師規畫健康促進活動於各領域課程。 3. 落實學本位課程發展機制，實施健康與體育教	1. 教師非衛生教育專業人員，在落實上有困難，故無法一貫作業達成目標。 2. 教師因課程較緊湊之故，常著重於學業成績的輔導，生活教育的要求，仍待加強。 3. 家長志工的	1. 舉辦教學觀摩，分享教學成果。 2. 規劃各項課程與活動，並確實實施。 3. 落實無菸害、無檳榔，清新整潔之校園環境。 4. 持續推行各項健康促進講座與活動，培養學生、

	發揮整合效益。 3. 全校老師平均年齡 33 歲，普遍年輕化，充滿活力與創意。	度，也會因人而異。 4. 學生人數眾多，各項調查與統計工作耗時費力。	學。 4. 學生可塑性強，提供兒童多元課程，實施適性教學，以達自我實現。	過分投入，有時會造成教師教學上的干擾。	教師、家長正確之觀念與行動。
學校物質環境	1. 鄰近中山高速公路南崁交流道，交通發達，對外聯絡便利。 2. 學校廚房提供師生由專業營養師精心設計營養健康的營養午餐，兼顧孩子的成長需要。並與山頂、成功國小分享此項資源。	1. 學校教室硬體設備屬於較封閉式的建築，以致噪音較大，且自然光線不易進入。 2. 全校學生人數多，而校地有限，造成每個人平均的活動空間較不足。	1. 學校操場與活動中心提供學生室內外的運動空間。 2. 學校周圍之社區公園、運動公園可提供學生課後休閒娛樂的去處。	1. 馬路上車多，推動走路上學需多花一些心力與家長溝通。 2. 交通導護志工欠缺，學校方面對於孩子路上安全的維護，更須注意。	1. 定期進行教室光源照度的檢測。 2. 定期與不定期進行各項設備與遊戲器材之安全檢修。 3. 充實學校各項體育相關設備與器材。
學校社會心理環境	1. 本校單親家庭與隔代教養所佔的比例不高，家庭結構普遍健全。 2. 親師互動佳，教師彼此相處融洽。 3. 愛心志工們投入學校服務的行列，提供各項最佳支援（說故事、圖書、美工、交通導護、校園綠美化等）。	1. 新移民之子逐漸增加，需加強建立檔案輔導。 2. 貧富懸殊，有些家長工作忙碌，與孩子相處的時間不多，疏於管教。 3. 貧富懸殊，少數家長對孩子的過度寵愛，成為親師溝通的障礙。	1. 社區家長參與學校活動興趣濃厚。 2. 參與學校志工的家長，充滿服務熱誠，無條件協助學校推展各項活動。	1. 家長較偏重智育，關於衛生健康教育觀念與孩子生活技能的要求與培養較弱。 2. 精心安排的親職講座，家長出席狀況欠佳，不易發揮應有之成效。 3. 吸菸與嚼檳榔家庭對孩子身心健康上造成負面的影響。	1. 利用大有通訊、愛的交流道電子校刊等學校刊物與學校網路公告，加強宣導建立家庭健康生活習慣及視力、口腔保健觀念，以提昇家長的配合度與執行力。 2. 結合家庭、社區與學校建構學童安全衛生健康優質生活環境。

					3. 辦理親子衛生教育講座，提升健康衛生水準。
社區關係	1. 距大型醫院不遠（林口長庚醫院、榮民醫院、敏盛醫院等等）。 2. 學校與社區互動良好，里長對學校活動均給予高度的關懷與支持。 3. 非上課時間，操場開放社區民眾使用，鼓勵多多運動。 4. 近虎頭山公園，並有數座社區公園，可供親子休閒活動場所。	1. 社區附近飲料店及早餐店林立，含糖飲料取得容易。 2. 附近路段車流量大，家長較擔心孩子的安全問題。	1. 附近醫療資源豐富，孩子可就近得到應有之醫療照顧。 3. 社區志工參與社會服務熱誠高。 4. 社區醫療院所配合度佳，能適時協助學校各項活動的推展。	1. 外籍配偶（2%）逐年增加，衛教觀念普遍不足。 2. 學生、家長視力、口腔保健教育、健康飲食觀念待提升。	1. 加強衛生健康教育宣導，建立衛生健康教育觀念。 2. 結合社區衛生機構，辦理健康醫療諮詢、衛生教育。 3. 製作各種健康促進相關文宣，至各社區張貼宣導。 4. 與社區商店結盟，創造優質的生活環境。
健康服務	1. 健康中心提供各項健康教學資源諮詢與健康服務。 2. 社區中有大型醫院與小型診所，提供完善的醫療照顧服務。 3. 利用學校刊物或政府之宣導資料，隨時提供家長健康相關訊息。	1. 有些家長對孩子之健康檢查結果不在意，未能依通知書帶孩子進行複檢與矯治。	1. 結合榮民醫院辦理師生健康專題講座。	1. 大部份家長忽略健康重要性，注重智育學業成績，故難以推行健康促進活動。 2. 隔代教養、單親學生與外籍新娘逐漸增加之家庭教育難落實。	1. 健康中心持續定期與不定期提供各項健康服務（身高體重測量、視力檢查、健康檢查、預防注射、意外傷害防護等） 2. 與社區內的醫院合作舉辦親師的健康檢查 3. 辦理各項健康講座，提升親師生健康知能。

五、計畫內容與實施策略：

就必選議題實施策略臚列如下：

(一)整體學校衛生政策

1. 健全學校衛生委員會之組織與運作，定期召開會議，監督、檢討與修正健康促進學校計畫之實施。
2. 評量學校與社區健康事務現況並提出需求評估，且能依需求評估，明訂列入年度計畫及相關規章與行事曆，爭取校內外適當資源的投入。
3. 對教職員工學生各項健康資料檔案規章，明確制訂資料建檔、儲存、運用之方法與流程。
4. 利用校務會議時共同討論，達成共識後，訂定緊急傷病處理辦法與流程，讓學校所有人員能熟悉運用。
5. 結合學區內社區管委會，進行本校推動之相關重點工作之海報宣導。

(二)菸害及檳榔健康危害防治

1. 教育宣導

- (1)利用朝會宣導，使全體教職員工生重視檳榔及香菸的危害。
- (2)配合各科教學，加強學生「認識菸害」、「拒絕嚼食檳榔」等相關觀念，使學生提升自我保護意識。
- (3)蒐集或張貼「禁菸、拒絕檳榔」等相關教育宣導資料。
- (4)配合學校行事曆，辦理相關宣導活動或藝文競賽。
- (5)持續辦理教職員工「反菸拒檳」之研習，俾強化擔任學校執行宣導教育、輔導工作成員之職能。

2. 清查

教師及訓輔人員應主動聯繫學生家長，經常關心學生學習、生活、行為及交友情形，發現有無吸煙或嚼食檳榔等情事，彙送輔導室建立名冊，加強輔導，以便及早預防與處理。

3. 輔導戒治

加強對學生吸菸、嚼食檳榔等之生活輔導。

(三)健康體位

※健康體能

1. 實施健康體能 85210 計畫

- (1) 推行走路上學運動，增加學生每日健走時間及步伐數目。
- (2) 每週四兒童朝會後實施健康操及全校跑步活動。
- (3) 每週一、三、五第二大節下課實施課間操活動（民俗運動：踢毽子、跳繩..等）。
- (4) 成立運動代表隊（田徑隊、桌球隊..等）及運動社團（直排輪社、桌球社、跆拳道社、籃球社、足球社、羽球社、蛇板營...等），並向下扎根，深入中低年級。
- (5) 推行下課時間走出教室邁向戶外，規律運動。
- (6) 透過家庭聯絡簿，將週末休閒活動列為家庭作業項目，請學生於聯絡簿中紀錄運動時間及其種類，鼓勵假日戶外親子活動。
- (7) 配合寒暑假作業，規劃親子運動單元，促進健康及家庭和諧。
- (8) 持續辦理社區運動大會、學年班際運動競賽（一、二年級趣味競賽；三年級大隊接力；四年級躲避球比賽；五年級樂樂棒球、六年級會長盃籃球比賽等）。
- (9) 配合本校健康促計畫，鼓勵並培養學生持續運動的習慣。
- (10) 持續辦理家長與教師健康體能促進研習，增益其體適能。

2. 實施師生體適能檢測

- (1) 實施師生體適能檢測。
- (2) 根據體適能檢測數據分析，進行必要的體適能促進宣導。

3. 實施健康體位計畫

- (1) 由健康中心測量身高、體重，建置體位資料庫。

- (2) 由護理師計算身體質量指數，統計各體位等級之學生人數、比例及 BMI 值資料，篩選亟需輔導之異常體位個案。
- (3) 擬定健康體位施行細則：延聘專業營養師、體能教練，協同本校相關業務單位人員擬定適切可行之施行細則。
- (4) 實施專業營養教育宣導。
- (5) 指導並培養學生規律運動習慣。
- (6) 輔助學生強化均衡飲食、規律運動之習慣。
- (7) 結合家長、社區資源：結合家庭教育力量，持續增強學童健康體位觀念；統整社區資源，共同推廣相關知識與技能。
- (8) 實施後測：針對個案進行後測，確實掌握其身高、體重、飲食狀況及體能活動變化。
- (9) 給予正向增強：對後測結果分別給予正向增強之獎勵，期使學生於健康體位營結束後，能持續保持健康體位，維持身體健康。
- (10) 追蹤管理：於健康體位營結束後，定期追蹤個案身高、體重增長情況，並予以適時輔導。
- (11) 推廣活動：匯集實施成果，製作海報、網頁，視需求辦理社區活動，推廣健康體位觀念，培養社區民眾健康體位知能。

※健康飲食

- 1. 融入課程，積極實施飲食衛生教育，使學生了解身體發育必要五大類基本食物的相關知識。
- 2. 出版午餐專刊，宣導食品營養、食品衛生相關常識，讓師生知道每日菜單中食物所含的營養素及份量。
- 3. 用餐時，進行午餐教育隨機教學，指導飲食禮儀，養成良好用餐習慣。
- 4. 辦理健康飲食教育宣導講座、健康飲食相關藝文比賽與營養常識測驗等活動，加強學生營養衛生常識。

5. 對體重過重學生，實施飲食衛教，培養正確飲食習慣，協助其控制體重。

(四)視力保健

※戶外活動防近視

1. 利用教師與兒童朝會加強宣導，使全體師生重視視力保健。
2. 鼓勵走路上下學。
3. 落實下課淨空：鼓勵教師與學生走出室外進行運動、持續推動班級自主運動管理、提高同學至操場進行望眼凝視動機。
4. 活動化的課後作業。
5. 課程戶外化
 - a. 非強迫動態，重點在於戶外學習。例如生活課、自然領域課程，鼓勵學童認養菜園種植植物，增加親近大自然機會。
 - b. 辦理週六及課後社團，包含運動、音樂、美術、科學、運動及休閒社團，提供學童正當休閒與學習活動，鼓勵學童走出教室。
6. 落實正常健體教學。
7. 實施行動研究法，深入探索此議題以期許建立視界無礙之健康人生。

※3010 用眼安康

1. 利用學校刊物、家長會議或親職講座的机会，加強親職教育的宣導，提醒家長孩子定期視力檢查與矯治追蹤的必要與重要性。
2. 健康中心定期辦理學生之視力檢查，並加強後續之矯治追蹤。
3. 戶外活動≠出去玩◇戶外化生活，如倒垃圾、幫忙外出購物、打掃…
4. 戶外活動累積抵銷靜態活動時間。

※定期就醫來防盲：落實追蹤視力有問題之學生定期回診紀錄。

(五)口腔衛生

1. 利用教師與兒童朝會加強宣導，使全體師生重視口腔衛生保健。
2. 辦理教學觀摩，配合各領域教學，加強學生「明眸皓齒」等相關觀念，使

學生提升口腔衛生保健意識。

3. 配合學校行事曆，辦理相關宣導活動或藝文競賽。
4. 持續辦理教職員工健康促進相關之研習，俾強化擔任學校執行宣導教育、輔導工作成員之職能。
5. 利用學校刊物、家長會議或親職講座的机会，加強親職教育的宣導，提醒家長孩子定期檢查與矯治追蹤的必要與重要性。
6. 徵求並結合社區牙醫師志工，協助進行學生牙齒之檢查，並加強後續之矯治追蹤。
7. 培訓本校自治市成員宣導口腔衛生的重要。

(六)性教育

1. 建立學生健全之性知識、態度及處理周遭課題之核心技能。
2. 經由兩性之和諧關係，引導個人生理、心理等方面健全發展。
3. 加強校園「性教育、性別教育」宣導，融入生活教育。
4. 落實愛滋病防治觀念。

(七)正確用藥教育

1. 結合醫療團隊辦理教師研習、家長及學生專題講座，宣導正確用藥之五大核心能力，建立正確用藥之觀念與行為習慣。
2. 利用教師與兒童朝會加強宣導，使全體師生重視正確用藥教育。
3. 參與神農小學堂競賽，強化學童正確用藥教育之常識。
4. 調查師生用藥常見問題，及家人用藥狀況，並進行正確用藥教育之師生前後測，以了解正確用藥教育計畫之實施成效。
5. 結合傳染病防治、用藥安全與藥物濫用防治的宣導，將正確用藥觀念落實於日常生活之中。
6. 舉辦正確用藥教育常識測驗，進行有獎徵答，提升學生學習興趣。
7. 結合學校刊物，進行正確用藥教育相關宣導。

8. 利用各領域教學活動、生活教育與時事隨機教育，將十四項生活技能逐步傳授給孩子們。

(八)全民健保

1. 辦理宣導活動，認識全民健保之正確觀念與行為態度。
2. 利用教師與兒童朝會加強宣導，使全體師生重視正確使用全民健保。
3. 舉辦全民健保常識測驗，進行有獎徵答，提升學生學習興趣。
4. 結合學校刊物，進行全民健保教育相關宣導。

健康促進學校六大範疇辦理之規劃與推動內容：

六大層面	實施要點	實施內容	實施時間	主辦單位	協辦單位
學校衛生政策	一、強化學校衛生委員會之功能	(一) 由校長主持，定期召開會議，研討本校需求，訂定具體可行之實施計畫，隨時檢討與修正實施項目。 (二) 透過討論與分享提昇健康促進工作團隊之健康專業知能與行動能力。	109.09 ↓ 110.06	學務處	教務處 總務處 輔導室 課發會
	二、全校教職員工生健康資料檔案之管理與運用	(一) 健康中心定期進行身高、體重與視力之測量。 (二) 定期與醫療院所合作實施師生之健康檢查，檢查後之個人資料需保密。 (三) 將全校師生健康狀況作出統計分析，可作為學校推動衛生保健工作之參考與改進方針。	109.09 ↓ 110.07	學務處	人事室
	三、明訂緊急傷病處理流程與傳染病管制流程	經校務會議充分討論通過，教師應確實了解與掌握相關規定與流程，讓全校師生在健康照護上能獲得最大的保障。	109.08	學務處	教務處 總務處 輔導室 各學年教師群

	四、學校整體環境清潔之維護與綠美化	(一) 分配班級打掃區域，共負全校環境整潔衛生之責。 (二) 規劃校園環境之綠美化與布置，以達境教之功能。	109.09 ↓ 110.07	學務處	總務處
健康教學與活動	一、融入學習領域課程	一、各學年與各領域老師針對主題設計相關課程或活動。 (一) 反菸拒檳，遠離菸檳身體好。 (二) 健康飲食，飲食營養要均衡。 (三) 健康體能，持續運動不可少。 (四) 視力保健，靈魂之窗要顧好。 (五) 口腔衛生，身體健康可常保。 (六) 正確用藥，疾病遠離快快好 二、宣導健康的真正含義：健康的環境、健康的身體、健康的心靈三合一的重要性。 (一) 舉辦各項藝文競賽活動，公佈優秀作品級比賽成果，提高學生參與興趣。	109.09 ↓ 110.06	教務處 學務處	各學年 教師群
	二、營養衛生教育	(一) 結合營養午餐，落實用餐禮儀、飯前洗手、不偏食、餐後潔牙等營養衛生教育。 (二) 每天認證紀錄，定期公開表揚能確實於日常生活中實踐，而表現優異的學生。	109.09 ↓ 110.07	學務處	總務處 各學年 教師群

健康教學與活動	三、主題宣導活動	(一) 利用兒童朝會時，結合劇場表演，宣導健康體位、健康飲食、口腔衛生、視力保健、正確用藥及反菸拒檳的重要性。 (二) 針對現階段健康促進主軸，規劃八個健康加油站，以巡迴展出的方式，進行健康議題的宣導、健康知能的強化與健康技能的培養。 (三) 學務處隨時提供健康促進之最新資訊，讓老師作為與孩子分享的教材。 (四) 於學校明顯處設立健康促進專欄，定期張貼各項宣導資料與健康資訊，並定期舉辦不同主題之有獎徵答，提高孩子之興趣與參與度。 (五) 落實教學正常化，並且下課時間鼓勵孩子到戶外進行眼睛遠眺與體能活動。	109.09 ↓ 110.07	學務處	各學年教師群
	四、校內各項體育競賽與活動	(一) 學校與社區聯合校慶運動會。 (二) 低年級團體趣味競賽。 (三) 三年級大隊接力比賽。 (四) 四年級躲避球比賽。 (五) 五年級樂樂棒球賽 (六) 六年級會長盃籃球賽賽。 以上均另訂有實施計畫與辦法。	109.09 ↓ 110.06	學務處	各學年教師群
健康教學與活動	五、安排教師進修活動	(一) 安排健康促進相關議題之校內週三研習活動，促使老師了解健康促進之重要性與迫切性，並能融入課程中教學。 (二) 鼓勵教師多多參與相關研習，以增進自身相關之專業知能與能力。	109.09 ↓ 110.07	教務處 學務處 輔導室	各學年教師群

	六、問卷調查	(一) 設計相關議題之問卷，了解學生與家庭之現況，作為需求評估之依據與參考。(3C 產品使用頻率、用眼的習慣等) (二) 鼓勵家長與學生簽署 3C 產品使用規則之約定書，並真正落實者給予頒獎鼓勵。 (三) 問卷回收後，作出統計分析，請老師配合學校活動加強親師溝通與學生輔導。	109.09 ↓ 110.07	學務處	各學年教師群
	五、加強行動面的執行	(一) 兒童朝會時，確實實施晨間體適能活動。 (二) 下課時，學生遠離教室到戶外活動。 (三) 課間活動全校師生能確實實施護眼操。 (四) 辦理減重諮詢營養教育。指導孩子熱量攝取的節制與持續適度的運動。	109.09 ↓ 110.06	學務處	總務處 各學年教師群
	六、成立多樣化的社團	(一) 實施週末課後育樂營，提倡正當的休閒活動。 (二) 成立節奏樂隊，涵養孩子之藝術人文氣質。 (三) 成立桌球隊、田徑隊、躲避球隊與跆拳道隊之運動社團，鼓勵有興趣的孩子加入。 (四) 學期末舉辦育樂營與社團之動靜態成果發表。	109.09 ↓ 110.06	學務處	總務處

健康服務	一、專題講座	(一) 邀請衛教專業人士到校講習與指導，並針對健康促進主軸，對師生傳授正確的觀念與技能。 (二) 邀請本校營養午餐供應廠商之營養師為師生講授正確與健康的飲食觀念。 (四) 辦理親職教育講座，建立家庭正確之健康觀念與行為。 (四) 透過大有通訊、愛的交流道、電子校刊等校內刊物，定期向家長宣導各項健康資訊。 (五) 利用班親會、親師座談、家庭訪問或親職教育日等宣導健康促進觀念與行動	109.09 ↓ 110.06	學務處	總務處 輔導室
	二、實施師生健康檢查	(一) 定期為全校學生量測身高、體重、視力等，並統計分析、追蹤矯治情形。(辦理體格缺點矯治或轉介服務。) (二) 建立全校學生緊急傷病聯絡資料，並妥為保存與運用。 (三) 結合醫療院所資源，辦理教職員工之健康檢查，讓老師了解自己健康狀況，能發揮早期發現，早期治療之效。 (四) 健康中心衛生保健器材設備之增購與充實。 (五) 對於有特殊健康需求的學生，列冊管理，必要時給予充分的支持、照顧與諮詢。	109.09 ↓ 110.06	訓導處 健康中心	總務處
	三、落實健康中心的功能	(一) 提供全校師生健康諮詢與服務。 (二) 讓孩子了解健康中心所提供的服務有哪些，必要時懂得尋求協助。	109.09 ↓ 110.07	學務處	總務處 各學年 教師群

學校物質環境	一、教學情境之佈置	(一)舉辦藝文比賽活動，將作品張貼佈置於學校走廊。 (二)校園綠美化，花木之維護與整理，由班級協助認養、維護。 (三)定期舉辦廁所美化佈置比賽。 (四)定期檢測與保養各項運動遊樂設施。 (五)提供健康的學習環境（課桌椅的調整、通風、採光、照明的充足、噪音的防治） (六)落實無菸、無檳及無毒之校園 (七)營造永續校園環境（垃圾分類、資源回收、節約能源等）	109.09 ↓ 110.07	學務處	總務處 各學年 教師群
	二、學校營養午餐	(一)每天之食譜經由專業營養師之計算與規劃。 (二)廚房之環境清潔與烹煮流程符合衛生標準。 (三)推廣含糖飲料、垃圾食物禁入校園。	109.09 ↓ 110.06	總務處	學務處
	三、增購健康促進教育相關教材、教具與設備	(一)購置健康促進教育叢書、教材及其他相關教學媒體，充分支援教師教學。 (二)設置籃球機，獎勵學生	109.09 ↓ 110.06	教務處	總務處
學校心理社會環境	建立友善校園	(一)設立學生申訴評議委員會，保障學生申訴的權利。 (二)嚴禁教師體罰，辦理教師研習，提昇教師輔導管教之能力。 (三)落實自治市組織之功能，加強自治幹部之培訓。 (四)對於有急難需求之師生，提供緊急之救助。 (五)營造溫馨有禮的校園氛圍，舉辦禮貌大使選拔活動。 (六)隨時觀察注意孩子的身心健康狀態，必要時得立即給予輔導與協助。	109.09 ↓ 110.06	學務處	輔導室 各學年 教師群

社區關係	建立社區夥伴關係	(一) 鼓勵教職員工生參與社區活動與事務。 (二) 課餘時間開放校園，提供社區民眾休閒運動的場所 (三) 學校與社區資源共享，建立友善的夥伴關係。 (四) 落實家長會支援學校的功能，協助學校推動各項校內外活動。 (五) 招募家長志工，並辦理其各項成長研習與聯誼活動 (六) 結合家長會、志工團體和社區里長，輔導社區內之商店禁賣菸品與檳榔給未成年之青少年。 (七) 鼓勵社區家長戒菸、戒檳。 (八) 拜訪社區管委會，張貼相關宣導海報。 (九) 拜訪社區商家，擔任本校愛心導護站，提供學生更安全的照顧。 (十) 爭取學區內大有里、三元里及忠義里辦公處的人力及物力支援。	109.09 ↓ 110.07	總務處 學務處	學務處 各學年 教師群
------	----------	--	--------------------------------------	------------	-------------------

六、預定進度：應規劃出執行進度，並以甘梯圖表示。109.08.01~110.07.31

月次 工作項目	109年 8月	109年 9月	109年 10月	109年 11月	109年 12月	110年 1月	110年 2月	110年 3月	110年 4月	110年 5月	110年 6月	110年 7月
1. 定期召開學校衛生委員會議												
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. 成效評價後測												
13. 資料分析												
14. 報告撰寫												
15. 成果分享												

七、健康促進學校人力配置：

(一) 桃園市大有國小學校衛生委員會（健康促進工作推動小組）組織表

本計畫職稱	姓名	職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	王博成	校長	綜理健康促進學校推行督導事宜。
協同主持人	吳勇龍	學務主任	召開相關會議，研擬健康促進學校計畫，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	洪儀欣	教務主任	督導健康促進學校相關課程方面之規劃與推行。
協同主持人	康惠雅	總務主任	規劃健康促進學校之硬體設備相關工作。
協同主持人	蔡佩宜	輔導主任	協助辦理健康促進學校師生教育輔導活動。
協同主持人	凌田明	衛生組長	執行健康促進學校計畫，並推動整體學校衛生政策。
協同主持人	陳俊延	體育組長	體適能評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫，執行健康體位。
協同主持人	簡文真	生教組長	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫，執行反菸拒檳。
協同主持人	游靜汶	午餐執秘	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調，執行營養教育。
研究人員	李麗芬	訓育組長	協助辦理學生活動及協助班級與行政單位之聯繫，加強自治市組織與校園小主播之運作。
研究人員	鐘夢凌	校護理師 (專業諮詢)	身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合。
研究人員	薛志強	家長委員 (社區家長 志工代表)	協助各項活動之推展及整合人力資源，協助推展學校與社區健康服務及相關宣導活動。
研究人員	楊佩禎 鄧宇君 溫金林 楊智善 許信義 戴興能	學年主任 (教師代表)	協助辦理學生健康需求之評估及協助校內各項活動之推展。
研究人員	李品萱 陳羿臻	自治市長 副市長 (學生代表)	協助辦理學生活動及協助班級之聯繫。

(二) 健康促進學校社區協辦單位

單位	職稱	協助事項
本校營養午餐廠商	營養師	協助規劃營養課程並授課
敏盛醫院	醫療團隊	來校舉辦健促教育相關課程
榮民醫院、衛生局	醫療團隊	來校舉辦體位急救相關課程
怡仁醫院	醫療團隊	來校進行健康檢查

八、 成效指標及預期效益：

- (一) 落實師生健康服務：定期體適能檢測、各項健康檢查，缺點矯治之追蹤與輔導能達到 90% 以上。
- (二) 師生健康資料能妥善管理，並統計分析，提供學校衛生政策做參考與改進的依據。
- (三) 營造健康清新的無菸、無毒校園環境，85% 以上的家長願意簽署無菸、無檳榔家庭約定書，並願意落實於家庭中。
- (四) 提升全校學生體位正常百分比達到 60% 以上，且大部分學生願意認真參與，並進而養成良好的健康行為。
- (五) 具體執行視力保健策略「下課教室淨空」、「用眼 3010」及「戶外活動 120」等相關活動，各項達成率可達 90% 以上。
- (六) 充分運用校內刊物與網路公告，隨時提供最新健康資訊分享。
- (七) 舉辦體重控制之營養諮詢講座，建立師生正確之飲食習慣與行為。
- (八) 舉辦親職教育講座，宣導健康促進之觀念與行動，提昇家長知能與監督輔導孩子之責任。
- (九) 結合社區、社會資源，發揮學校社教功能。與地方社衛生機關密切配合，積極爭取補助經費，充實教學設備，改善學習環境

九、 評價方法或預期效益：

(一) 評鑑方式

配合計畫執行來進行過程評量，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：

1. 過程評鑑

- (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) 將前測之問卷，做成統計分析，了解健康問題之癥結所在，作為擬定實施計畫之參考。
- (3) 鼓勵師生隨時提供寶貴意見與建議，讓教學與活動能更有效的進行。
- (4) 各項活動計畫周詳、具體可行，能達預期目標，並將成果紀錄、存檔。

2. 成效評鑑

- (1) 落實健康中心功能，定期辦理學生BMI值檢測，資料之統計分析與追蹤輔導，109學年度正常體位學生百分比能達到 70% 以上。
- (2) 推行視力保健「下課教室淨空」、「用眼3010」及「戶外活動120」等策略，有效降低本校學童視力不良率。
- (3) 體育組實施體適能檢測，規劃各項活動落實執行，至少85% 的學生能建立有效的運動行為與習慣，成效明顯。
- (4) 衛生組結合營養午餐，辦理各項飲食營養教育，提昇師生之營養知識與健康行為，每班均能落實飲食營養教育。
- (5) 將菸害及檳榔的危害身體健康的影響納入課程來教學，營造一個無菸害及無檳榔的校園及社區環境，還給師生一個清新無污染的學習情境。
- (6) 結合社區辦理各項健康促進宣導活動，建立友善之夥伴關係。

(二) 評鑑指標檢核表：詳如附件二之檢核評分表。

(三) 預期效益

1. 透過各項教學、研習與宣導活動，培養師生擁有健康知覺、技能和生活習慣，期能健康生活、快樂成長。
2. 建立健康促進檢核表，逐項檢視學校衛生工作推行成效，加強檢討與修正。
3. 行政上加強橫的聯繫，建立跨處室合作模式，全面而有效的推動各項健康促進教學與活動。
4. 整合校內外各項人力、物力等資源，推動「健康有力，大有可為」的健康促進學校，從個人、家庭、學校推廣至社區。
5. 以本計劃為主軸，「健康促進」為永續經營的目標，期能促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。

十、經費概算表：詳見附件一之經費概算表。

十一、本計畫經校務會議通過，陳請校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：

單位主管：

機關首長：

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:桃園市大有國民小學

申請類別：(僅擇一選擇)

☒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	印刷費	2,000	式	1	2,000
2	學生獎品費	100	份	50	5,000
3	文具紙張	3,000	式	1	3,000
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。