

新北市 109 學年度學校健康促進計畫書

109 年 8 月 27 日經校務會議通過

校名：新北市新莊區中平國中

壹、依據：新北市政府教育局 109 年 8 月 6 日新北教體字第 1091452927 號函「新北市 109 學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

- 一、推動健康促進學校視力保健宣導理念，增進師生與家長對視力保健的重視，以及建立正確的健康觀念與習慣。
- 二、結合社區及專業醫療資源，辦理學校健康促進活動，強化視力保健知能
- 三、辦理視力保健研習，加強親師生正確認知及保護健康行動。
- 四、推動校園視力保健活動，營造校園健康促進的支持性環境。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

本校中平國中，位於新北市新莊區中平路 385 號，鄰近新莊副都心及五股工業區。鄰近 65 快速道路及行政院辦公大樓，步行至桃園捷運副都心站 7 分鐘，交通便利，公車班次多，學區鄰近其他高中、國中、國小，但位於商業區及工業區交錯地帶，也因附近建案許多，綠地空間不足，附近即為中平路及幸福路商圈，車水馬龍，商店林立。

二、基本資料概況（學生數、班級數（含幼兒園）、教職員、家長社經背景）
含弱勢學生%（本校未設幼兒園）

現任校長林裕國校長。教師 136 人（含留職停薪教師）、專輔教師 3 人、專任運動教練 1 人、代理教師 34 人（含懸缺代理教師 18 人、留職停薪代理教師 3 人）。職員 11 人（男 2 人；女 9 人）、外籍英語教師 1 人、技工 1 人、工友 2 人，勞務委外人員 2 人，組織創新臨時人員 2 人。本校 109 學年度七年級 21 班、八年級 22 班、九年級 23 班共 66 班，全校學生人數為 1922 人，為採常態編班，本校弱勢學生（低收入、中低收入、身心障礙、弱勢兒少等）共 172 人，約占本校 8.63%，學生家庭經濟狀況多為小康家庭。

年級	男生	女生	總人數
七年級	356	310	666
八年級	353	327	682
九年級	344	301	644
合計	1053	938	1992

表一. 全校學生人數統計表

因新莊副都心在附近，加上行政院第二辦公室緊鄰學校，外來人口增加不少，社區民眾的社經地位及生活水準大大提升，也因為如此工業、商業、住宅區的混合，產生這樣多元文化社區型態的背景。多數家長的社經階層以勞動及商業階層居多，工作型態為以工業（占 33%）及商業（占 34%）為主，

也因為如此家庭社經地位提高，對於健康生活的議題更加重視，而建立學生健康生活的知能與態度，是學校生活教育的重點工作之一。

三、以 108 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

106~108 學年度視力不良%統計表（國中適用）

	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下
七年級	79.1	81.7	75.2	80.5	75.3	79.8
八年級	81.1	82.9	81.0	83.4	82.7	84.5
九年級	84.7	87	81.4	83.6	88.6	90.0
全校	81.7	83.9	79.1	90.3	82.0	84.5
惡化%	4.20	2.80	1.10	1.20	7.55	5.30

108 學年度待矯治齲齒%統計表（國中適用）

	105 上	106 上	107 上	108 上
七年級	19.86	24.5	40	49.05

103~108 學年度健康體位~體位過輕%統計表（各年級適用）

	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下
七年級	5.54	3.05	7.46	5.55	6.34	3.60	7.94	6.04	5.0	4.8	6.0	3.8
八年級	6.50	4.28	7.18	5.53	7.93	5.41	6.34	4.12	6.8	5.1	5.9	4.8
九年級	6.08	4.20	8.58	6.00	7.71	4.19	6.96	5.79	6.7	5.3	6.9	3.8
國中平均	6.07	3.89	7.79	5.71	7.33	4.40	7.08	5.32	6.1	5.1	6.20	4.5

103~108 學年度健康體位~體位適中%統計表（各年級適用）

	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下
七年級	61.91	64.92	61.86	66.90	63.87	64.73	64.42	66.67	65.7	67.3	61.1	65.6
八年級	65.70	65.79	64.44	66.33	64.92	67.85	62.67	65.35	66.2	66.2	67.1	68.6
九年級	66.71	67.13	68.46	68.62	64.66	65.16	65.37	63.54	63.5	61.8	65.7	72.8
國中平均	64.95	66.01	65.17	67.37	64.49	65.91	64.16	65.18	65.2	65.2	64.50	66.6

103~108 學年度健康體位~體位過重%統計表（各年級適用）

	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下
七年級	15.44	14.07	17.46	14.04	14.55	15.41	11.23	12.09	13.5	12.7	14.9	13.1
八年級	11.48	14.07	13.02	12.06	14.84	12.01	14.38	12.86	10.3	12.0	11.6	11.8
九年級	13.26	13.43	7.88	8.79	11.56	12.90	12.90	15.50	12.6	14.3	10.8	13.4
國中平均	13.26	13.84	12.45	11.42	13.64	13.43	12.84	13.49	12.2	13.0	12.50	13.0

103~108 學年度健康體位~體位超重%統計表 (各年級適用)

	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下
七年級	17.11	17.97	13.22	13.52	15.24	16.27	16.41	15.20	15.8	15.2	18.0	17.5
八年級	16.32	15.86	15.36	16.08	12.31	14.72	16.61	17.67	16.8	16.8	15.4	14.8
九年級	13.95	15.24	15.08	16.60	16.08	17.76	14.77	15.16	17.2	18.6	16.6	10.0
國中平均	15.71	16.26	14.59	15.49	14.54	16.25	15.92	16.01	16.6	16.8	16.70	15.9

肆、108 學年度健康資訊系統資料

項目	指 標	本校	新北市	全國	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率		國小 46.57%	國小 44.35%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		82	國中 76.94%	國中 73.63%	
			高中 81.35%	高中 83.12%	
	視力不良複檢率		國小 95.04%	國小 91.59%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		95.76	國中 91.05%	國中 84.05%	
			高中 54.41%	高中 43.31%	
口腔保健	學生初檢齲齒率〈一、四、七、十年級〉		國小 41.83%	國小 40.56%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		49.05	國中 25.72%	國中 24.80%	
			高中 33.12%	高中 27.42%	
	學生齲齒就醫矯治率〈一、四、七、十年級〉		國小 93.15%	國小 88.32%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		83.88	國中 87.15%	國中 79.48%	
			高中 51.75%	高中 37.34%	
健康體位	學生體位過輕率		國小 7.30%	國小 8.01%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		6.2	國中 5.98%	國中 6.32%	
			高中 8.85%	高中 8.93%	
	學生體位適中率		國小 65.60%	國小 64.72%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力
		64.5	國中 62.36%	國中 62.39%	
			高中 59.09%	高中 60.08%	
	學生體位過重率		國小 12.97%	國小 12.86%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		12.5	國中 13.30%	國中 12.99%	
			高中 13.6%	高中 13.22%	

	學生體位 超重率		國小 14.13%	國小 14.41%	<input checked="" type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
		16.7	國中 18.35%	國中 18.30%	
			高中 18.59%	高中 17.78%	

伍、重點議題 SWOT 分析

依據本校 108 學年度學生健康檢查統計分析發現：

1. 視力不良率82%，均高於新北市76.94%與全國73.63%的平均值，亟需努力。
2. 齲齒分析上，七年級齲齒率為49.05%，均高於新北市25.72%與 24.8%的平均值，亟需努力。
3. 健康體位分析：
 過輕6.2%，高於新北市5.98%，但低於全國6.32%的平均值，尚須努力。
 適中64.5%，均高於新北市62.36%與全國62.39%的平均值。
 過重12.5%，均低於新北市13.3%但高於全國12.99%的平均值。
 超重16.7%，均低於全市18.35%及全國18.3%的平均值。
4. 依上述狀況分析討論，本校決定109學年度以視力保健為重點議題。

重點議題～（視力保健）六大範疇進行 SWOT 分析

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
學校衛生政策	1. 「健康、品德、閱讀、藝文、國際」為本校發展特色，校長及各單位行政處室支持各項健康促進議題推動。 2. 於校務會議報告推動重點並通過新年度健康促進計畫。	校內師生人數眾多，活動頻繁，造成導師負擔重，參與度參差不一，行政單位僅能以鼓勵宣導性質推動。	利用校務會議、行政會報、導師會報或家長日及親職講座宣導健康促進議題。	1. 本校行事曆規畫能與外部單會合作之大型宣講時間有限，僅班會時間較能與外聘講師配合。 2. 社區家長較不了解健康促進政策。
學校物質環境	本校校園植栽及綠地多，操場跑道 107 年重新整修，且籃球場數量多，學生能利用放學後至開闊的操場及籃球場進行運動。	1. 本校無活動中心，僅有風雨操場，於雨天時學生運動場地不足，宣講場地效果不彰。 2. 教學區高樓層班級若無體育課，課間活動空間不足。	家長會支持學校體育活動，使用經費來贊助相關軟體設施。（學校旋風球社的設備皆由家長會贊助）	社區大樓緊鄰學校風雨操場圍牆，干擾多，舉辦活動常被投訴。
學校社會環境	1. 學校第八節開	各班皆有投影布	1. 妥善掌握時機	家長及導師重視

	<p>課班級數較少，校園放學運動風氣盛，學校社團多元，積極推動各項體育活動。</p> <p>2. 教學正常化，現有師資結構齊全。</p> <p>學生大多數能被要求，同事間互動融洽，能支援活動。</p>	<p>幕，許多老師會搭配電子書進行講課，進而影響視力。</p>	<p>於公開場合宣導各種健康議題知能，利用家長日、中平週訊及校慶向家長宣導健康資訊。</p> <p>2. 利用每月一次導師會報進行溝通，讓導師也能對推行的健促議題政策有認同感。</p>	<p>課業，升學主義掛帥之下忽略眼睛休息的重要性。</p>
健康生活技能教學及活動	<p>1. 校園運動性社團皆有專業指導教練，請外聘老師發展運動興趣。</p> <p>2. 校內共三位正式健康教育教師，師資充足，具有健康促進相關議題專業知能，各班皆正常化教學，落實於課程中融入健促議題。</p>	<p>1. 因健康教育老師授教班級多，在健康促進議題融入課程時，教師依照課本教授，一周單堂較無法給予操作性活動。</p> <p>2. 活動為一次性，較少不定時的刺激學生接受相關新知。</p>	<p>定期召開課程發展委員會，利用會議提出學校實施健促議題政策，讓各領域召集人重視視力保健，並傳達予領域老師。</p>	<p>學生在家使用 3C 產品及手機時間難掌控。</p>
社區關係	<p>與社區的關係良好，學校風評佳，熱心家長及志工支持學校舉辦之活動。</p>	<p>大多數學生家長忙碌工作，對視力保健議題不感興趣也參與度低。</p>	<p>與鄰近醫療院所合作推動健康促進相關活動。</p>	<p>補習班及安親班林立，課後補習風氣盛，使學生密集用眼時間增加。</p>
健康服務	<p>1. 健康中心兩位護理師具備高度專業及熱忱，與學生互動良好，一有狀況立即判斷，將症狀做最妥善的處理並與家長良善溝通。</p> <p>2. 每學期針對視力高危險群、高度近視個案管理之學生列冊追蹤及做衛教宣導。</p>	<p>1. 本校班級共 66 班，業務量多及運動傷害頻繁發生，兩位護理師負荷重。</p> <p>2. 學生視力及口腔複檢回條仍須護理師催交才會被動就診。</p>	<p>區域診所能提供本校弱勢學生減免或免收掛號費服務。</p>	<p>因疫情關係，家長對追蹤矯治採消極態度。</p>

陸、健康促進學校議題：

一、重點議題（請自行勾選至少一項，以■標示之）

（一）國小：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

（二）國中：■視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

（三）高中：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

二、自選議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

（一）國小：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育(含愛滋病防治)

☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生

☐傳染病防治 ☐菸檳防制

（二）國中：☐視力保健 ■口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育(含愛滋病防治)

☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生

☐傳染病防治 ☐菸檳防制

（三）高中：☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育)

☐全民健保(含正確用藥) ☐性教育(含愛滋病防治)

☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生

☐傳染病防治 ☐菸檳防制

柒之一、實施策略及內容：

一、重點議題：（視力保健）

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 成立健康促進委員會，由衛生組於期初校務會議提出 109 學年度健康促進議題及執行方案，說明今年視力保健活動實施方式。 2. 每星期二、四進行七、八年級晨操運動，推動校園馬拉松活動，讓學生走出戶外，放鬆眼睛，增廣視野。 3. 利用朝會辦理學校性視力保健衛教宣導活動。 *戶外活動防近視每天戶	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.28-110.06.30

	<p>外活動 120</p> <p>*定期就醫來防盲</p> <p>*3010 眼安康，遵守用眼 3010 原則（中斷近距離用眼）</p> <p>*宣導兒少近視病，近視是疾病觀念宣導落實</p> <p>*落實執行教育部「國民小學使用電子化設備進行教學注意事項」</p> <p>*規範手機及 3C 產品使用的管理辦法，宣導電子產品使用每天不超過 2 小時。</p> <p>4. 宣導戶外活動要護眼（戴帽、太陽眼鏡）。</p> <p>5. 落實下課關燈、淨空教室、師生至戶外活動。</p> <p>6. 結合 SH150，鼓勵戶外活動。</p> <p>7. 辦理正式課程戶外化。</p>				
學校物質環境	<p>1. 校園增加綠色植物、布置廁所環境加強美化及綠化及視力保健重要。</p> <p>2. 提供舒適場域環境，如地下室健身器材設備、飛鏢教室，培養同學運動興趣。</p> <p>3. 每學期照度檢測一次</p> <p>4. 第一排課桌前沿離粉板 2 公尺。</p> <p>5. 左右 1 公尺不安排座位。</p> <p>6. 使用不反光桌墊。</p>	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
學校社會環境	<p>1. 佈置衛生保健專欄。</p> <p>2. 結合民間眼鏡公司，援助弱勢學生進行視力矯正。</p> <p>3. 實施獎勵辦法-表現優良學生，頒予獎狀，並予以獎勵，且公佈於榮譽榜上。</p> <p>4. 獎勵推動本計畫績優教</p>	視力保健 口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30

	師、班級及熱心參與服務學生。				
健康生活 技能教學 及活動	1. 配合健康教育課程將各項議題融入課程教學。 2. 佈置視力保健櫥窗。 3. 班級以議題「視力保健」為主題進行討論。 4. 護理師於身高體重視力檢查檢查時，進行每班宣導。 5. 於社團課開設運動性社團，讓學生眼睛能夠獲得休息。 6. 運用健康促進經費購置護眼教材、教具，提供視力保健教學使用。 7. 鼓勵教師課後作業要有動態作業。 8. 多媒體教學不可全面關燈、學生要坐在明亮處。 9. 正確坐姿、執筆寫字。 10. 書包不要置放椅子上。 11. 眼睛離桌面要>35cm。	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
社區關係	1. 與醫療單位結合提供學生視力保健知識。 2. 利用校刊、網路刊載「口腔衛生」、「視力保健」、「菸檳防制」相關文章，提供社區家長閱讀了解。 3. 結合衛生所宣導品，舉辦社區暨校慶運動會時擺設攤位，藉由有獎徵答建立家長正確觀念。	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
健康服務	1. 視力檢查追蹤統計，健康中心提供個案關懷及諮詢服務。 2. 每個學期視力檢查，針對視力異常加以追蹤，並通知學童家長。 3. 追蹤高度近視危害及追蹤視力不良學生就醫。	視力保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30

柒之二、實施策略及內容：

二、自選議題：（口腔保健）

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成立健康促進委員會，由衛生組於期初校務會議提出 109 學年度健康促進議題及執行方案，於導師健康促進會議中說明今年重點議題口腔保健實施方式。 2. 推動七年級潔牙活動，鼓勵學生午餐後刷牙。 3. 落實餐後潔牙。 4. 潔牙氟化物結合：使用 >1000PPM 牙膏潔牙。 5. 教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策。 	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校園各處皆有飲水機，鼓勵學生多喝白開水少喝含糖飲料。 2. 提供各班水壺和水杯，增加學生潔牙意願。 3. 設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。 4. 合作社不販售含糖飲料、高油脂食品，餐飲符合規定 5. 運用健康促進經費購置立鏡、牙菌斑顯示劑、牙線、牙刷，新口腔時代工具書，牙齒模型等提供貝氏刷牙法教學使用。 	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
學校社會環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實施獎勵辦法-表現優良學生，頒予獎狀，並予以獎勵，且公佈於榮譽榜上。 2. 獎勵推動本計畫績優教師、班級及熱心參與服務學生。 3. 制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制 	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30

	<p>度、勉勵持續保持無齲齒、自主餐後潔牙等良好行為學生。</p> <p>4. 弱勢、就醫困難、有特殊需求學生適當協助與關懷。</p> <p>5. 口腔保健情境佈置。</p> <p>6. 未能就醫診療學生之協助。</p>				
健康生活技能教學及活動	<p>1. 配合健康教育課程將各項議題融入課程教學。</p> <p>2. 佈置口腔衛生保健櫥窗。</p> <p>3. 班級以議題「口腔保健」為主題進行討論。</p> <p>4. 護理師於身高體重視力檢查檢查時，進行每班宣導。</p> <p>5. 於大型朝會時結合營養師宣導「天天五蔬果」健康飲食概念，含糖飲料不要碰的觀念。</p>	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
社區關係	<p>1. 利用校刊、網路刊載「口腔衛生」、「視力保健」、「菸檳防制」相關文章，提供社區家長閱讀了解。</p> <p>2. 結合衛生所宣導品，舉辦社區暨校慶運動會時擺設攤位，藉由有獎徵答建立家長正確觀念。</p> <p>3. 結合家長日、親師懇談日、社區運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與。</p>	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	109.08.31-110.06.30
健康服務	<p>1. 齲齒複檢率追蹤統計，健康中心提供口腔衛生資料及諮詢服務。</p> <p>2. 口腔衛生異常學生落實轉診矯治。</p> <p>3. 高齲齒、口腔衛生不良學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、追蹤輔導</p>	口腔保健	學務處	教務處 輔導處 總務處	108.08.30-109.06.30

	4. 高齙齒、口腔衛生不良學生學生家長知能輔導。				
--	--------------------------	--	--	--	--

捌、學校衛生委員會組織表

職稱	本職	姓名	任務執掌
主任委員	校長	林裕國	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
社區組	家長會長	葉乃嘉	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	學務主任	田欽文	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務主任	林玲伊	各項健康促進議題融入多元課程教學，培育學生健康知能。
執行秘書	訓育組長	黃碧瑩	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。 4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
設備組委員	總務主任	陳皇志	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備（如洗手設備、衛生器材的維護及修繕…等）
	營養師	張姝緹 黃偉庭	設計團膳的均衡飲食菜單，審核菜單、把關食材和監督團膳廚房流程
輔導組委員	輔導主任	黃純美	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組委員	護理師	陳玉芳 曾富美	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。

			4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。 6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。 7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組 委員	健康科任	簡佳盈 彭之音 蕭雅娟	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能、使學生、家長實踐健康生活。
	班級導師	導師代表 七年級 羅慧君老師 八年級 游雅琳老師 九年級 蘇文雄老師	1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。 5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
社區組	志工代表	林美妙	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表 自治市長	909 李建緯	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

玖、策略執行干梯圖(其他執行項目請自行延伸)

編號	年度	109 年					110 年						
	月份												
1	召開學校衛生委員會 議		●					●				●	
3	擬定及執行學年度學 校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
4	健康促進計畫經校務 會議通過		●	●									
5	問卷前測與後測分析			●	●					●	●		
6	資料分析檢討與改善			●	●					●	●		
7	行動研究成果報告												●

拾、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉

必 選 議 題		
推動議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
視力保健	1、學生裸視篩檢視力不良率。 108-1 82.0% 108-2 84.5% 2、裸視篩檢視力不良惡化率。 108-1 7.55% 108-2 5.30% 3、視力不良學生複檢率。 108-1 95.8% 108-2 91.1% 4、定期就醫追蹤率。58% 5、規律用眼 3010 達成率。54% 6、天天戶外活動 120 達成率。65.45% 7、下課教室淨空率。(七年級) 57.81% 8、3C 小於 2 小時達成率。29.69% 9、高度近視個案管理率。 共 305 人/列管 305 人/列管 100% 10、高危險群體個案管理率。 共 739 人/列管 591 人/列管 80% 11、未就醫追蹤關懷達成率。 未就醫 69 人/追蹤達成 69 人/100 % 12、高度近視高危險群衛生教育宣導達成率。90%	1、81.0% 2、4% 3、96% 4、59% 5、55% 6、67% 7、59% 8、31% 9、共 188 人/列管 188 人/ 列管 100% 10、共 512 人/列管 460 人/ 列管 90% 11、未就醫 32 人/追蹤達成 32 人/100 % 12、95%
口腔保健	1、學生未治療齲齒率。49.05% 2、學生齲齒複檢診治率。83.9% 4、學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙率%。 15.87% 5、學生睡前潔牙率%。93.65% 6、高年級以上使用牙線潔牙率%。61.90% 7、在校不吃零食率%。53.97% 8、在校不喝含糖飲料率%。69.84% 10、學生早餐後潔牙率%。7.55 % 11、學生午餐餐後潔牙率%。10.05% 12、學生使用貝氏刷牙法比率%。30%	1、39.89% 2、84.9% 4、50% 5、95% 6、62% 7、55% 8、71% 10、9% 11、50% 12、60%
健康體位	1、體位過輕率。108-1 6.2% 108-2 4.5% 2、體位適中率。108-1 64.5% 108-2 66.6% 3、體位過重率。108-1 12.5% 108-2 13.0% 4、體位超重率。108-1 16.7% 108-2 15.9% 5、每天吃早餐達成率%。75% 6、學生符合 85210 原則達成率(以下分述)： (1) 學生每天睡足 8 小時達成率%。54.55% (2) 學生每天午餐理想蔬菜量(1 拳半)達成率%。 65.45%	1、5.0% 2、67% 3、12.5% 4、15.5% 5、80% 6-1、56% 6-2、66% 6-3、31%

	(3) 每天 3C 產品使用時間少於 2 小時平均達成率 %。 <u>29.69%</u> (4) 學生目標運動量平均達成率 %。(運動 420/週) <u>45.45%</u> (5) 學生喝足白開水目標平均達成率 % <u>72.73%</u> (每日喝足白開水、體重每公斤*30CC)。 (6) 在校零含糖飲料 % (與口腔保健第 8 點相同)。 <u>69.84%</u>	6-4、47% 6-5、74% 6-6、71%
菸檳防制	1、學生吸菸率%(及吸菸學生人數)。 <u>1.56%</u> / <u>29</u> 人 2、學生使用電子煙人數及使用率%。 <u>29</u> 人/ <u>1.56%</u> 3、辦理菸害教育宣導至少一場次。 <u>1</u> 場次 4、校園二手菸曝露率%。 <u>0%</u> 5、吸菸學生參與戒菸教育率%。 <u>0%</u> 6、菸害衛教種子教師人數。 <u>2</u> 人 7、辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次。 <u>1</u> 場次 8、嚼檳學生參與戒檳教育率%。 <u>0%</u>	1、1% 2、1% 3、2 4、0% 5、80 戒菸學生皆私下進行戒菸教育) 6、2 人 7、2 8、0%(無嚼檳學生)
全民健保 (含正確用藥)	1、對全民健保有正確認知比率。 <u>55.36%</u> 2、珍惜全民健保行為比率。 <u>50.91%</u> 3、遵醫囑服藥率。 <u>87.50%</u> 4、使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。 <u>88.84%</u> 5、不過量使用止痛藥比率。 <u>89.06%</u>	1、57% 2、52% 3、89% 4、90% 5、91%
性教育 (含愛滋病防治)	1、性知識正確率%。 <u>91.09%</u> 2、性態度正向率%。 <u>77.33%</u> 3、接納愛滋感染者比率%。 <u>81.09%</u> 4、危險知覺比率%。 <u>73.45%</u> 5、拒絕性行為效能比率%。 <u>81.45%</u>	1、93% 2、79% 3、82% 4、75% 5、78%
藥物濫用防制	1、辦理藥物濫用防制宣導至少 1 場次。 <u>1</u> 場次	1、1 場次
安全教育與急救	1、國小五年級以上學生參加 CPR+AED 教育訓練課程比率。 <u>78.18%</u> 2、教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率。 <u>82.87%</u> 3、成立急救(衛生)隊培訓學生人數。 <u>10</u> 人 4、辦理學校職業安全工作宣導場次。 <u>1</u> 場次 5、學校通過 AED 安心場所認證最近日期。108 年 2 月 27 日	1、73% 2、84% 3、10 人 4、1 場次 5、(有效年月日) 111 年 2 月 27 日
心理健康	1、辦理心理健康宣導場次。 <u>3</u> 場次 2、辦理自殺防治宣導場次。 <u>1</u> 場次 3、辦理性別平等宣導場次。 <u>3</u> 場次 4、辦理防制霸凌宣導場次。 <u>2</u> 場次	1、3 場次 2、1 場次 3、3 場次 4、2 場次
傳染病防治	1、辦理傳染病防治宣導至少 1 場次。 <u>2</u> 場次 2、每週執行漂白水環境消毒一次%。 <u>100%</u>	1、2 場次 2、 <u>100%</u>

壹、經費概算表：(表格請自行延伸)

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
外聘講師鐘點費	時	2000	5	10000	辦理 健康促進講座
衛教宣導之消耗性器材	式	2000	1	2000	視力保健用
場地布置	式	2000	1	2000	視力保健標語
獎品	式	6000	1	6000	獎勵健康促進議 題執行成效顯著 學生
合計	20000				

承辦人：



護理師：

護理師陳玉芳

護理師曾富美

單位主管：



主計：

會計室主任 陳秋如

校長：

新北市立
中平國中 校長林裕國

100

100