



2-1-1 學生視力不良矯治率

~~~~~107 學年度學生視力情況分布情形~~~~~

|    | 107 學年上學期 |       | 107 學年下學期 |     |
|----|-----------|-------|-----------|-----|
| 視力 | 不良        | 正常    | 不良        | 正常  |
| 人數 | 16        | 52    | 17        | 51  |
| 總數 | 68        | 68    | 68        | 68  |
| 比率 | 23.5%     | 76.5% | 25%       | 75% |

A【至合格眼科醫生就診或配鏡的學生數】 B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】

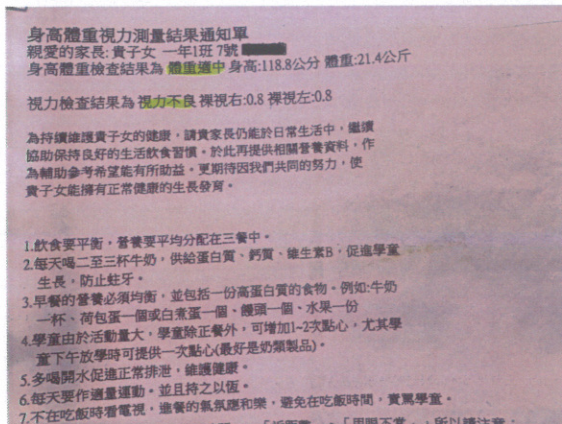
107 學年上學期=10 位  
107 學年下學期=13 位

107 學年上學期=16 位  
107 學年下學期=17 位

### 學生視力不良矯治率

107 學年上學期 77%

107 學年下學期 94%



學生視力不良矯正通知單與檢查回條佐證資料



每學期定期檢查視力



每週定時護眼操運動

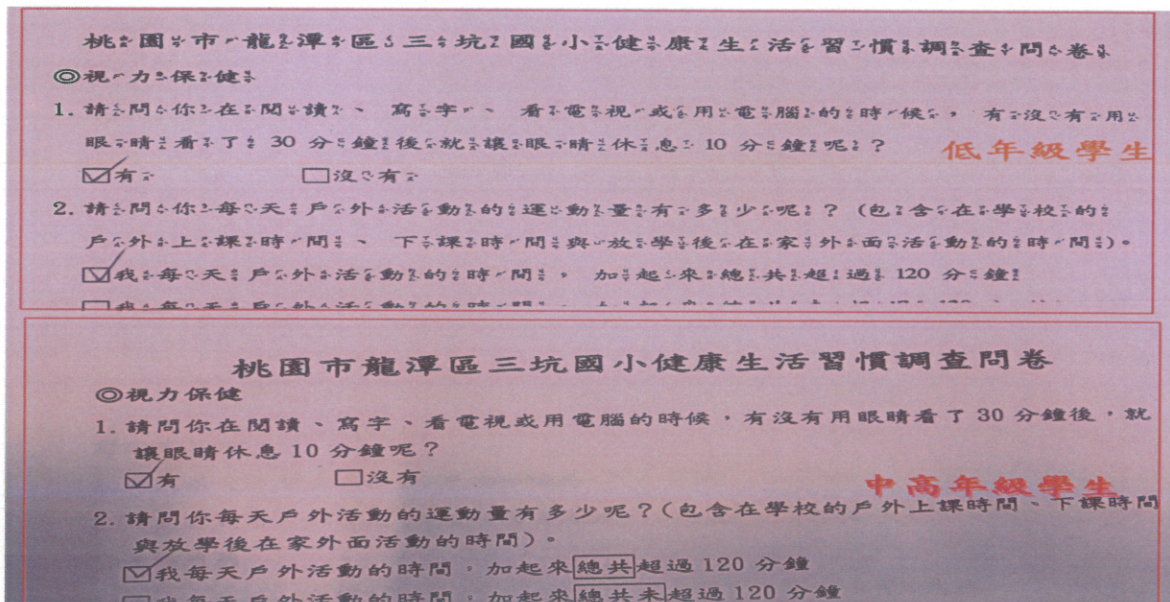


### 2-1-2 學生視力保健行動達成率

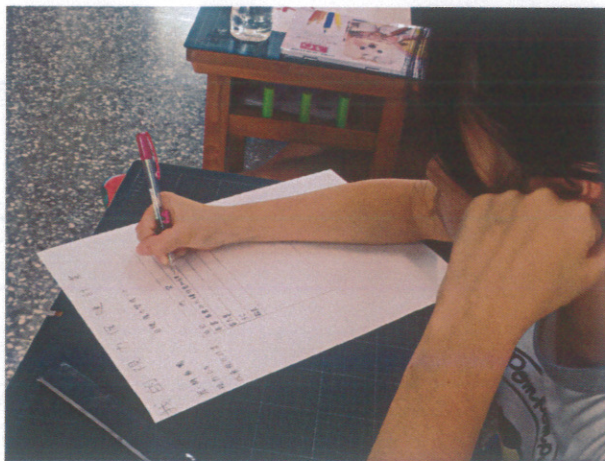
A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘視力保健行動目標之學生數】=62

B【學生總人數】= 68

學生視力保健行動平均達成率= 91.2%



全校不記名問卷調查，統計結果顯示 57 名學生有做到 3010



學生自我規劃視力保健計畫



中高年級視力保健宣導



### 2-1-3 下課淨空率

A【每節下課有 90 已上的學童至教室外的班級數】= 6

B【施測班級數】=6

下課淨空率= 100 %



下課鼓勵學生利用廣闊校地多作室外運動



學校提供風雨教室，天候不佳也能自由活動



下課各班教室淨空情況



### 2-1-4 學生戶外活動平均達成率

A【達到每天戶外活動累計 2 小時之學生數】= 60

B【學生總人數】= 68

學生戶外活動平均達成率= 88.23%



推行各項多元活動，讓喜愛運動與需要運動的人在課餘時間好好活動



學校提供多元體育設施與遊樂器材，讓學生踴躍借用以活動身體



校園腹地廣大適合學生運動舒展身心



三坑國小 107 學年度健康促進學校成效指標之佐證照片

2-2-1 學生齲齒就醫率

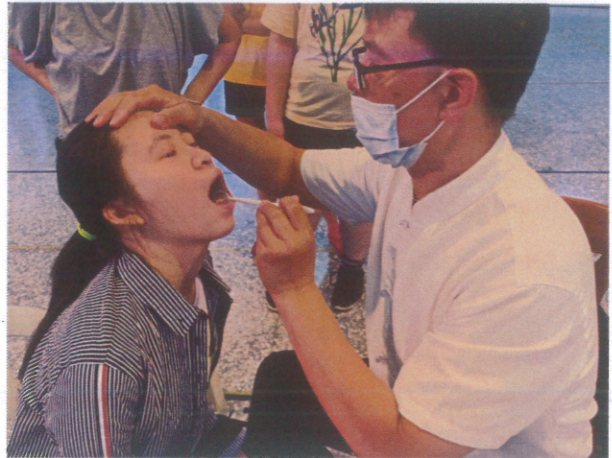
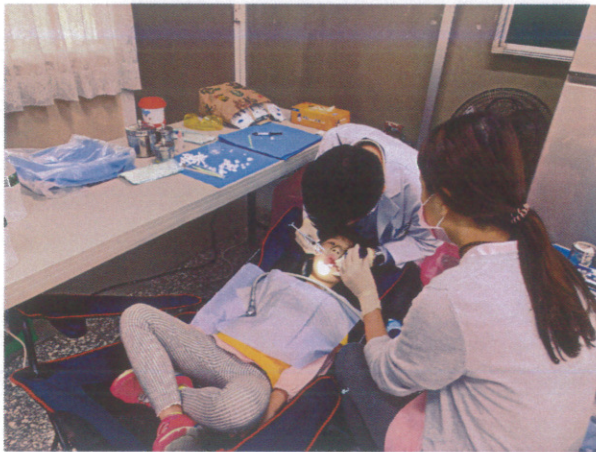
A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】= 4 位

B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】= 10 位

學生齲齒就醫率 = 4/10 =40%

| 三坑國民小學 107 學年度學生健康檢查複查及矯治回條                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 三坑國民小學<br>班級：四年 1 班 座號：<br>檢查結果部分異常，請至以下<br>診治科別 診察日期<br><input type="checkbox"/> 內兒/家醫科<br><input checked="" type="checkbox"/> 牙科<br><input type="checkbox"/> 耳鼻喉科<br><input type="checkbox"/> 心臟內科<br><input type="checkbox"/> 其他：<br><input type="checkbox"/> 衛教單<br>特約醫療院所請參閱背面 | 三坑國民小學<br>班級：一年 1 班 座號：6<br>學生姓名：陳晉哲<br>檢查結果部分異常，請至以下有標記圖的科別追蹤檢查或參考衛教單，回條請家長簽名後繳回學校<br>診治科別 診察日期 醫院名稱/醫師 診察(斷)結果 矯治日期<br><input type="checkbox"/> 內兒/家醫科<br><input checked="" type="checkbox"/> 牙科<br><input type="checkbox"/> 耳鼻喉科<br><input type="checkbox"/> 心臟內科<br><input type="checkbox"/> 其他：<br><input checked="" type="checkbox"/> 衛教單<br>特約醫療院所請參閱背面 |

學生齲齒就醫通知單與回條佐證資料



牙醫師到校宣導落實學生牙齒健康檢查





### 2-2-3 午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率

A【午餐後搭配含氟牙膏潔牙學生數】=64

B【學生總人數】= 68

午餐後搭配含氟牙膏潔牙學生= 94.1 %



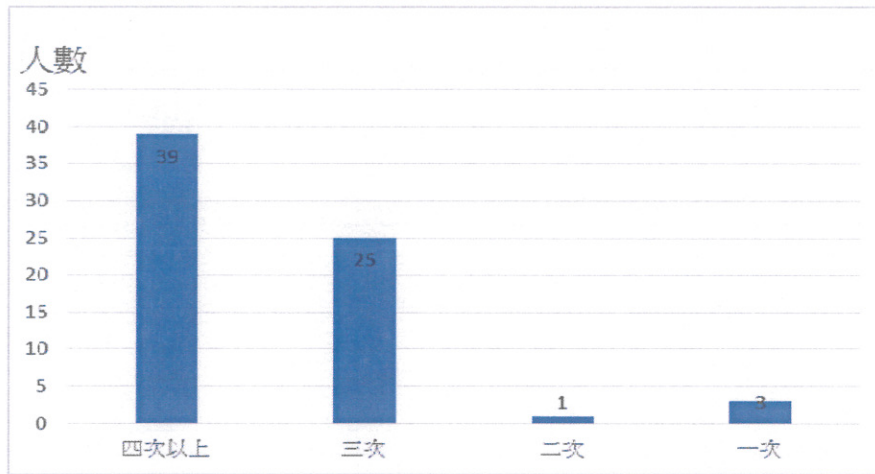
午餐後各班使用含氟牙膏潔牙情況

### 2-2-4 睡前潔牙比率

A【睡前潔牙學生數】=61

B【學生總人數】= 68

學生睡前潔牙比率=89.7 %



每日刷牙四次以上 39 人 三次 25 人 二次 1 人 一次 3 人

◎口腔衛生

1. 每天起床後你是否都有刷牙? 是 否

2. 每天吃完早餐後，你是否都有刷牙? 是 否

3. 每天吃完午餐後，你是否都有刷牙? 是 否

4. 每天吃完晚餐後，你是否都有刷牙? 是 否

5. 每天睡覺前，你是否都有刷牙? 是 否

6. 請問你每天刷幾次牙? 一次 二次 三次 四次以上

中高年級

---

◎口腔衛生

1. 每天起床後你是否都有刷牙? 是 否

2. 每天吃完早餐後，你是否都有刷牙? 是 否

3. 每天吃完午餐後，你是否都有刷牙? 是 否

4. 每天吃完晚餐後，你是否都有刷牙? 是 否

5. 每天睡覺前，你是否都有刷牙? 是 否

6. 請問你每天刷幾次牙? 一次 二次 三次 四次以上

低年級

不記名調查全校學生平時口腔衛生保健情形，以此瞭解全校學生潔牙狀況。

### 2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生比率

A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=68

B【學生總人數】= 68

學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數比率= 100 %





學校提供足夠引水機提供學生飲水

◎口腔衛生

1. 每天起床後你是否都有刷牙？ 是 否

2. 每天吃完早餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

3. 每天吃完午餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

4. 每天吃完晚餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

5. 每天睡覺前，你是否都有刷牙？ 是 否

6. 請問你每天刷幾次牙？ 一次 二次 三次 四次以上

中高年級

---

◎口腔衛生

1. 每天起床後你是否都有刷牙？ 是 否

2. 每天吃完早餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

3. 每天吃完午餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

4. 每天吃完晚餐後，你是否都有刷牙？ 是 否

5. 每天睡覺前，你是否都有刷牙？ 是 否

6. 請問你每天刷幾次牙？ 一次 二次 三次 四次以上

低年級

不記名調查全校學生平時口腔衛生保健情形，以此瞭解全校學生潔牙狀況。

### 2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率

A【每日至少一次牙線學生數】=22

B【受調查人數】= 22

學生每日至少使用一次牙線比率= 100 %



學校提供各班足夠的每日使用牙線量



學生午餐後使用牙線情況

### 2-3-1 學生體位適中比率

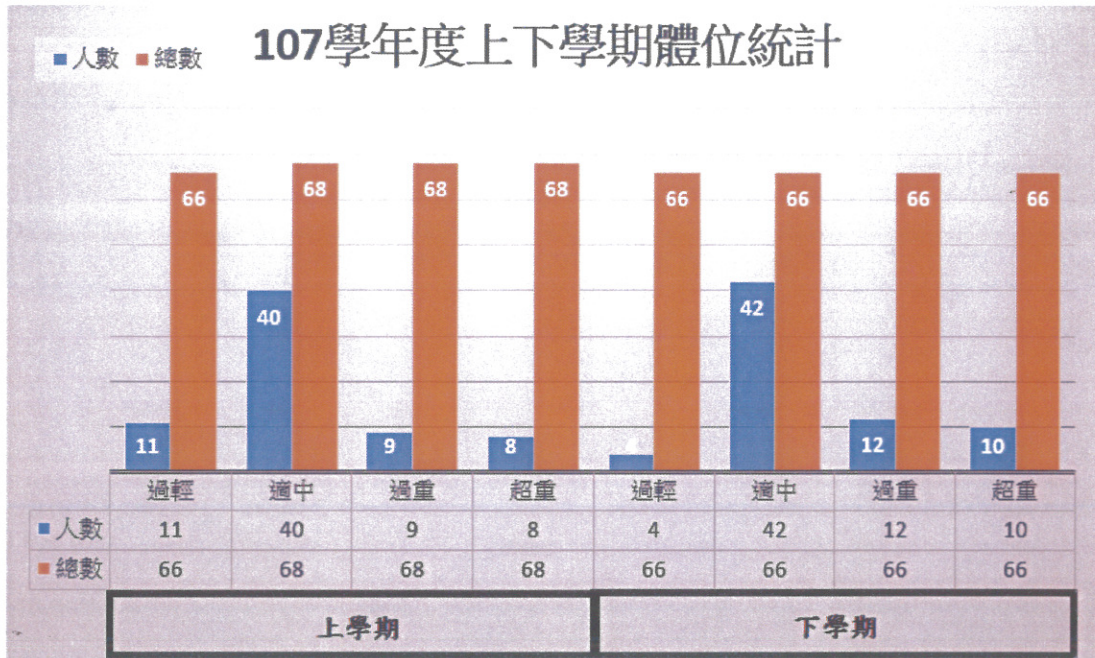
A【學生體位適中人數】=42

B【學生總人數】=68

學生體位適中(正常)比率=61.8%

| 107 學年上學期 |       |       |       |       |
|-----------|-------|-------|-------|-------|
| 體位        | 過輕    | 適中    | 過重    | 超重    |
| 人數        | 11    | 40    | 9     | 8     |
| 總數        | 66    | 68    | 68    | 68    |
| 比率        | 16.2% | 58.8% | 13.2% | 11.8% |

| 107 學年下學期 |      |       |       |       |
|-----------|------|-------|-------|-------|
| 體位        | 過輕   | 適中    | 過重    | 超重    |
| 人數        | 4    | 42    | 12    | 10    |
| 總數        | 66   | 66    | 66    | 66    |
| 比率        | 5.9% | 61.8% | 17.6% | 14.7% |



鼓勵學童下課時間能離開教室做各種運動

### 2-3-2 學生體位不良比率

A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】

= 28→26(107 上學期至 107 下學期)

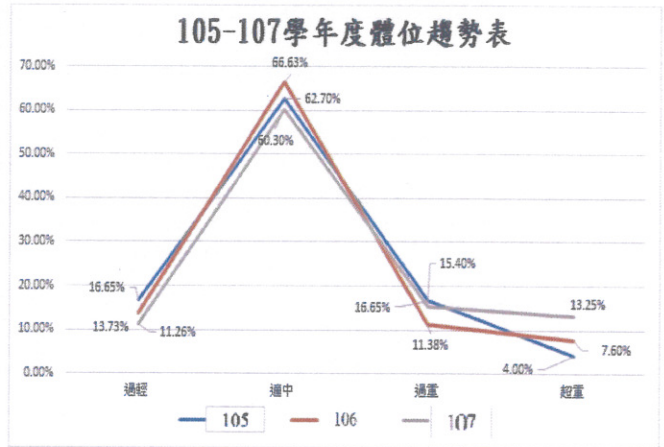
B【學生總人數】 = 68

學生不良率 39 %

| 學年度 | 過輕     | 適中     | 過重     | 超重     |
|-----|--------|--------|--------|--------|
| 105 | 16.65% | 62.70% | 16.65% | 4.00%  |
| 106 | 13.73% | 66.63% | 11.38% | 7.60%  |
| 107 | 11.26% | 60.30% | 15.40% | 13.25% |



體能精進班加強訓練



學生朝會完後，各班做跑走運動



學生朝會後，全校一起做健康操

### 2-3-3 學生目標運動量平均達成率

A【達到每周累積 210 分鐘運動量目標之學生數】=61

B【學生總人數】=68

學生目標運動量平均達成率= 94.1 %



## 三坑國小 107 學年度健康促進學校成效指標之佐證照片

◎健康體位

### 低年級版

1. 請問你一個星期的運動量，包含在學校每一節的下課時間和同學一起運動、體育課(每週2-3節共80-120分鐘)、假日的時候?

我一個星期的運動時間，加起來總共超過210分鐘

我一個星期的運動時間，加起來沒有超過210分鐘

### 中高年級版

1. 請問你一個星期的運動量，包含在學校每一節的下課時間和同學一起運動、體育課(每週2-3節共80-120分鐘)、假日的時候。

我一個星期的運動時間，加起來總共超過210分鐘

我一個星期的運動時間，加起來沒有超過210分鐘



以不記名的方式，全校學生運動量問卷調查

學校推行多種社團與活動時間，提升學生有氧運動比例，圖為有氧體操社團平時練習



低年級客家舞蹈社團



課後社團-直排輪

### 2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率

A【達到每天五蔬果目標之學生數】= 61

B【學生總人數】= 68

學生理想蔬果量平均達成率= 89.7%



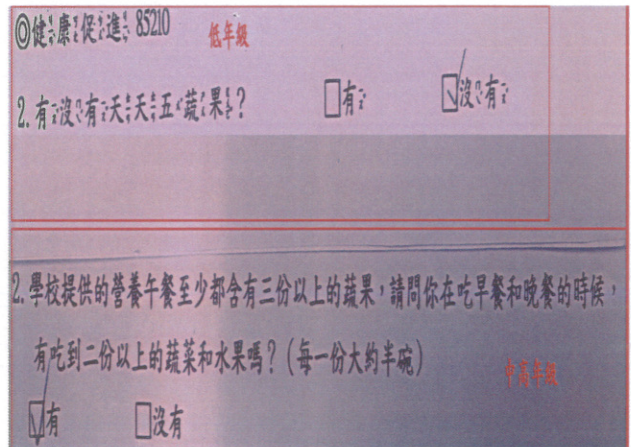
# 三坑國小 107 學年度健康促進學校成效指標之佐證照片



每日登錄午餐食材平臺，公布本校午餐菜單及實物



進行健康體位宣導活動，讓學生了解運動、營養均衡飲食對身體健康的好處



以不記名的方式，全校學生蔬果量問卷調查

## 2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率

A【達到每天吃早餐目標之學生數】= 58

B【學生總人數】= 68

學生每天吃早餐平均達成率= 85.3 %



3. 請問你每天都有吃早餐嗎?  
有    一星期中偶爾有一~二次沒有    沒有    中高年級

3. 請問你每天都有吃早餐嗎?  
有    一星期中偶爾有一~二次沒有    沒有    低年級

以不記名的方式，全校學生每天吃早餐問卷調查



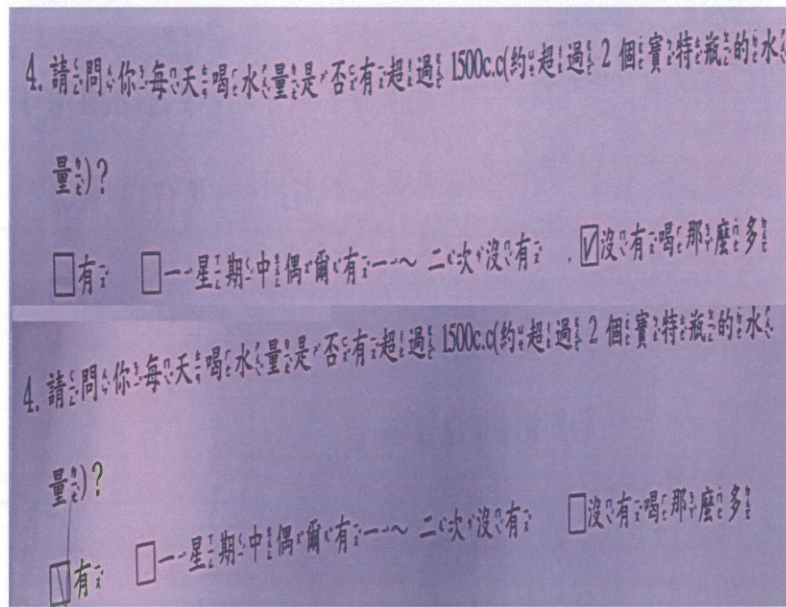
利用辦理大型活動時向家長或學生說明早餐的重要性，期望不要忽略早餐對身體的重要性

### 2-3-6 學生多喝水目標達成率

A【達到每天多喝水目標之學生數】= 56

B【學生總人數】= 68

學生多喝水目標平均達成率= 82.3%



利用問卷不記名調查學生每日喝水情形



每兩間教室外會有飲水機提供學生隨時取用



委外定期檢驗飲水機水質狀況

2-4-1 學生吸菸人數=0

2-4-2 學生吸菸率=0%

2-4-3 吸菸學生參與戒菸率：本校無吸菸學生，無需戒菸。

2-4-4 學生電子煙使用率：0%。

2-4-5 校園二手菸暴露率%

2-5-1 學生嚼檳榔人數=0

2-5-2 學生嚼檳榔率=0%

2-5-3 學生參加檳榔教育率

※本校教職員工及學生抽菸與吃檳榔人數皆為 0

◎防菸拒檳

低年級版問卷調查

1. 請問你是否曾經在這 30 天內抽過菸？  是  否

2. 請問你是否曾經在這 30 天內嚼過檳榔？  是  否





中高年級版問卷調查

◎防菸拒檳

1. 請問你是否曾經在這 30 天內抽過菸？ 是 否

2. 請問你是否曾經在這 30 天內嚼過檳榔？ 是 否



107.12.12 社區戒菸拒檳志工周玗萍設計師到校進行防菸拒檳教育宣導



104.10.22 運動會進場活動－六年級防菸拒檳宣導

2-6-1 遵醫囑服藥率

A【遵醫囑服藥人數】= 63

B【需用藥人數】=68

遵醫囑服藥率 = 92.7 %



利用大型活動宣導正確用藥概念



低年級版問卷調查

◎正確用藥:

1. 最近半年看醫生拿藥服用的時候，你有沒有遵照醫師或藥師叮嚀咐服藥？  
有 沒有
2. 你的家裡有沒有用藥諮詢電話(包含藥袋上的諮詢電話)?  
有 沒有
3. 請問你有沒有諮詢過藥師或醫師與服藥相關的問題?(口頭詢問或用電話詢問)  
有 沒有

中高年級版問卷調查

◎正確用藥

1. 最近半年看醫生拿藥服用的時候，我會遵照醫師或藥師叮嚀咐服藥  
有 沒有
2. 我的家裡有沒有用藥諮詢電話(包含藥袋上的諮詢電話)  
有 沒有
3. 請問你是否曾經諮詢過藥師或醫師與服藥相關的問題?(口頭詢問或用電話詢問)  
有 沒有

使用問卷調查學生用藥實際狀況



利用佈告欄公開宣導-正確用藥

2-6-2 不過量使用頭痛藥

A【不過量使用頭痛藥】=68

B【受調查人數】=68

不過量使用頭痛藥比率=100 %



鼓勵學童若有用藥問題，記得要撥打藥師諮詢的電話號碼

2-6-3 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示

A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】=66

B【受調查人數】=68

使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率= 97.1 %

2-6-4 曾經上過有關正確用藥教育

A【曾經上過有關正確用藥教育】=68

B【學生總人數】=68

曾經上過有關正確用藥教育比率=100 %



2-7-1 學生性教育課程參與率；2-7-2 性教育宣導活動



107.5.29 辦理性別平等教育宣導，輔導主任親自宣講，強調性平、性騷等法治觀念，期望學童勿不經意觸法，也希望學童相處能互相尊重、包容個別的不同



107.3.20 辦理全校(含愛滋病防治)宣導，使學童 100%瞭解尊重他人身體界線、杜絕性騷擾、性霸凌，宣導後問卷調查相關問題，加深學童印象。



性教育教育議題融入綜合課程教學活動



性教育教育議題實作課程

2-8-1 全民健保宣導活動；2-8-2 學生參與全民教保教育率

宣導場次：2018.10.27 運動會

口 號：

身體健康最重要  
常常運動保健康  
參加健保有保障  
全民健保，一定要保哦～



107.10.27 運動會一年級進場活動—宣導全民健保

## 2-8-2 學生參與全民教保教育率

### 主題說明：

1. 「珍惜健保資源」介紹
2. 全民健保是什麼？
3. 生病了要怎麼辦？
4. 健保 IC 卡如何使用？IC 卡裡的資料包含哪些？
5. 有獎徵答活動—激勵學童，加深全民健保相關資訊之印象

藉由此課程活動，使學生明白全民健保的保障對象是全體國民。參加保險的每一個人，只要按時繳納保險費，當生病的時候，就可以得到適當的醫療照顧，保障身心健康。



108.03.20 敏盛醫院曾桂鄉護理師進行全民健保宣導

承辦人：**學生事務組 組長 余怡潔**

護理師：**護理師 羅郁瑩**

單位主管：**教導處 主任 蒲有任**

校長：**三坑國小 校長 莊金永**