

桃園縣龍潭鄉三坑國民小學 102 學年度健康促進學校計畫申請表
學校基本資料表

學校名稱	桃園縣龍潭鄉三坑國民小學	所屬縣(市)	桃園縣
學校地址	桃園縣龍潭鄉三坑村永昌路 51 巷 85 號		
議 題			
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 <u>全民健保</u> (今年新增)		
*自選議題 1	傳染病防治		
申請補助總金額	<input type="checkbox"/> 種子學校新台幣 5,000 元 <input type="checkbox"/> 行動研究新台幣 5,000 元 <input checked="" type="checkbox"/> 重點學校新台幣 10,000 元 (<input type="checkbox"/> 菸害防制 <input checked="" type="checkbox"/> 健康體位 <input checked="" 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)		
承辦人	姓名： 林美純	E-mail: yupmoon@yahoo.com.tw	
	聯絡電話：03-4713627#212	傳真：03-4112103	
學校過去辦理之經驗或績優事宜(請列舉) 1. 96 學年度推動健康促進學校榮獲示範學校。 2. 96 學年度中小學學生體適能檢測績優學校。 ----- 3. 97 年起推行無菸校園活動迄今。 4. 97 學年度持續推動健康促進活動，成績斐然。 ----- 5. 98 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組甲等。 6. 98 學年度中小學學生體適能檢測結果，獎章頒發率通過比率達 54% 以上。 ----- 7. 99 學年度健康促進學校計畫審查績優學校。 8. 99 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組優等。 9. 99 學年度中小學學生體適能檢測結果，獎章頒發率通過比率達 54% 以上。 ----- 10. 100 學年度榮獲四年級健身操錦標賽優等。 11. 100 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組特優。 ----- 12. 101 學年度健康促進學校計畫審查績優 13. 101 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組優等。 14. 101 學年度榮獲一年級健身操錦標賽優等。 15. 101 學年度中小學學生體適能檢測結果，獎章頒發率通過比率達 54% 以上。			

辦理健康促進學校之潛能（請列舉）

★健康促進學校願景：健康、安全、快樂的願景下，期盼結合學校、社區、家長力量，營造身心健全國民。

★辦理健康促進學校之潛能

- 1.學校行政與教學團隊相互合作佳
- 2.社區人物物力資源能熱心配合學校活動推行
- 3.家長可成為第二個師長，攜手完成健康促進目標

承辦人：

單位主管：

機關首長：

桃園縣龍潭鄉三坑國民小學 102 學年度健康促進學校實施計畫

一、計畫依據

- (一)教育部 102 年度健康促進計畫
- (二)桃園縣政府教育局 102.08.30 桃教體字第 1020052235 號
- (三)本校 102 學年度校務會議決議案

二、計畫摘要

本校自 96 學年度起實施健康促進學校計畫各項活動後，積極地將正確的生活習慣與健康知能確實落實於學生日常生活與教學課程中，讓師生及家長明顯地察覺與改變自己的不良習性，進而獲得健康的改善。

此計畫旨在發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康。計畫分成二階段進行：

第一階段—成立學校健康促進委員會，並組成工作小組，先診斷學校教職員工生之健康狀況、現有人力物力及各項資源，進行需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題。議題選擇除「菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、正確用藥及性教育（含愛滋病防治）。」等必選議題外，本校經需求評估後，決定以強化「傳染病防治」為自選議題。

第二階段—依訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，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；此外亦進行過程評價，以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫實施之成效。

三、計畫緣起(背景分析)

(一) 學校地理位置及人文背景

本校座落於龍潭鄉郊區，校園周邊皆稻田，社區小徑步道如織。鄰近三坑老街、大漢溪、三坑鐵馬道及石門水庫，三面環山，視野開闊風景秀麗。社區家長以務農及勞工階層居多，單親、隔代教養及外籍配偶子女比率高居全校 50%以上。迄今設校十二年，學校在經營各項教學活動正常良好，但鑑於學生家長社經地位較為弱勢，在管教孩子及生活照顧方面，形成較多偏差行為與不良營養衛生習慣，因此學生在生活、學業、衛教管理上，尚需透過學校積極教育宣導與課程實施，已成刻不容緩的趨勢。

(二) 學區的人口結構與社區健康生活概況

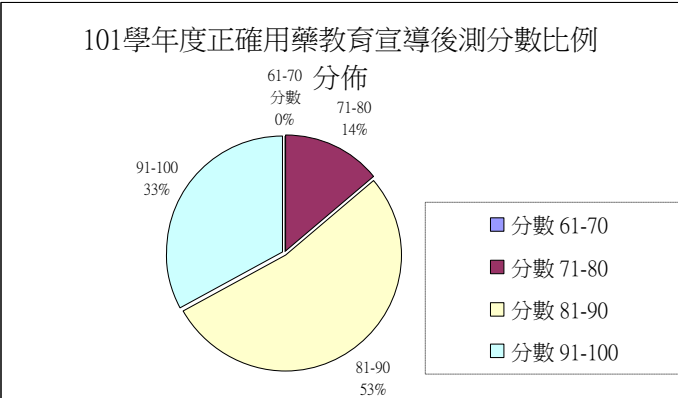
學區主要以三坑村與大坪村為主，兩村境內因地處龍潭郊區，各戶人家多以老年人口居多，部分才以小家庭次之，由此可見，隔代教養與外配子女將逐漸成為不可改變的結構，

亦可見本校學子在文化刺激的不足。雖說學區位處偏鄉，有利於學子接觸大自然美景，然相關醫療衛生場所(鄰近僅有石圍醫護所)與文教場所(鄰近僅有客家文物館)少之又少，難使學校就近利用，故社區人口的健康生活不易獲得相當照護。

(三) 校內師生的健康狀況 (羅列近 2 學年度情況)

本項以健康促進議題分項呈現校內學生的健康趨勢，以制定議題的重點推行項目。

必選議題	99-101 學年度本校在該議題之趨勢圖	問題反應與整理																																			
健康體位	<p style="text-align: center;">99-101學年度體位趨勢圖</p> <table border="1"> <caption>99-101學年度體位趨勢圖數據</caption> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>過輕</th> <th>適中</th> <th>過重</th> <th>超重</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>99學年度上</td> <td>11.25%</td> <td>14.05%</td> <td>36.50%</td> <td>38.20%</td> </tr> <tr> <td>99學年度下</td> <td>11.25%</td> <td>50.60%</td> <td>13.45%</td> <td>11.30%</td> </tr> <tr> <td>100學年度上</td> <td>11.25%</td> <td>50.60%</td> <td>13.45%</td> <td>11.30%</td> </tr> <tr> <td>100學年度下</td> <td>11.25%</td> <td>62.65%</td> <td>8.20%</td> <td>17.85%</td> </tr> <tr> <td>101學年度上</td> <td>11.25%</td> <td>50.60%</td> <td>13.45%</td> <td>11.30%</td> </tr> <tr> <td>101學年度下</td> <td>11.25%</td> <td>62.65%</td> <td>8.20%</td> <td>17.85%</td> </tr> </tbody> </table>	學年度	過輕	適中	過重	超重	99學年度上	11.25%	14.05%	36.50%	38.20%	99學年度下	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%	100學年度上	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%	100學年度下	11.25%	62.65%	8.20%	17.85%	101學年度上	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%	101學年度下	11.25%	62.65%	8.20%	17.85%	<ol style="list-style-type: none"> 1. 議題有小幅改善，但仍有可改善之空間。 2. 加強體重過輕學生的營養教育。 3. 加強過重與超重學生的健康知能，以利學生落實減重。
學年度	過輕	適中	過重	超重																																	
99學年度上	11.25%	14.05%	36.50%	38.20%																																	
99學年度下	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%																																	
100學年度上	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%																																	
100學年度下	11.25%	62.65%	8.20%	17.85%																																	
101學年度上	11.25%	50.60%	13.45%	11.30%																																	
101學年度下	11.25%	62.65%	8.20%	17.85%																																	
視力保健	<p style="text-align: center;">99學年度裸視不良率</p> <table border="1"> <caption>99學年度裸視不良率數據</caption> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>裸視不良率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>99學年度上</td> <td>38</td> </tr> <tr> <td>99學年度下</td> <td>48</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">100學年度裸視不良率</p> <table border="1"> <caption>100學年度裸視不良率數據</caption> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>裸視不良率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>100學年度上</td> <td>38</td> </tr> <tr> <td>100學年度下</td> <td>49</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">101學年度裸視不良率</p> <table border="1"> <caption>101學年度裸視不良率數據</caption> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>裸視不良率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>101學年度上</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>101學年度下</td> <td>45%</td> </tr> </tbody> </table>	學年度	裸視不良率	99學年度上	38	99學年度下	48	學年度	裸視不良率	100學年度上	38	100學年度下	49	學年度	裸視不良率	101學年度上	40%	101學年度下	45%	<ol style="list-style-type: none"> 1. 趨勢向上，需要列入高度重要的必選議題。 2. 有效止緩學生近視度數的增加。 3. 預防重於治療，平日須多注意學生用眼情況。 																	
學年度	裸視不良率																																				
99學年度上	38																																				
99學年度下	48																																				
學年度	裸視不良率																																				
100學年度上	38																																				
100學年度下	49																																				
學年度	裸視不良率																																				
101學年度上	40%																																				
101學年度下	45%																																				

<p>菸害防制</p>	 <p style="text-align: center;">學生吸菸率</p> <p style="text-align: center;">— 吸菸率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>吸菸率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>99學年度</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>100學年度</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>101學年度</td> <td>0%</td> </tr> </tbody> </table>	學年度	吸菸率	99學年度	0%	100學年度	0%	101學年度	0%	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生潔身自愛，了解菸害的毒性。 2. 未來應落實推廣至家庭環境，給學生全然乾淨的無菸環境。 												
學年度	吸菸率																					
99學年度	0%																					
100學年度	0%																					
101學年度	0%																					
<p>口腔衛生</p>	 <p style="text-align: center;">99-101學年度齙齒不良率</p> <p style="text-align: center;">— 齙齒不良率</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>學年度</th> <th>齙齒不良率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>99學年度</td> <td>93%</td> </tr> <tr> <td>100學年度</td> <td>78%</td> </tr> <tr> <td>101學年度</td> <td>63%</td> </tr> </tbody> </table>	學年度	齙齒不良率	99學年度	93%	100學年度	78%	101學年度	63%	<ol style="list-style-type: none"> 1. 成效豐碩，可針對仍有齙齒的學生，進行個別衛教措施。 2. 協助提供學生家長相關醫療保健資訊。 3. 持續推動潔牙保健宣導工作。 												
學年度	齙齒不良率																					
99學年度	93%																					
100學年度	78%																					
101學年度	63%																					
<p>正確用藥</p>	<div style="text-align: center;"> <p>101學年度正確用藥教育宣導前測分數比例分佈</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>分數</th> <th>比例</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>61-70</td> <td>21%</td> </tr> <tr> <td>71-80</td> <td>29%</td> </tr> <tr> <td>81-90</td> <td>39%</td> </tr> <tr> <td>91-100</td> <td>11%</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> <p>101學年度正確用藥教育宣導後測分數比例分佈</p>  <table border="1"> <thead> <tr> <th>分數</th> <th>比例</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>61-70</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>71-80</td> <td>14%</td> </tr> <tr> <td>81-90</td> <td>53%</td> </tr> <tr> <td>91-100</td> <td>33%</td> </tr> </tbody> </table> </div>	分數	比例	61-70	21%	71-80	29%	81-90	39%	91-100	11%	分數	比例	61-70	0%	71-80	14%	81-90	53%	91-100	33%	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由上述兩圖表可知，學生接受前後測驗，後測分數比前測結果優良，可見已達宣導成效。 2. 未來將相關課程系統化並建立相關題庫，供教師上課使用。
分數	比例																					
61-70	21%																					
71-80	29%																					
81-90	39%																					
91-100	11%																					
分數	比例																					
61-70	0%																					
71-80	14%																					
81-90	53%																					
91-100	33%																					

性教育 (含愛滋病防治)	<p>101學年度性教育宣導前測分數比例分佈</p> <p>101學年度性教育宣導後測分數比例分佈</p>	<p>1. 由上述兩圖表可知，學生接受前後測驗，後測分數比前測結果優良，可見已達宣導成效。</p> <p>2. 未來將相關課程系統化並建立相關題庫，供教師上課使用。</p>																								
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>學年度/ 學期</th> <th>100 上</th> <th>100 下</th> <th>101 上</th> <th>101 下</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>腸病毒</td> <td>6</td> <td>3</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>流感</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>水痘</td> <td>0</td> <td>8</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>共計</td> <td>7</td> <td>12</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table>	學年度/ 學期	100 上	100 下	101 上	101 下	腸病毒	6	3	0	0	流感	1	1	1	1	水痘	0	8	0	0	共計	7	12	1	1
學年度/ 學期	100 上	100 下	101 上	101 下																						
腸病毒	6	3	0	0																						
流感	1	1	1	1																						
水痘	0	8	0	0																						
共計	7	12	1	1																						

(四)六大範疇之 SWOT 分析

六大範疇	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅)	A(行動策略)
學校衛生政策	<ul style="list-style-type: none"> 保有歷年相關學校衛生政策之推動，每學年初僅需視現況再稍作調整，即可持續執行。 各處室橫向聯繫融洽，彼此互動和諧，相互支援，有助於政策的推動。 	<ul style="list-style-type: none"> 學校規模較小，編制人力不足，無法有效集思廣益。 	<ul style="list-style-type: none"> 行政與教學團隊聯絡管道相當簡便有效，使健康議題的實施成效可以有效、迅速回饋。 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，易於實施形成性評量。 	<ul style="list-style-type: none"> 教師專業自主性高，須花較多的時間溝通協調。 行政團隊規模小，推行政策易閉門造車。 	<ul style="list-style-type: none"> 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。 推行政策前，可先比較特優學校執行特色，並考量本校人文地理特色以修訂之。
健康教育課程	<ul style="list-style-type: none"> 行政與教學能協同合作，不論是課程、教學、活動、設備，皆能發揮相互整合 	<ul style="list-style-type: none"> 校內進修健康體育課程研習略顯不足。 課程活動難有整 	<ul style="list-style-type: none"> 本校推動健康促進學校已有多年的經驗與成果。 教師具專業自主 	<ul style="list-style-type: none"> 弱勢家庭文化刺激與監督力不足，易造成學生在家過度放鬆對自我本身的健康損。 	<ul style="list-style-type: none"> 持續推行各項健康促進講座與活動，培養學生、教師、家長正確之觀

與活動	<ul style="list-style-type: none"> ● 學校四周皆是綠色大自然，有助學生提升健康行為。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 體性的架構 ● 教師重視健康程度不同，易影響師生對健康促進的重視程度。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 有活力，可激發其對健康促進議題的高度重視。 ● 可結合校內周邊地理風情與校本課程，多元融入健康議題。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學區內的相關人力、物力資源難以挹注，無法有效提供教學使用。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 念與行動。 ● 落實推廣健康議題至家庭與社區，使社區與家庭成為學校的第二推手。
學校物質環境	<ul style="list-style-type: none"> ● 持續落實校園內房舍建築、操場、各項設備及器材等硬體設施的提供、保養與安全，以及健康的學習環境、飲食環境、無菸及無毒環境的營造。 ● 落實上述項目之管考。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 校內人物略嫌不足，無法面面俱到。 ● 經費資源有限，各項硬體設備新購經費不足與困難，修繕更迭。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生人數少，可有效提高硬體設備的使用，其修繕情況亦可用教育宣導方式，使學生珍惜愛護。 ● 校地廣大、綠地充足，且學生數不多，絕對可促進學生走向綠色健康的環境。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 本校地處郊區，卻不是偏遠學校。外部單位補助甚少，易容易被遺忘與優先割捨。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 強化學生針對學校現有促進健康之物質環境的愛惜與友善使用。 ● 積極申請外部補助，以替換老舊物質設備。
學校社會關係	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生喜歡戶外活動，有利學生重視全人發展。 ● 家長會認同學校各項健康促進措施。 ● 學生單純樸實可塑性高，積極推行應有明顯效果。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 可提供學生作為健康榜樣的家長須待發掘。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 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。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長稍嫌放任學生，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。 ● 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。 ● 吸菸與嚼檳榔家庭對孩子身心健康上造成負面的影響。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生家庭由導師協助，積極推行親職教育，使家長與師長相互合作。 ● 全人發展的社會環境，有賴整體社區形成共識以發展之。學校亦扮演居中牽線之角色。
社區關係	<ul style="list-style-type: none"> ● 學校與社區互動良好，村長對學校活動均給予高度的關懷與支持。 ● 非上課時間，操場開放社區民眾使用，鼓勵多多運動。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 社區家長教育程度不一，需視活動規模與家長時間而定。 ● 鄉內僅有 804 國軍醫院龍潭敏盛醫院的大型院所，且單趟車程需 20 分鐘。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 鄰近石門山公園，並有數座社區公園，可提供親子休閒活動的場所。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 外籍配偶與弱勢家庭逐年增加，衛教觀念普遍不足。 ● 學生、家長視力、口腔保健教育、健康飲食觀念待提升。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 加強衛生健康教育宣導，建立衛生健康教育觀念。 ● 結合社區衛生機構，辦理健康醫療諮詢、衛生教育。 ● 製作各種健康促進相關文宣，至各社區張貼宣導。
健康服務	<ul style="list-style-type: none"> ● 健康中心提供各項健康教學資源諮詢與健康服務。 ● 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。 ● 有效管理師生健康資訊。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 部分家長對孩子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，形成健康服務的落差。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 長期與龍潭衛生所進行聯繫，確保校內健康服務推行無礙。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 社區中無大型醫院，而僅有小型診所，難以提供完善的醫療照顧服務。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 全面協助家長提供就醫管道與治療協助，俾使學生健康無虞。 ● 擴增專業醫療資源，如與其他鄉鎮健康服務單位持續進行聯洽與支援。

(五) 擇定學校健促議題(含必選與自選)

承上二-(三)校內師生的健康狀況(羅列近2學年度情況)所述之議題背景，本校已依學校本位的角度，而提出在必選與自選議題中的重點發展項目。如下所述

【必選議題】

本校依教育局規定必選議題共六大項，分述如下

1. 菸害防制
2. 健康體位 (重點學校)
3. 口腔衛生 (重點學校)
4. 視力保健 (高度重點推行項目)

5. 性教育 (含愛滋病防治) 6. 正確用藥 7. 全民健保

[自選議題]

在自選議題方面，本校為嚴防 100 學年度下學期所爆發之水痘疫情，乃持續建立師生及社區家長正確的防疫觀念，積極推行傳染病防治(重點推行項目)政策，除將防治融入教學中，並積極辦理各項宣導工作。

四、計畫目標

總目標	在健康、安全、快樂的願景下，結合學校、社區、家長力量，營造身心健全國民。
次要目標：	<p>(一) 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。</p> <p>(二) 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。</p> <p>(三) 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。</p> <p>(四) 整合校內外各項人力、物力等資源，推動「健康、安全、快樂」的健康促進學校，從個人、家庭、學校推廣至社區。</p> <p>(五) 以「健康體位」為主軸，讓親師生於實踐於日常生活當中，成為永續經營的情意價值態度。</p>

五、議題選定(SWOT 分析)

一、如二、計畫緣起(背景分析)之第(五)項所述，本校擇定議題說明如下，並以 SWOT 分析歸納出行動策略。

[必選議題]

本校依縣府規定必選議題共七大項，分述如下

1. 菸害防制
2. 健康體位 (重點學校)
3. 口腔衛生 (重點學校)
4. 視力保健 (高度重點推行項目)
5. 性教育 (含愛滋病防治)
6. 正確用藥
7. 全民健保

[自選議題] 8. 傳染病防治 (重點推行項目)

二、議題的 SWOT 分析

七大議題	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅)	A(行動策略)
菸害防制	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生數少，易於了解學生吸菸情況。 ● 教職員工全部沒有吸菸習慣，足以作為學生榜樣。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 較無系統化的菸害防治課程規劃，多以融入之方式結合此議題。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 社區單純，學生在校外吸菸，易容易被同儕發現，使學校早日輔導戒除。 ● 連絡校外其他販賣單位，不得販賣菸酒給未滿 18 歲的學生。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長未逐步落實拒菸，使學生深受二手菸傷害。 ● 社區與家長未有相關健康意識。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 鼓勵教師多多研發單元性的菸害防治課程。 ● 加強聯繫社區與家長，使菸害防制落實於校內外。
健康體位 (重點學校)	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生人數少，相關健康體適能設備可供多數學生同時使用。 ● 學校健康體位活動能迅速落實於學生每日的生活中。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 需再獲得部分導師的認同，使學生在班級上也有教師叮嚀相關健康體位知能。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 校外具有相當多的自然風景，可做為學生課後實施健康體能活動的場所。 ● 尚無許多商店林立，使學校能於常見的便利商店中，了解學生飲食情況，呈現出學生真實情況。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長普遍未能了解學生健康情況。 ● 外食家庭或學生居多，難以均衡飲食。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 針對異常體位之學童，務必請家長於課後時間叮嚀提醒。 ● 培養學生自主管理行為，使學生無論在校內外都有所遵循。
口腔衛生 (重點學校)	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生人數少，鄉口腔衛教宣導措施極易普遍化推行。 ● 可逐一針對有需要之學生進行個別式口腔衛教宣導。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 師生偶有遺忘應於餐後進行潔牙或漱口之時。 ● 學生偶有因家庭因素關係，無法齊備個人刷牙用品。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 廣邀衛生所、新生醫專等外部單位，以進行策略聯盟。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 忙碌的家長無法為學生進行齶齒矯正。 ● 學區內沒有牙醫診所，須前往龍潭市區，路途稍遠。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 爭取相關經費之機會，使學生個人口腔衛生用品無缺。 ● 加強宣導個人口腔衛教之嚴重性，務使家長帶學生就醫矯治。
視力保健 (高度重點)	<ul style="list-style-type: none"> ● 學園內綠地廣大，可供學生運用，有助視力保健。 ● 下課時間，學生常在綠地上嬉戲，有助眼球放鬆。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生易使用電腦、電視等 3 C 設備，易使眼睛過度使用。 ● 未能持續不斷地落實護眼操於校內外時間中。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 校園外亦廣布綠地環境，使學生於課後皆能輕易接觸大自然。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學區內沒有眼科診所，須前往龍潭市區，路途稍遠。 ● 家長疏忽，使學生在家庭中過度長時間接觸電腦。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 製作視力保健手冊，針對學生、家長進行發放，務使學生與家長知道靈魂之窗的重要性。
性教育 (含愛滋病防治)	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生單純，易容易接受性教育及愛滋病防治的知識。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 相關教學資源較少，故多以課程融入的方式來進行。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 廣邀衛生所、新生醫專等外部單位，以進行策略聯盟。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 無 	<ul style="list-style-type: none"> ● 持續推動相關教育宣導，務使學生及早了解。
正確用藥	<ul style="list-style-type: none"> ● 本學年度參加神農小學堂競賽，可獲得相當多的教學資源，以供教師利用。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 課程時間不足，故多以課程融入的方式來進行。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 廣邀衛生所、新生醫專等外部單位，以進行策略聯盟。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 沒有長期協助校內宣導正確用藥之藥師。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 檢視並確定校外人力資源，由校內規劃單元課程後協同實施。
傳染病防治 (重點)	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生衛教觀念普遍已有。 ● 校園整潔衛護確實。 ● 校內防疫物品相當齊備。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 學生情感良好，生病只要不嚴重，仍想到校。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 校外醫療院所可協助護理師了解疾病學生之病情。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長衛教觀念稍嫌不足。 ● 家長偶有隱瞞學童病情之實。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 編定相關疫情資訊，請家長落實生病就不要到校上課。 ● 落實疾病學生在家自我隔離。

六、實施原則

健康促進工作團隊依據學校健康促進委員會所決定之目標及健康議題擬定學校健康促進計畫，其執行原則涵蓋政策層面及教育層面，茲說明如下：

1、政策層面：

主要為訂（修）定相關規定與強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

(1)訂（修）定相關規定：

召開學校健康促進委員會，審定學校健康促進計畫，並依據計畫執行之所需，協調各單位修訂定相關規定，以增進人力/物力資源之可近性及設備之可利用性，並有充足之經費，以提供更完善的健康環境（如校園污染防治、景觀規劃、健康餐飲供應）與健康服務（如建立完整的預防、篩檢、追蹤、矯治、輔導、諮商及轉介系統）。

(2)強化組織績效：

透過健康促進專業知能及人際溝通技巧與領導能力訓練，以提升健康促進工作團隊、學生社團及家長志工之組織效能，增進各行政組織之運作功能、協調合作能力、組織與成員的互動及學校組織與社區資源的聯結，期能提升行政服務品質及建立和諧健康的校園社會文化。

2、教育層面：

主要為課程介入、活動介入、平面與媒體傳播及身教與境教，以增進學校成員對健康知識的增進、建立對健康的良好態度、重整對健康價值觀、發展運動技能，並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升全人健康狀態。

(1)課程介入：

由課程發展委員會進行統整規劃，將所選定之健康議題融入相關之課教學與學習評量。

(2)活動介入：

可藉由推廣活動及辦理研習的方式，增進學校成員之健康知能與行為，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。

(3)媒體傳播：

可運用平面媒體（如單張、海報、校刊）及電子媒體（如健康網站、電子告示板）等等以傳播健康資訊並引發學校成員及家長的關心及參與。

(4)身教與境教

在校讓學生以教師為榜樣，並營造有利力學生身心健全的物質環境，在家能以家長為榜樣，持續致力於健康促進活動。

七、計畫內容

★依據健康促進的六大範疇，並以本校所選健促議題為中心做結合說明計畫內容

擇定 議題	1. 菸害防制	2. 健康體位 (重點推行項目)
	3. 口腔衛生(重點推行項目)	4. 視力保健 (高度重點推行項目)
	5. 性教育 (含愛滋病防治)	6. 正確用藥
	7. 傳染病防治(重點推行項目)	

工作範疇	主要結合議題	計畫內容	主辦單位
學校衛生政策	1. 菸害防制 2. 健康體位 3. 口腔衛生 4. 視力保健 5. 性教育(含愛滋病防治) 6. 正確用藥 7. 傳染病防治	1. 成立學校健康促進委員會	教導處
		2. 召開健康促進學校工作小組會議	教導處
		3. 訂定健康促進學校計畫並分層規劃左列結合議題的工作組織與計畫以確實執行	教導處
		4. 組織考評小組	教導處
		5. 尋求家長會協助支援經費	教導處
健康教育課程與活動	1. 菸害防制 2. 健康體位 3. 口腔衛生 4. 視力保健 5. 性教育(含愛滋病防治) 6. 正確用藥 7. 傳染病防治	1. 介紹政策使了解推動流程	訓導組
		2. 左列健康議題教育宣導	訓導組
		3. 辦理相關衛教防治宣導	訓導組
		4. 專家合作諮詢輔導	訓導組
		5. 健康議題課程活化	教務組
		6. 學生及教職員工健康體適能促進研習及活動	健康中心
		7. 辦理健康議題有獎徵答	訓導組
		8. 進行學生自主管理	訓導組
		9. 參加各類運動性競賽活動	訓導組
		10. 獎勵明顯增減健康指數之學生	訓導組
學校物質環境	1. 菸害防制 2. 健康體位 3. 口腔衛生 4. 視力保健 5. 傳染病防治	1. 增購防治傳染病之衛生用品材料	健康中心
		2. 提供教師健康議題教學設備與教育。	教務組
		3. 定期清洗、消毒水塔及飲水管線	總務處
		4. 校園定期進行噴藥環境消毒，防治傳染病散播	總務處
學校社會關係	1. 菸害防制 2. 健康體位 3. 口腔衛生 4. 視力保健 5. 傳染病防治	1. 舉辦新生家長座談會進行相關議題宣導	教導處
		2. 舉辦校慶暨社區聯合運動大會	教導處
		3. 配合社區舉辦健康體能促進活動，形塑社區健康意識	教導處
		4. 與社區警政單位密切聯繫，加強巡邏防制菸毒活動	教導處
		5. 學校與社區相關團體共同營造無菸拒檳環境	教導處
		6. 獎勵熱心參與協助之學生志工及家長	訓導組
社區關係	1. 菸害防制 2. 健康體位 3. 口腔衛生 4. 視力保健 5. 正確用藥 6. 性教育(含愛滋病防治) 7. 傳染病防治	1. 獎勵推廣績優人員	訓導組
		2. 公開表揚健康體位習慣良好之師生及社區家長	教導處
		3. 表揚戒菸成功的家長	訓導組
		4. 召開健康促進學校工作小組會議，檢討得失評估成效。	教導處
		5. 舉辦親職教育活動	教導處

健康服務	1. 健康體位 2. 口腔衛生 3. 視力保健 4. 傳染病防治	1. 佈置健康議題及傳染病防治宣導櫥窗	健康中心
		2. 召集學校志工協助推動健康服務計畫	健康中心
		3. 培訓健康服務小志工	健康中心
		4. 全校學生身高、體重、視力檢查追蹤	健康中心
		5. 發放/回收健康檢查通知單	健康中心
		6. 一、四年級健康檢查	健康中心
		7. 教職員工健康檢查	健康中心
		8. 四、五、六年級體適能檢測	健康中心
		9. 邀請牙醫師蒞校進行口腔衛生與潔牙宣導	健康中心
		10. 提供健康議題相關資料及諮詢服務	健康中心
		11. 建立及維護健康促進學校網頁	訓導組

八、具體策略、方法、步驟

健康促進學校願景	藉由學校、社區、家長三方合作無間，期許培養本校親師生強健體魄。學校積極發展多元健康促進活動，善用社區各項資源，偕同家長落實平日生活教育，期使學生健康、安全、快樂地成長，共同創造優質生活環境。
健康促進校本特色	<ul style="list-style-type: none"> ● 十大健康守則—落實推廣教育部所頒兒童健康十大守則要領，並要求學童進行健康自我管理。 一、睡眠 二、早餐 三、蔬果 四、運動 五、喝水 六、潔牙 七、洗手 八、坐姿 九、用眼 十、大小便 ● 多元推展宣導—積極利用各種機會，推展健康促進各項活動。 ● 零煙零檳校園—學校教職員工生無抽菸及吃檳榔之人員。 ● 每日固定運動—全校師生每日固定進行運動時間至少 20 分鐘。 ● 急救總動員令—每年辦理教職員工、社區家長志工及高年級學生 CPR 急救研習。 ● 健康農園體驗—校園內設置健康農園，體驗種菜意義及樂趣，建立健康飲食觀念。 ● 意外發生降低—透過積極宣導及防護，有效降低本校學生意外事故的發生率。 ● 視力保健優勢—運用綠色校園及學校周邊自然環境特色，降低視力不良率。 ● 傳染病給我滾—落實各項宣導與教學活動，確實達成有效管理防治傳染病工作。 ● 廣邀策略聯盟—定期與新生醫校、龍潭鄉衛生所、高平消防隊合作，每年辦理相關之衛教宣導活動。 ● 晨檢簿運用佳—透過晨檢簿，詳實紀錄並掌握學生健康衛生狀況，提供學校實施健康促進活動之參考依據。 ● 資料建檔比較—過去資料可以作為下個學年度健康促進計畫推行工作重點的參考依據。本校至 96 學年度起開始實施健康促進學校計畫，每年皆保存該學年度成果，可據此針對校內親師生之健康議題，有效追蹤改善，以求經濟有效完成健康促進目標。
承上所述，以下規劃具校本特色的議題推動策略、方法與步驟	

健康議題	具體策略	方法與步驟
菸害防制	☆家長支持	1. 教育宣導 (1) 利用朝會宣導，使全體教職員工生重視菸害。 (2) 配合各科教學，加強學生「認識菸害」等相關觀念，使學生提升自我保護意識。 (3) 蒐集或張貼「禁菸」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。 (6) 實施拒菸特攻隊的課程活動 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。
	☆身教展現	
	☆家庭宣導	
	☆圖示張貼	
	☆課程教學	
	☆教師研習	
	☆防治計畫	
視力保健	☆檢查追蹤	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. 辦理教學課程，配合各領域教學，加強學生「愛眼護眼」等相關觀念，使學生提升視力保健意識。 3. 配合學校行事曆，辦理相關宣導活動或藝文競賽。 4. 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。 5. 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。
	☆護眼行動	
	☆教育宣導	
	☆環境適宜	
	☆家庭宣導	
口腔衛生	☆潔牙行動	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. 辦理教學課程，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. 結合營養教育，教導學生健康正確的飲食觀念。 5. 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。 6. 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，提醒家長孩子定期口腔檢查與矯治追蹤的必要與重要性。 7. 請護理師協助進行學生牙齒之檢查，並加強後續之矯治追蹤。 8. 培訓本校捷亞小天使宣導口腔衛生的重要。
	☆檢查追蹤	
	☆教育宣導	
	☆家庭宣導	
	☆家庭宣導	

正確用藥教育	☆教育宣導	1. 結合神農小學堂正確用藥知識競賽辦理教師研習、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。
	☆知識測驗	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。
	☆數位資源	3. 培訓學生自治幹部，進行正確用藥教育之宣導廣播。 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。
	☆有獎徵答	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。
	☆宣導張貼	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。
健康體位	☆營養教育	※健康體能 1. 實施健康體能計畫 (1) 推行走路上學運動，增加學生每日慢走時間及步伐數目。
	☆體位教育	(2) 每週二、五兒童朝會後實施健康操及全校跑步活動。 (3) 每週一、二、四第二大節下課實施體控班活動。 (4) 成立躲避球運動代表隊及運動社團（直排輪社、桌球社），並向下扎根，深入中低年級。
	☆重視心靈	(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，鼓勵假日親子活動，多運動，少看電視，遠離電腦。
	☆走路上學	(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。
	☆書包減重	(8) 持續辦理社區運動大會。 (9) 配合本校健康促計畫，鼓勵並培養學生持續運動的習慣。
	☆休閒體育	(10) 持續辦理家長與教師健康體能促進研習，增益其體適能。 (11) 高年級持續實施游泳教學。
	☆游泳教學	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。
	☆晨間運動	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。

☆體育社團	(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。
	(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。
☆專欄宣導	(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。
	☆掌握數據
	☆健康護照
☆問卷調查	
性教育 (含愛滋病防治)	☆教育宣導
	☆數位資源
	☆策略聯盟
全民健保	1. 利用綜合課，針對四、五、六年級學生實施性教育宣導課程(含預防愛滋病)。
	2. 偕同新生醫專師生，進行活潑式的劇場宣導課程。
	3. 廣泛收集相關數位資源，提供學生多元學習管道。
☆教育宣導	4. 進行性教育知識前後測，以了解性教育計畫之實施成效。
☆教育宣導	1. 課堂間運用 PPT 宣導全民健保如何施行；全民應珍惜並配合政府良好政策。
☆教育宣導	2. 運動會運動員進場運用健促議題--「全民健保」，由高年級學生用海報、口號宣導全民健保的重要。
☆教育宣導	3. 辦理有獎徵答，提高學生學習興趣，增加有關全民健

		保知識。
--	--	------

九、組織分工：

計畫職稱	姓名	學校單位職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	梁寶丹	校長	主持計畫，成立推行組織並監督審核執行成效。
協同主持人	吳招美	教導主任	研究策劃，督導計畫執行，協助行政協調聯繫，彙整成果。
協同主持人	蒲有任	總務主任	協助學校行政及社區資源協調，相關設施採購。
研究人員	林美純	訓導組長	各項議題推動策略設計執行。健康促進網頁製作及維護。
研究人員	黃啟晉	教務組長	各項議題融入課程之教學規劃與推行。
研究人員	羅郁瑩	校護	健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價。
研究人員	徐美惠	家長代表	協助各項活動之推展及家長志工隊人力協助推展健康服務。
研究人員	徐裕昇	小自治鄉長	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、工作期程：自 102.08.01. 起至 103.07.31. 止

年月 工作項目	102 年					103 年						
	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
1.擬定學校健康促進計畫												
2.組成健康促進工作團隊												
3.召開健康促進工作小組會議												
4.進行現況分析及需求評估												
5.決定目標及健康議題												
6.制定相關目標之實施策略												
7.編製教材及教學媒體												
8.執行計畫及過程評量												

9. 資料分析與成果檢討製作													

十一、經費需求：總經費新台幣一萬元整

(一) 經費來源

1. 桃園縣政府教育局補助 102 學年度健康促進學校計劃經費
2. 學校自籌相關經費及家長會補助

(二) 經費概算表

1. 經費概算表 (如附件一)

項 目	數量	單位	單價	金 額	說 明
內聘講師鐘點費	4	時	800	3,200	辦理相關訓練研討活動
外聘講師鐘點費	4	時	1,600	6,400	辦理相關訓練研討活動
活動獎勵品	2	式	2,000	4,000	獎勵學生
文具教材費	2	式	1,800	3,600	含紙張文具、教材等
行政電腦費	2	式	1,200	2,400	電腦耗材、墨水匣、影印、印刷費
雜支 (佔上列項目總和 5% 以內)	1	式	400	400	
合 計				\$ 20,000	上項經費得視實際情形互為流用

不足部分由學校自籌

十二、評鑑考核：

◆ 評鑑方式

(一) 形成性評量：

運用形成性評量來提升學校改善健康問題的能力，強調評量與計畫決策、執行、回饋及修正等過程的密切聯結。評量內容包括個人、組織、社區、政策等各層面的分析，根據評量的質性及量化資料，提供助於計畫的研擬、執行及修正改進之重要依據。

1. 教育和政策因素：

(1) 教育方面：

◎ 菸害防制

- 教職員工生之禁菸拒檳榔教育與無菸拒檳活動
- 辦理相關無菸拒檳藝文競賽與宣導
- 融入課程並研發設計教材與教具
- 辦理無菸拒檳相關研習、提供諮詢服務

◎ 健康飲食保健

- 加強健康飲食保健課程宣導
- 教學農園蔬果栽培觀察紀錄活動
- 提倡正當休閒活動

◎健康體能保健

課程中融入健康體能保健常識

設計各類體育教育教材

按課表上體育課，於體育課中教導體能運動的類別技術

實施體適能活動及檢測、健康體能運動檢測及認證

◎口腔衛生保健

實施口腔保健觀摩

定期使用含氟漱口水

推動潔牙比賽

運用多元化教材教導正確飲食及衛生保健習慣

◎視力保健

選拔「視力小天使」為校內視力保健活動代言人

課程融入視力保健知識，運用視力保健學習教材

(2)政策方面

◎菸害防治：

明訂學校教職員生禁止校園吸煙嚼檳榔之政策

◎健康飲食保健

訂定健康飲食保健計畫與執行方針

檢查與督導之計畫流程

◎健康體能保健

訂定健康體位

晨間及課間活動

體適能檢測檢討

◎口腔衛生保健

訂定口腔保健實施計畫、篩檢、複檢及矯治因應計畫

◎視力保健

訂定視力保健實施計畫

選拔「視力小天使」為校內視力保健活動代言人

於課間活動時間實施望遠凝視

2. 組織因素

(1)成立健康促進委員會，訂定工作執掌，定期召開會議，並完成工作期程計畫，隨時檢討與改進。

(2)推動家長志工組織，協助各項健康促進工作之進行。

(3)培訓健康愛校小天使，發揮楷模與同儕學習作用。

(4)利用集會時間進行望遠凝視，鼓勵學童走出教室活動。

(5)辦理心理健康促進活動-調適或情緒教師壓力

3. 資源因素：

(1)不定期邀請專家至校演說。

(2)與鄰近醫療處所建立網絡，善用其醫療資源。

(3)建立人力資料庫

(二)總結性評量：

包括影響評量及結果評量，影響評量是指評量較短期、立即的計畫成效，而結果評量是指評量較長遠或最終的效果。

1. 健康狀況

- (1)生理指標：
 - 吸菸嚼檳榔人數降至零、養成規律運動習慣及提升學生體適能比率增加。
 - (2)心理指標：
 - 教職員工生皆能達到無菸拒檳，還給校園乾淨空間。
 - (3)體適能指標皆能達成預定目標。
2. 行為與生活型態
- (1)預防性健康行為：
 - 多從事動態休閒活動、接受增進健康之輔導。
 - (2)增進健康行為：
 - 培養規律運動習慣、均衡飲食、從事正當休閒活動等。
 - (3)危害健康行為：
 - 遠離菸害、酒精和藥物濫用、不嚼食檳榔，拒當紅唇族。
3. 環境因素
- (1)健康環境：
 - 充足供水設備、健康餐飲供應、安全的運動場地與設施、無菸拒檳標章佈置。
 - 充實圖書相關書籍。
 - 設立校園師生休憩空間、提供合適的諮商環境、綠、美化校園。
 - (2)健康服務：
 - 成立菸害檳榔輔導諮商與轉介機制，提供健康飲食保健相關資料訊息。
 - 統計篩檢結果了解學生口腔不良狀況，造冊列管，務必至醫師處治療。
 - 每週一次實施含氟漱口水。
 - 訓練視力小天使協助指導視力活動之進行。
 - 定期舉行健康檢查並發給通知單。
 - 對於心理疾病學生進行個案管理、進行學生輔導。
 - (3)校園社會文化：
 - 建立優質校園文化，提昇學生正常之生活型態，提倡健康促進觀念。
4. 個人因素
- 利用各項宣導、課程及活動，從日常生活中建立個人的健康知識、態度、價值觀與健康生活技能。

◆評鑑指標－健康促進學校檢核表（如附件二）

十三、預期效益：

- (一) 落實整體學校衛生政策，凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景
- (二) 透過健康體能促進活動，增進學生體適能認知，養成運動習慣。
- (三) 落實學生體格與疾病追蹤輔導體系，加強特殊疾病個案登記轉介輔導工作。
- (四) 加強師生健康飲食，配合提升學生體適能計畫，達到良好的體重控制。
- (五) 持續保持學生0吸菸的比率，社區家長有5位可藉除吸菸習慣。
- (六) 體位過重、過輕學生比率能降低3%。
- (七) 四、五、六年級學生在性教育後測測驗合格率高達100%。
- (八) 全校學生在正確用藥後測測驗合格率高達100%。
- (九) 各項傳染病得病人數低於100學年度之總人數。
- (十) 全校學生視力不良就醫率高達100%。
- (十一) 一、四年級學生齲齒就醫率高達100%。

十四、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

教導主任

主計

校長

桃園縣 102 學年度健康促進學校
補助經費概算表

學校名稱：三坑國民小學

項次	項 目	單價	單位	數量	金 額
1	內聘講師鐘點費	800	時	4	3,200
2	外聘講師鐘點費	1,600	時	4	6,400
3	活動獎勵品	2,000	式	2	4,000
4	文具教材費	1,800	式	2	3,600
5	行政電腦費	1,200	式	2	2,400
6	雜支(佔上列項目總 和 5%以內)	200	式	1	400
總計					20,000

承辦人

教導主任

主計

校長

健康促進學校檢核表

■ 評分標準說明：

- | | |
|---------------------|----------------|
| 0 代表完全沒做到或只做到 20%以下 | 6 代表做到 61%-80% |
| 2 代表做到 21%-40% | 8 代表做到 81%-90% |
| 4 代表做到 41%-60% | 10 代表做到 91%以上 |

	評 價 指 標	評 分 標 準
整體學校 衛生政策	1. 針對學校健康需求訂定健康促進計劃，並成立健康委員會以推行計劃。	10 8 6 4 2 0
	2. 由學生及教職員共同製定符合大家期待的健康促進學校計劃。	10 8 6 4 2 0
	3. 定期評估並提供健康生活的物質及社會環境。	10 8 6 4 2 0
	4. 將健康議題融入本位課程、教學活動及課程計劃當中。	10 8 6 4 2 0
	5. 結合社區資源建立有系統、分工的合作模式	10 8 6 4 2 0
	6. 辦理學生及教職員工健康檢查服務，並提供矯治及諮詢服務。	10 8 6 4 2 0
	7. 建立有系統、分工的合作模式。	10 8 6 4 2 0
	8 針對學生健康情形進行了解與改善，並做相關的記紀錄	10 8 6 4 2 0
	9. 每學年進行獎勵積極參與活動之學生。	10 8 6 4 2 0
	10. 召開健康促進學校小組會議進行業務推動報告。	10 8 6 4 2 0
菸害防治 計劃	1. 由學生與教師共同訂定菸害防制計畫。	10 8 6 4 2 0
	2. 將無菸知識融入本位課程。	10 8 6 4 2 0
	3. 與衛生單位配合，共同推動無菸的新社區。	10 8 6 4 2 0
	4. 與愛心商店聯盟，不販售菸品給學生。	10 8 6 4 2 0
	5. 將成果架設成一個具示範性的網站。	10 8 6 4 2 0
	6. 於親職教育活動辦理菸害危害講座。	10 8 6 4 2 0
	7. 佈置圖片走廊宣導吸菸的嚴重性。	10 8 6 4 2 0
	8. 透過問卷調查了解家長吸菸及嚼檳榔的狀況。	10 8 6 4 2 0
	9. 透過問卷調查，了解吸菸和嚼食檳榔狀況的改善情形。	10 8 6 4 2 0
健康體位 實施計畫	1. 定期舉行健康檢查，並發給通知單。統計結果以了解學生健康狀況，造冊列管，聯繫家長。	10 8 6 4 2 0
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	10 8 6 4 2 0
	3. 制訂健康飲食居家檢核表提供家長使用。	10 8 6 4 2 0
	4. 每學期初進行健康檢查並登錄檢查結果。	10 8 6 4 2 0
	5. 健康情形不良學童名冊列表造冊進行追蹤輔導。	10 8 6 4 2 0
	6. 配合醫師確診之建議接受治療比率達100%。	10 8 6 4 2 0
視力保健 實施計畫	1. 定期舉行視力檢查，並發給通知單。統計結果以了解學生視力狀況，造冊列管，聯繫家長。	10 8 6 4 2 0
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	10 8 6 4 2 0
	3. 配合醫師確診之建議接受治療比率達 100%	10 8 6 4 2 0
	4. 舉辦視力保健研習暨家長座談會。	10 8 6 4 2 0
	5. 舉辦有獎徵答。	10 8 6 4 2 0
	6. 改善校園美綠化。	10 8 6 4 2 0
	7. 力行望遠凝視運動。	10 8 6 4 2 0

	8. 改進教學環境採光設備。	10	8	6	4	2	0
口腔衛生 實施計畫	1. 定期舉行口腔檢查，並發給通知單。統計結果以了解學生口腔狀況，造冊列管，聯繫家長。	10	8	6	4	2	0
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	10	8	6	4	2	0
	3. 配合醫師確診之建議接受治療比率達 100%。	10	8	6	4	2	0
	4. 舉辦口腔衛生研習。	10	8	6	4	2	0
	5. 推動潔牙比賽。	10	8	6	4	2	0
	6. 舉辦有獎徵答。	10	8	6	4	2	0
	7. 定期使用含氟漱口水。	10	8	6	4	2	0
正確用藥 實施計畫	1. 由學生與教師共同訂定正確用藥實施計畫。	10	8	6	4	2	0
	2. 將正確要用知識融入本位課程。	10	8	6	4	2	0
	3. 與學區內外之藥局配合，共同辦理正確用藥教育課程。	10	8	6	4	2	0
	4. 學生正確用藥後測測驗合格率 90%。	10	8	6	4	2	0
	5. 公開獎勵通過正確用藥後測測驗的小朋友。	10	8	6	4	2	0
性教育防 治實施計 畫	1. 利用每兒童晨會時進行宣導。	10	8	6	4	2	0
	2. 課程中加強宣導相關常識。	10	8	6	4	2	0
	3. 佈置相關宣導文宣。	10	8	6	4	2	0
	4. 配合疫疾通報及防治工作	10	8	6	4	2	0