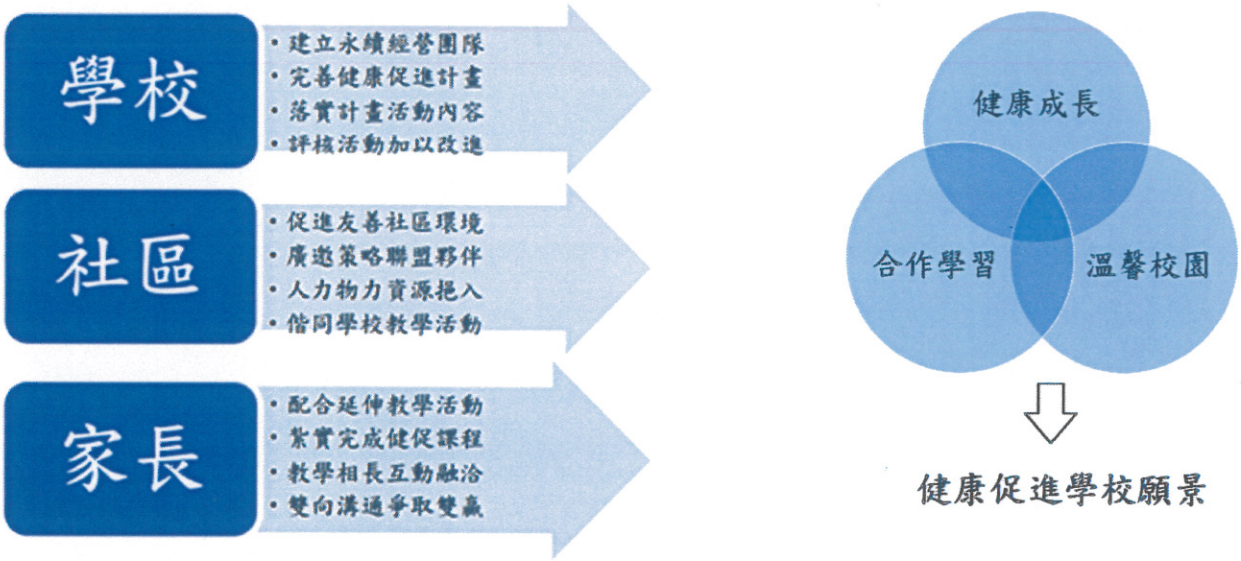
桃園市 108 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：三坑國小

健康促進學校願景：

藉由學校、社區、家長三方合作無間，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，期望學生健康、安全、快樂地成長，共同創造優質生活環境。



健康促進學校特色：

※學校過去(96 學年~迄今)耕耘之相關活動與績優事蹟：

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 學年度持續推動健康促進活動，成績斐然。
4. 98 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組甲等。
5. 98 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率 54%以上。
6. 99 學年度健康促進學校計畫審查績優學校。
7. 99 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組優等。
8. 99 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率 54%以上。
9. 100 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組特優。
10. 100 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率 54%以上。
11. 100 學年度四年級學生參賽榮獲 100 學年度國民小學健身操錦標賽優等。
12. 101 學年度一年級學生參賽榮獲 101 學年度國民小學健身操錦標賽優等。
13. 101 學年度健康促進學校計畫審查績優，經費補助增至新台幣一萬元整。
14. 101 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組優等。
15. 101 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率 54%以上。
16. 102 學年度四年級學生參賽榮獲 102 學年度國民小學健身操錦標賽甲等。

17. 102 學年度健康促進學校在地輔導團輔導訪視國小組優等。
18. 102 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率達 54%以上。
19. 103 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率 54%以上。
20. 103 學年度辦理有氧體操社團、直排輪社團，學生踴躍參與。
21. 103 學年度持續推動無菸校園(97 學年度迄今)。
22. 104 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率達 52%以上。
23. 104 學年度中小學學生游泳基本能力檢測成績通過比率達 93%以上。
24. 104 學年度健康促進學校輔導訪視績優學校。
25. 105 學年度歷經多年推動，學校在健康促進工作上多有相當成效。與過往相比，100～104 學年度在學生體適能成績以及各項健康促進項目，如視力保健、口腔衛生、正確用藥、防菸拒檳等， 已有顯著進步與成效，為校內團隊教師帶來欣慰與成就感。
26. 106 學年度秉持之前的成果持續為口腔保健及體位過輕議題努力。
27. 107 學年度參加桃園市潔牙比賽榮獲乙組第一名。
28. 107 學年度中小學學生體適能檢測成績通過比率達 60 %以上。
29. 108 學年度參加全國國小學童潔牙比賽榮獲乙組知識組第一名。
30. 108 學年度參加全國國小學童潔牙比賽榮獲乙組潔牙技巧第三名。

※108 學年度辦理健康促進學校之學校特色：

●宗旨：在健康成長、合作學習、溫馨校園的願景下，結合學校、社區、家長力量，營造身心健全的國民。

1.學校行政與教學團隊相互合作佳

①建立永續經營團隊→完成健康促進教學活動機制，使行政與教學人員更迭之際無縫接軌

②完善健康促進計畫→以「凡事豫則立，不豫則廢」精神，訂定妥善可完成之計畫

③落實計畫活動內容→逐步落實計畫內容，以有效完成健康促進教學活動

④評核活動加以改進→確實針對活動加以考核，講求有效率地完成教學目標

2.社區熱心配合學校活動推行

①促進友善社區環境→邀請學區村長成為推動小組成員之一，形成共識營造友善環境

②廣邀策略聯盟夥伴→與衛生所、高平消防隊、新生醫專配合融洽，投入更多教學單位。

③人物物力資源挹入→積極申請外埠單位的課程活動，多元教學活化課程。

④偕同學校教學活動→社區人力與學校聯洽緊密，成為學校教師推行之最大助手。

3.家長成為第二個師長，攜手完成健康促進目標

①配合延伸教學活動→製作親師溝通單以傳達學校教學活動目標，並長期在校、在家落實。

②紮實完成健促課程→課程延伸並內化至學生日常行為中，真正達到健康促進的目標。

③教學相長互動融洽→針對學生健康議題，親師生往來緊密，可收教學相長之效。

④雙向溝通爭取雙贏→溝通管道暢通無礙才能爭取雙贏，也才有達到目標的潛勢。

4.打造健康促進學校之課程及活動

①了解學生家庭背景→讓家長與學生知道校內積極推動健康體位的善意。

②認知與活動課程併進→透過課程增強學生健康體位認知內容，並化為持續性的行動。

壹、評價指標（30分）：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校衛生政策 4分	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2分)	□0 □1 ■2	
	1-1-2 學校衛生委員會（或類似委員會）設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2分)	□0 □1 ■2	
學校物質環境 4分	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。（2分）	□0 □1 ■2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及照明系統管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、照明設備檢核紀錄等)(2分)	□0 □1 ■2	
學校社會環境 6分	1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2分)	□0 □1 ■2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2分)	□0 □1 ■2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2分)	■0 □1 □2	
社區關係 4分	1-4-1 學校每學年積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。（2分）	□0 □1 ■2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。（如：健康體位、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2分)	□0 □1 ■2	
健康教學與活動	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。健康教育授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2分)	□0 ■1 □2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
4 分			
	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每 2 學年至少參加學校衛生相關研習 18 小時專業在職進修。(2 分)	□0 ■1 □2	
健康服務 8 分	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2 分)	□0 □1 ■2	
	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)建置個案管理，並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情做成紀錄。(2 分)	□0 □1 ■2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2 分)	□0 □1 ■2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達 100%。(2 分) (達 100%為 2 分、95.0~99.9 為 1 分、低於 95 為 0 分)	□0 □1 ■2	
	合計 (30 分)	26 分	

貳、成效指標 (52 分)：請檢附佐證資料

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
視力保健			
2-1-1 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= A÷B×100% (3 分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】=13 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】= 21 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= 61.9%	□3 (96%以上) □2 (91-95%) □1 (85-90%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 =A÷B×100% (3 分)	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】= 63 B【受調查人數】= 67 學生視力保健行動平均達成率= 94%	□3 (96%以上) ■2 (91-95%) □1 (85-90%)	
2-1-3 下課淨空率 = A÷B×100% (2 分)	A【每節下課有 90%以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%	■2 (91%以上) □1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-1-4 學生戶外活動120達成率 =A÷B×100% （2分）	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計2小時之學生數】=62 B【受調查人數】=67 學生戶外活動120達成率= 92.5%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
口腔衛生			
2-2-1 學生複診齲齒診治率 =A÷B×100%（3分）	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】= 9 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=13 學生複診齲齒診治率= 69.2%	□3（96%以上） □2（91-95%） □1（85-90%）	
2-2-2 推動午餐潔牙活動（1分）		■1（有） □0（無）	
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 =A÷B×100%（2分）	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過1000PPM)潔牙學生數】= 63 B【學生總人數】= 67 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率= 94%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= A÷B×100%（2分）	A【睡前潔牙學生數】= 64 B【學生總人數】= 67 學生睡前潔牙比率= 95.5%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率= A÷B×100%（1分）	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=65 B【學生總人數】=67 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=97%	■1（80%以上） □0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率 =A÷B×100%（1分）	A【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】=20 B【受調查人數】=22 學生每日至少使用一次牙線比率=90.9%	■1（80%以上） □0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= A÷B×100%（3分）	A【學生體位適中人數】= 42 B【學生總人數】= 67 學生體位適中(正常)比率= 62.7%	■3（60%以上） □2（55-59.99%） □1（54%以下）	
2-3-2 學生體位不良比率= A÷B×100%	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=25 B【學生總人數】= 67 學生體位不良比率= 37.3%		

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= A÷Bx100%（3分）	A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=62 B【學生總人數】=67 學生目標運動量平均達成率=92.5%	■3（91%以上） □2（81-90%） □1（80%以下）	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= A÷Bx100%（2分）	A【達到每天五蔬果目標之學生數】=63 B【學生總人數】= 67 學生理想蔬果量平均達成率= 94%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= A÷Bx100%（2分）	A【達到每天吃早餐目標之學生數】=62 B【學生總人數】=67 學生每天吃早餐平均達成率= 92.5%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= A÷Bx100%（2分）	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=63 B【學生總人數】= 67 學生多喝水目標平均達成率= 94%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸率= A÷Bx100%（2分）	係指過去30天內曾經使用菸品的學生人數。 A【學生吸菸人數】=0 B【學生總人數】=68 學生吸菸率=0%	■2（0%） □1（0.1~1%） □0（1%以上）	
2-4-2 學生參與菸害教育率= A÷Bx100%（2分）	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】=68 B【學生總人數】=68 學生參與菸害教育率=100%	■2（91%以上） □1（81-90%）	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= A÷Bx100%（2分）	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】=0 B【吸菸學生人數】=0 吸菸學生參與戒菸教育率=0%	■2（100%或吸菸率為0%者） □1（96~99%） □0（95%以下）	
2-4-4 學生電子煙使用率= A÷Bx100%（1分）	A【過去30日曾經使用電子煙學生數】=0 B【學生總人數】=68 學生電子煙使用率 0%	■1（0%） □0（0.1%以上）	
2-4-5 校園二手菸暴露率= A÷Bx100%（1分）	A【過去7日校園內有人在面前吸菸學生數】=0 B【學生總人數】=68 校園二手菸暴露率=0%	■1（0%） □0（0.1%以上）	

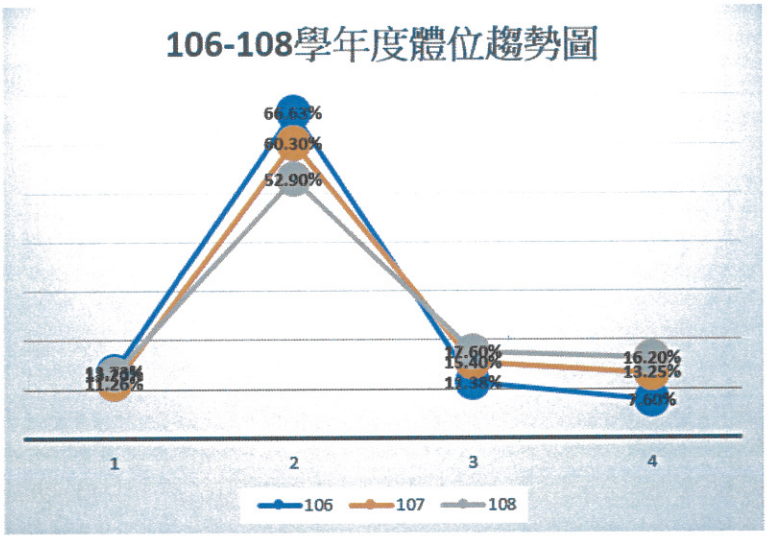
指標名稱	定義	自評分數	複核分數
檳榔防制			
2-5-1 學生嚼檳榔人數	係指過去 30 天內曾經嚼檳榔學生數=0		
2-5-2 學生嚼檳榔率 A÷B×100%（1 分）	A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=68 學生嚼檳榔率=0%	■1（0%） □0（0.1%以上）	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= A÷B×100%（1 分）	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=68 B【學生總人數】=68 學生參與檳榔教育率=100%	■1（80%以上） □0	
正確用藥教育			
2-6-1遵醫囑服藥率 = A÷B×100%（1分）	A【遵醫囑服藥人數】66人 B【受調查人數】67 遵醫囑服藥率= 98.5%	■1（91%以上） □0（90%以下）	
2-6-2不過量使用止痛藥比率 = A÷B×100%（1分）	A【不過量使用止痛藥人數】67人 B【受調查人數】67人 不過量使用止痛藥比率=100%	■1（91%以上） □0（90%以下）	
2-6-3使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = A÷B×100%（2分）	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】65 B【受調查人數】67人 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =97%	■2（91%以上） □1（81-90%） □0（80%以下）	
2-6-4學生參與正確用藥教育率比率 = A÷B×100%（2分）	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】67 B【學生總人數】67人 學生參與正確用藥教育率=100%	■2（91%以上） □1（81-90%） □0（80%以下）	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生性教育課程參與率= A÷B×100%（1 分）	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程學生數】67人 B【學生總人數】67人 學生性教育課程參與率=100%	■1（80%以上） □0	
2-7-2 宣導活動（1 分）	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	■1（1 場以上） □0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動（1 分）	推動宣導活動場次	■1（1 場以上） □0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-8-2 學生參與全民健保教育率= A÷B×100%（1 分）	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=67 B【學生總人數】=67 學生參與全民健保教育率=100%	■1（80%以上） □0	
	合計（52 分）	43 分	

※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/下載使用。

參、其他(18 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
校本特色（活動及成效）（10 分）	●落實兒童健康守則：要求學童進行健康自主管理。 兒童健康守則 「十要」 1. 每天睡足 8 小時。 2. 每天至少運動 30 分鐘。 3. 天天五蔬果。 4. 餐後睡前要潔牙。 5. 愛整潔、勤洗手。 6. 帶水壺、多喝水。 7. 用眼 30 分鐘就休息 10 分鐘。 8. 隨手關燈、關水。 9. 咳嗽掩口鼻、發燒不上學。 10. 問早、問好、說謝謝。 「十不要」 1. 不吸菸。 2. 不喝酒。 3. 不嚼檳榔。 4. 不嗑毒品。 5. 不亂吃藥。 6. 不偏食。 7. 不浪費資源。 8. 不喝含糖飲料。 9. 不做危險動作。 10. 不加入幫派。 ●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。 ●培養運動習慣：鼓勵全校師生每日利用課間活動時間進行運動。 ●CPR 急救總動員：每二年辦理教職員工生 CPR 急救教育訓練。 ●意外發生降低：透過積極宣導及防護以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四周自然環境特色，鼓勵學生下課時間多至室外活動，降低視力不良率。 ●傳染病預防工作：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、龍潭鄉區生所、鄰近消防隊、社區醫院合作，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。本校自 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，據此針對校內親師生之健康議題，有效追蹤改	9	

	善，以求有效完成健康促進目標。 ● 空氣汙染宣導活動： 1. 利用大型活動(親職教育日)向社會人事及家長宣導空氣汙染的標準及如何防治。 2. 利用跑馬燈宣導二氧化碳、空氣品質及防治工作。 3. 利用廣播系統提醒學生空氣指標達黃燈時應減少戶外活動並且帶口罩。		
推動前後成效評價 (3分)	**重點議題活動** ◇◆◇◆◇【健康體位】◇◆◇◆◇  說明： 1. 108學年度學童過重比率有增加情形，使得學校於推行上，需加強改善體位過重的學童。 2. 全校學生體位趨向體位適中區，顯示大部分學生為健康體位。 ~~~~~~106-108學年度學生體位分布表~~~~~~ 學年度 過輕 適中 過重 超重 106 13.73% 66.63% 11.38% 7.60% 107 11.26% 60.30% 15.40% 13.25% 108 13.2% 52.9% 17.6% 16.2%	3分	

	說明： 1. 經營養教育宣導與鼓勵多元活動後，108 學年度體重過輕人數減少，雖大多數學生皆趨於正常體位，但是超重比率大增需要再加強輔導。 ☆營養教育［每學年，持續中］ 1. 配合健康與體育課程，使用營養教學模組教導營養飲食概念，完成教學活動。 2. 邀請新生醫專護理系到校宣導，透過活潑生動的戲劇演出，傳達正確的健康飲食觀念。 3. 積極宣導吃早餐及每日五蔬果的重要。 4. 公佈欄張貼營養食譜與營養素，加強學童對健康飲食的認知。 5. 融入健促大型活動，達到寓教於樂的功能。 ☆體位教育［108 學年度］ 1. 針對體重超重、過重與過輕的學生，實施健康體位精進課程，透過跑步、有氧舞蹈與肌耐力訓練，加強鍛鍊體魄。 2. 每週學生朝會完鼓勵各班運動。 3. 體重非適中之學童，亦積極外加個人營養教育課程，讓學童了解營養素對身體的重要性。 ☆重視心靈［108 學年度］ 導師時間或配合健康與體育領域，將身心健康觀念融入課程教學，讓健全心理從內心發芽，促進外在身體健康，本校所有教師積極輔導學童邁向身心健全。 ☆走路上學［101～108 學年度］ 積極推展走路上下學措施，若無法配合者，亦鼓勵家長上下學時，於校門口前一個路口接送學童，除疏解交通外，更使學童達到走路健身效果。 ☆書包減重［每學年，持續中］ 1. 落實書包減重宣導教育，讓學童知道長期背負過重書包對身體骨骼的影響。 2. 確實依照教育局規定，定期辦理每學年 2 次的書包抽測。		

	☆**休閒體育**［106～108學年度］ 1. 每班配置2顆球，並鼓勵學童於課間活動或任何下課期間，實施休閒體育活動，如打球、跳繩、扯鈴、呼拉圈或慢跑等。 2. 每學年舉辦教師與學生體育競賽，達到寓教於樂效果。 ☆**體育社團**［每學年，持續中］ 成立有氧體操社、直排輪社與綜合球類社等體育性社團，加強培養學童強健體魄，除學習體育技能外，更加提升自我健康水準。 ☆**專欄宣導**［每學年，持續中］ 1. 透過學校公佈欄宣導健康體位知識，以養成良好的飲食及運動習慣。 ☆**體育競賽**［每學年，持續中］ 1. 校內競賽： 辦理親職教育暨運動會。 2. 校外競賽： 參與龍潭區躲避球競賽。 ☆**有獎徵答**［每學年，持續中］ 相關宣導活動配合有獎徵答，持續引起學童掌握健康體位的重要性並落實於日常生活中。 ☆**掌握數據**［每學年，持續中］ 1. 落實健康中心定期測量記錄學童體位資料，以檢視並掌握學童身心狀態之數據，提供學校實施相關健康促進活動之參考依據。 2. 護理師每月檢閱「學生健康訊系統」報表，確實了解每位學童身體健康數據，掌握異常學童，提早發出預防警訊。 ☆**健康護照**［每學年，持續中］ 1. 連結教育部體適能網站於本校網頁宣導網站連結中，並使學童練習登入該網站了解個人之健康資訊。 ☆**問卷調查**［每學年，持續中］ 1. 藉由問卷以充分了解學童運動的頻率及運動量是否足		

夠。

2. 藉由問卷了解學童對於學校提供之健康體位活動有否加以修改之處，以提高學童對身體健康自主的意願。

◇◆◇◆◇【口腔衛生】◇◆◇◆◇

~~~~108學年度學生餐後潔牙比率分布表~~~~

	學生人數	107學年上學期	107學年下學期
一年級	9	99.6%	99.5%
二年級	15	98.1%	98.6%
三年級	7	98.5%	98.3%
四年級	14	98.2%	99.7%
五年級	10	98.3%	99.6%
六年級	12	97.5%	99.4%

說明：

依數據顯示本校實施餐後潔牙，上、下學期執行狀況相當良好，大部分學生皆能做到，有助預防齲齒。

106～108學年度齲齒不良趨勢表

學年度	106	107	108
齲齒不良率	31.6%	14.7%	19.4%

說明：

1. 本校檢查人數68位，而13位齲齒不良，較107年些微增加4.7%。
2. 本校地處偏遠學區為鄉村農家型態，家長多務農或是勞工階層，社經地位偏低，也較為缺乏正確牙齒保健的認知，學校盡力尋找社會資源協助學生保持牙齒健康。

☆**潔牙行動**［96學年度起～迄今，持續中］

1. 每日中午播放潔牙歌，提醒學童飯後刷牙的重要性，校護不定期到各班宣導潔牙。
2. 每週二發放含氟漱口水並搭配牙線棒給全校師生使用，使用率近達100%，增進學童牙齒健康。

	3. 定期舉辦潔牙比賽，使用牙菌斑顯示劑使學生清楚瞭解牙齒需要加強部分。 ☆檢查追蹤［每學年～迄今］ 1. 每學期一、四年級健康檢查口腔齟齒情況。 2. 針對口腔檢查異常之學童，製發就診回條通知單，並積極進行後續追蹤作業。 ☆教育宣導［持續辦理中］ 1. 本校護理師利用學生週會時間對全校師生宣導口腔保健衛生教育，教導貝式刷牙法，告知學童正確的刷牙方法。 2. 護理師至各班級教導貝氏刷牙法並檢視學童飯後刷牙正確動作情況，加強學童保健牙齒基本知能。 3. 請牙醫到校輔導學生潔牙能力，並且定期檢查牙齒。 4. 訓練潔牙小天使參加比賽榮獲108學年度全國潔牙團體乙組第三名，再回歸班級教導各班小朋友。 ☆家庭宣導［每學年，持續中］ 利用家長會及親職教育日宣導，請家長協助配合並叮嚀學童確實做到飲食後與睡前能夠潔牙。 ☆問卷調查［每學年，持續中]] 1. 藉由問卷以充分了解學童潔牙知識及態度是否足夠。 2. 藉由問卷了解學童對於學校提供之口腔保健宣導有否加以修改之處，以提高學童對主動潔牙的意願。 ☆專欄宣導［每學年，持續中］ 1. 透過學校公佈欄及學生連絡簿宣導正確口腔保健態度，以養成良好的飲食及運動習慣。		

【其他議題活動】

◇◆◇◆◇【視力保健】◇◆◇◆◇

~~~~~~108 學年度學生視力情況分布情形~~~~~~

學年	106		107		108	
學期	上	下	上	下	上	下
視力不良率(%)	36.3	30.3	23.5	25	26.7	30.8

說明：

1. 108 學年度整年視力不良率與 106 學年相比為逐漸下降，學校將繼續努力維持現狀。
2. 預防重於治療，未來仍會加強視力保健宣導，期望學生不管是在校或在家都能養成良好的用眼習慣。

◇◆◇◆◇【防菸拒檳】◇◆◇◆◇

1. 本校教職員工抽菸及吃檳榔人數皆為 0，作為本校學童最佳身教展現。
2. 本校學童至 108 學年度止，吸菸率皆保持 0%。
3. 本校學童至 108 學年度止，吃檳榔人數比率為 0%。
4. 學童潔身自愛，了解抽菸與吃檳榔對身體的殘害。
5. 未來仍加強防菸拒檳教育推廣至家庭環境，建立家長正確防菸拒檳之觀念，期望不管是在校或在家，都能使學童處於全然乾淨的無菸、無檳環境。

◇◆◇◆◇【正確用藥教育】◇◆◇◆◇

1. 上學期 108.10.15(週二)，與龍華科大合作辦理「藥物濫用」宣導。
   上學期 109.01.14 (週二)辦理「正確用藥有獎徵答」。
2. 問卷調查本校學生是否遵照醫囑服藥，比率達 98.5%，顯見大部分學童皆能遵照醫囑服藥，具有正確用藥觀念。
3. 利用宣導專欄不定期更換新知增加學生正確用藥觀念。
~~~~~~

◆◇【性教育(含愛滋病防治)】◇◆

1. 性教育宣導(含愛滋病防治)，每學年度都排定於高年級宣導，至100學年度開始，配合性別平等教育宣導，向下延伸至一年級，讓學童從小開始了解自我身體及變化過程，並學習如何自我保護。
2. 每學期開學第一週辦理性別平等教育宣導，校長親自宣講，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
3. 辦理三～六年級性教育(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。

◇◆◇◆◇【傳染病防治】◇◆◇◆◇

	106學年		107學年		108學年	
	上	下	上	下	上	下
腸病毒	0	1	0	1	0	0
流感	0	0	0	0	0	0
水痘	0	0	0	0	0	0
共計	0	1	0	1	0	0

說明：

1. 持續推動傳染病防治措施，在校加強學生勤洗手衛生觀念，及宣導落實生病在家休養不到校，杜絕相關傳染危險。
2. 適逢新冠肺炎疫情影響，108下學期長期宣導勤洗手及戴口罩等習慣，當學期傳染病確診為0人。

◇◆◇◆◇【全民健保】◇◆◇◆◇

☆教育宣導

1. 利用週二下午綜合課程時間實施全民健保宣導，由本校羅郁瑩護理師宣講並舉辦有獎徵答，學童獲益良多。
2. 配合大型活動如：108.10.26運動會，四年級進場活動融入全民健保議題，加深家長、社區對此議題之認知。

特殊貢獻(5分)	1. 結合運動會，辦理「健康促進議題」之宣導，以寓教於樂的方式，使家庭受益。 2. 本校代表桃園市參加108學年度全國國小學童潔牙比賽榮獲乙組知識組第一名、乙組潔牙技巧第三名。	5分	
	合計（18分）	17	

自評總分	88	複核總分		評分表總分100分
訪視意見	（由訪視委員填寫）			

承辦人：學生事務組 長謝采玶　　主任：教導處 主任蒲有任　　校長：三坑國小 校 長莊金永

伍、活動紀錄：

<table>
<tr><td colspan="2">健康促進全校活動成果照片</td></tr>
<tr><td>  </td><td> 
</td></tr>
<tr><td>護理師講解正確刷牙及口腔衛生的養成</td><td>高年級在迎新活動中宣導如何正確洗手</td></tr>
<tr><td>  </td><td>  </td></tr>
<tr><td>護理師示範正確使用含氟漱口水</td><td>校長於兒童朝會宣導運動對身體的重要性</td></tr>
<tr><td>  </td><td>  </td></tr>
<tr><td>全國體育日-全校跑操場</td><td>定時健康檢查，關心每個學童成長</td></tr>
</table>



學生於兒童朝會宣導個人衛生保健的重要



辦理防災演練



高年級社區活動-自製洛神花果醬(除草)



健康操強健身體



高年級社區活動-自製洛神花果醬(採收)



高年級社區活動-自製洛神花果醬(包裝)



辦理各式體育社團-直排輪社



辦理各式體育社團-有氧體操



與醫院合作施打流感疫苗



施打流感疫苗-老師一同增加抵抗力



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（正確用藥宣導）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（反菸拒檳宣導）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（健康體位）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（口腔保健宣導）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（全民健保宣導）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
（視力保健宣導）



108.10.26 健康促進暨社區運動會
親子一同為健康努力



109.03.17 書包減重活動



防制藥物宣講有獎徵答活動。



開設社區有氧瑜珈班，傳遞健康知識。



健康促進-志工參訪活動



健康促進-員工戶外教育



健康促進-體驗背包客之畢業旅行



營養教育-食品添加物



營養教育-食品添加物



營養教育-天然地瓜圓



反毒宣導



反毒巡迴車到校宣導



反毒宣導-認識香草



反毒宣導-認識香草



心靈健康促進-反霸凌廣播劇演出



牙醫診所到校為學童做窩溝封填



與黃烈火基金會合作舉辦小鐵人三項活動



與黃烈火基金會合作舉辦小鐵人三項活動



導護老師宣導



每週固定進行全校性跑走活動



反菸拒檳宣導



反菸拒檳宣導



中年級參加社區戶外活動



高年級參加社區導覽活動



高年級參加社區彩繪老街牆面活動



高年級參加社區彩繪老街牆面活動



學生每日中午餐後潔牙



學生半年定期健康檢查



培養健康環境愛校服務觀念-低年級整理外掃區



培養健康環境愛校服務觀念-高年級打掃廁所



小朋友培養勤洗手觀念



小朋友培養勤洗手觀念-正確洗手

	
利用跑馬燈將健康資訊傳播至家長及社區人士	利用跑馬燈將健康資訊傳播至家長及社區人士
	
學生利用資訊課上網獲取藥物濫用新知	學生利用資訊課上網獲取藥物濫用新知
	
體能精進班日常訓練	每週固定練習愛眼操



每週固定施作護眼操



利用佈告欄公開宣導-正確用藥



學生於迎新活動公開宣導-正確洗手步驟



健康體位全校性宣講



性教育全校宣導



低年級學童參加防疫著色比賽



學生餐後潔牙



小市長團隊拍攝正確洗手宣導短片



垃圾分類



參加潔牙比賽學生練習



參加潔牙比賽學生練習



全校一同製作天然無添加地瓜圓



校長於親職教育日宣導健康飲食的重要



聘請健康促進委員到校進行健康體位研習



全校師生進行戶外教育



全校學生進行體位訓練



牙醫師到校宣導



牙醫師到校齲齒檢查

	
教師參加心肺復甦術訓練	3-6 年級心肺復甦術訓練
	
心靈健促-性別平等宣導	心靈健促-性別平等教師研習