桃園市113學年度健康促進學校計畫申請表

<table>
<tr><td>學校名稱</td><td colspan="2">桃園市新屋國民小學</td><td>所屬行政區</td><td>新屋區</td></tr>
<tr><td>補助經費</td><td colspan="4">申請類別 ：
1.■種子學校：每校編列 5,000 元
2.協力學校A：中心議題學校推薦(教育部重點議題-每議題2萬元整)
議題: □視力保健 □口腔保健 □健康體位 □菸(檳)害防制
3.協力學校B：中心議題學校推薦(每議題1萬元整)
議題: □性教育(含愛滋病防治)
□全民健保（含正確用藥）
□正向心理健康促進</td></tr>
<tr><td rowspan="2">承辦人</td><td colspan="2">職稱： 衛生組長</td><td colspan="2">聯絡電話(含分機)： 4772016*311</td></tr>
<tr><td colspan="2">姓名：彭雅彗</td><td colspan="2">E-mail：tn01h@snwes.tyc.edu.tw</td></tr>
<tr><td colspan="5">學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉）
(1)111學年度全國女壘聯賽國小女子乙組第三名
(2)109學年度健康促進學校評鑑優等
(3)108學年度健康促進學校評鑑優等
(4)107學年度全國女壘聯賽國小女子甲組第五名</td></tr>
</table>

備註:

1. 本局將進行計畫審查，並考量教育部國教署及本局補助資源提供分項補助，經費保有刪減及核定補助經費之權利。
2. 請將計畫申請表、計畫及經費概算表(核章掃描)，於113年8月26日至113年9月20日期間上傳至「桃園市健康促進學校計畫輔導訪視平台」各校專區(**網址:**https://hps.tyc.edu.tw)。
3. 計畫申請表及經費概算表(核章正本)1式2份，於113年9月20日（星期三）前寄送至「潛龍國小總務處王尚白組長收」(325桃園市龍潭區中豐路401號)，俾利彙整報署。

承辦人： 單位主管： 機關首長：

桃園市新屋國民小學辦理

113 學年度健康促進學校實施計畫

一、緣起：

自 96 年度推動健康促進學校政策開始，學校即配合成立學校衛生委員會，規劃推動健康促進學校理念之目標。除了診視本校教職員工與學童之健康狀況與需求評估之外，並運用社區醫療院所資源協助，以及結合教師、家長會與志工團隊的組織運作，透過多元互動的課程、活動與座談會等方式，達到改善之效果。希冀藉由認知觀念的改變，促成行為習慣的改善，減少吸菸、嚼檳榔與齲齒的發生率、降低各類傳染病發生率、提高齲齒與視力不良矯治率、以及達成本校多數學童具適中體位的目標，期能營造一個健康校園與健康社區。

二、依據：

（一）桃園市政府教育局 113 年 8 月 19 日桃教體字第 1130079548 號函辦理。

（二）桃園市 113 學年度健康促進學校實施計畫。

（三）本校 113 學年度校務會議決議案。

三、背景說明：

針對學生健康狀況分析、在地化特色及推動各項議題推動情形。

本校一至六年級共有 49 班，學生人數 1,278 人，教職員工約 129 人，是本鄉唯一超過 20 班以上的大型學校，也是中心學校。因此，學校辦理各項教育宣導活動時，不但具有指標效果，參與人數往往也超過 1,200 人以上，對於學區的影響頗深。

本校地處農村地區，家長職業多以農、工為主，需外出工作，舟車勞頓、生活忙碌，隔代教養家庭數多，親子相處時間稍嫌不足，故父母對於孩子生活起居的督導，常顯力不從心。但是對孩子的教育問題，卻仍十分重視。

由於學生放學後大都安置於安親班或才藝班，近距離使用眼睛的時間增加，活動量相對較少，且家中 3C 產品使用頻率高。而本校學童不良率為 45.9%，可見得本校學童視力問題格外嚴重，各年級裸視不良率相關資料如表一。

表一：裸視不良率統計表(%)

年級 學年	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	總計
112 學年度	24.8	38.2	40.8	45.9	58.9	65.6	45.9
111 學年度	19.21	26.4	35.86	47.87	50.87	63.59	40.6
110 學年度	24.39	30.68	40.1	46.72	57.8	67.1	44.37
109 學年度	30.7	45.4	44.2	55.1	62.1	78.9	52.4

108 學年度	54.8	65.9	72.5	75.5	79.7	75.2	70.3
107 學年度	58.2	72.4	74.2	77.1	70.7	81.5	72.2

另外，學區內便利商店與手搖飲料店林立，孩子購買零食與含糖飲料均非常方便，對於本校推動學生「口腔衛生」和「健康體位」等兩項健康促進議題之工作，常造成不利的影響，因此推動口腔保健工作有其迫切性。

表二：學生齲齒率統計(%)

年級 學年	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	總計
112 學年度	51.8	44.7	49.7	63.1	23.8	16.6	41.6
111 學年度	49.16	50	45.9	41.55	29.74	19.02	39.2
110 學年度	52.68	未檢查	未檢查	48.92	未檢查	未檢查	
109 學年度	58.1	42.7	44.1	53.2	40.6	25.88	39.8
108 學年度	82.0	未檢查	未檢查	86.1	未檢查	未檢查	
107 學年度	81.9	87.7	88.9	86	58.6	50.4	75.1

在健康促進學校七大議題裡，本校特別關注「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」等議題，希望從學校內部改善開始，以增進教職員工與學童之健康知覺、知識、態度、行為與健康技能，促進健康意識的提昇，進而擴展影響社區成員健康意識之萌發。

四、SWOT 分析：

（一）菸害防制

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
本校學生吸菸、嚼檳榔的比率為零。 學校致力打造無菸環境。	1. 校園外的人行道上常出現菸蒂。	1. 在校門口明顯處張貼禁菸標誌。 2. 積極宣導菸害與檳榔的害處。	1. 家庭抽菸嚼檳榔的習慣難以改變，容易影響學生。

（二）健康體位

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 推動全校性慢跑達人活動與各年級運動競賽。 2. 公告學校午餐的食譜內容，兼顧營養均衡。 3. 每年辦理營養暨衛生教育宣導。	1. 學生容易偏愛高熱量的食物。 2. 室內體育空間不足，且教室樓層較高的學生至操場運動要花較多時間下樓，影響學生參與戶外活動的意願。	1. 開辦具有體育活動性質，例如：羽球、跆拳道、舞蹈等，提高學生學習的意願。 2. 利用升旗或下課時間，廣播學生參與慢跑達人活動。 3. 利用綜合課程宣導營養教育，建立正確飲食與多運動的觀念。	1. 學校附近飲料店、炸物店居多，學生購買高熱量食物容易。 2. 家庭健康飲食與維持運動的觀念有待提升。 3. 安親班為求方便，容易提供高熱量的晚餐。

（三）口腔衛生

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 班班參與含氟漱口水、餐後潔牙的活動。 2. 中午播放潔牙歌提醒學生刷牙。	1. 學生喜歡飲用含糖飲料，影響口腔衛生。 2. 教師會用飲料獎勵學生。	1. 推廣貝氏刷牙法，加強正確潔牙方式。 2. 辦理口腔衛生藝文活動，宣導潔牙的重要性。	1. 學校附近飲料店居多，容易購買含糖飲料。

（四）視力保健

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 健康中心每學期定期為學生測量視力，並通知家長檢查結果。 2. 下課時播放望眼操的歌曲，提醒學生到戶外走走。	1. 家長重視課業，學生容易花過多時間在書桌前。 2. 教師使用單槍及電子白板頻繁，影響學生用眼時間。	1. 視力保健融入課程，提醒教師使用電子白板規則。 2. 校地寬敞，鼓勵學生多到戶外活動。	1.學生在家中使用 3C 產品機率高，近視率不容易降低。

（五）性教育（含愛滋病防治）

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 教育行政單位重視，大力推動性教育宣導，相關資源豐富。 2. 定期辦理中高年級生理衛生與性教育相關講座。 3. 護理師可協助部分衛生教育宣導。	1.學校活動多，影響教學進度與成效。	1.結合社區資源辦理相關宣導活動。	1. 隔代教育與單親家庭比率高，影響子女教養觀念。 2. 家長工作繁忙，容易忽略學生生活情況。

（六）正確用藥

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 學校有專業護理師。 2. 鄰近多家診所，就醫便利。	1.多數學生放學後至安親班，若使用空調容易出現疾病相互感染情況。	1.張貼相關海報，宣導疾病防治與正確用藥的觀念。 2.叮嚀學生就醫時，可詢問用藥方式。	1.家長工作繁忙，容易忽略學生健康情況。

（七）全民健保

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1. 每學年辦理學生健康檢查，提早發現健康問題。 2. 規劃緊急急救處理流程，妥善照顧受傷學生。	1. 學生人數眾多，樓梯或轉角處容易發生碰撞情況，導致受傷。	1. 加強安全宣導，減少受傷情況。 2. 張貼海報宣導全民健保資訊。	1.部分家長並無醫療分級的觀念，無論疾病大小均至大醫院就診。

（八）正向心理健康

S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 威脅
1.健康中心提供各項健康教學資源。 2.導師、輔導室與學務處的溝通聯繫管道暢通。	1.學生人數眾多，教師各項業務工作繁重。	1.與衛生所、部桃新屋分院策略聯盟，尋求機構支援講師及辦理健康促進活動。	1.教師面對心理健康問題，較不願主動尋求協助。

五、計畫目標：

透過健康促進計畫，將七大議題融入在校園生活中，使學生從上學開始，便能受到環境布置潛移默化影響，並在教師及行政的宣導下，使學生能養成正確的飲食習慣，進而影響家中成員，帶起整個家庭氛圍，一起朝向健康的美麗人生。

六、計畫內容與實施策略：

議題	具體工作策略（計畫內容與實施方式）	工作期程	主辦單位（人員）	協辦單位（人員）
一、學校衛生政策	組織健康促進學校工作小組	113.09	校長	學務處
	召開學校衛生委員會	113.09	學務處	各處室與教師代表
	訂定「菸害防治計畫」	113.09	衛生組	健康中心
	訂定健康促進學校「口腔保健實施計畫」	113.09	衛生組	學務處
	訂定健康促進學校「健康體位實施計畫」	113.09	衛生組	學務處
	訂定健康促進學校「視力保健實施計畫」	113.09	衛生組	學務處
	擬訂各項健康方案工作進度	113.09	學務處	教務處
	校規中明定禁止學生在校園內吸菸	113.09	學務處	全體教師
	彙整本計畫之成果報告資料	114.06	學務處	衛生組
	辦理各項運動性社團	113.09	學務處	體育組

二、健康教學與活動	辦理各學年課間活動	113.09	學務處	體育組
	於兒童朝會辦理各項衛教宣導	113.10	學務處	衛生組
	舉辦教師健康促進學校研習	114.03	教務處	學務處
	舉辦生命教育知能研習	113.11	輔導室	學務處
	校園開放社區使用及管理。	經常性	總務處	警衛室
	加強校園綠美化及生態教學環境。	經常性	總務處	衛生組
	鼓勵教師將健康議題(口腔、視力、體位、菸害防治、性教育、正確用藥及全民健保教育)納入課程與教學。	經常性	健體領域小組	教務處
	辦理健康體適能前、後測並進行分析比較。	113.09 114.06	體育組	健體任課教師
	辦理高年級 CPR 課程	114.01	學務處	教務處
三、學校健康服務	級任教師加強學生日常生活中健康行為指導與心理輔導。	經常性	全體教師	輔導室
	提供溫暖安全的口腔衛生、健康體位、視力保健諮詢服務。	經常性	衛生組	健康中心
	調查並鼓勵學生養成吃早餐、多喝水、多吃蔬果的習慣。	113.10	各級任	健康中心
	加強午餐營養教育。	113.10	衛生組	健康中心
	佈置健康飲食專欄提供健康飲食資訊。	經常性	衛生組	健康中心
	辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。	每學期初	健康中心	衛生組
四、學校物質環境	校園中張貼禁菸禁檳標誌。	經常性	自治市幹部	環保小尖兵
	充實健康教育各項教學設備。	經常性	設備組	總務處
	全校實施無菸拒檳校園。	經常性	生教組	自治鄉幹部
	各飲水設備定期維護檢修	定期	總務處	學務處
	請營養師審核午餐菜單，均衡飲食	每月一次	午餐執秘	午餐公司
	獎勵藝文競賽績優學生	不定期	學務處	衛生組
	推動生命關懷系列活動	113.11	輔導室	健康中心
	設置櫥窗提供相關衛教資訊	經常性	衛生組	健康中心
五、學校社會環境	實施學生榮譽制度	經常性	輔導室	學務處
	於學生朝會衛教宣導提供有獎徵答	經常性	學務處	衛生組
	熱心參與口腔衛生之志工頒發感謝狀	114.03	學務處	衛生組
	公開獎勵健康體適能金質、銀質、銅質得獎學生	114.06	學務處	體育組
	辦理學生健康體位推廣活動	114.04	學務處	衛生組

	於親師座談會宣導健康體位、口腔衛生、愛滋病防治的重要性	113.09	輔導室	家長會
	運用行政公布欄，宣導健康議題的正確訊息	經常性	學務處	健康中心
	開辦多元社區運動休閒社團	113.09	體育組	社區村長
	定期邀請家長至校與學生共用午餐	定期	午餐執秘	家長會
	開放學校資源設施供社區使用	經常性	總務處	警衛室

七、預定進度：

月次 / 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
1. 組成健康促進工作團隊、決定目標及健康議題												
2. 進行現況分析及需求評估、擬定學校健康促進計畫												
3. 實施各項健康促進作為、執行健康促進計畫												
4. 擬定過程成效評量工具進行過程評量												
5. 資料分析												
6. 報告撰寫												

八、人力配置：

編號	計畫職稱	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
1	計畫主持人	校　　長	綜理計畫執行相關事宜。
2	協同主持人	學務主任	研擬計畫，彙整報告撰寫，並協助行政協調。

3	協同主持人	教務主任	研究策劃各議題健康促進教學活動，並協助行政協調。
4	協同主持人	總務主任	研究策劃健康環境與硬體計畫執行，並協助行政協調。
5	協同主持人	輔導主任	研究策劃學生心理輔導，辦理生命教育，並協助行政協調。
6	研究人員	衛生組長	計畫執行與推動，並協助行政協調。
7	研究人員	體育組長	評估師生體適能，並策劃提升師生體能、促進身、心健康之活動。
8	研究人員	生教組長	協助辦理各項生活競賽與擬定學生生活公約等活動。
9	研究人員	訓育組長	推動各項社區宣導活動。
10	研究人員	各學年主任及班級導師	協助健康促進各項教學活動之推展。
11	研究人員	護理師	提供師生身體健康檢查服務及相關資訊。
12	研究人員	護理師	提供師生身體健康檢查服務及相關資訊。
13	研究人員	家長代表	協助各項活動之推展及整合社區人力，推展健康服務。
14	研究人員	志工隊長	整合學校志工,從事晨間潔牙指導
15	研究人員	新屋分院營養師	提供各項專業諮詢與服務。
16	研究人員	學生自治市市長	協助辦理學生健康促進活動，並作為班級與學校行政單位之聯繫。

九、評價方法：

（一） 落實整體學校衛生政策，凝聚推動學校健康促進的共識，了解全校師生的健康情況，養成健康人生。

（二） 菸害防制：推廣無菸家庭概念，不吸菸的學生能達到 100%(亦吸菸率為 0%)。

（三） 視力保健：藉由視力保健的活動，養成學生用眼與護眼的好習慣、視力不良學生之矯治能達 95%以上。

（四） 口腔衛生：融入生活教育，強化口腔保健的認知觀念與具體作法，俾使學生能具有正確知識與具體力行的作法可供依循。力行潔牙及含氟漱口水實施，減少垃圾食物及含糖飲料的食用，促使學童齲齒率降低，齟齒矯治率能達 95%以上。

（五） 健康體位：教導學生正確的體適能知識及運動方式，宣導規律運動的益處，並配合慢跑達人等課間活動的實施，達到全校學生每週運動 3 天，每次 30 分鐘的目標，維持健康體位的目標。

（六） 性教育（含愛滋病防治）：利用集會及綜合活動時間宣導性教育(含愛滋病防治)，並融入健康與體育課程中，促進學生自我覺察、做決定與解決問題的生活

技能。

（七） 正確用藥：知道正確用藥的重要性，依照用藥指示服用、按時服用、不隨意混搭藥物。

（八） 全民健保：教導學童認識全民健保教育的實施，是以全體國民為保障對象，全民互相幫忙的健康保險制度，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，以保障身心健康。

（九） 營養教育：加強健康飲食概念，吃出健康人生。

（十） 正向心理健康：教師心理健康正確知識率、心理健康正向態度率達85％以上。

十、預期效益：

（一）學校教職員工生能勇敢支持反菸，落實無菸校園。

（二）教導護眼技巧以完成視力保健行動研究方案，提高學生視力矯治率達95％以上。

（三）學生能養成每日至少二次刷牙的習慣，並提高齲齒的矯治率達95％以上。

（四）提高學生戶外活動的時間，養成規律運動的習慣，並達到各班適中體位的學生人數提高至65％以上。

（五）培養學生正確性教育觀念，尊重他人。

（六）學生具備傳染病防治及正確用藥的常識，並落實在日常生活中實施。

（七）學生對「全民健保教育」有初步認知並認同健康保險制度的實施。

（八）提升教師正向心理健康促進指標達85％。

十一、經費概算表(如附件一)。

承辦人：　　單位主管：　　機關首長：