新北市111學年度學校健康促進計畫書

111年8月24日經學校衛生委員會議通過

111年8月26日經校務會議通過

校名：新北市鶯歌區

壹、依據：

一、學校衛生法第十九條規定辦理。

二、學生健康檢查實施辦法第八條第一項規定辦理。

三、新北市政府教育局111年07月08日新北教體衛字第11112445251號函「新北市111學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

一、落實評估學校教職員工生之健康狀況和需求，提倡健康觀念，增加多元運動，使老師與學生能達到健康體育適能。

二、改善校園環境，水質安全檢測，使師生能用水無虞，在校8小時飲用白開水。

三、更新健康促進專欄營造健康促進環境氛圍。

四、辦理全校師生健康促進營養教育講習。

五、鼓勵師生運動，推動七年級健康操及晨間、課後自主運動;整理教師樂活空間，帶動全校師生運動風氣並融入健康體位概念。

六、成立健康體位營、針對全校體位不良的同學進行講座、分析學生資料、教導學生自我管理，以達到健康體位的目標，

七、實施傳染病宣導教育，議題融入教學，透過教學講座，使師生有正確概念。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

本校地處新北市西南邊陲地區、也同時是鶯歌區的邊陲地帶。

二、基本資料概況

1. 今年111學年度普通班級數為16班，另有1班特教班；國中部學生人數共354人，幼兒園人數46人，教職員有71人。由於多數社區居民並非鶯歌在地人、而是來自彰、雲、嘉三縣市的新移民。家長社經階層以勞動階層居多，工作型態為工時長且多是三班制或夜班制，因此對孩子生活與學習上的照料相對不足。

2. 本校 111 學年度學生單親家庭比例高達 27.1%，外配家庭的比例為 14%，家長忙於工作，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，所以如何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。
3. 由於家長以雙薪家庭居多，照顧學生責任常委由長輩或安親班負責，再加上學校附近手搖飲料店、雞排炸雞店林立，學生即使在校喝白開水，吃營養午餐，出了校門仍常吃炸物、喝甜飲、晚餐以便當果腹，造成學生飲食控制不佳，過重及超重。學校多年來積極推動改善體位的種種措施，今年亦繼續努力，期待推動之相關行動策略，能控制學生健康體位，以符合標準之 BMI 值，提供體位適中比率。
4. 本校向來採常態編班、按表操課，並且學生純樸、教師對學生不吝付出，除了課堂知識的傳授之外，對學生的生活學習更是全面關注，因此對於本學年度所要實施的健促相關議題融入課程實施，應可獲得教師的普遍認同，執行上也可預期會相當的落實。
5. 108 年底於新型冠狀病毒造成的全球性感染肺炎疫情，迫使學校停止實體課程，學生因在家使用 3C 產品上課，視力急速惡化，為減緩學生近視加重，遂將「視力保健」定為次主議題；同樣，因疫情詭譎難測，加上自然環境劇變，各類傳染病的發生擴散快速，為了加強傳染病防治的觀念，本校將「傳染病防治」訂為自選議題。

三、以 110 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

108～110 學年度視力不良%統計表（國中適用）

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	77.2	67.6	60.5	66.7	74.77	77.68
八年級	67.3	70.7	71.6	73.6	65.87	71.43
九年級	75.6	77.4	67.8	71.8	72.19	73.33
全校	72.08	72	66.75	70.9	70.88	73.97
惡化%	0.55	1.7	-2.55	3.55	2.98	2.23
新北市不良%	76.94		76.69		76.51	
全國不良%	73.63		73.63		73.61	

108～110 學年度待矯治齲齒%統計表（國中適用）

	108 上	109 上	110 上
七年級	22	14.5	5.31
新北市	25.72	21.70	19.79
全國	24.82	22.75	21.41

105～110 學年度健康體位～體位過輕%統計表（各年級適用）

	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	6.8	2.7	9.1	6.7	6.7	6.0	9.5	6.8	9.23	3.08	11.6	10.62
八年級	6.9	2.9	8.1	6.4	7.9	4.9	9.2	3.9	6.67	7.33	6.30	7.87
九年級	9.6	7.5	6.2	3.4	6.2	3.4	8.0	6.2	4.73	5.52	8.50	7.89
國中平均	7.9	4.5	7.8	4.5	7.0	4.8	9.1	5.7	6.8	5.41	8.70	8.67
新北市國中	6.64		6.79		6.41		5.98		7.18		7.24	
全國國中	**6.76**		**6.95**		6.55		6.33		7.45		7.67	

105～110 學年度健康體位～體位適中%統計表（各年級適用）

	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	61.2	65.5	57	56.1	58	55.7	55.1	55.8	53.85	63.08	51.80	54.87
八年級	65.5	68	62.2	64.6	58.8	57.3	58.6	61.8	62	58	59.10	56.69
九年級	55.3	51.3	63.3	65.3	64.4	64.9	56.8	59	62.84	57.93	57.50	53.95
國中平均	60.5	61.2	60.7	61.9	60.2	59.3	56.8	58.9	59.7	59.53	56.40	55.10
新北市國中	63.47		63.56		62.86		62.36		62.79		61.17	
全國國中	63.57		63.61		62.82		62.39		62.68		61.12	

105～110 學年度健康體位～體位過重%統計表（各年級適用）

	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	12.2	12.2	15.2	15.2	16.7	20.1	14.3	19	13.08	12.31	10.70	12.39
八年級	10.3	9.7	12.2	15	15.2	17.7	13.2	13.8	14.67	16.67	11.80	13.39
九年級	13.3	13.9	12.4	10.2	9.6	9.5	14.2	13.7	12.16	15.86	11.80	15.79
國中平均	12	12	13.3	13.4	13.9	15.7	14	15.4	13.3	15.06	11.50	14.03
新北市國中	12.80		12.80		13.04		13.31		12.74		13.17	
全國國中	12.62		12.53		12.91		12.99		12.57		12.89	

105～110 學年度健康體位～體位肥胖%統計表（各年級適用）

	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	19.7	19.6	18.8	22	25	18.1	21	18.4	23.85	21.54	25.90	22.12
八年級	17.2	19.4	17.6	17	18.2	20.1	19.1	20.4	16.67	18	22.80	22.05
九年級	21.8	27.3	18.1	21	19.9	22.3	21	21.1	20.27	20.69	22.20	22.37
國中平均	19.6	22.4	18.2		18.9	20.2	20.1	20	20.3	20	23.50	22.19
新北市國中	17.09		16.85		17.69		18.35		17.29		18.43	
全國國中	17.05		16.92		17.72		18.30		17.30		18.32	

肆、110 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	裸視視力不良率	70.88	國中 76.51%	國中 73.61%	■符合全市全國指標以下 □高於全市全國指標尚需努力

健	裸視視力不良惡化率	2.98	國中 3.52%	國中 4.26%	■符合全市全國指標以下 □高於全市全國指標尚需努力
	視力不良複檢率	90.91	國中 91.77%	國中 84.40%	□符合全市全國指標以上 ■低於全市，高於全國指標，尚需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率〈七年級〉	5.31	國中 19.79%	國中 21.41%	■符合全市全國指標以下 □高於全市全國指標尚需努力
	學生齲齒就醫矯治率〈七年級〉	100	國中 91.50%	國中 79.35%	■符合全市全國指標以上 □低於全市全國指標尚需努力
健康體位	學生體位過輕率	8.70	國中 7.24%	國中 7.67%	□符合全市全國指標以下 ■高於全市全國指標尚需努力
	學生體位適中率	56.40	國中 61.17%	國中 61.12%	□符合全市全國指標以上 ■低於全市全國指標尚需努力
	學生體位過重率	11.50	國中 13.17%	國中 12.89%	■符合全市全國指標以下 □高於全市全國指標尚需努力
	學生體位肥胖率	23.50	國中 18.43%	國中 18.32%	□符合全市全國指標以下 ■高於全市全國指標尚需努力

伍、重點議題 SWOT 分析

依據本校 110 學年度學生健康檢查統計分析:

1、 視力不良率 70.88%，優於新北市 76.51%，優於全國 73.61%的平均值。

2、 視力不良惡化率 2.98%，優於新北市 3.52%，優於全國 4.26%的平均值。

3、 齲齒分析上，七年級齲齒率為5.31%，優於新北市19.79%，優於全國21.41%的平均值。

4、 健康體位分析:

過輕8.7%，高於新北市7.24%，高於全國7.67%的平均值，尚需努力。

適中56.4%，低於新北市61.17%，低於全國61.12%的平均值，尚需努力。

過重11.5%，優於新北市13.17%，優於全國12.89%的平均值尚需努力。

肥胖23.5%，高於全市18.43%，高於全國18.32%平均值尚需努力。

4、 最後決定111學年度以「健康體位」為主議題，「視力保健」為次主議題。

主議題（健康體位）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. 全校教職員重視學生健康，可於校務會議通過本校健康促進計畫並執行。	1. 新進教師對於各項健康促進計畫，不甚了解，無法確實執行政策。 2. 教師自主意識高，對於非教學工作有自己的想法，常會選擇性的參，不會全面落實。 3. 學校活動多，健促計畫仍多只靠學務處推動。	1. 大部分家長及社區民眾願意支持學校推動健康促進議題相關政策理念。	1. 單親家庭及隔代教養家庭比率高，家長參與學校健康政策意願較低。 2. 大部份家長忙於生計，對校務較不關心。

學校物質環境	1. 校內有地板教室、跑步機、桌球室等多間室內體育教室，可供學生雨天時運動。	1. 學校雖有風雨操場，但遮蔽率不佳，雨勢較大時場地仍會濕滑，不利運動。	1. 社區里長及社區民眾願意提供學校推動健康運動空間。	1. 社區蓋捷運，戶 外活動空氣品質不佳，影響學生戶外運動的機會。 2. 學校位處大卡車通行之處，且路邊並沒有人行道，學生走路上下學常有安全疑慮，不是可以放鬆散步的地方。 3. 學校附近正在蓋捷運，空氣品質不佳，無公園提供適當運動空間。
學校社會環境	1. 課後有籃球、技擊社團，增加學生戶外活動時間。 2. 許多教師會在放學後到球場打球跑步，間接帶動學生運動風氣。	1. 學校人數少，課後開設運動社團相對少，無法滿足學生活動量。	1. 家長願意積極配合學校健康運動獎勵辦法，鼓勵子女達成。	1. 本校新住民比率高，新住民家長語言不通，且忙於工作，對子女輔導關心尚需加強。 2. 弱勢家庭因工作忙碌，不易養成健康飲食習

				慣。
健康生活技能教學及活動	1. 健體教師主動參與健促相關研習，秉持專業精神，課程正常化，無借課情況，教學品質提升。	1. 健康教育教師流動率高，對於學校的健康促進教學活動無法持續教學與推動，整體教學成效不易掌握。	1. 家長支持學校教學活動 2. 家長願意參加學校舉辦健康運動與飲食課程，協助落實在家推動。 3.地處偏遠地區學校，民間社團配合支援運動社團講師經費，邀請專業講師蒞校指導。	1. 新住民家庭比率逐增，衛教觀念及健康習慣知能有待提升。 2.學生家長運動休閒教育、健康飲時觀念待提升。
社區關係	1.學校各處室主任與社區發展協會及里辦公室關係良好，以利健促相關議題推動。	1. 本校新住民比率高，新住民家長語言不通，且忙於工作，參與學校健康體位講座活動意願低，無法從家庭方根本改善學生體位。 2. 教師親職教育知能不足，親師關係提升尚待	1. 家長支持學校推動健康促進議題相關活動。 2. 社區人士樂意協助學校健康促進業務推動。 3. 與國小家長會和志工保持良好互動關係，才能融入社區	1. 家長多為上班族，擔任志工意願不高，健康促進相關活動，亦欠缺人力、物力支援。 2. 放學後學生前往補習，因配合家長期望，僅要求課業而較不注重學生健康飲食。

		加強。	文化。 4. 家長會積極參與協助學校健康促進活動。	
健康服務	1. 護理師可定期統計分析檢查結果，以了解學生體位狀況，作為改進依據。 2. 體位不良學生有建立檔案管理及轉介達成 100%。	1. 護理師僅 1 位人力，遇差假時，難以找到具專業背景之代理人，服務品質不易維持。	1. 鶯歌衛生所、醫療院所，能夠提供醫療服務與諮詢。	1. 部分家長未能重 視健康體位問題、無法配合學生持續追蹤改善不良體位情形。

次主議題（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. 召開學校衛生委員會，可定期召開會議，推動相關活動，有效推動落實健促議題。	1. 學校衛生政策之宣導並無強制力，較難全面改變親師生健康促進的行為及認知。 2. 部分教師因社會環境氣氛，觀念著重課業成績，對	1. 家長代表對於學校推展之健康促進政策，持正面肯定與支持的態度。 2. 教育部及衛生署致力於健康促進學校的建立，有助於學校	1. 學校政策如何落實在家庭與社區層面，成為需克服的困境。 2. 部分家長忙於工作，無暇管教子女，因此對學校推動的

		學校視力保健政策無法全面配合。	衛生工作的推展。	衛生保健相關政策不甚了解，或雖了解也無力配合。
學校物質環境	1. 期初檢測教室內燈光照度，老舊燈管設備更新，增加明亮度，避免昏暗燈光影響視力。 2.校地面積充足，適合學生進行各種體育活動。	1. 教學過程中為了吸引學生興趣，使用電子媒材頻率增加，未能遵守3010之原則。 2. 部分位於高樓層之班級，教師與學生下樓活動意願低，降低戶外活動時間，增加視力不良風險。	1. 學校鄰近公園且位處都會區，交通網絡便捷，資訊取得便捷。 2. 開放校園運動場，供學生及家長課後和假日到校活動。	1. 學校位於住商混合區域，商店、娛樂場所眾多，電子相關商品琳瑯滿目，學生使用3C產品頻率增加。 2. 部分家學生家中照明不足，影響視力導致惡化。
學校社會環境	1.各處室教職員工保持合作互助，有助於健康促進推動效果。	1. 老師有時利用下課時間進行學童課業補救，無法中斷用眼時間。	1. 部分家長具備正確健康意識或觀念，直接或間接影響其子女。	1.校區雙薪家庭眾多，放學後大多前往安親班就讀，持續用眼或是待在室內進行活動的比率高。 2.因爆發新狀冠病毒，三

				級警戒之下，學生長時間近距離用眼過度日益嚴重。
健康生活技能教學及活動	1.老師們課後作業會有動態作業：例如 做家事，有利於3010中斷用眼持續落實。	1. 學生保健知識不足，缺乏自律，如坐姿不良，影響視力。 2. 新興教育議題眾多，在融入教學時容易產生時間與空間的排擠現象。 3. 學生沉迷3C產品時間過高，對於健康促進活動反應不積極，尚需持續勉勵。	1. 部分家長能願意配合學校教學所融入家庭生活的經驗，持續增加健康的生活技能。	1. 隔代教養，祖父母及外籍配偶對於健促知識缺乏，無法延續在學校所學的教學活動。 2. 多數家長提供學生使用電子產品進行娛樂與延伸學習，增加長時間近距離用眼時間。
社區關係	1. 結合聯絡簿、健康小叮嚀， 親師訊息傳達效果佳。 2. 結合家長日辦理健康促進講座與活動，邀請家長參與，家師生溝通管	1. 社區人士對於參加健促議題意願不高，影響視力保健宣達成效。 2. 健康議題無關升學，且雙薪家庭以營生為重，親師座談	1. 學區內各項醫療資源積極協助學校推展衛生保健工作。	1. 週遭安親班及補習班林立，學生放學後即到安親班，無多餘時間進行體能運動和視力保健的實際行為。 2. 疫情年，經

	道通暢，氛圍佳。 3. 利用學校網頁、公佈欄、 跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息，可吸引家長與社區民眾關注。	會出席意願低，對健康議題並不重視。		濟景氣低靡，社區失業人員增加，影響志工參與意願。
健康服務	1. 每學期視力檢查，完成率 100% ，建立學生完整健康資料，發給家長通知書，定期進行視力追蹤達成 2.86%，預防視力惡化。	1. 視力不良學生落實遵醫囑矯治率僅 30%，比例偏低。 2. 學生近視比率日益增加，學生人數眾多，導師及護理師工作負擔日益加重。	1. 家長重視子女健康，接獲視力不良通知可立即前往眼科完成複診矯治。	1. 部分家長只應付學校須交回條未依醫師指示持續點藥並追蹤。 2. 隔代教養及單親家庭比例日益增多，對於學生的健康檢查結果無法配合矯治，造成少數學生矯治的配合度低。

陸、健康促進學校議題：

一、主議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

國中：主議題：健康體位　　次主議題：視力保健

■健康體位(含營養教育) □性教育（含愛滋病防治）□ 菸檳防制

□正向心理健康促進　■視力保健　□口腔保健

二、自選議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

國中：□全民健保(含正確用藥) □藥物濫用防制

□安全急救教育　■傳染病防治

柒之一、實施策略及內容：

111學年度擇定之主議題～（健康體位）寫策略

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. 制定健康促進學校實施計畫，規劃校本總體健康體位推動方針(含幼兒園)。 2. 組織健康促進學校委員會，研擬執行方式(含幼兒園) 3. 鼓勵在校師生零含糖飲料。 4. 規劃SH150教學活動，如平日慢跑、建走、跳繩等，協助學生養成運動習慣。 5. 訂定合作社零含糖、零甜食販售辦法。 6. 在校喝足白開水政策(含幼兒園)。	健康體位	學校衛生委員會	學務處 輔導處 總務處 幼兒園 各班導師	全學年

	7. 制定在校午餐將菜吃光光政策。 8. 協調整合各處室的心理健促資源。 9. 幼兒園兒童每天 40 分鐘大肌肉運動。				
學校物質環境	1. 為提供學生衛生營養之午餐，每日進行檢體採樣工作，並至廠商進行監廚。 2. 每日落實營養午餐自主管理檢核、每週定期稽核校園福利社是否販賣違規食品。 3. 飲水設備充足、定期檢測維護(含幼兒園) 4. 開放體位測量器材供學生自我監控記錄使用。 5. 營養午餐供餐合約制定少油、少糖、少鹽飲食。 6. 使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量。 7. 設計健康飲食，避免油炸、過油、勾芡、甜飲餐食。 8. 提供師生促進心理健康、安全的環境與設施(含幼兒園)。 9. 設置幼兒遊戲區，讓幼兒能充分活動。	健康體位	學務處 總務處	各年級導師群	全學年

學校社會環境	1. 規劃符合師生興趣且有益身心的多元運動社團課程與活動，並提供給弱勢學生免費參與。 2. 利用各種管道，宣導教師勿以含糖飲料當學生獎勵，並逐步減少讓學生帶零食方式辦理的慶生、同樂會等。 3. 訂定獎勵辦法，鼓勵學生與班級落實，並以健促議題之生活用品作為獎勵。 4. 透過公開集會表揚體位適中或改善者，並邀請學生分享改善心得與策略。 5. 建置早餐補助名單，協助關懷有需求的學生(含幼兒園)。 6. 辦理體育競賽，鼓勵學生踴躍參加(幼兒園也有相關活動)。 7. 建置「談心」信箱，提供心理健康促進相關服務。	健康體位	學務處 幼兒園	各年級導師群	全學年
健康生活技能教學及活動	1. 規劃以生活技能取向的健康議題教學，如健康體位主題融入各領域教學活動。 2. 學校運用多元化、具	健康體位	學務處 總務處 輔導處 幼兒園	健康中心 各年級導師	全學年

	創意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。 3. 學會計算個人身體質量指數，了解垃圾食物對身體的危害並學會拒絕垃圾食物。 4. 幼教老師健康飲食指導。 5. 培育學生健康生活技能，養成自主健康管理習慣。 6. 辦理「情緒管理」講座，推動心理健康。				
社區關係	1. 結合校慶社區運動會，宣導健康體位計畫，增強師生、家長及社區互動、認同、支持與合作。(含幼兒園)。 2. 辦理家長親職講座，邀請醫師、營養師及運動家，親身說明維護健康體位之身體保健、營養飲食、健身運動等方法。 3. 利用學校公佈欄、學校網站及跑馬燈，宣導健康體位資訊。 4. 配合健康體位85210政策推行活動，結合社區醫療資源。	健康體位	輔導處 總務處 學務處	各年級導師群	

	5. 結合聯絡本、健康小叮嚀等多元方式，提醒家長注意學生的飲食及運動狀況 6. 開放校園鼓勵社區民眾運動。 7. 配合家長日，建立導師與家長溝通的橋樑，了解學生心理狀況(含幼兒園)。 8. 提供多喝水、均衡飲食等相關海報文宣，請校園周遭補習班協助張貼，提醒學生注意自己的飲食。				
健康服務	1. 定期辦理學生健康檢查與及教師健康檢查。 2. 連繫相關醫院進行七年級新生健檢(幼兒園中大班亦進行健檢)。 3. 建立完整的教職員工及學生的健康記錄並能提供健康諮詢與叮嚀服務。 4. 結合身高體重測量，鼓勵學生關注健康體位BMI值，並通知家長，了解學生生長發育情況。 5. 針對過重過輕學生加強85210計畫，並通	健康體位	健康中心	各學年導師群	全學年

	知家長共同配合督促。 6. 落實危個案管理及醫療轉介。				

柒之二、實施策略及內容：

111 學年度擇定之次主議題～（視力保健）寫策略

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. 健康宣導教育部視力保健重要政策(含幼兒園)。 ＊戶外活動防近視每天戶外活動 120（含體育課程）（累積戶外活動 120 分鐘） ▲定期就醫來防盲 ▲3010 眼安康，遵守用眼 3010 原則（中斷近距離用眼） ▲宣導兒少近視病，近視是疾病觀念宣導落實 ▲宣導遠視度數儲備，預防近視觀念 ▲規範手機及 3C 產品使用的管理辦法 2. 鼓勵走路上下學。 3. 推動晨間戶外活動。 4. 結合 SH150，鼓勵戶外活動。 5. 幼兒園上下午各戶外活動 30 分鐘（含出汗	視力保健	學務處 健康中心 幼兒園	各學年導師群	全學年

	性大肌肉活動 30 分鐘)。				
學校物質環境	1.校園綠美化、營造適合戶外活動的環境。 2.每學期照度檢測一次 ▲不以白板教學代替黑板 ▲桌面需檢測 9 點、各點加乘平均>500LUX ▲粉板（黑板）需檢測 7 點、各點加乘平均>750LUX ▲第一排課桌前沿離粉板(或銀幕)2 公尺、左右窗邊 1 公尺不安排座位 3.定期更換座位。 4.使用不反光桌墊。	視力保健	總務處 幼兒園	健康中心	全學年
學校社會環境	1.弱勢、就醫困難、配鏡困難學生協助與關懷。 2.視力保健情境佈置，營造「視力保健」學習氛圍的環境佈置。 3.推動校園內日常之多元化戶外活動之支持性的環境，包括動態社團、競賽活動。	視力保健	學務處 幼兒園	健康中心	全學年
健康生活技能教學及活動	1.課後作業要有動態活動。 2.多媒體教學不可全面關燈、學生要坐在明亮處。	視力保健	教務處 幼兒園	各學年導師群	全學年

	3. 指導學生正確坐姿、閱讀、書寫及握筆姿勢。 4. 書包不要置放椅子上。 5. 眼睛離桌面要 >35 公分。 6. 幼兒園不執筆寫字。				
社區關係	1. 結合聯絡簿、健康小叮嚀，提供視力保健訊息。 2. 結合家長日、親師懇談日、社區運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與提升視力保健知能。 3. 開放校園鼓勵社區民眾運動。	視力保健	學務處 總務處 幼兒園	各學年 導師群	全學年
健康服務	1. 每學期視力檢查一次。 2. 視力異常學生列冊、提供轉介通知、落實轉診矯治(含幼兒園)。 3. 視力不良學生落實遵醫囑矯治。 4. 高度近視、高關懷學生個案管理、追蹤輔導。 5. 連續追總輔導記錄、管理(含幼兒園)。 6. 藥品點完要回診。 7. 指導正確點藥、點藥	視力保健	學務處 健康中心	各學年 導師群	全學年

	有不適、請回診。 8. 初發生視力不良學生優先掌握，改變用眼習慣，期待儘早回復至正常視力。 9. 教職員工生視力保健諮詢、關懷、輔導。				

柒之三、實施策略及內容：

111 學年度擇定之自選議題～（傳染病防治）寫策略

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. 定期召開學校的學校衛生委員會，組成健康促進工作團隊運作（含幼兒園）。 2. 利用重要集合宣導「傳染病防治」的相關訊息。 3. 定期發行學校刊物『鳳鳴友善校園雙週報，讓學生認識各項傳染病，並知道如何預防。 4. 根據常發生的傳染疾病，確認宣導傳染病之議題，以利預防策略之擬定。 5. 利用全校性朝會時間進行季節流行性傳染病宣導及預防。 6. 於校務會議宣導防疫SOP，並於各月導師會	傳染病防治	學務處 幼兒園	各學年導師群	全學年

	報告知教師滾動修正的防疫政策。 7. 幼兒園持續宣導學生正確洗手觀念，與正確洗手技巧。 8. 辦理八年級『傳染病宣導』宣導。				
學校物質環境	1. 為提供學生衛生營養之午餐，每日進行檢體採樣工作，並至廠商進行監廚。每班發放肥皂及洗手台掛帶，養成學生洗手習慣。 2. 每日落實營養午餐自主管理檢核、每週定期稽核校園福利社是否販賣違規食品。 3. 定期進行校園消毒，維護校園衛生，以杜絕病媒(含幼兒園)。 4. 定期巡檢校園各角落是否有積水產生，以防治登革熱病媒蚊。 5. 飲水設備充足、定期檢測維護。 6. 提供防蚊液給學生使用(含幼兒園) 7. 每天(視疫情調整)一次漂白水環境消毒作業(含幼兒園)。 8. 定期檢視防疫物資，隨時增補，確保全校	傳染病防治	學務處 總務處 幼兒園	各學年導師群	全學年

	師生足夠使用。 9. 提醒學生務必讓教室通風、並保持彼此安全距離，保護自己，也保護他人。				
學校社會環境	1. 張貼「傳染病防治」公告(含幼兒園)。 2. 提供弱勢學生就醫及轉診協助，維護學生健康體魄。 3. 舉辦班級體育對抗賽與運動會，增強學生免疫力。 4. 落實飯前洗手預防傳染病(含幼兒園)。 5. 制定班級公約，提升學生自主健康管理。	傳染病防治	學務處 幼兒園	各學年導師群	全學年
健康生活技能教學及活動	1. 融入傳染病議題於各年級健體領域課程中。 2. 教導與鼓勵學生勤洗手及正確洗手方式，避免病媒上身。 3. 指導學生經營健康衛生的班級環境。 4. 宣導教室需保持通風，預防傳染病流行。 5. 每學期關心學生體適能狀況並培養學生運動知能及促進運動習慣，藉由運動增加學生的免疫力。	傳染病防治	學務處 教務處 幼兒園	各學年導師群	全學年

	6. 將各項健促議題新知，於每週友善周報及每月導師會報中宣導，由班級導師於早自習或班會中強化各議題，融入學生作息中。 7. 幼教老師指導(健康、口腔、視力、二手菸、新冠肺炎及腸病毒防治……)。				
社區關係	1. 提供學校的空間供衛生所進行社區民眾健檢。 2. 提供各類傳染病的衛教資訊給家長(含幼兒園)。 3. 落實家長會功能，協助學校推動健康促進活動。 4. 請導師利用聯絡簿向家長說明活動目的及意義衛教。 5. 提供健康促進相關宣導放置學校網頁及校門口跑馬燈，供全校師生及社區民眾參考(含幼兒園)。 6. 鄰里定期實施消毒工作。 7. 學生家長教導師生製作有機清潔劑、防蚊液。	傳染病防治	學務處 總務處	健康中心 各學年導師群	全學年

	8. 提供傳染病防治相關文宣給學校周遭補習班，協助宣導相關知識。 9. 與補習班密切聯絡，確實掌握染疫訊息。				
健康服務	1. 連繫相關醫院進行七年級新生健檢(含幼兒園)。 2. 疫情通報(鶯歌衛生所)。 3. 隨時監測疫情，提供即時訊息加以防治。 4. 針對傳染性疾病學生定期追蹤其病況。 5. 相關醫院入校施打新冠疫苗及流感疫苗。	傳染病防治	健康中心	各學年導師群	全學年

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	林世慶	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	林小原	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	陳建宏	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	陳初芳	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	衛生組長	楊淑貞	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	呂經緯	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	洪慧貞	1、膳食營養規劃與監督 2、健康飲食教育規劃與執行
輔導組委員	輔導主任	王心怡	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	專業背景人員	未設置	1、健康促進議題輔導 2、協助診療與諮詢。 3、健康促進議題健康教學講座宣導。
	護理師	馬湘珉	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	張詠渝	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	7-林佑信 8-林柏聰 9-王柏松	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。
	幼兒園主任	邱暐婷	綜理幼兒園健康促進之措施。(包括健康教育、健康管理與照護)
社區組	志工代表	林小原	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表自治市長	陳沁謙	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)

	月份 年度	111 年					112 年						
編號	工作項目	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
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〉

數據應與110學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析之數據一致。

<table>
<tr><th colspan="3">必　　選　　議　　題</th></tr>
<tr><th>推動議題</th><th>成效指標說明（成效指標計算公式如附件一）
請寫上110學年度數據</th><th>學校自我預期成效評估
＊111學年度達成率以修正
1%為預期目標</th></tr>
<tr><td>視力保健</td><td>1. 學生裸視篩檢視力不良率。
國中：110-1　70.88%
110-2　73.97%
2. 裸視篩檢視力不良惡化率。
國中：110-1　2.98%
110-2　2.23%
3. 視力不良學生複檢率。
國中：110-1　90.91%
110-2　85.31
4. 定期就醫追蹤率。
國中：50.00%
▲下列請填問卷執行後測成效
5.規律用眼3010達成率：30.83%
6.天天戶外活動120達成率:32.50%
7.下課教室淨空率:45.00%
8.3C小於2小時達成率：22.50%
9.高度近視個案管理率。
<table><tr><th>年級/人數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合計</th></tr><tr><td>110-1</td><td>20</td><td>17</td><td>14</td><td>51</td></tr><tr><td>110-2</td><td>21</td><td>18</td><td>6</td><td>45</td></tr></table>國中：共 51 人/列管 51 人/列管 100%</td><td>1、國中：69.88%
2、國中：1.23%
3、國中：91.91%
4、國中:51.00%
5、國中：31.83%
6、國中：33.50%
7、國中：46.00%
8、國中：23.50%
9、
國中：應列管37人/
實際列管37人/
列管100%</td></tr>
</table>

<table>
<tr>
<td></td>
<td>10. 高危險群體個案管理率。
<table>
<tr><td>年級/人數</td><td>七</td><td>八</td><td>九</td><td>合計</td></tr>
<tr><td>110-1</td><td>47</td><td>41</td><td>51</td><td>139</td></tr>
<tr><td>110-2</td><td>53</td><td>47</td><td>36</td><td>136</td></tr>
</table>
國中：應列管 139/實際列管 139/列管 100%
11. 未就醫追蹤關懷達成率。
<table>
<tr><td>年級/人數</td><td>七</td><td>八</td><td>九</td><td>合計</td></tr>
<tr><td>110-1</td><td>0</td><td>9</td><td>15</td><td>24</td></tr>
<tr><td>110-2</td><td>2</td><td>3</td><td>37</td><td>42</td></tr>
</table>
國中：未就醫 9 人/追蹤達成 9 人/100 %
12. 高度近視高危險群衛生教育宣導達成率:100%</td>
<td>10、
國中：應列管 88 人/實際列管 88/列管 100%
11、
國中：未就醫 9 人/追蹤達成 9 人/100%

12、國中：100%</td>
</tr>
<tr>
<td>口腔保健</td>
<td>1. 學生未治療齲齒率。
國中：5.45%
2. 學生齲齒複檢診治率。
國中：100%
4. 學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙率%：40.00%
5. 學生睡前潔牙率%：97.50%
6. 高年級以上每日至少使用一次牙線潔牙率%:72.50%
7. 在校不吃零食率%：17.50%
8. 在校不喝含糖飲料率%:30.00%
10. 學生早餐後潔牙率%:無數據顯示
11. 學生午餐餐後潔牙率%:65.39%
12. 學生使用貝氏刷牙法比率%:無數據顯示
13. 高齲齒個案管理% 高齲齒：3 顆列管。
個案管理：
<table>
<tr><td>年級/人數</td><td>七</td><td>八</td><td>九</td><td>合計</td></tr>
</table>
</td>
<td>1、國中：4.45%

2、國中：100%

4、國中：41.00%
5、國中：98.50%
6、國中：73.50%
7、國中：18.50%
8、國中：31.00%
10、國中：10.00%
11、國中：66.39%
12、國中：50.00%
13、國中：
6 人/6 人=100 %</td>
</tr>
</table>

	110-1 | 0 | 6 | 11 | 17 110-2 | | | | 國中：17 人/17 人=100%	
健康體位	1. 體位過輕率。 國中：110-1 8.70% 110-2 8.67% 2. 體位適中率。 國中：110-1 56.40% 110-2 55.10% 3. 體位過重率。 國中：110-1 11.50% 110-2 14.03% 4. 體位肥胖率。 國中：110-1 23.50% 110-2 22.19% 5. 每天吃早餐達成率%：無數據顯示 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%：69.05% （2）學生每天午餐理想蔬菜量（1 拳半）達成率%：71.43% （3）每天 3C 產品使用時間少於 2 小時平均達成率 %：22.50% （4）學生每天累積 60 分鐘身體活動量達成率%（420 分/週）國中：57.14% （5）學生喝足白開水目標平均達成率%：85.71% （6）在校零含糖飲料% ：30.00% (7)體位不良個案管理% 年級/人數 | 七 | 八 | 九 | 合計 110-1 | 53 | 52 | 69 | 174	1、國中：7.70% 2、國中：57.40% 3、國中：10.50% 4、國中：22.50% 5、國中：80.00% 6-1、國中：70.05% 6-2、國中：72.43% 6-3、國中：23.50 6-4、國中：58.14% 6-5、國中：86.71% 6-6、國中：31.00% 6-7、 國中： 105 人/105 人=100%

<table>
<tr><td></td><td><table><tr><td>110-2</td><td>52</td><td>54</td><td>71</td><td>177</td></tr></table>國中：174 人/174 人= 100%</td><td></td></tr>
<tr><td>菸檳防制</td><td>1. 學生紙菸吸菸率%(及吸菸學生人數):3 人、0.8%
2. 學生使用電子煙人數及使用率%:3 人、00.8%
3. 辦理菸害教育宣導至少一場次:100.00%
4. 校園二手菸曝露率%:0%
5. 吸菸學生參與戒菸教育率%:93.00%
6. 菸檳入班衛教種子師資培訓人數:1 人
7. 學生嚼食檳榔率%(及嚼食檳榔學生人數):0%
8. 辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次:1 場次
9. 嚼檳學生參與戒檳教育率%:87.50%</td><td>1、國中：0% / 0 人
2、國中：0 人 / 0%
3、國中：100%
4、國中：0%
5、國中：94.00%
6、國中：1 人
7、國中：0%
8、國中：1 場
9、國中：88.50%</td></tr>
<tr><td>全民健保(含正確用藥)</td><td>1. 對全民健保有正確認知比率:47.14%
2. 珍惜全民健保行為比率:44.44%
3. 正確使用分級醫療:無數據顯示
4. 避免重複就醫: 無數據顯示
5. 避免過度取藥: 無數據顯示
6. 向家人朋友說明全民健保的優點:無數據顯示
7. 正確使用急診醫療:無數據顯示
8. 提醒家人朋友珍惜健保行為:無數據顯示
9. 遵醫囑服藥率；96.05%
10. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%:94.36%
11. 不過量使用止痛藥比率:100%
12. 特殊疾病個案管理比率。
應管理人數：172 實際管理人數：172
管理 100%
<table><tr><td>年級/人數</td><td>七</td><td>八</td><td>九</td><td>合計</td></tr><tr><td>110-1</td><td>44</td><td>48</td><td>80</td><td>172</td></tr></table></td><td>1、國中：48.14%
2、國中：45.44%
3、國中：70.00%
4、國中：72.00%
5、國中： 80.00%
6、國中：70.00%
7、國中：70.00%
8、國中：75.00%
9、國中：97.05%
10、國中：95.36%
11、國中：100%
12、國中：
應管理人數：92
實際管理人數：92
管理 100%</td></tr>
</table>

	110-2	44	48	80	172	
性教育（含愛滋病防治）	1. 性知識正確率%:87.38% 2. 性態度正向率%:88.29% 3. 接納愛滋感染者比率%:74.29% 4. 危險知覺比率%:72.14% 5. 拒絕性行為效能比率%:83.02%					1、國中：88.38% 2、國中：89.29% 3、國中：75.29% 4、國中：73.14% 5、國中：84.02%
藥物濫用防制	1. 辦理藥物濫用防制宣導至少1場次:1場次					1、國中：1場
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:95.24% 2. 教職員參加CPR+AED教育訓練課程比率:100% 3. 成立急救（衛生）隊培訓學生人數:0人 4. 辦理學校職業安全工作宣導場次:1場次 5. 學校通過AED安心場所認證。 認證日期：108年8月10日 有效日期：111年8月10日					1、國中：96.24% 2、國中：100% 3、國中：3人 4、國中：1場次 5、有效日期：111年8月10日 (111年儘速申請認證)
正向心理健康促進	1. 辦理正向心理健康促進宣導場次:1場次 2. 辦理自殺防治宣導場次:1場次 3. 辦理性別平等宣導場次:1場次 4. 辦理防制霸凌宣導場次:1場次 5. 辦理EQ情緒教育宣導場次:1場次 6. 心理健康知識率%:91.67% 7. 心理健康正向態度率%:83.33% 8. 心理健康自我效能率%:74.76% 9.健康生活品質指標平均%:75.60% 10. 正向心理健康指標平均%:85.71%					1、國中：1場次 2、國中：1場次 3、國中：1場次 4、國中：1場次 5、國中：1場次 6. 國中：92.67% 7. 國中：84.33% 8. 國中：75.76% 9. 國中：76.60% 10. 國中：86.71%
傳染病防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少1場次: 2. 每週執行漂白水環境消毒一次%:100%					1、國中：1場次 2、國中：100%

拾壹、經費概算表：

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
鐘點講師費(外聘)	節	1000	2	2000	1、健康體位講師費 2、傳染病防治講師費
印刷費	式	1000	1	1000	問卷、學習單
獎品	式	1200	1	1200	
衛教宣導之消耗性器材	式	1500	1	1500	照度計、清潔用品、衛教海報等
雜支	式	300	1	300	
合計	6000				

健康促進課程表		
日期	時間	課程內容
111/9/16	第五節課	營養講座--吃出金頭腦
111/12/09	第五節課	傳染病防治

承辦人：教師兼衛生組長楊淑貞

護理師：護理師馬湘珉　　單位主管：教師兼學務主任陳建宏　　主計：會計室主任陳嘉仪　　校長：校長林世慶