

桃園市 106 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	中正國民小學	所屬鄉鎮市	中壢區
學校地址	320 桃園市中壢區榮民路 329 號		
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（含全民健保）教育。		
補助經費	申請類別：（僅擇一選擇） <input checked="" type="checkbox"/> 種子學校：編列 5,000 元 <input type="checkbox"/> 協力學校：編列 10,000 元（ <input type="checkbox"/> 由各中心學校邀請 <input type="checkbox"/> 主動參與） （議題： <input type="checkbox"/> 視力 <input type="checkbox"/> 口腔 <input type="checkbox"/> 體位 <input type="checkbox"/> 菸檳 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥）		
	※額外加選項目：（可複選） <input type="checkbox"/> 行動研究：可增列 5,000 元（ <input type="checkbox"/> 待輔導學校 <input type="checkbox"/> 自主參加學校） 1. 待輔導學校(105 學年度學生健康數據不佳者)：應檢附改善計畫 2. 自主參加學校：請檢附行動研究策略與成效摘要表 3. 將成果上傳至「健康促進學校行動研究專區」 (http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/) <input type="checkbox"/> 「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元 1. 檢附課程安排及活動歷程等 2. 將成果報送教育部國教署教學模組競賽		
承辦人	姓名：陳玉燕	E-mail： swallow@m2.ccps.tyc.edu.tw	
	聯絡電話：4559313#312	傳真：435-1054	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） 1. 公廁評比績優 2. 參加綠色學校 3. 環保署廢電池回收計畫績優學校 4. 視力保健優等 5. 辦理 99 學年度健康促進學校績效優等 6. 辦理 100 學年度健康促進學校績效甲等			
辦理健康促進學校之潛能（請列舉） 1. 學校與社區互動良好 2. 學校志工群眾多 3. 教職員工服務熱忱 4. 學校相關體育社團績效良好			

※本局將進行計畫審查及分級補助（如：計畫優劣、策略運用、成效評價等），並考量教育部國教署補助經費，保有刪減及核定貴校補助經費之權利。

承辦人：

單位主管：

機關首長：

桃園市中正國民小學辦理 106 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言：

本計畫旨在促進全校師生之健康，培養學童從小具備健康促進之認知概念與態度。期透過「健康促進學校」的理念，讓全體師生於日常生活中落實，建立全校師生的健康促進生活型態。本計畫分二階段進行：

第一階段，訂定「學校健康促進計畫」，並成立學校健康促進推行委員會，組成健康促進工作團隊、進行健康促進宣導活動、提供學校健康服務。

第二階段，依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及方法，並提供充分的支持與服務環境，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。此外亦進行過程評鑑，適時回饋修正計畫，實施成效評估來檢驗計畫實施之效果。

二、計畫依據：

(一)桃園市政府教育局 106 年 8 月 14 日桃教體字第 1060062388 號

(二)本校 106 學年度校務會議決議案

三、背景說明：

本校位處於桃園縣中壢市，是一所中型學校，一至六年級共有 37 班普通班，以及特教班、資源班各兩班，學生人數共 993 人，教職員工 103 人。學區家長大都居住於新建社區，家長工作繁忙，普遍缺乏健康生活型態認知；加上近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭、隔代教養、原住民學童及外籍新娘子女、低收入戶、…等比例偏高，學童之健康，亟須更多的關切。目前的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、學校餐飲衛生、教職員工生及社區居民健康促進及健康心理等層面，期增進全校教職員工生及社區居民的全人健康概念暨養成終身全人健康的良好習慣。

冀透過工作團隊的經營，將健康促進知識融會貫通成為落實生活行為之學習成果，藉由行政處室相互支援，加強合作教育和建立社區健康支援網絡，引進社會資源，共同建立一個健康促進的學校，這是本計畫的終極目標。

四、SWOT 分析：

桃園市中正國小健康促進之 SWOT 分析，以下分別從學校衛生政策、健康教育與活動、健康服務、學校物質環境、學校社會心理環境、社區關係等六個面向來討論。

(1)學校衛生政策

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
學校衛生政策	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每週出刊中正園校刊，書面宣導無慮。 2. 學校愛心志工團隊協助辦理學校健康促進活動。 3. 學校衛生委員會負責健康促進計畫的制定與推動。 4. 配合衛生局共同辦理四、五年級師生無菸教材教學，落實無菸拒檯教育宣導。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 普通班級數為 37 班，學生數約有 943 人，每位學生可使用的校地面積不大，顯得較為擁擠。 2. 教師雖多數能配合健康促進活動計畫之推行，但僅止於配合之程度，較少能主動提出建言。 3. 學校課程統整不易落實，造成無法針對議題作統整性規劃與運作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合熱心或認同健康促進計畫之同仁或家長共同發展夥伴關係。 2. 設計之健康促進活動應配合原先學校擬訂之課程和行事曆，以不影響學校正常作息為原則。 3. 強化學校行政對教師教學整合與支援的互動機制。 4. 建立行政處室對健康促進活動計畫的橫向聯繫。 5. 配合學校行政處室，合宜修正計畫，達到計畫的可行性與變通性。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 一般教師對健康促進教學活動，因課程教學進度壓力，顯得心有餘而力不足。 2. 組織、制度及相關資源尚待整合。 3. 每週舉行教師例會乙次，教師與各行政處室聯繫較不易掌握。

(2)健康教育與活動

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
健康教育與活動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鄰近地區有市立圖書館和各大書局。 2. 校內圖書館藏書量豐富。 3. 設置兩間學生專用之電腦教室。 4. 學期規畫之相關活動與需求，教師均能配合執行。 5. 學校提供專業人員支援與協助教師健康教育課程相關資訊。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師對健康促進學校概念與相關知能，並未全然了解。 2. 部份教師對健康促進活動辦理配合意願度稍低。 3. 健康促進與生活技能教學方式結合尚未普及化。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過學校本位課程之落實與發展，實施健康教學。 2. 提供教師專業進修，行銷健康促進概念與經驗，求得認同後實施。 3. 透過健康促進活動之實施，增強校內同事間人際關係。 4. 學生可塑性強，健康促進活動可提供兒童多元化之課程，實施適性教學，以達自我實現。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校學生人數眾多，恐造成教育資源嚴重不足。 2. 社區田野環境逐漸萎縮，鄉村景觀的逐漸消失，是教學資源上的一大損失。 3. 學校健康促進活動非教育發展主軸，支持度受限制。 4. 部份教師對健康促進議題不感興趣，相關研習參與率相對較低。 5. 教師非衛生教育專業人員，在落實上有其困難度，無法一貫作業達成目標。

(3) 健康服務

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
健康服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 社區人士及學區家長熱心參與學校教育工作，擔任各類志工，支持和協助各項活動之推動。 2. 教師大多居住在學區附近，對學校的向心力足夠，願意為學校奉獻。 3. 健康中心位置適中，提供各年級學生適時的醫療照護。 4. 健康中心所設置之醫療設施和緊急救護設備齊全。 5. 學生家長多數能重視學生健康狀態。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 隔代教養和單親兒童人數偏高，影響學生身心發展甚鉅，家長對學生身體缺陷矯治之配合度相對較低。 2. 學區家長工作繁忙，約 1/3 學童之家長無法提供較具營養之早餐，供學生進食。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 利用多樣化之健康衛生教育活動、提供家長各類健康知識，並應用在日常生活中。 2. 健康促進多元化教學活動，可提升學生參與之學習動機和意願。 3. 推廣健康促進知能，可增加學童自我照顧之能力。 4. 學校週邊商店提供訂購羊奶服務，讓無法在家中進食早餐之學生，有購買營養早餐之機會。學校亦為弱勢家庭學生提供免費的愛心早餐。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 部份家長忽略健康重要性，注重智育學業成績，故難以推行健康促進活動。 2. 健康促進議題繁雜，較難掌控長期欲推動之主題。 3. 隔代教養及單親兒童之家庭健康促進概念較難落實。 4. 面對金融海嘯之大環境影響下，一般家庭經濟消費能力降低，造成弱勢學生家庭醫療照護負擔較為沉重。

(4) 學校物質環境

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
學校物質環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校週邊設置有公園休憩區，腹地空間較為寬敞。 2. 學校週邊部分學童住家附近仍有一般農田耕作。 3. 學校一般教學軟、硬體設備充足，可提供教師多樣化的教學媒材。 4. 班班教室設有飲水機設備，管理與維護妥善，可提供全校師生健康飲用水。 5. 學生上下學皆有導護老師及愛心志工協助維護學生安全，學校週邊並設有溫馨導護站。 6. 設有殘障專用電梯，提供身心障礙學生上下樓梯之用。 7. 校園內設有無障礙空間、設備及殘障廁所提供身心障礙學生使用。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校班級數及學生數較多，每生可使用之校地面積明顯不足，休閒活動空間有限。 2. 隨著城鄉發展與規劃，一般田園景觀不復存在。 3. 無菸環境無法完全落實，部分來校活動之民眾，並未遵守無菸環境之規定。 4. 學校設有保全系統並配有警衛人員，然部分至校活動之民眾，有惡意破壞學校設備之跡象。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校增設兒童遊戲暨運動器材，提供學生多樣化的健康教育樂活動。 2. 學校新設體適能訓練教室，提供體位欠佳師生一個體能訓練場所。 3. 學校監視系統完成增設與更新，提供較為完善的保全設施與安全的活動場所。 4. 透過學校親職刊物、家長會組織與鄰里長協助加強宣導校園無菸環境之概念。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校校舍年代久遠，缺乏整體性規劃。 2. 學校校舍年代久遠，部分教室及走廊漏水，影響教學及學生活動安全甚鉅。 3. 學校部分廁所老舊，無法提供現代化的衛生設備。 4. 學校建築物安排，屬一般舊式理念，無法提供全體師生一個符合教育性、安全性、整體性的學習情境。

(5) 學校社會心理環境

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
學校社會心理環境	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校學區性質屬住商混合區，學生離校較近，住宅區聚集，親師生聯繫、溝通容易。 2. 學校輔導室附設有諮商室，並辦理各項諮商活動。 3. 學校週邊設有公園，提供師生及民眾休閒活動。 4. 大多數學童家庭結構屬小家庭，可提供學生一個功能較為健全、完善的家庭教育學習環境。 5. 學校親師生互動佳，學區家長與教師彼此相處融洽並提供學校教學支援。 6. 學校週邊相關醫療院所，提供學校專業知識與諮詢。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 社區家長社經背景大都屬於中下階層，工作忙碌，無暇兼顧其它健康促進議題。 2. 相對弱勢之單親、隔代教養學童家庭，對健康促進活動配合度及意願較低。 3. 新制課程內容繁複，教師教學準備時間較長，相對影響教師認輔意願之配合度。 4. 學校週邊設有網咖，吸引部分學生流連忘返，影響課業學習及身心發展，嚴重者甚至衍生逃學和犯罪問題。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師專長多元化，並樂於為學校及社區努力，學校可藉此發展各類型結合教師專長之活動，並透過資訊工具的運用，建立知識管理與行政服務資訊化。 2. 透過各類健康促進相關活動之辦理，可強化弱勢學生健康管理之理念，並落實應用於日常生活中。 3. 結合教育大學及各大專院校教育系所，辦理教師對新制課程認知與實踐，以提升教師教學專長知能，並辦理輔導知能相關研習，強化一般教師對認輔之意願。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校新移民子女比例偏高，家長對本國語言、文化、國家認同、身心保健、…等問題欠缺認知，影響健康促進相關議題活動之推展。 2. 健康促進議題內容繁複，教師無法在短期間內將各項議題，融合於教學領域中，對健康促進活動之推展，形成一大阻礙。 3. 健康促進議題相關教材、媒材欠缺，無法提供教師相對教學資源。 4. 學區家長對健康促進議題認知不足，無法對活動推展之進行，提供充分支持、支援和協助。

(6) 社區關係

分析項目	優勢 S	劣勢 W	轉機 O	威脅 T
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 家長會尊重學校辦學理念及教師教學專業自主。 2. 愛心志工全力投入健康促進活動，並提供人力、物力相關支援。 3. 公共衛生單位（如：衛生所、清潔隊）對健康促進活動配合意願高。 4. 學區內醫療院所（如：長榮醫院）對健康促進活動，能提供相關資源與專業諮詢。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學區家長社經地位屬中低階層，對健康促進議題無法提供相對支援與支持。 2. 學區家長因經濟因素，工作繁忙，對健康促進議題活動參與率教低。 3. 班級親師會組織並未充分發揮功能，對健康促進活動之推展，並未提供有效支持與協助。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校辦學理念能夠依據學區特性、學校條件、家長期望與學生需求，相對提升健康促進活動之推展實施。 2. 家長會提供人力、物力與經費，支持健康促進活動之進行與推展。 3. 結合社區相關資源，充實學校人力、物力不足，以強化健康促進活動之實施。 4. 擬訂健康促進計畫，爭取學區家長認同，並提供各項資源協助。 5. 利用班親會，加強宣導年度健康促進計畫，請家長共同參與並協助孩子建構健康行為。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 一般家長對健康促進議題意見分歧，無法達成有效共識，對健康促進活動之推展形成阻礙。 2. 面臨金融海嘯衝擊，部分學區家長失業或待業，對參與健康促進活動推展意願相對較低。 3. 學區家長大都屬外來人口，因工作、經濟因素，流動率較高，對健康促進活動之推展，無法長期有效的配合。

五、計畫內容與實施策略：

計畫期程自 106.8.1 起至 107.7.31 止

● 菸害及檳榔健康危害防治推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	校長	各處室主任	106.9
	2. 擬定校園無菸拒檳推動內容、議題與工作時程表。	訓導主任	衛生組	
(二) 健康教育與活動	1. 各教學領域教師進行無菸拒檳課程融入教學。	教務主任	四、五年級教師	全學年
	2. 辦理四、五年級菸害防治宣導課程。	學務處	衛生組	107.4
(三) 健康服務	1. 統計親師生吸菸人數，建立輔導機制，提供衛生所戒菸班資訊，並鼓勵其參加。	健康中心	志工團隊	107.2
	2. 統計自願參加無菸拒檳家庭，替其擬定相關計畫。	衛生組	全體教師	107.3
(四) 學校物質環境	1. 於校園中明顯處張貼海報、標語及禁菸標誌等。	學務處	衛生組	經常性
	2. 於學校網站張貼菸害及檳榔防治相關新聞及教材。	教務處	資訊組	經常性
	3. 提供親師生有關菸害及檳榔防治相關資料。	健康中心	志工團隊	經常性
	4. 於學校相關刊物、網站，宣導菸害及檳榔防治相關資訊。	學務處	衛生組	經常性
(五) 學校社會心理環境	1. 獎勵熱心參與推動無菸拒檳活動之家長志工。	學務處	衛生組	學期末
(六) 社區關係	1. 於各項社區居民集會結合鄰里長，宣導菸害及檳榔防治相關資訊。	輔導室	衛生組	107.4
	2. 拜訪社區商店，加強宣導確實遵守不販售菸及檳榔給學生。	學務處	志工團隊	107.3

● 健康飲食推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	106.9
	2. 擬定健康飲食行動方案與工作時程表。	午餐秘書	衛生組	106.10
(二) 健康教育與活動	1. 健康飲食議題融入課程。	教務處	全校教師	全學年
	2. 辦理營養教育專題演講。	午餐秘書	衛生組	106.12~107.3
	3. 辦理營養教育影片欣賞。	學務處	設備組	106.12~107.03
	4. 舉行營養教育常識測驗。	學務處	午餐秘書	106.12~107.3
	5. 鼓勵學生在校多喝白開水，少喝含糖飲料。	學務處	全校教師	經常性
(三) 健康服務	1. 定期實施學生體重檢查並統計分析。	學務處	護理師	每學期初
	2. 成立異常體位控制班，協助學童擬定體重控制計畫。	學務處	衛生組 體育組 午餐秘書 護理師	全學年
(四) 學校物質環境	1. 加強午餐供應商及廚房衛生監督與管理。	午餐秘書	全校教師	經常性
	2. 每日午餐均提供菜色、熱量及營養分析公告於學校網站、總務處及午餐公布欄。	午餐秘書	全校師生	經常性
	3. 各班均設置飲水機，並定期更換濾心。	事務組	行政助理	經常性
(五) 學校社會心理環境	1. 鼓勵健康體位標準學童，頒發中正國小榮譽獎卡。	體育組	健康中心	經常性
(六) 社區關係	1. 於親師座談會宣導「健康飲食」的重要性。	輔導室	午餐秘書	學期初
	2. 於中正園刊載「健康飲食」相關文章。	資料組	午餐秘書	經常性

● 健康體位推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	體育組	107.9
	2. 擬定健康體能行動方案與工作時程表。			
(二) 健康教育與活動	1. 課程中教導學生養成正確運動習慣所造成之後遺症。	教務處	體育組	經常性
	2. 教導學生正確跳健康操的方式及該注意事項。	體育組	全校教師	經常性
	3. 每天早上第二節下課時間，全校師生一起跳健康操。	學務處	體育組	經常性
(三) 健康服務	1. 落實學生體適能檢測及缺點追蹤輔導。	學務處	體育組	經常性
	2. 實施教職員工健康檢查及諮詢。	學務處	衛生組	學期中
(四) 學校物質環境	1. 將「健康操教學」影片置放於學校網頁，供師生下載使用。	體育組	資訊組	學期初
	2. 定期檢測體育器材及遊樂設備。	學務處	體育組	經常性
(五) 學校社會心理環境	1. 每次朝會完畢，四～六年級師生一起在操場做健康操。	學務處	體育組	經常性
	2. 熱心參與協助推動計畫的家長頒發感謝狀。	學務處	體育組	學期末
(六) 社區關係	1. 組織志工隊，協助推動各項活動之進行。	學務處	體育組	經常性
	2. 舉辦社區暨全校性運動會，增進運動習慣的養成。	學務處	全校教師	107.10

● 口腔衛生推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作 期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	107.9
	2. 負責規劃、推動及評鑑學生口腔衛生工作。			
(二) 健康教育與活動	1. 依學習領域擬教學計畫表將口腔保健教育及餐後潔牙活動融入教學活動中。	教務處	健體領域召集人	經常性
	2. 辦理口腔保健作文競賽。	教務處	全校教師	經常性
	3. 針對家長設計活動指導學生正確潔牙習慣。	學務處	健康中心	經常性
	4. 健康櫥窗張貼口腔衛生保健之海報。	學務處	健康中心	經常性
	5. 利用校刊中正園,辦理口腔保健有獎徵答活動。	學務處	衛生組	不定期
	6. 辦理親職教育講座,宣導口腔保健重要性。	輔導室	衛生組	學期初
	7. 配合口腔檢查,訂定口腔衛生教育宣導月。	健康中心	衛生組	106.12
	8. 低年級學生以年級為單位,進行口腔保健宣導活動。	健康中心	低年級老師	106.12
(三) 健康服務	1. 進行口腔保健成果驗收。	健康中心	衛生組	經常性
	2. 口腔檢查結果通知家長,並收回回條登入列管(回條回收率達90%)。	健康中心	各班導師	學期初
	3. 協助口腔檢查不合格之學童接受口腔專科醫師複查診治,並將其診治結果登錄。	健康中心	各班導師	學期初
	4. 未能於規定時間內複檢或矯治學生,利用電話訪問家長,了解未就醫原因,並提供諮詢,且鼓勵家長早日帶學童就醫診治。	健康中心	各班導師	學期初

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作 期程
	5. 統計分析全校口腔檢查結果製成圖表懸掛健康中心與健康櫥窗供家長學生參考。	健康中心	志工團隊	學期中
	6. 擬定潔牙競賽辦法，鼓勵學童在校期間，建立良好口腔保健生活習慣。	衛生組	各班導師	經常性
	7. 請各班級衛生股長負責協助潔牙用品檢視及潔牙執行率登錄。	衛生組	各班導師	經常性
	8. 每日執行餐後潔牙。			
	9. 利用學生家庭聯絡簿督促學生落實口腔保健工作。			
	10. 利用餐後潔牙紀錄表登錄，並督促學童養成餐後潔牙習慣。			
	11. 利用口腔檢查通知單暨矯治單，鼓勵學生每學期確實執行口腔檢查。			
(四) 學校物質環境	1. 洗手台張貼潔牙標語。	總務處	行政助理	學期初
	2. 潔牙時間播放潔牙音樂。	衛生組	事務組	經常性
(五) 學校社會心理環境	1. 熱心參與協助推動計畫的家長，頒發感謝狀。	學務處	衛生組	學期末
(六) 社區關係	1. 結合愛心志工組成學童口腔保健組織，辦理各項活動。	學務處	衛生組	經常性
	2. 舉辦社區暨全校運動會，增進親師生運動習慣的養成。	體育組	全校教師	106.10
	3. 舉辦口腔保健宣導，邀約家長參加活動。	學務處	衛生組	學期中

● 視力保健推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一)學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	106.9
	2. 負責規劃、推動及評鑑學生視力保健工作。			
(二)健康教育與活動	1. 辦理視力保健學藝競賽(作文、標語製作、漫畫、演說)。	衛生組	全校教師	學期中
	2. 指導正確用眼習慣含正確握筆姿勢。	教務處	全校教師	經常性
	3. 擬定學童視力保健、電腦操作原則及使用電腦的實施辦法。	資訊組	衛生組	經常性
	4. 鼓勵學生確實下課休息及力行望遠凝視的活動。	學務處	體育組	學期末
	5. 規範需用眼之課業 30~40 分鐘以內，並指導學生能在長時間閱讀後要讓眼睛充分的休息。	衛生組	各班導師	經常性
	6. 設置專欄，張貼視力保健資料、標語。	衛生組	自治市幹部	經常性
	7. 將視力保健觀念融入各科教學。	教務處	健體領域召集人	學期初
	8. 辦理全校視力保健宣導教育。	衛生組	各班導師	學期中
	9. 利用中正園校刊，舉辦視力保健認知測驗及有獎徵答活動。	衛生組	資料組	學期中
	10. 保持正確閱讀姿勢使閱讀寫字時眼睛和課本之距離在 35 公分以上;必要時鼓勵使用讀書架輔助。	衛生組	各班導師	經常性
	11. 規範學童閱讀、看電視、使用電腦設備不要持續達 40 分鐘以上。	衛生組	各班導師	經常性
	12. 設計增加用耳學習，減少用眼的教材及教學活動。	衛生組	各班導師	經常性
	13. 養成學童時常望遠凝視之習慣，鼓勵做集體望遠凝視，活動方式活潑多樣化。	衛生組	各班導師	經常性
	14. 落實體育課及課外、課間活動教學。	學務處	各班導師	經常性

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
	15. 鼓勵學童走出戶外，接近大自然及從事休閒活動。	學務處	各班導師	經常性
	16. 減少近距離閱讀、畫圖、寫字的時間。	學務處	各班導師	經常性
(三) 健康服務	1. 每學期進行視力篩檢工作。	健康中心	衛生組	學期初
	2. 視力檢查結果通知家長並收回回條登錄列管(回條回收率力求 100%)。	健康中心	各班導師	學期初
	3. 協助視力不良學童接受眼科專科醫師複查診治，並將其診治結果登錄。	健康中心	各班導師	學期初
	4. 辦理新生斜弱視篩檢工作，對於視力異常學童通知家長並協助就醫診治。	健康中心	一年級導師	學期初
	5. 未能於規定時間內複檢或矯治之學生加強追蹤，了解未就醫原因，並提供資詢，鼓勵家長及早帶學童就醫診治。	健康中心	各班導師	學期初
	6. 統計分析全校視力檢查結果製成報告，並製成圖表懸掛健康中心供家長學生參考。	健康中心	健康志工團隊	學期中
	7. 公開獎勵視力正常學生。	學務處	校長	學期末
	8. 張貼各類「視力保健」宣傳海報於健康櫥窗。	健康中心	衛生組	經常性
	9. 推動均衡飲食行為，攝取有利視力保健食物。	午餐秘書	衛生組	經常性
	10. 輔導學童每日應有充足睡眠與休息。	學務處	各班導師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 級任導師輔導學生依身高選用合適課桌椅。	總務處	各班導師	經常性
	2. 每學期檢測教室桌面及黑板照明，桌面不低於 350LUX、黑板不低於 500LUX 且燈光不閃爍。	總務處	事務組	經常性
	3. 採用省能源、高效能照明燈具。	總務處	事務組	經常性
	4. 加強校園美化綠化。	總務處	事務組	經常性

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(五) 學校社會心理環境	1. 規劃辦理視力保健活動及宣導視力保健的方法。	學務處	衛生組	學期初
	2. 落實每日課間操、晨間活動。	學務處	體育組	經常性
	3. 於班親會辦理相關護眼宣導活動。	輔導室	各班導師	學期初
(六) 社區關係	1. 舉辦家長和教職員工視力保健宣導研習。	學務處	衛生組	106.11
	2. 結合學童視力保健志工，推展各項視力保健工作。	學務處	全校教師	106.12
	3. 協同社區內安親班及托兒所，給予學生正確視力保健觀念。	學務處	衛生組	學期初
	4. 建立居家有效使用照明設備正確觀念方法。	學務處	衛生組	經常性

● 性教育推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	106.9
	2. 擬定性教育教學時程表。			
(二) 健康教育與活動	1. 課程中教導學生養成愛護身體，尊重對方隱私的好行為。	輔導室	輔導組	經常性
	2. 教導學生正確面對性行為的態度及注意事項。	衛生組	全校教師	經常性
(三) 健康服務	1. 提供實施教職員工及學生性教育諮詢。	學務處	護理師	經常性
(四) 學校物質環境	1. 將「性教育互動式教學影片」置放於學校網頁，供師生下載使用。	教務處	資訊組	106.9
(五) 學校社會心理環境	1. 邀請衛福部桃園醫院醫師進行專題講座宣導。	學務處	衛生組	106.10
	2. 給熱心協助推動教學之志工頒發感謝狀。	輔導室	輔導組	學期末
(六) 社區關係	1. 組織志工隊，協助推動各項活動之進行。	學務處	衛生組	經常性
	2. 利用班親會，實施性教育講座。	學務處	衛生組	106.9

● 正確用藥推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	106.9
	2. 擬定正確用藥教學時程表。			
(二) 健康教育與活動	1. 辦理教師相關正確用藥知能之研習。	學務處	衛生組	107.3
	2. 將正確用藥融入教學課程。	教務處	教學組	經常性
	3. 參加神農小學堂健康知識創意競賽	學務處	衛生組	106.9
(三) 健康服務	1. 提供正確用藥資訊。	學務處	衛生組	經常性
	2. 實施校園正確用藥座談。	學務處	衛生組	學期中
(四) 學校物質環境	1. 將「正確用藥」影片置放於學校網頁，供師生下載使用。	教務處	資訊組	學期初
(五) 學校社會心理環境	1. 藉由藥師公會推薦講師進行專題講座宣導。	學務處	衛生組	106.9
	2. 熱心參與協助之志工及家長頒發感謝狀。	輔導室	輔導組	學期末
(六) 社區關係	1. 善用家長會及志工隊，請其協助推動各項活動之進行。	學務處	總務處	經常性
	2. 利用班親會，實施正確用藥講座。	學務處	衛生組	106.9

● 全民健保推動策略及方法

實施綱要	具體實施內容	主辦單位	協辦單位	工作期程
(一) 學校衛生政策	1. 定期召開健康促進委員會會議。	學務處	衛生組	106.9
	2. 擬定全民健保教學時程表。			
(二) 健康教育與活動	1. 辦理全民健保講座。	學務處	訓育組	107.4
(三) 健康服務	1. 提供全體親師生全民健保資訊查詢。	學務處	衛生組	經常性
(四) 學校物質環境	1. 將全民健保資訊置放於學校網頁，供師生下載使用。	教務處	資訊組	學期初
(五) 學校社會心理環境	1. 熱心參與協助推動計畫之志工及家長頒發感謝狀。	輔導室	輔導組	經常性
(六) 社區關係	1. 善用家長會及志工隊，請其協助推動各項活動之進行。	學務處	總務處	經常性
	2. 利用班親會，實施認識全民健保之講座。	學務處	衛生組	106.9

六、預定進度：應規劃出執行進度，並以甘梯圖表示。

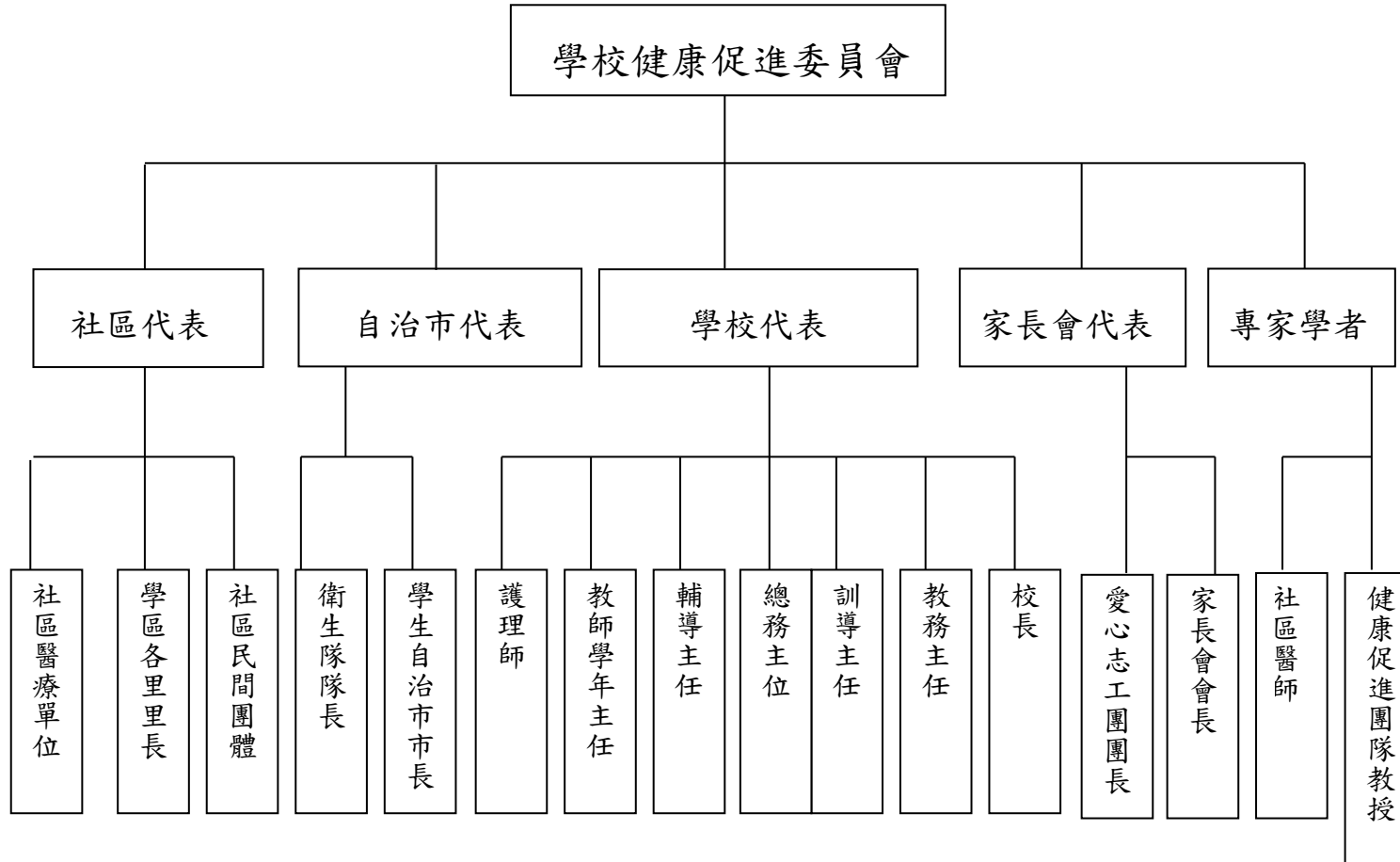
月次 工作項目	第 1 個 月	第 2 個 月	第 3 個 月	第 4 個 月	第 5 個 月	第 6 個 月	第 7 個 月	第 8 個 月
01. 擬定學校健康 促進計畫	■							
02. 組成健康促進 工作團隊	■							
03. 進行現況分析 及需求評估	■							
04. 決定目標及健 康議題		■						
05. 編製教材及教 學媒體			■	■				
06. 建立健康網站 與維護			■	■				
07. 擬定過程成效 評量工具			■	■				
08. 成效評量前測					■			
09. 成效評量前測 結果分析					■			
10. 執行健康促進 計畫						■	■	
11. 過程評量						■	■	
12. 成效評價後測								■
13. 資料分析								■
14. 報告撰寫								■

七、健康促進學校人力配置：

計畫之主要人力為「學校健康促進委員會」工作團隊之成員，計 12 名。各成員之職稱及工作項目見下表：

職 稱	姓 名	本校所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
主任委員	劉文忠	校長	督導計畫之訂定、執行與評鑑
副主任委員	廖鳳嬌	教務主任	協助計畫執行及行政協調
副主任委員	王文信	訓導主任	協助計畫執行及行政協調
副主任委員	張芳榮	總務主任	協助計畫執行及行政協調
副主任委員	楊月香	輔導主任	協助計畫執行及行政協調
執行委員	陳玉燕	衛生組長	計畫擬定、執行及行政協調
執行委員	王勝逸	資訊組長	健康促進學校網頁製作及維護
執行委員	陳劭宇	健康與體育領域召集人	活動效果評析，社區及學校資源協調聯繫
執行委員	吳意莉	護理師	學生身體健康狀況及需求評估，及改善策略執行
執行委員	趙紘慶	家長會長	協助各項活動之推展及整合社團人力協助推展健康服務
執行委員	吳清龍	愛心志工團團長	協助各項活動之推展及整合愛心志工人力協助推展健康服務
執行委員	廖昀評	學生自治市市長	參與健康促進學校計畫執行暨提供建言

學校健康促進委員會組織架構表



八、成效指標及預期效益：

健康促進學校檢核表

■ 評分標準說明：

- 1 代表做到 0%-20% ， 2 代表做到 21%-40% 、3 代表做到 41%-60%、
4 代表做到 61%-80%、5 代表做到 81%以上。

項目	評價指標	評分標準
學校衛生政策	1. 召開健康促進學校工作小組會議，討論校園安全議題，並擬定「菸害及檳榔健康危害防制（預防性健康行為）」行動方案與工作時程。	5 4 3 2 1
	2. 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。	5 4 3 2 1
	3. 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。	5 4 3 2 1
	4. 定期評估並提供健康生活的物質及社會環境。	5 4 3 2 1
	5. 將健康議題融入本位課程、教學活動及課程計劃當中。	5 4 3 2 1
	6. 結合社區資源建立有系統、分工的合作模式	5 4 3 2 1
	7. 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。	5 4 3 2 1
	8. 建立有系統、分工的合作模式。	5 4 3 2 1
	9 針對學生健康情形進行了解與改善，並做相關的記錄。	5 4 3 2 1
	10. 每學年進行獎勵積極參與活動之學生。	
	11. 召開健康促進學校小組會議進行業務推動報告。	
菸害及檳榔防制	1. 由學生與教師共同訂定菸害及檳榔防制計畫。	5 4 3 2 1
	2. 將無菸及拒檳知識融入本位課程。	5 4 3 2 1
	3. 與衛生單位配合，共同推動無菸、拒檳的新社區。	5 4 3 2 1
	4. 與愛心商店聯盟，不販售菸品及檳榔給學生。	5 4 3 2 1
	5. 將成果架設成一個具示範性的網站。	5 4 3 2 1
	6. 於親職教育活動辦理檳榔健康危害講座。	5 4 3 2 1
	7. 佈置圖片走廊宣導吸菸及嚼檳榔的嚴重性。	5 4 3 2 1
	8. 透過問卷調查了解家長吸菸及嚼檳榔的狀況。	5 4 3 2 1
	9. 透過問卷調查，了解吸菸和嚼食檳榔狀況的改善情形。	

項目	評價指標	評分標準				
健康體位	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。	5	4	3	2	1
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	5	4	3	2	1
	3. 制訂健康飲食居家檢核表提供家長使用。	5	4	3	2	1
	4. 每學期初進行健康檢查並登錄檢查結果。	5	4	3	2	1
	5. 健康情形不良學童名冊列表造冊進行追蹤輔導。	5	4	3	2	1
	6. 配合醫師確診之建議接受治療比率達 100% 。					
視力保健	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。	5	4	3	2	1
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	5	4	3	2	1
	3. 配合醫師確診之建議接受治療比率達 100%	5	4	3	2	1
	4. 舉辦視力保健研習暨家長座談會。	5	4	3	2	1
	5. 舉辦有獎徵答。	5	4	3	2	1
	6. 改善校園美綠化。	5	4	3	2	1
	7. 力行望遠凝視運動。	5	4	3	2	1
	8. 改進教學環境採光設備。					
口腔衛生	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。	5	4	3	2	1
	2. 檢查結果在一個月內通知家長結果及追蹤。	5	4	3	2	1
	3. 配合醫師確診之建議接受治療比率達 100% 。	5	4	3	2	1
	4. 舉辦口腔衛生研習。	5	4	3	2	1
	5. 推動潔牙比賽。	5	4	3	2	1
	6. 舉辦有獎徵答。	5	4	3	2	1
	7. 定期使用含氟漱口水。					
性教育	1. 利用每兒童晨會時進行宣導。	5	4	3	2	1
	2. 課程中加強宣導相關常識。	5	4	3	2	1
	3. 佈置相關宣導文宣。	5	4	3	2	1
	4. 配合疫疾通報及防治工作。	5	4	3	2	1
	5. 健福部桃園醫院支援性教育相關講座。					

項目	評價指標	評分標準				
正確用藥	1. 將正確用藥融入教學活動。	5	4	3	2	1
	2. 實施校園正確用藥座談。	5	4	3	2	1
	3. 設置衛教櫥窗張貼標語、大型海報。	5	4	3	2	1
	4. 辦理教師正確用藥知研習。	5	4	3	2	1
	5. 提供正確用藥資訊。	5	4	3	2	1
全民健保	1. 利用每兒童晨會時進行宣導。	5	4	3	2	1
	2. 課程中加強宣導相關常識。	5	4	3	2	1
	3. 舉辦有獎徵答。	5	4	3	2	1
	4. 佈置相關宣導文宣。	5	4	3	2	1

九、評價方法或預期效益：

配合計畫執行，進行形成性評量，並於計畫執行過程中，收集前、後測資料以評估計畫成效：

(一) 過程評價：

藉由評鑑的過程提升學校改善學生健康相關問題能力，強調評鑑與計畫決策、執行、回饋及修正等過程的密切聯結，包括組織、個人、社區等各層面的分析，根據過程評鑑的質性及量性資料與建議，提供相關訊息，以助於計畫的研擬、執行及修正。

1、行政和政策因素：

定期召開學校健康促進委員會，檢討各項議題內容之得失，作成會議紀錄以進行相關計畫及組織的修訂；並經由相關議題推動之檢討，提供學校規劃活動、安排課程的依據。

2、組織因素：

包括師生互動、行政人員行政配合、志工組織等社會支持及運作功能。

3、資源因素：

利用社區資源，進行活動成果展示（包含會議紀錄、活動紀錄單、活動成果報告、活動心得、學習單、相關軟硬體設施改善或成立之規範組織），將成果回饋社區。

(二) 結果評價：

1、健康狀況：

- (1) 生理指標（口腔、視力、牙齒…等）
- (2) 各類體位判讀比較
- (3) 根據學生每日平均刷牙次數作口腔衛生判讀

2、行為與生活型態：

- (1) 預防性健康行為
- (2) 增進健康行為
- (3) 減少危害健康行為
- (4) 對全校學生與教師作消費者健康問卷，並進行量性問卷的前後測，亦可進行質性訪談，蒐集質性資料以評估計畫成效

3、環境因素：

健康環境（營造一個能夠促進身體、心理健康的校園及社區環境）

4、個人因素：

學生、教師及社區人員，能有健康覺知、知識、態度、價值觀、健康生活技能，做到無菸拒檳、健康體位、口腔衛生、視力保健、消費者健康，共同提升國民的健康與競爭力。

十、經費概算表(如下表)

桃園市 106 學年度健康促進學校計畫補助經費概算表

學校名稱:桃園市中正國民小學

申請類別：(僅擇一選擇)

種子學校：編列 5,000 元

協力學校：編列 10,000 元(由各中心學校邀請 主動參與)

(議題：視力 口腔 體位 菸檳 性教育 正確用藥)

額外加選項目：(可複選)

行動研究：可增列 5,000 元 (待輔導學校 自主參加學校)

「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元

項次	經費項目	單價	單位	數量	總價
1	講師鐘點費	800	節	4	3,200
2	學生獎品	40	份	30	1200
3	紙張文具	350	式	1	350
4	雜支	250	式	1	250
5					
總計					5000

承辦人：

單位主管：

主計：

校長：

備註：

1. 本案編列請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」及經常門(如:講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費等)項目。
2. 本局將進行計畫審查及分級補助(如:計畫優劣、策略運用、成效評價等),並考量教育部國教署補助經費,保有刪減及核定貴校補助經費之權利。
3. 請於 106 年 9 月 15 日前連同計畫(紙本)1 式 2 份、概算表(正本)1 份逕送幸福國小彙辦。