

# 桃園縣錦興國民小學 100 學年度健康促進學校實施計畫

## 壹、摘要

有鑑於營造國人總體健康概念，教育部於2001年響應世界衛生組織（WHO）所修正頒布之「世界衛生組織學校衛生新創舉」，開始推動「學校健康促進計畫」，「健康促進」議題正式進入推展的新紀元。為因應社區發展型態的轉變，以及學校目前所面臨之許多威脅與衝擊，亟需推行端正學生健康生活、健全人格之衛生概念教育，經委員會評析學校環境與人力資源現狀，在必選議題部份，本校經營團隊就「整體學校衛生政策、菸害及檳榔健康危害防治、健康體位（含健康飲食及健康體位）、視力保健、口腔衛生、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥」等向度，更加深化推行；思索另一層面，自民國七十一年起，癌症發病及致死情形，皆逐年攀升，迄今一直是影響國人健康主因之一；再者，罹患慢性病的人，雖然仍能維持生命，但卻必須終日和病痛纏鬥、與藥物為伍，嚴重影響其生活品質。根據學者專家的研究指出，有60%的癌症及慢性病發生與日常飲食習性密不可分，我們可以透過飲食調整而防範於未然。藉由改善飲食、消費習慣以調整生活元素，針對疾病因子，如何「提升認知與建立有效的防範策略」是本校當下推展健康促進所著重的要點，因此擇取「消費者健康」為自選議題，擬定執行計畫與實施策略。

## 貳、計畫緣起

### 一、健康促進學校發展的沿革

世界衛生組織（WHO），於 1995 年起，積極推動「健康促進學校計畫」（Health-promoting School Programs），是以場所的角度（setting approach）為基礎，將學校視為一個學生成長過程中要花許多時間待在這裡的地方。將健康促進學校定義為「一所學校能持續的增強它的能力，成為一個有益於生活、學習與工作的健康場所」（A school that is constantly strengthening its capacity as a healthy setting for living, learning and working）。其發展的沿革如表 1 所示：

表 1.健康促進學校發展的沿革

| 項次 | 時間<br>(西元) | 組織/單位 | 推展工作要項            | 備註 |
|----|------------|-------|-------------------|----|
| 1  | 1970s      |       | 健康促進與疾病預防觀念開始發展，正 |    |

| 項次 | 時間<br>(西元) | 組織/單位        | 推展工作要項                                | 備註                                                                                            |
|----|------------|--------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |            |              | 式進入健康促進時代                             |                                                                                               |
| 2  | 1978       | 世界衛生組織       | 發布「阿拉木圖宣言」                            |                                                                                               |
| 3  | 1986       | 世界衛生組織       | 發布「渥太華健康促進宣言」                         | 涵蓋下列五項行動策略<br>(1) 訂定健康的公共政策<br>(2) 為健康創造支持性的環境<br>(3) 強化社區行動<br>(4) 發展個人技能<br>(5) 重新定位健康服務的方向 |
| 4  | 1996       | 世界衛生組織西太平洋區署 | 頒布「地區健康促進學校發展綱領—行動架構」                 |                                                                                               |
| 5  | 1997       | 我國教育部        | 修訂頒布「學校衛生工作指引」                        |                                                                                               |
| 6  | 1998       | 世界衛生組織       | 修正頒布「世界衛生組織學校衛生新創舉」                   | 協助學校成為健康促進學校                                                                                  |
| 7  | 2001       | 我國教育部        | 開始推動「學校健康促進計畫」                        |                                                                                               |
| 8  | 2002       | 我國行政院衛生署     | (1) 開始推動「學校健康促進計畫」<br>(2) 「學校衛生法」公布施行 |                                                                                               |

## 二、本校推動健康促進的歷史經驗

92 學年度即爭取經費參加健康促進試辦學校，顯示經營團隊之先見與創新，歷年來在推動「健康促進學校」及相關活動競賽也有不錯的成績。每次的計畫、執行、檢討，一再突顯「健康促進學校」推動的重要性與必要性，然基於「好，還要更好」之訴求，集合更多有能力的人、整合更豐富的資源，來服務、維護我們健康安全的生活。

## 三、本計畫的目的與探討問題

國內各級學校衛生工作推動有年，在教育政策、法規制度、組織計畫、經費人員、研

究發展、成效評價等方面已經有相當的基礎，對學生及教職員工身心健康之促進，也有相當程度的貢獻。然而隨著時代遷移，學校衛生工作更加不能一陳不變。尤其是 1995 年世界衛生組織西太平洋區署在各國積極推展「健康促進學校」之新模式，學校衛生工作更加強調其統整性和綜合性，以照顧全人健康，因而我國之學校衛生工作仍有許多改善的空間。

## **參、依據**

一、教育部 100 年度健康促進學校計畫

二、桃園縣政府 100.08.10.府教體字第 1000320631 號函

三、本校 100 學年度校務會議決議案

## **肆、背景分析**

### **一、概述**

本校地處南崁新市鎮，中山高速公路南崁交流道下，緊臨龜山工業區、南崁工業區，工商業快速繁榮，環境變化倏忽，社會型態日新月異且十分複雜，組成居民除包含閩、客、原住民與日益增加之新住民等許多不同的族群，各行各業各個階層的家庭皆有，單親及隔代教養的學生比例逐年升高，認知層次更是良莠不齊，且社區家長多數忙於工作，加上保健資訊與健康概念不足，對孩子的健康問題自然關注有限。因此，學童之生活、學習與成長亟待關切，極須補強學生自我對健康促進的生活知能。

為深入培養學童正確的健康習慣，提高學童對健康概念的認知，助其瞭解如何促進健康的重要性，進而擁有健康體位。學校教育重心特別著重於促進健康的生活教育，進而擴及各項健康議題的認識與預防之道，強化學區內孩子的健康認知，期許教師推動具體健康教育融入各領域教學之中，以多元活動的方式達到宣導、落實的效果。

### **二、需求評估**

收集並分析現有的健康檢查資料，「視力不良率、兒童齲齒比例」日益攀升；參酌相關的調查統計、研究報告暨社區SWOT分析，本校「健康促進推行委員會」議決，除目前政令推行「整體學校衛生政策、口腔衛生、視力保健、菸害及檳榔健康危害防治（預防性

健康行為)、健康體位(含健康飲食及健康體位)、性教育(含愛滋病防治)、正確用藥」之必選議題外；本校當積極幫助社區成員了解、建立健康的行為與塑造健康的飲食、消費型態，並發揮學校成員對學校健康環境、健康服務、校園社會文化品質的影響。選擇較實際必行且對每個孩子健康成長、社區健康相當助益之議題「消費者健康」著手。

#### (一) 整體學校衛生政策

健康之本，源於落實的衛生工作，整體學校衛生政策必出自於維護、增進學校、社區，親、師、生之健康與安全為訴求，致力提升成員認知水平、培養各項維護健康的技能、涵養永續、物我與共的宏觀。

#### (二) 口腔衛生

根據報導幼兒齲齒會嚴重影響生長發育，由本校 99 年度，一年級(齲齒盛行率達 64.59%)、四年級(齲齒盛行率達 54.93%)學生口腔檢查結果得知，本校學童亟需建立良好的護齒與口腔衛生習慣，鞏固健康成長的根本。

#### (三) 視力保健

依據本校96~99學年度(下學期)視力檢查統計，以及96~99學年度(下學期)裸視視力篩檢統計結果(如表2)，了解學生視力不良率逐年增加，希望視力保健教育從小學開始紮根，以解決都市化教育壓力衍生之視力保健問題。

表2.錦興國小學童與縣內國小學童視力不良率比較一覽表

| 學年度 |    | 一年級    | 二年級    | 三年級    | 四年級    | 五年級    | 六年級    |
|-----|----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 96  | 全縣 | 26.56% | 33.46% | 42.33% | 45.74% | 53.12% | 57.84% |
|     | 錦興 | 51.10% | 43.29% | 41.44% | 42.05% | 35.71% | 28.66% |
| 97  | 全縣 | 26.00% | 28.97% | 35.87% | 44.14% | 46.31% | 54.35% |
|     | 錦興 | 33.65% | 47.44% | 54.37% | 63.20% | 77.15% | 76.72% |
| 98  | 全縣 | 26.39% | 28.72% | 35.98% | 42.71% | 42.30% | 50.17% |
|     | 錦興 | 28.90% | 47.30% | 47.40% | 60.80% | 66.70% | 74.00% |
| 99  | 全縣 | 30.12% | 36.98% | 45.17% | 52.82% | 58.61% | 54.21% |
|     | 錦興 | 33.10% | 48.40% | 59.00% | 60.80% | 68.20% | 75.20% |

#### (四) 無菸、反毒、拒檳榔校園

本校學區內檳榔攤林立，社區吸菸和嚼食檳榔人口眾多，期望藉由知識的傳遞、活動的參與，使學生能由自身做起拒吸二手菸、拒絕毒品及不吃檳榔，並進而影響家中成員、推及社區民眾，共同推動無菸害、拒檳榔、防毒害的校園優質環境。

### (五) 健康體位

從本校96~99學年度學生體位不良統計結果-過重與肥胖與縣內各級學童平均值之比較(如表3、表4)，瞭解學生體位不良比例上升，希望幫助建立學生正確的健康概念與培養良好的健康習慣，以避免由於體位不良帶來的許多相關疾病的發生。

表3.錦興國小與縣內國小學童過重及肥胖體位不良比較一覽表

| 學年 | 一年級    |        | 二年級    |        | 三年級    |        | 四年級    |        | 五年級    |        | 六年級    |        |
|----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 96 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 21.23% | 21.20% | 22.15% | 20.38% | 25.11% | 21.60% | 30.17% | 24.39% | 33.63% | 23.58% | 31.58% | 23.79% |
| 錦興 | 26.49% | 19.21% | 25.27% | 25.70% | 26.97% | 27.74% | 27.78% | 19.15% | 34.44% | 22.58% | 25.58% | 18.90% |
| 97 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 20.43% | 19.99% | 21.13% | 18.56% | 24.90% | 19.84% | 29.01% | 22.25% | 33.46% | 23.28% | 33.08% | 22.44% |
| 錦興 | 23.13% | 17.65% | 26.60% | 14.75% | 28.18% | 20.69% | 35.16% | 21.79% | 31.45% | 18.18% | 38.71% | 19.75% |
| 98 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 23.53% | 22.81% | 23.60% | 15.79% | 32.43% | 13.74% | 32.78% | 21.71% | 35.11% | 19.75% | 27.78% | 16.90% |
| 錦興 | 23.50% | 27.20% | 28.50% | 16.40% | 33.70% | 17.10% | 32.30% | 24.00% | 34.70% | 23.60% | 26.70% | 21.00% |
| 99 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 25.80% | 20.40% | 27.60% | 23.20% | 28.70% | 17.40% | 37.40% | 18.30% | 33.90% | 17.80% | 31.60% | 21.60% |
| 錦興 | 25.40% | 21.00% | 30.60% | 28.10% | 33.30% | 18.10% | 39.40% | 19.10% | 31.80% | 20.20% | 29.50% | 20.90% |

表4.錦興國小與縣內國小學童過輕體位不良比較一覽表

| 學年 | 一年級    |        | 二年級    |        | 三年級    |        | 四年級    |        | 五年級    |        | 六年級    |        |
|----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 96 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 10.04% | 10.91% | 18.83% | 20.79% | 18.59% | 18.52% | 17.46% | 17.98% | 14.53% | 16.42% | 14.91% | 15.78% |
| 錦興 | 10.27% | 13.56% | 12.90% | 13.97% | 11.80% | 7.10%  | 10.49% | 8.52%  | 10.56% | 7.74%  | 9.88%  | 9.15%  |
| 97 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 9.97%  | 10.55% | 20.23% | 23.02% | 21.25% | 21.66% | 17.80% | 20.28% | 15.74% | 18.17% | 14.81% | 17.47% |
| 錦興 | 12.50% | 12.42% | 15.96% | 25.29% | 17.13% | 24.71% | 12.09% | 19.87% | 14.47% | 15.38% | 12.90% | 16.05% |
| 98 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 9.15%  | 12.28% | 26.70% | 30.26% | 24.86% | 30.21% | 16.11% | 27.43% | 15.43% | 22.93% | 15.43% | 19.72% |
| 錦興 | 14.10% | 12.30% | 18.40% | 19.70% | 15.80% | 23.80% | 12.80% | 21.70% | 9.50%  | 16.40% | 12.40% | 14.70% |
| 99 | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     | 男生     | 女生     |
| 全縣 | 11.70% | 8.20%  | 20.70% | 18.80% | 27.40% | 30.30% | 18.70% | 28.90% | 14.40% | 24.40% | 13.70% | 21.60% |
| 錦興 | 9.30%  | 6.80%  | 14.60% | 8.80%  | 14.50% | 14.50% | 14.40% | 21.30% | 13.40% | 16.80% | 12.60% | 13.70% |

#### （六）性教育

性教育受到健康促進典範的影響，學校性教育的核心價值，從1900年開始倡導對「性」持正向概念與態度的「性健康促進」。

教育部與衛生署從2004年開始推展「健康促進學校」學校衛生工作新模式，將「性教育」納入健康促進學校所要推動的健康議題，採取「全人發展」的性教育理念，以增進學生的「性健康促進」為目標，積極正向的「性教育」理念非但可讓青少年學子提升自尊與學習「真愛」，更是預防未婚懷孕和防制感染愛滋病的有效方法。

#### （七）正確用藥

行政院衛生署自 2008 年起以消費者應俱備的能力為主體，創新推出「正確用藥五大核心能力」健康知能，同時為落實正確用藥核心能力之建立，分別於北、中、南、東、離島等五區成立「正確用藥教育資源中心」，提供民眾用藥諮詢並持續核心能力之推廣。

100 年度校園正確用藥教育議題創造之研究及推廣計畫以中心學校為基礎，每個中心學校、種子學校都以健康促進學校的模式推動「正確用藥教育」，其教學內容是以用藥五大核心能力為主，廣泛地融入各種領域的教學。

#### （八）消費者健康

世界昌明，科技的發展使得過敏原以及文明病都顯著的增加，環境變得越來越不適合人類生存；加上許多藥物對人體其實是一刀兩刃，具有療效的同時，卻往往存在著許多副作用。提升學校及社區成員對飲食消費的認知，訓練培養預防與應變的能力以增進健康和樂，「消費者健康」議題的探索迫在眉睫。

### 四、社區SWOT分析（如表5）

表5.錦興國小所屬社區SWOT分析表

| 分析 | 優勢<br>(strengths) | 弱勢<br>(weaknesses) | 機會<br>(opportunities) | 威脅<br>(threats) |
|----|-------------------|--------------------|-----------------------|-----------------|
|----|-------------------|--------------------|-----------------------|-----------------|

| 分析   | 優勢<br>(strengths)                                                                                                                                                                                                | 弱勢<br>(weaknesses)                                                                                                                                                                | 機會<br>(opportunities)                                                                                                                                 | 威脅<br>(threats)                                                                                                                                |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 環境現狀 | <p>1.本校學生 2040 餘人，人數眾多，學生家庭背景多元，同時蘊藏豐富之人才及家長資源。</p> <p>2.校內體育器材汰舊更新運作正常。</p> <p>3.校內衛生設備如潔牙架、洗手槽等均屬完備。</p> <p>4.校內陸續籌畫校園局部改造，閒置優質、安全的生活空間。</p> <p>5.健康中心之基本體檢設備完善並定期檢查汰舊換新。</p> <p>6.學校地處繁榮發展的新市鎮，很多社會資源可開發。</p> | <p>1.學生人數眾多，背景複雜，產生問題更多，諸如對政令的解讀、政策的推行，相形之下困難度也更大。</p> <p>2.校舍老舊，許多設備修繕不易。</p> <p>3.校園人口密度偏高，每個學生可使用的活動空間嚴重不足。</p> <p>4.校園建築占地密度偏高，相對綠地更少。</p> <p>5.校舍結構因素，使活動易造成音害，影響其他班級上課。</p> | <p>1.多數家長期望孩子能在健康安全的環境中成長。</p> <p>2.多數家長希望自己的小孩有多采多姿的童年生活。</p> <p>3.政府教育政策加強推行各項促進健康的教育活動。</p> <p>4.所屬社區村里推動社區促進活動意願高。</p> <p>5.學校周邊機構支援學校教學意願漸高。</p> | <p>1.學生課後之生活有許多均未能延續正確的健康安全教育。</p> <p>2.校外社會人士給予學生許多價值觀念上的負面衝擊。</p> <p>3.社區中活動運動的場所不足，因此放學後校園內經常出入大量校外人士，威脅校園整潔及安全。</p> <p>4.高樓林立，社區綠地非常少。</p> |
| 人力資源 | <p>1.<b>教師團隊</b>具有高度整合能力、執行能力。</p> <p>2.<b>社區志工</b>熱心協助學校許多活動的推行。</p> <p>3.<b>家長</b>協助推展校務意願高。</p> <p>4.<b>學生</b>活潑純樸，愛學校，認同師長，師生互動良好。</p>                                                                       | <p>1.教師自我意識很強，對健康議題不感興趣，對某些活動推行意願缺缺。</p> <p>2.社區志工服務項目稍欠多元。</p> <p>3.家長教育方法與理念須加強溝通。</p> <p>4.弱勢家庭漸增，部分家長對教育子女力不從心。</p> <p>5.學生自治能力有待加強，意外層出不窮。</p>                               | <p>1.教師團隊願意相互砥礪，共同激發創意與成長動力。</p> <p>2.家長與教師對話意願提高，增加共同輔導學生問題的機會。</p> <p>3.學生能體會師長的投入和校務的用心，學生言行有顯著進步。</p>                                             | <p>1.學校宣導與傳達事項，社區家長反應較冷漠。</p> <p>2.社區人士對公共利益認知不足。</p> <p>3.家長對教育敏感度不足。</p>                                                                     |

## 伍、計畫目標

### 一、精進教學知能

強化教師自我效能，深植健康概念，轉化健康知能，表現健康的行為與態度，同時營造良好的社區關係，落實優質化健康社區生活。

### 二、營造健康校園

提升全校親、師、生對健康的自我評估，積極強化健康知識、改善健康問題、總體營造健康安全的校園。

### 三、創新社區價值

發揮學校教育功能，培養親、師、生擁有健康知識、技能與生活習慣，進而發揮示範作用，期能影響社區風氣並帶動社區協作，達成創造健康社區的價值。

## 陸、計畫期程

辦理期程自一百年八月一日起至一百零一年七月三十一日止

## 柒、組織及任務

### 一、本校「推動健康促進學校計畫」委員會，組織、執掌（如表 6）

表 6.錦興國小「推動健康促進學校計畫」推行委員會

| 職 稱 | 現 職  | 姓 名 | 執 掌            | 備 註 |
|-----|------|-----|----------------|-----|
| 召集人 | 校長   | 李明宗 | 綜理健康促進學校推行督導事宜 |     |
| 副 召 | 學務主任 | 張桂惠 | 籌畫健康促進學校工作執行   |     |
|     | 教務主任 | 林美雲 | 督導健康促進學校課程推行   |     |
|     | 總務主任 | 許章耀 | 規劃健康促進學校硬體設備工作 |     |
|     | 輔導主任 | 王文秋 | 協助健康促進學校輔導活動   |     |
|     | 人事主任 | 陳菊萍 | 健康促進學校人力規劃     |     |

| 職 稱              | 現 職     | 姓 名 | 執 掌              | 備 註 |
|------------------|---------|-----|------------------|-----|
| 集<br>人           | 主計主任    | 石玉惠 | 健康促進學校經費控制       |     |
| 執<br>行<br>委<br>員 | 教學組長    | 林靜婷 | 規劃健康促進學校課程進度計畫   |     |
|                  | 設備組長    | 黃志興 | 健康促進學校教材購置與支援    |     |
|                  | 資訊組長    | 陳春成 | 建置健康促進學校網站及資源分享  |     |
|                  | 體育組長    | 許啟瑞 | 健康促進活動宣導與推行      |     |
|                  | 衛生組長    | 林振益 | 策定健康促進學校實施計畫與推動  |     |
|                  | 活動組長    | 張鈺媛 | 辦理健康促進學校藝文競賽     |     |
|                  | 生教組長    | 張惠雯 | 健康促進學校問卷調查與推行    |     |
|                  | 輔導組長    | 吳美瑩 | 錦興通訊刊登健康促進學校相關報導 |     |
|                  | 事務組長    | 林俊宏 | 維護健康校園設施         |     |
|                  | 綜合領域代表  | 劉淑惠 | 設計健康促進學校活動融入課程   |     |
|                  | 健體領域代表  | 許啟瑞 | 設計健康促進學校課程融入教學   |     |
|                  | 教師會代表   | 涂麗玉 | 負責教職員工參與健康促進學校事宜 |     |
|                  | 一年級學年主任 | 黃清儀 | 負責年段健康促進指導與聯繫    |     |
|                  | 二年級學年主任 | 林碧珠 |                  |     |
|                  | 三年級學年主任 | 張莉玲 |                  |     |
|                  | 四年級學年主任 | 陳惠芳 |                  |     |
|                  | 五年級學年主任 | 洪裕勝 |                  |     |
|                  | 六年級學年主任 | 葉又慈 |                  |     |
|                  | 科任代表    | 王雅君 |                  |     |
|                  | 護理師     | 唐英惠 | 負責學生相關健康檢查、追蹤矯正  |     |
|                  | 家長會長    | 徐春男 | 健康促進帶入社區宣導與溝通    |     |
|                  | 家長志工隊長  | 江忠信 | 健康促進帶入社區宣導與溝通    |     |
|                  | 自治市市長   | 林 葳 | 協助推行學生活動及宣導事宜    |     |

## 二、活動執行（如表 7）

表 7. 錦興國小推動健康促進學校計畫活動執行一覽表

| 項次 | 活動項目                      | 執行單位 | 活動方式                          | 隸屬向度   |
|----|---------------------------|------|-------------------------------|--------|
| 1  | (1) 召開會議<br>(2) 成立組織推動委員會 | 學務處  | (1) 訂定計畫<br>(2) 利用晨會宣導健康觀念及行動 | 學校衛生政策 |
| 2  | 研擬健體課程                    | 各班級任 | (1) 利用課程融入方式進行教學              | 健康     |

| 項次 | 活動項目                                   | 執行單位               | 活動方式                                                      | 隸屬向度   |
|----|----------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------|--------|
|    |                                        | 健體領域教師             | (2) 辦理競賽提升參與                                              | 教學     |
| 3  | (1) 加強觀念<br>(2) 落實行動                   | 學務處<br>教務處<br>各學年  | (1) 利用綜合活動融入健康主題<br>(2) 辦理相關之體驗活動                         | 健康服務   |
| 4  | 進修研習                                   | 學務處<br>教務處         | (1) 利用週三進修辦理健康促進知能研習<br>(2) 提供資訊參加校外進修                    | 健康知能   |
| 5  | 學習走廊                                   | 學務處<br>健康中心<br>自治市 | (1) 布置健康知覺成長步道<br>(2) 有獎徵答                                | 學校社會環境 |
| 6  | (1) 親職日活動<br>(2) 家長健身活動<br>(3) 志工成長工作坊 | 學務處<br>教務處<br>輔導室  | (1) 以體育健身活動引導家長參與<br>(2) 志工辦理促進健康相關活動<br>(3) 錦興通訊刊登健康體能資訊 | 結合社區資源 |

## 捌、經費預算

一、申請縣府補助 5000 元及教育部補助 5000 元

二、經費概算（如表 8）

表 8. 錦興國小推動健康促進學校計劃經費概算表

| 項目    | 金額    | 數量   | 小計     | 說明                                                 |
|-------|-------|------|--------|----------------------------------------------------|
| 文具、紙張 | 2,000 | 一式   | 2,000  | 碳粉、油墨、紙張、文具等費用                                     |
| 電腦處理  | 1,000 | 一式   | 1,000  | 磁片、光碟片、電腦資料處理費                                     |
| 講師鐘點費 | 1,600 | 2 小時 | 3,200  | 1. 辦理訓練、研討活動之授課鐘點費<br>2. 依「軍公教人員兼職交通費及講座鐘點費支給規定」辦理 |
| 獎品    | 2,500 | 一式   | 2,500  | 有獎徵答、學習單摸彩、各項藝文競賽、動態競賽等。                           |
| 境教佈置費 | 1,000 | 一式   | 1,000  | 大型看板、教室及走廊文宣佈置用                                    |
| 雜支    | 300   | 一式   | 300    | 佔上列項目總和 5% 以內                                      |
| 合計    |       |      | 10,000 |                                                    |

## 玖、預定進度

### 一、計畫甘梯圖（如表 9）

表 9.錦興國小推動健康促進學校計畫甘梯圖

| <div>時 間</div> <div>工 作 項 目</div> | 100<br>年<br>8<br>月                                                                  | 100<br>年<br>9<br>月                                                                  | 100<br>年<br>10<br>月                                                                  | 100<br>年<br>11<br>月 | 100<br>年<br>12<br>月 | 101<br>年<br>1<br>月 | 101<br>年<br>2<br>月 | 101<br>年<br>3<br>月                                                                    | 101<br>年<br>4<br>月 | 101<br>年<br>5<br>月                                                                    | 101<br>年<br>6<br>月                                                                    | 101<br>年<br>7<br>月 |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------|--------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1.成立學校衛生委員會                       |    |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 2.組成健康促進工作團隊                      |   |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 3.進行現況分析及需求評估                     |  |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 4.決定目標及健康議題                       |  |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 5.擬定學校健康促進計畫                      |  |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 6.編製教材及教學媒體                       |  |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 8.擬定過程成效評量工具                      |  |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 9.成效評量前測                          |                                                                                     |  |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |                                                                                       |                    |
| 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                           |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |  |                                                                                       |                    |
| 15 計畫檢討                           |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                      |                     |                     |                    |                    |                                                                                       |                    |                                                                                       |  |                    |

## 二、各項議題計畫內容

### (一) 口腔保健、抗煙拒檳 (如表 10)

表 10.口腔保健、抗煙拒檳計畫內容

| 項次 | 日期                    | 實施策略                               | 具體行動                                                                                                                 |
|----|-----------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 100.09<br> <br>101.07 | (1) 了解一、四年級學生牙齒生長情形<br>(2) 無菸環境的宣導 | (1) 一、四年級進行健康檢查<br>(2) 張貼禁煙、禁檳標誌<br>(3) 成立菸害教育推行小組<br>(4) 擬訂菸害教育實施辦法<br>(5) 親職日加強宣導學校衛生政策                            |
| 2  | 100.10<br> <br>101.07 | 菸害新法宣導                             | (1) 朝會及各公開集會場合加強宣導<br>(2) 學生行動劇演出配合宣導活動<br>(3) 於學校發送之文宣品中加強宣導<br>(4) 全校師生宣誓拒菸行動                                      |
| 3  | 100.09<br> <br>101.07 | (1) 牙齒保健教育<br>(2) 菸害防治教育           | (1) 推行潔牙 333 活動<br>(2) 追蹤健康檢查矯治工作<br>(3) 不定期加強教育健康的習慣與行為<br>(4) 辦理相關議題之藝文競賽活動<br>(5) 擬辦理相關議題之研習講座<br>(6) 佈置口腔保健之學習園地 |

### (二) 加強視力保健、杜絕近視惡化 (如表 11)

表 11.加強視力保健、杜絕近視惡化計畫內容

| 項次 | 日期                    | 實施策略                      | 具體行動                                                                                                         |
|----|-----------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 100.10<br> <br>100.11 | (1) 視力檢查與矯正追蹤<br>(2) 問卷調查 | (1) 問卷方式進行初步調查<br>(2) 宣導實施策略                                                                                 |
| 2  | 100.11<br> <br>101.02 | 視力保健宣導活動                  | (1) 追蹤健康檢查矯治工作<br>(2) 佈置視力保健之學習園地<br>(3) 辦理相關議題之藝文競賽活動<br>(4) 分低、中、高學年進行「有獎徵答」及「學習單摸彩」活動<br>(5) 擬辦理相關議題之研習講座 |
| 3  | 100.09                | 落實視力保健行動                  | (1) 每天做護眼操                                                                                                   |

| 項次 | 日期     | 實施策略   | 具體行動                                                        |
|----|--------|--------|-------------------------------------------------------------|
|    | 101.07 |        | (2) 下課做望遠凝視<br>(3) 辦理親師生暢遊有氧天地、親近自然活動<br>(4) 規劃晨間全校師生一同運動時間 |
| 4  | 101.07 | 彰顯行動成效 | 公布表現優秀學生                                                    |

(三) 加強身體健康，維持健康身體體位（如表 12）

表 12.加強身體健康，維持健康身體體位計畫內容

| 項次 | 日期                     | 實施策略      | 具體行動                                                                                                        |
|----|------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 100.09-10<br>101.02-03 | 分析學生體位    | 身高體重量測、BMI 的統計                                                                                              |
| 2  | 100.11<br>101.03       | 健康體位宣導活動  | (1) 午餐執秘營養講座及宣導活動<br>(2) 佈置健康體位保健之學習園地<br>(3) 辦理親師生有氧天地、親近自然活動<br>(4) 規劃晨間全校師生一同運動時間<br>(5) 「恢復健康體位比賽」與有獎徵答 |
| 3  | 100.02<br>101.07       | 延伸計畫成效與檢討 | (1) 成立體位控制意願班<br>(2) 獎勵恢復健康體位學生<br>(3) 不定期加強教育健康的習慣與行為                                                      |

(四) 維護健康校園、營造溫馨快樂（如表 13）

表 13.維護健康校園、營造溫馨快樂計畫內容

| 項次 | 日期               | 實施策略     | 具體行動                                                                                                                               |
|----|------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 100.08<br>101.07 | 校園環境管理   | (1) 建立校園衛生管理辦法<br>(2) 定期修剪花木<br>(3) 定期各項安全、衛生檢查<br>(4) 定期消毒<br>(5) 每日清掃整理                                                          |
| 2  | 100.08<br>101.07 | 維護健康校園宣導 | (1) 建立校園危機處理機制與緊急傷病處理辦法<br>(2) 落實資源分類與回收<br>(3) 加強宣導各類傳染疾病的預防並確實通報<br>(4) 透過各領域教學，將環境教育融入<br>(5) 隨機宣導生命、兩性、心理健康、消費者健康、用藥安全與防治等健康教育 |

| 項次 | 日期                    | 實施策略   | 具體行動                                                                            |
|----|-----------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------|
|    |                       |        | (6) 結合品格教育，締造自然平和的氛圍                                                            |
| 3  | 100.08<br> <br>101.07 | 永續環境教育 | (1) 辦理永續校園-健康促進相關研習講座<br>(2) 辦理相關議題之藝文競賽活動<br>(3) 透過各領域教學研究，融入永續概念，傳承延續，建立學校特色。 |

#### (五) 傳染病防治 (如表 14)

表 14.傳染病防治計畫內容

| 項次 | 日期                    | 實施策略                                        | 具體行動                                                                                         |
|----|-----------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 100.08<br> <br>101.07 | (1) 組織校園傳染病防治小組<br>(2) 擬定防疫機制<br>(3) 建置應變措施 | (1) 建立校園危機處理機制與緊急傷病處理辦法<br>(2) 建立校園防疫管理辦法<br>(3) 建立學生出缺席、罹患傳染病人數回報機制<br>(4) 定期各項衛生檢查、消毒的工作   |
| 2  | 100.08<br> <br>101.07 | 傳染病防治宣導及推動                                  | (1) 連結各項傳染病的學習網頁<br>(2) 加強宣導各類傳染疾病的預防並確實通報<br>(3) 透過各領域教學，將傳染性疾病教育融入<br>(4) 隨機宣導養成健康的觀念與習慣教育 |
| 3  | 100.08<br> <br>101.07 | 傳染病防治活動                                     | (1) 辦理傳染病防治-健康促進相關研習講座<br>(2) 辦理相關議題之藝文競賽活動<br>(3) 透過各領域教學研究，融入傳染病防治概念                       |

## 拾、預期效益

### 一、締造「無菸拒檳反毒」校園

實施校園全面抗菸拒檳反毒宣導，勇敢向菸、檳榔以及毒品說NO，維護親師生身心健康。教職員工宣誓防制菸、檳榔以及毒品之危害，締造「無菸拒檳反毒」校園。全體教職員工拒絕菸、檳榔以及毒品比率達95%。家長簽署成為「無菸無檳」家庭比率達到5%。

### 二、深植「視力保健」概念

著重視力保健宣導，期望全校師生視力不良人數得以逐年減少，導正學童及家長之明視認知，持續叮嚀患有「假性近視」(0.6~0.8)小朋友能儘速就醫以延緩近視配鏡的時間。

### 三、落實「潔牙、防齲」習慣

結合午餐教育之配套引導，期望學生齲齒率能下降至50%以下，潔牙率能提高至95%以上，提升學童保護牙齒的意願。

### 四、促進「健康體位」素養

協助體位不良孩子甚至家長，建立正確的飲食與運動概念，培養對健康體位的覺知，進而促進身心健康，以降低體位不良率。

### 五、形塑「消費者健康」特色

經由本校健康促進推行委員會與相關處室、教師會商後，確認「消費者健康」應以多元活動方式辦理，藉由九年一貫課程精神的融入，形塑學校特色並列入年度重要行事。全校師生與社區家長藉由講師的講解、學生的體驗，落實健康消費概念，營造總體健康的目標。

## 拾壹、定案程序

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

單位主管

校長