

屏東縣潮州鎮潮南國民小學 108 學年度健康促進學校實施計畫

一、依據：

- 1、屏東縣政府 108 年 8 月 9 日屏府教前字第 10829612700 號函辦理。
- 2、屏東縣 108 學年度學校健康促進實施計畫」及屏東縣政府 108 年 11 月 26 日屏府教前字第 10884313000 號函辦理。

二、計畫目的：

- (一)營造健康安全的校園環境，增進學生健康安全成長。
- (二)充實學生健康管理的能力，增加學生健康生活技能。
- (三)強化師生健康品質的服務，促進學校成員身心健康。
- (四)發展健康促進課程與教學，提升教師健康專業知能。
- (五)結合家長及社區資源網絡，推動健康促進學校工作。

三、現況分析：

(一)學校地理位置及基本概況：

本校位於潮州鎮興美里，地處潮州鎮與崁頂鄉的交界處，社區隔代教養及家長經濟弱勢情形比例偏高，低收中低收入戶佔總學生數約 1/3，大部分家長多以務農或打零工為主，社區中又無眼科診所及牙醫診所，醫療資源相當缺乏，近年來由於社會變遷快速，家庭結構改變，新住民、隔代教養比例增高；加上雙薪家庭，父母忙於工作，疏離孩子管教；而社經地位較低落的家長，又普遍缺乏健康生活型態的相關知識，學童的生活及健康情形頗值得關切。因此，如何結合家庭及社區資源，建立良好的合作互動關係，使社區民眾及全校教職員工生實行健康生活，達成全人健康是學校教育積極推動的目標。

本校學生健康問題長期以來依序為視力不良複檢率，其次為齲齒就醫矯治率、體重過重超重等問題最為嚴重。因此本校以此三項工作為學校重心工作。

本計畫旨在運用多方策略以多元評估整合健康促進計畫，以增進全校師生健康，計畫分三階

段實施進行：

第一階段成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，評估師生健康狀況、及現有人力及物力資源，進而確立學校健康議題的優先順序。

第二階段則依據所訂定議題，發展策略及計畫，並提供充分的支持與服務，以增進學校成員健康行為建立健康的生活型態，提升健康品質。

第三階段依計畫執行進行成效分析及評估，各項工作計畫執行後，進行考核及檢討並給予適時的回饋。

六大範疇 SWOT 分析

六大範疇	優勢 (S)	劣勢 (W)	機會 (O)	威脅 (T)
學校衛生政策	學校設有衛生教育暨健康促進推行委員會，訂定主要執行計畫。	1. 新進教師對於各項健康促進計畫，不甚了解。 2. 學校教職員人數有限，身兼數職分身乏術。	學校積極推動健康促進活動，相關計畫融入課程教學，使學生潛移默化吸收健康知能。	學校校外資源有限學生健康觀念貧乏。
學校物質環境	學校健康中心具備各項設施。	學校經費來源有限，各項設備已達汰換年限。	家長會協助經費補助並積極參與學校健康促進活動。	相關經費申請不易，針對目前狀況無法立即提供改善。
學校社會環境	近年來社區家長對學校校務參與度有增高之趨向，尊重學校教室之專業。	家長社經地位平均較低。	家長會、志工團隊發展空間大，可再開展人力資源。	單親家庭多，大多由祖父母接送、與家長連絡不易。
健康生活技能教學及活動	1. 多中、青教師，具有教學熱忱及活力。 2. 教師具備課程研發專業知能，能結合健康促進融入課程活動	代理教師多，師資流動率大，執行教學活動的人易變動。 學校教職員少，大家身兼數職，工作繁重。	1. 教師進修意願高，對於新事物的學習有高度熱忱。 2. 近年來社群媒體興起，家常接收新知的機會變多。	1. 學生人數少易造成各項活動參加人數不足。 2. 學生於家中較缺乏健康生活習慣。
社區關係	1. 優良校風能獲社區家長的支持。 2. 與家長、社區溝通管道暢通。	1. 擁有健康相關知識、技術與經驗的家長志工較少。 2. 鄰近牙醫及眼科診所較遠家長接送就醫意願降低。	可以開發運用社區各項資源。	1. 多為隔代教養，祖父母的健康觀念較薄弱人口數減少，社區發展緩慢。 2. 家長及祖父母視力及口腔健康觀念薄弱
健康服務	學習機會多，活動多元。	學校缺乏具體有效的視力保健行動誘因。	學習趨向卓越與多元，學習成效大。	學生在家飲食狀況難掌握，影響成效。

四、以 107 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

102~107 學年度視力不良%統計表

	102 上	102 下	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下
一年級	35.7	21.4	8.3	0	12.5	11.1	40	30	0	8.3	8.3	25
二年級	0	14.3	21.4	28.6	7.7	7.7	33.3	33.3	50	60	7.7	8.3
三年級	20	10	14.3	14.3	28.6	42.9	46.2	16.7	33.3	44.4	40	50
四年級	60	60	20	20	14.3	28.6	53.3	53.3	38.5	50.00	44.4	44.4
五年級	27.3	27.3	56.3	56.3	23	14.3	10	20	53.3	60	69.2	69.2
六年級	35.7	35.7	36.4	37	58.8	64.7	23.2	15.4	41.7	50	60	55.6
全校	33.8	31	28.6	29	29.7	32	35.7	29	36.6	45.7	38.9	45.1
惡化 %	8.7	2.2	1.07	4.5	1.7	6.76	18.75	7.88	6.79	22.22	9.25	3.18

102~107 學年度一、四年級待矯治齲齒統計表

	102 上	103 上	104 上	105 上	106 上	107 上
一年級	40	65.6	59	88.82	87.3	88.89
四年級	66.67	40	42	100	67.2	63.2
增減%				+60	+1.6	+4.2

102~107 學年度健康體位過輕統計表

	102 上	102 下	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下
一年級	0	0	0	0	12.5	11.1	0	0	8.3	8.3	0	00
二年級	0	0	0	0	0	0	11.1	11.1	11.1	10	15.4	16.7
三年級	0	14.3	0	0	0	0	0	0	0	11.1	0	0
四年級	13.3	6.7	0	0	0	0	0	0	0	0	11.1	0
五年級	9.1	9.1	6.3	6.3	0	0	0	0	0	0	0	0
六年級	0	0	9.1	18.2	0	5.9	0	0	8.3	0	0	0
國小平均	4.2	4.2	2.9	4.3	1.4	2.8	1.4	1.4	4.2	4.3	4.2	2.8

102~107 學年度健康體位適中統計表

	102 上	102 下	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下
一年級	78.6	85.7	75	75	62.5	66.7	90	90	66.7	66.7	66.7	58.3
二年級	85.7	71.4	78.6	78.6	69.2	76.9	66.7	55.6	90	80	53.8	66.7
三年級	90	90	85.7	85.7	78.6	78.6	69.2	66.7	55.6	44.4	80	80
四年級	33.3	53.3	90	90	85.7	85.7	73.3	73.3	69.2	75	33.3	55.6
五年級	81.8	90.9	56.3	56.3	63.6	54.5	80	70	80	66.7	53.8	46.2
六年級	85.7	92.9	90.9	72.7	64.7	58.8	53.8	53.8	66.7	75	66.7	73.3
國小 平均	73.2	80.3	77.1	74.3	70	69	71.4	68.1	71.8	68.6	59.7	63.4

102~107 學年度健康體位過重統計表

	102 上	102 下	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下
一年級	7.1	7.1	16.7	16.7	12.5	11.1	0	0	16.7	16.7	0	8.3
二年級	0	14.3	14.3	14.3	15.4	15.4	0	11.1	0	0	23.1	8.3
三年級	0	0	0	0	7.1	7.1	15.4	25	0	11.1	10	10
四年級	26.7	20	0	0	0	0	13.3	13.3	7.7	8.3	22.2	11.1
五年級	9.1	0	0	12.5	27.3	36.4	0	10	6.7	13.3	15.4	30.8
六年級	7.1	0	0	9.1	0	17.6	30.8	30.8	0	0	13.3	6.7
國小 平均	9.9	7.0	5.7	10	10	15.5	11.4	15.9	5.6	8.6	13.9	12.7

102~107 學年度健康體位超重統計表

	102 上	102 下	103 上	103 下	104 上	104 下	105 上	105 下	106 上	106 下	107 上	107 下
一年級	14.3	7.1	8.3	8.3	12.5	11.1	10	10	8.3	8.3	33.3	33.3
二年級	14.3	0	7.1	7.1	15.4	7.7	22.2	22.2	10	10	7.7	8.3
三年級	10	10	14.3	14.3	14.3	14.3	15.4	8.3	33.3	33.3	10	10
四年級	26.7	20	10	10	14.3	14.3	13.3	13.3	23.1	16.7	33.3	33.3
五年級	0	0	37.5	25	9.1	9.1	20	20	13.3	20	30.8	23.1
六年級	7.1	7.1	0	0	35.3	17.6	15.4	15.4	25	25	20	20
國小 平均	12.7	8.5	14.3	11.4	18.6	12.7	15.7	14.5	18.3	18.6	22.2	21.1

五、107 學年度健康資訊系統資料分析

項目	指標	本校	本縣	全國	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率	45.1%	36.68%	44.79%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
	視力不良複檢率	79.42%	78.22%	88.11%	☐ 符合全國指標以上 ☒ 低於全國指標尚需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率 〈一、四〉	88.89%	53.10%	42.16%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		63.2%	46.67%	36.43%	
	學生齲齒就醫矯治率〈一、四〉	96.2%	77.95%	88.57%	☒ 符合全國指標以上 ☐ 低於全國指標尚需努力
		100%	74.17%	86.24%	
健康體位	學生體位過輕率	2.8%	6.07%	7.42%	☒ 符合全國指標以下 ☐ 於全國指標尚需努力
	學生體位適中率	63.4%	59.85%	63.94%	☐ 符合全國指標以上 ☒ 低於全國指標尚需努力
	學生體位過重率	12.7%	13.76%	12.93%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
	學生體位超重率	21.1%	20.32%	15.71%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力

六、健康促進學校議題：

一、必選議題：

☒視力保健 ☒口腔保健 ☒健康體位(含營養教育) ☐菸檳防制 ☐全民健保(含正確用藥)

二、108 學年度校本重點議題：

☒視力保健 ☒口腔保健 ☒健康體位(含營養教育) ☐菸檳防制 ☐全民健保(含正確用藥)

三、自選議題：

☐性教育(含愛滋病防治) ☐藥物濫用防制 ☒安全急救教育 ☐心理衛生 ☐傳染病防治

七、實施策略及內容說明：以視力保健、口腔衛生、健康體位為重點推動議題

7-1、視力保健實施策略及說明

六大範疇	實施策略及內容	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 成立學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊。	訓育組 健康中心	教務處 輔導室 總務處	108.08 108.09
	2. 透過委員會進行需求評估，並能依照評估結果，制定實施計畫	訓育組 健康中心	教務處 輔導室 總務處	108.08 108.09
	3. 推行視力保健 3010 政策，鼓勵學生下課走出戶外讓眼睛休息。	訓育組 健康中心	班級導師	108.08 109.06
	4. 推動課間活動，讓學生至操場進行視力遠眺，減少室內用眼活動	訓育組 健康中心	班級導師	
學校物質環境	1. 更換教室燈具並檢查照度。	總務處	班級導師	108.08 109.06
	2. 開學前進行課桌椅調整、根據學生身高及視力狀況適度調整座位。	總務處	班級導師	108.08 109.06
	3. 協助更換教室硬體設備，投影機及布幕。	總務處	班級導師	108.08 109.06
學校社會環境	1. 落實三級輔導工作，營造友善校園環境。	輔導室	班級導師	108.08 109.06
	2. 辦理課間活動:護眼運動、晨間跑步活動，並利用學校獎勵卡加點活動鼓勵學生課間走出戶外，放鬆眼睛。	訓育組	教導處 班級導師	108.08 109.06

健康生活技能教學及活動	1. 每學期初進行視力檢查，檢查結果於一週內通知家長，視力不良學生發給視力不良通知單，健康中心將視力不良學生造冊進行追蹤輔導。	健康中心	教務處 班級導師	108.08 109.06
	2. 將視力保健議題融入課程。	教導處 教務組	教導處 班級導師 健體老師	108.08 109.06
社區關係	1. 利用班親會辦理社區視力保健健康講座，宣導視力保健的重要性。	教導處 訓育組	教務處 輔導室 總務處 班級導師	108.08 109.06
	2. 利用學校及社區公布欄，張貼視力保健相關宣導，增進社區家長對於視力保健的知識。	訓育組 健康中心	教務處 輔導室 總務處 班級導師	108.08 108.12
健康服務	1.視力檢查及矯正追蹤： (1)定期學生視力檢查，建立健檢檔案。 (2)視力未達 0.9 之學生以書面通知家長，並做追蹤記錄。 (3)關懷且輔導接受眼科藥物治療之學童。 (4)關懷且輔導配戴眼鏡矯治視力之學童。 (5)高度近視及高危險群個案管理。	健康中心	教務處 學務處 輔導室 總務處 班級導師	108.09 108.10 ; 108.03 108.04

7-2、口腔衛生實施策略及內容說明：

六大範疇	實施策略及內容	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 訂定口腔衛生實施計畫，彙整相關資料於學期初召開衛生委員會，擬定相關措施。	教導處 訓育組 健康中心	班級導師	108.08 109.06
	2. 訂定篩檢、複檢及矯治因應計畫。	教導處 訓育組 健康中心	班級導師	108.08 109.06
學校物質環境	1. 每學期初各班進行潔牙櫃的擺設及檢視，潔牙櫃有破損不堪使用之班級提出申購，以利班級學生開學後使用	總務處	教導處	108.08 109.06
	2. 每學期初檢視各班洗手台設備，確認設備完善，方便學生每日潔牙使用	總務處	教導處	108.08 109.06
學校社會環境	1. 落實三級輔導工作，營造友善校園環境。	教導處 輔導室	班級導師	108.08 109.06
	2. 利用學校獎勵卡集點活動，落實潔牙活動，並給予確實執行者加點。	訓育組 班級導師	教導處	108.08

				109.06
健康生活技能教學及活動	1. 每學期進行含氟漱口水及正確潔牙、牙線使用方法宣導。 2. 落實每日餐後潔牙活動及記錄。 3. 每週一進行含氟漱口水使用及記錄。 4. 將口腔衛生議題融入「健康與體育學習領域」課程。 5. 利用晨間集會時間進行全校口腔衛生宣導	教導處 訓育組 健康中心	班級導師	108.08 109.06
社區關係	1. 利用親職教育講座辦理口腔衛生相關議題宣導口腔衛生的重要性。	教導處 訓育組 健康中心	班級導師	108.08 109.06
健康服務	1. 每年安排一、四年級學生口腔檢查，口腔衛生不良者通知家長篩檢結果及矯治追蹤。	健康中心	教務處 班級導師	108.09 108.10

7-3、健康體位實施策略及內容說明：

六大範疇	實施策略及內容	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 訂定晨間運動實施計畫，推動教職員工生每日運動 30 分及養成蔬果五七九的均衡飲食習慣。	訓育組	班級導師	108.08 109.06
	2. 鼓勵學生參加運動型社團。	訓育組	班級導師	108.08 109.06
學校物質環境	1. 設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。	總務處	訓育組	108.08 109.06
	2. 營養午餐供餐合約制定以新鮮食材且無油炸菜色的少油、少糖、少鹽飲食。	總務處 午餐秘書	午餐秘書	108.08 109.06
	3. 使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量。	午餐秘書	班級導師	108.08 109.06
學校社會環境	1. 落實三級輔導工作，營造友善校園環境。	教導處 輔導室	班級導師	108.08 109.06
	2. 利用學校跑步遊台灣活動，鼓勵學生天天跑步運動，累積跑步圈數，集點換獎勵。	訓育組	總務處 班級導師	108.08 109.06

健康生活技能教學及活動	1. 營養午餐天天有機蔬菜。 2. 建立親師生健康知能概念，並融入課程教學及進行文宣宣導。 3. 辦理營養教育宣導，建立師生健康飲食觀念，養成均衡攝取營養之健康行為。	總務處 午餐秘書	班級導師	108.08 109.06
社區關係	1. 辦理社區健康飲食講座，建立社區家長正確飲食的重要觀念。	教導處	班級導師	108.08 109.06
健康服務	1. 身高體重檢查與追蹤： (1)每學期學生進行身高體重檢查。 (2)將學生身高體重檢查結果(體位不良)通知家長。	健康中心	教務處 總務處 班級導師	108.09 108.10

7-4、安全急救教育實施策略及內容：

六大範疇	實施策略及內容	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 各項安全急救宣導： 2. 不定期透過全校朝會、海報文宣、網路、宣導安全急救觀念。	教導處 總務處	全校教職員工	108.08 109.06
學校物質環境	1. 複合式防災演練： 2. 透過複合式防災演練，落實地震、水災的具體應變措施。	總務處 訓育組	全校教職員工	108.09
	1. 遊戲器材安全教學： 2. 針對新生進行校園環境及遊戲器材安全說明，以使學生正確使用，並降低受傷發生率。	總務處 訓育組	教務處 輔導室 班級導師	108.09
學校社會環境	1. 落實三級輔導工作，營造友善校園環境。	學務處 輔導室	教務處 總務處 班級導師	108.08 109.06
健康生活技能教學及活動	1. 辦理教師 CPR 心肺復甦術及 AED 急救教學研習。	健康中心	全校教職員工	109.05
	2. 學生 CPR 與哈姆立克急救知識宣導。	健康中心	班級導師	109.05
社區關係	1. 結合社區推廣急救 CPR 相關活動。	教導處	輔導室 總務處	108.08 109.06
健康服務	1. 健康中心提供安全急救服務 2. 健康中心提供相關醫療諮詢	健康中心	教務處 輔導室 總務處 班級導師	108.08 109.06

八、執行成效評估：

必 選 議 題		
推動議題	成效指標說明	學校自我預期成效評估
視力保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率 107(上)：38.9% 107(下)：45.1% 2. 裸視篩檢視力不良惡化率。 107(上)：9.25% 107(下)：3.18% 3. 定期就醫追蹤率 88%。 4. 高危險群體個案追蹤管理率 100%。 5. 未就醫追蹤關懷達成率 90%。	1. 42% 2. 6% 3. 90% 4. 100% 5. 95%
口腔保健	1. 學生未治療齲齒率%。 一年級：88.89% 四年級：63.2% 2. 學生齲齒複檢診治率 一年級：96.2%、四年級：100% 3. 學生餐後潔牙率 95%。 4. 學生使用貝氏刷牙法比率 100%。	1. 一年級：降至 80% 四年級：降至 60% 2. 一年級：100% 四年級：100% 3. 98% 4. 100%
健康體位	1. 體位過輕率。 107(上)：4.2% 107(下)：2.8% 2. 體位適中率。 107(上)：66.7% 107(下)：73.3% 3. 體位過重率。 107(上)：13.9% 107(下)：12.7% 4. 體位肥胖率。 107(上)：22.2% 107(下)：21.13.5%	1. 3.5% 2. 70%。 3. 13% 4. 21%
安全教育 與急救	2. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率90%。 3. 107學年辦理社區急救宣導場次1場次	1. 100% 2. 2 場次

九、預期成效：

1. 培養學生健康體位的正確觀念，並增進學生健康飲食知識與技能，降低本校學生體為不良之比率。
2. 藉由健康體位與健康飲食的倡導，養成學生規律運動的習慣及體位適中的觀念。
3. 提升整體校園的健康服務，從學生健康資料建立異常矯治追蹤，透過社區醫療資源，掌握學生健康資料促使家長更重視學生健康。
4. 依年段建立學生健康知識的認知能力。
5. 增進學校與社區關係，藉由與社區結盟，舉辦運動會或運動社團、鼓勵健康餐飲店設立、規劃上下學安全走廊地圖、家長們協助改善學生飲食等，讓更多家長和社會團體支持學校推動健康政策。
6. 養成教職員工生「自我照顧」之健康知能與健康行為，進而建立健康的生活型態。
7. 達成健康促進學校目標，提供學生一個安全、健康和良好的學習環境，並且提供給學校教職員工一個安全和健康的工作環境。

十、預期進度（甘特圖）：

月份 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
1. 整合各處資源成立健促學校推行委員會											
2. 組成健康促進工作團隊											
3. 進行現況分析及需求評估											
4. 擬定學校健康促進計畫											
5. 編制相關教材及教案											
6. 編制相關課程前後測評量工具											
7. 課程計畫評量前測											
8. 執行健康促進計畫											
9. 執行過程評量											
10. 計畫執行評價後測											
11. 計畫結果資料分析											
12. 計畫結果報告撰寫											

十一、人力配置：

屏東縣潮南國民小學健康促進推行委員會組織一覽表

委員會 職稱	任職單位			備註
	單位	職稱	姓名	
召集委員	潮南國小	校長	林秀玲	綜理健康促進學校計畫之督導
副召集委員	潮南國小	教導主任	周淑琴	策劃、督導計畫之推動執行，並協助行政協調
副召集委員	潮南國小	總務主任	劉祐彰	策劃督導計畫之執行及環境硬體設備維護
執行秘書	潮南國小	訓導組長	盧誌章	執行承辦健康促進各項相關活動
執行秘書	潮南國小	護理師	林妍君	執行追蹤全校教職員工生之健康情形、建立健康資料，辦理健康促進活動相關聯繫
委員	潮南國小	教師	鍾宜軒	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	王靜怡	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	張簡汶淵	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	蘇俐瑩	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	廖士君	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	黃士倫	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	陳稚芊	執行各項健康促進相關政策
委員	潮南國小	教師	曾文儀	執行各項健康促進相關政策
委員	家長會	會長	蘇柔伊	整合家長會人力及協助各項議題之推展

十二、經費概算:相關經費由學校自籌

護理師:林妍君

訓育組長:盧誌章

主任:周淑琴

校長:林秀玲

劉祐彰