

宜蘭縣立中華國中 105 學年度上學期期末暨下學期期初校務會議

壹、時 間：中華民國 106 年 1 月 20 日（星期五）下午 3 點

貳、地 點：本校視聽教室

參、主 席：林校長 志全

肆、出席人員：全校教職員工、家長會委員（詳如簽到表）

伍、主席致詞：詳簡報檔

記錄：莊素珠

陸、家長會長致詞：

1. 在此先跟各位拜個早年，預祝大家新年快樂佳節愉快。
2. 非常感謝校長及各位教職同仁這一年來的辛苦，把學校帶領的非常好，透過剛才校長的簡報，更感謝校長充分掌握校務每一個細節並對未來的發展瞭若指掌，謝謝大家。
3. 相信各位教職同仁也知道校長的生涯規劃，我今天在此轉達很多家長的請託，公開慰留校長，希望校長在過年期間好好思考，年後為學校帶來好消息。
4. 再次感謝大家這一年來的辛苦付出，家長會在此致上十二萬分的敬意。

柒、各處室報告：

【教 務 處 報 告】

1. 行事曆：三年級第二次段考日期為 4/20（三）、4/21（四）安排在第四次模擬考前，日期與第一次段考間隔僅三週，請三年級任教老師特別注意進度期程。（行事曆詳附件一）
2. 一〇七課綱已規劃期程，請學務處針對社團、班級活動等共同課程進行課程規劃，而各領召務必在寒假前後完成開會，討論該領域校本課程規劃想法，並在課發會提出領域共識。
3. 教師有第二專長欲轉授課領域，務必在開學前事先告知教務處，以利規劃下學年師資。
4. 本年度預計向庭芳關懷協會申請閱讀推動計劃，申請「閱讀標竿班級」並確實執行每週二次晨讀或每月八次晨讀班級，將提供 5000~10000 元購買班級圖書（講義）。
5. 1/20~1/21（上午）舉辦小六升國一，數理科學營，感謝文斌組長規劃，基哲老師及昕怡老師協助。
6. 1/23~1/26（上午）舉辦國一、二數理資優科學營，感謝文斌組長規劃，智青老師、雅霽老師、謝迺岳老師及詹勝凱老師協助。
7. 教務處幹事明林大哥將於 3 月榮退，恭喜明林大哥及感謝各位老師協助調課事宜。

課務組

1. 期末發下許多活動的調查表，感謝導師們的協助調查，大家辛苦了！

2. 三年級寒假自習活動於 106 年 1 月 23-26 日舉辦，共計四天上午，感謝三導們的幫忙！
3. 一、二年級寒假作業：閱讀五本書，完成閱讀護照及作文一篇。
4. 三年級第三次模擬考於 2/21(二)及 2/22(三)舉行，考試範圍為第一冊至第五冊，請老師提醒同學多利用時間做好複習。
5. 一、二年級下學期的補救教學預計於 2/20(一)開始，相關家長同意書及學生課表將於開學第一周發下，到時再麻煩導師協助提醒。
6. 三年級下學期輔導課則於 3/1(三)開始~至 4/26(三)結束，請科任老師於 2/15(三)午休前將排課調查意願表送回課務組，以利排課事宜，感謝老師^^
7. 105 學年度的校內語文競賽預計於 4/10-4/14 舉行，期初會發放比賽辦法，屆時麻煩國文老師協助推荐選手，公佈欄上亦放有閩南語朗讀的聲音檔可供選手下載練習。
8. 麻煩導師協助選出下學期負責教室日誌填寫的學藝股長，以認真負責、字體端正者為佳，再次感恩老師的幫忙。(上學期各班學藝股長大多非常優秀，感謝他們這學期來的幫忙!!也要麻煩他們到時幫忙做相關事務的交接，以利新任學藝盡快上軌道。)
9. 全縣英文 EEG 比賽(單字王、讀者劇場及英語歌唱比賽)，將於 4/15(六)壯圍國中辦理比賽，感謝英文領域、導師及音樂老師協助。

課發組

1. 本校通過校本資優計畫，共有 20 名一、二年級學生參與共學，感謝基哲老師、如君老師、雅霽老師及一、二年級各班導師協助篩選及授課；學務處協助共學學生社團安排。
2. 有通過精進計畫的領域『健體、校本』將於下學期按計畫開始執行，請領召將成果或內容紀錄下來，將於計畫結束後呈現。
3. 105 學年度第二學期於定考下午將持續辦理校內教師增能研習，請各位老師踴躍參加。
4. 106 年 3 月 27 日進行校內科展評選。縣科展為 106 年 4 月 21 日，請相關指導老師注意期程。
5. 106 年 5 月 31 日~6 月 3 日將進科學及能源教育週。
6. 下學年將針對一、二年級規劃生命教育、環境教育服務學習計劃，請綜合老師、導師協助相關活動。
7. 下學期開學日 07:50~08:50 將發書至各班，各年級各班導師請依「廣播」派 15 名學生拿著領書單至家政教室領書；08:50~09:05 為學生換書時間。
8. 第三次定考出題人員，於考後要作試題分析，其分析結果，請於下學期開學日交至課發組，課發組會將試題及其分析結果代表本校參加下學期的試題比賽。
9. 請各領域寒假至少召開一次備課會議(並進行學期末課程評鑑)，召集人請於開學後繳交備課會議紀錄。
10. 進入各專科教室時，請先檢查各項設施是否正常，在使用登記簿上註記；使用完畢後，請老師務必確實檢查水電門窗是否關閉，器材是否歸位，尤其家政教室的瓦斯桶務必關緊。

註冊組

1. 三年級第一次試模擬志願選填順利完成，感謝各班輔導老師及導師協助。下一次模擬志願選填(含模擬集體報名)為 4/10-4/14。
2. 第三次定考成績繳交時間：所有定期及平時成績(包含彈性課程-電腦、閱讀)：請於 1 月 26 日(星期四)前輸入完畢，因系統將於 2 月 1 日自動升級為 105 學年度第二學期，請各位老師務必配合，謝謝!
3. 新學期開學後第二~三週(2/20-3/3)辦理補考。

資訊組

1. 近因部份單位重要系統發生勒索病毒資安事件，致重要資料毀損影響公務正常進行，請各位同仁注意資訊安全。
2. 班級投影機遙控器寒假期間請暫由導師保管，屆時資訊組將通知學生送交導師處。
3. 一、二年級的班級書箱，請於開學後二週內完成移交。
4. 全校有 20 個班級配置 15 公尺的 HDMI 線，供老師教學使用，請老師叮嚀學生，上課完後，務必將線材收好，不要讓線材接觸地面，以免同學踩踏毀損。
5. 為維護資訊安全及因應個資法的實施，請將班級筆電設定帳號密碼才能開機，並設定有密碼的螢幕保護程式，避免造成學生個人資料外洩。
6. 密碼設定原則，請參考請遵守優質通行碼設定原則與使用原則，詳如『中華國中資通安全管理系統實施原則』中『文件編號 CHJH-ICS-4』。

【學務處報告】

訓育組

1. 畢冊全校教職員團照(含校長、會長、各處室主任沙龍照；各處室、各年級導師團照)訂於 3 月 1 日(三)早上 7:45(早自修)起拍攝，第四、五節教職員沙龍照；第六、七節教職員證件照。敬請各位同仁準時出席，感謝大家!
2. 國樂寒訓時間為 2/8(三)~2/11(六)下午 1:00~4:00，感謝林仁傑老師指導。
3. 國樂及舞蹈社將於三月代表宜蘭縣參加全國賽，感謝秋媚組長及指導老師辛苦的指導。
4. 感謝各位老師及各處室行政同仁的鼎力相助，使本學期訓育組的活動順利完成，感恩!

生教組

1. 請各班導師於校行政系統(EIP)中確認所屬班級同學之獎懲紀錄，若有懲處紀錄，請通知其於下學期至生教組申請銷過，尤其是三年級同學，以免影響後續升學比序積分。警告部分煩請導師進行觀察，若該生表現良好，則交予生教組銷過申請單，生教組直接予以銷過。小過以上部分由生教組進行觀察及完成愛校服務時數後方予以銷過。
2. 本學期於 106 年 1 月 19 日結束，請導師轉知學生若仍有缺曠課紀錄，請於 1 月 24

日中午前至生教組補請假，若有登錄錯誤請至生教組確認並更正。

3. 增訂本校學生獎懲實施要點，使懲處備用條文更加明確。第十條第十五之二項：積欠作業，經教師敦促仍不改進者。以及第十二條第十五之一項：涉及性平案件情節重大者。
4. 老師的評語及生活評量，模組已放在全誼系統，請老師協助輸入。

衛生組

1. 學期末部分淘汰掃具需補充，但因年度預算問題，預計於寒假補充，開學再進行各班調查與申請，不便之處敬請見諒。
2. 下學期開始二年級衛生組志工改為全校性志工，通過實習者名單已於1月18日公布，並於下學期開學正式值勤，感謝一、二年級導師協助推薦。
3. 感謝二年級導師及學生協助寒假返校打掃，缺席學生將於下學期擇日辦理補打掃。

體育組

1. 本學期活動都已順利完成，謝謝各位老師及體育老師們協助幫忙，謝謝！
2. 下學期一、二年級班際賽時間為5/4、5/5兩天舉行，三年級6/2下午及6/3整天。

【行務處報告】

1. 下學期午餐廠商將用保溫餐車運送，廚餘(生)、垃圾處理方式繼續執行，感謝導師協助督導。
2. 2/18(星期六補上班)辦理全校防災演練。
3. 本校影印機皆為租賃，超過合約基本張數則另外計費。請同仁愛惜使用節約經費，影印40張以上請用速印機。
4. 宜蘭市公所爭取內政部營建署建置本校(人本通學廊道改善計畫)，已完成期中審查。
5. 歲末聯歡活動建議於第一學期期末辦理(一月份)。
6. 1/23(星期一)新進一位英專替代役。
7. 消防宣導。(詳附件二)

【輔導處報告】

輔導組

1. 本學期感謝導師與四位專兼輔老師的努力，寒假期間也請導師撥空關懷班上需要特別關注的孩子。
2. 七年級生命教育課程班級講座，辦理日期為：2/22、3/8、3/15、3/29、4/5、4/12、4/19、4/26、5/3、5/24，前八次為自習課時間，5/24為結業式於班會課在活動中心舉行。
3. 寒假作業：一年級(我的寒假家庭生活日記)學習單、二年級(話我祖孫情)學習單，請導師開學後推薦優秀作品1-3件。
4. 校園性侵害性騷擾及性霸凌事件通報時效性為知悉後24小時，若同仁知悉請隨時告知輔導處或生教組，以利於24小時內通報。

生涯規劃組

1. 技藝班：(商管)寒假特訓時間為：1/24-26、2/2-2/10 共十天，開學於 2/15 開始上課；(電機電子)於蘭技 2/15 開始上課；(家政)於頭家 2/22 開始上課。
2. 請各班導師協助於 2/3(五)前將輔導紀錄交回輔導處備查。
3. 下學期初進行全校生涯輔導紀錄手冊抽查並舉行二年級優秀生涯檔案夾票選活動。

特教組

1. 105 學年度第一學期期末暨第二學期期初 IEP、IGP 檢討會及國三生轉銜會議於 105 年 1 月 16 日~1 月 17 日辦理完成。
2. 學習輔導教室第二學期課程，依照學校行事曆上課，原則上課表與第一學期相同，聯絡簿和第二學期課表將於開學日發給學生，課表如有更動再另行修正後通知導師。
3. 2/15 (三) 開始辦理國三特殊生適應安置輔導報名。
4. 三月將辦理小六升國一特殊生安置會議 (實際日期依特教中心規定辦理)。下學年欲計有 9-10 位學生安置於本校。
5. 3/30 (四) 辦理學輔室校外教學。

【人事室報告】

- 一、請各處室於寒假期間妥適安排人力，避免影響服務品質及差勤考評。
另於本 (106) 年農曆春節連續假期前、後 1 日上班日，請確依公務人員請假規則及教師請假規則之規定，有效控留人力，以維持為民服務品質。
- 二、同仁寒假期間如擬出國或赴大陸地區，請依規定至差勤電子表單系統「差勤申請單」項下，填列「出國申請單 (非因公)」或「赴大陸地區申請表 (非因公)」向學校提出申請。
- 三、本校寒暑假行政同仁上班間調整為 8:00-12:00、12:30-16:30(不需輪值至 17:00)，行政人員請依規定按時刷卡簽到退，如未克到校請依規定辦妥請假手續，各處室至少應排定 1 位同仁留守(留守人員是日若有事請商請同事代理)，寒暑假期間為縣府抽查差勤重點時間，請行政同仁特別注意，請假請確實完成請假程序；開學後恢復前一學期之班別，有需調整之同仁請自行另向人事室提出變更班別之申請。
- 四、上班時間離校者，應依「宜蘭縣政府所屬各級學校出勤管理要點」辦妥請假手續，各項差假均須經校長核准後始能離開工作崗位，並應落實職務代理人制度。公假之核給，應符合教師請教規則第 4 條之各款情事之一。教師如有應他機關團體邀請參加會議或活動擬申請公假之情形，請依宜蘭縣政府 103 年 2 月 17 日府教學字第 1030024185 號函辦理，如非主管教育行政機關(縣府教育處或教育部)指派，擬辦單位務請先行確認是否與其本職工作或學校業務有關，而得核給公假；以免延誤公文及假單之時效或損及同仁權益(「教師請教規則第 4 條」及宜蘭縣政府 103 年 2 月 17 日府教學字第 1030024185 號函影本如附件三)。
- 五、106 年 1 月 1 日起「國民旅遊卡」新制啟動，並經行政院核定，先行試辦 1 年；

學年制人員自 106 學年度(106 年 8 月 1 日)起實施 1 年。「國民旅遊卡相關事項 Q&A (行政院人事行政總處 105 年 12 月修訂版)」已於 106 年 1 月 5 日公告於本校網站，請得申請國旅卡休假補助費的同仁上網參閱。

六、農曆春節將至，請同仁應確實做到「不收禮、不送禮、不接受招待邀宴、不請託關說」，並恪遵公務員廉政倫理規範規定，各級主管人員尤應以身作則並督促所屬遵行，以維政府整體清廉形象，請同仁如遇有受贈財物情事，確實依據「公務員廉政倫理規範」辦理，並依規定登錄「受贈財物、飲宴應酬、請託關說及其他廉政倫理事件登錄表」，避免日後爭議。

七、有關教師進修事宜

(一)提醒本校現職教師如欲申請 106 學年度進修，請於報考前提出申請；本校教師如擬進修，需簽奉校長同意始得報考。

(二)教師如參加進修取得較高學歷，請務必於領取畢業證書後，儘速送人事室辦理相關改敘事宜。

八、依據縣府 100 年 4 月 25 日以府教輔字第 1000060760 號函頒「宜蘭縣高級中等以下學校及幼稚園教師短期進修研習實施要點」。學校於辦理教師之年終成績考核時，除依教育部公立高級中等以下學校教師成績考核辦法第四條規定，教師如符合該辦法第四條第一款或二款者，亦應符合宜蘭縣高級中等以下學校及幼稚園教師短期進修研習實施要點九所列教師每學年進修時數，應符合最低時數 18 小時之要求並做為年終考核之參據，自 100 學年度起實施，請各位教師多利用時間（如寒暑假）參與教師研習。

九、查依「宜蘭縣國民中小學補教分離實施要點」規定，本縣國民中小學教師（含代理教師）不得校外兼職補習，凡經查獲屬實，依下列程序處理：

(一)屬第一次查獲在校外補習，應召開考績委員會，核記過以上之處分。

(二)第二次查獲在校外補習，應召開教評會依教師法第十四條及聘約之規定，予以解聘、停聘或不續聘處理。

十、有關教師兼職請依據「公立各級學校專任教師兼職處理原則」辦理，教師如有兼職需求，請依規定提出書面申請，並經學校核准後始得為之。

十一、「酒後不開(騎)車」宣導：

(一)請同仁確實遵守「酒後不開車」，在飲宴中戒除勸酒習慣，酒後請選擇「指定駕駛」或「搭乘計程車返家」等方式返家等，以避免酒後開(騎)車之危險行為。

(二)行政院於 102 年 7 月 16 日以院授人培字第 1020041705 號函訂定「公務人員酒後駕車相關行政責任建議處理原則」(如附件)，做為各機關處理所屬公務人員酒後駕車事件之參考。另依宜蘭縣政府 104 年 11 月 17 日函略以，各機關學校員工(含公務人員、教育人員、約聘僱、臨時及各類工級人員)如酒後駕車經警察人員取締，須於事發後 1 週內主動告知服務機關人事單位，未主動告知者，以違反公務員服務法第 5 條誠實之義務規定，予以懲處。各機關學校所屬員工如涉酒駕行為，即應依上開院頒之處理原則及相關法規規定程序辦理。

十二、105 學年度第 2 學期子女教育補助費申請表，業發給各相關同仁，請於 3 月 15 日前完成申請。同仁如有新增案件，請於會後洽人事室。

十三、105.11.9 公告—公務人員行政中立及公務倫理與公義社會事宜宣導

「多元管道宣導文稿內容」及「公務人員行政中立關鍵知識報你知」業公告於本校網站，請同仁詳閱。另其他相關宣導資料，請至公務人員保障暨培訓委員會網站 (<http://www.csptc.gov.tw>)「行政中立、公務倫理專區」下載。

十四、105.11.30 公告—本校依據性別工作平等法第 23 條規定，與宜蘭縣私立長春藤幼兒園簽訂員工特約優惠托育服務合約。本校員工(含臨時人員及其他部分工時人員)之子女就讀宜蘭縣私立長春藤幼兒園，享學雜費(每學期)95 折優惠，合約期間自 105 年 12 月 1 日起至 107 年 7 月 31 日止。

十五、106.01.16 公告—106 年度文康活動經費配置規劃，請同仁參閱。

十六、40 歲以上(65 年次之前)去年未參加健檢同仁，若欲參加今年度健檢請至人事室領取申請表。

十七、2017 年國家年金改革方案(草案)已掛在本校網站上，請同仁參閱。

【會計室報告】

1. 重申提醒各位同仁，年度關帳時間為 12/31，故當年度之憑證應於 12 月份以前提出核銷，隔年元月份以後就不可再提出核銷。即使補助款經費可執行至次年度，但屬於當年度之憑證，仍應於當年度核銷。

2. 年終獎金已於 1/18 入帳。

3. 2 月份薪資預計於 2/2 入帳。

【教師會報告】

【合作社報告】

捌：提案討論

◎提案一

提案單位：學務處

案由：訂定『宜蘭縣立中華國中 105 學年度健康促進學校計畫書』，提請討論。

說明：詳附件四。

決議：全體與會同仁鼓掌通過。

玖、臨時動議：

◎提案一

提案單位：行務處

案由：歲末聯歡活動日期，建議於第一學期期末(一月份)舉辦，提請討論。

說明：因會計、人事及總務處年底需協助關帳業務忙碌且缺乏年味及尾牙的氣氛。

決議：全體與會同仁鼓掌通過。

拾、主席結論

拾壹、散會(下午 4:05)

宜蘭縣立中華國中

本校桌球隊參加105年宜蘭縣桌球錦標賽
榮獲社會組團體第六名

本校113班**林彥均**
參加105年全國桌球錦標賽
榮獲個人組打單五

本校桌球隊參加105年宜蘭縣桌球錦標賽
榮獲社會組團體第六名

本校參加2016年亞細亞盃桌球賽
榮獲
男生團體組冠軍
女生團體組冠軍

感謝王主任、謝主任、謝主任、謝主任

校長 林志全
家長會長 林宏輝 全體

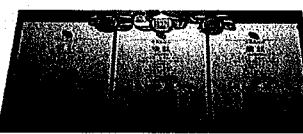
105學年宜蘭縣中小學游泳錦標賽

李書丞榮獲國中男生組 50公尺蛙式金牌、50公尺仰式金牌、200公尺混合式金牌

盧紀綱榮獲50公尺自由式金牌、100公尺自由式金牌、200公尺自由式金牌

黃梓期榮獲 50公尺自由式第6名、100公尺自由式第7名、200公尺自由式銅牌

吳翌任榮獲100公尺蝶式第5名、200公尺蝶式銅牌、200公尺蛙式第4名



籃球比賽

中華國中籃球社

參加 105學年基隆一信盃校際籃球邀請賽
榮獲國中男生組亞軍

參加 105年青年盃籃球賽
榮獲國中男生組第五名

參加 105年復興中正盃校際籃球賽
榮獲國中男生組第六名

參加 105年經國盃全國籃球錦標賽 105年國中籃球乙組第四名
榮獲國中男生組亞軍

感謝王主任、林文祥老師辛勤指導
中華國中家長會全體師生同賀

本校籃球社參加
105學年基隆一信盃校際籃球邀請賽
榮獲國中男生組亞軍

本校籃球社參加
105學年青年盃籃球賽
榮獲國中男生組第五名

本校籃球社參加
105學年復興中正盃校際籃球賽
榮獲國中男生組第六名

本校籃球社參加
105學年經國盃全國籃球錦標賽
榮獲國中男生組亞軍

感謝王主任、林文祥老師辛勤指導
中華國中家長會全體師生同賀

校長 林志全
家長會長 林宏輝 全體

宜蘭縣舞蹈比賽

宜蘭縣立中華國中
Yilan Chang-Hua Junior High School

榮獲
105學年宜蘭縣學生舞蹈比賽
中華隊參加時代舞類組
榮獲優等第一名

感謝有慈、秋媚老師的指導
雅君和家長後援的協助

校長 林志全
家長會長 林宏輝 全體



宜蘭縣中小學運動會羽球賽

本校羽球隊參加宜蘭縣中小學運動會羽球賽
榮獲個人組亞軍

男雙>>廖家豪 廖家豪
女雙>>廖家豪 廖家豪

感謝指導教練：池國雄 辛勤指導

校長 林志全
家長會長 林宏輝 全體



宜蘭縣音樂比賽

本校音樂社參加
宜蘭縣105學年學生音樂比賽
榮獲各組團體組優等第一名

感謝指導老師：池國雄 辛勤指導

校長 林志全
家長會長 林宏輝 全體



從優秀邁向卓越 105學年度第二次校務會議



台大校友會英語演講比賽



宜蘭縣立中華國中
Yilan Chang-Hua Junior High School
J.H.S. No. 1

本校三年六班林承澤同學
榮獲宜蘭縣國立臺灣大學校友會
第19屆英語演講比賽國中組第三名

感謝指導老師 陳昱宣老師的辛苦指導~



校長 林志全
家長會長 林宏程 賀

祝福與感恩

- 又是一年的結束，祝大家新年快樂！
- 感謝家長會對學校的支持與協助、同仁的付出，讓校務運作順暢，成為宜蘭縣的明星學校。
- 對外各項競賽，中華隊獲獎不斷！感謝指導教師和教練的付出。



宜蘭縣青少年發明展



感謝宏達、耕碩、脈怡和文斌師長的指導

校長、家長會長暨全體師生家長 全賀

宜蘭縣語文競賽

- 304的吳品瑩同學榮獲國語演說組第四名
- 207的游之嫻同學榮獲國中作文組第四名
- 302的江源輝同學榮獲字音字形組第五名
- 302的薛宇勝同學榮獲字音字形組第五名
- 感謝指導老師楊雅君老師、張惠珠老師和謝馨儀老師的辛苦指導



宜蘭縣美術比賽

宜蘭縣立中華國中
Yilan Chang-Hua Junior High School
J.H.S. No. 1

捷報

漫畫類--

208林柏智榮獲佳作

~指導老師：趙靖雲

學生美術比賽 112林芷妍榮獲佳作

101潘沁妤榮獲佳作

書法類--

1108賴奕妤榮獲佳作

~指導老師：游連香

恭喜以上得獎同學，感謝指導老師的辛勞~

校長 林志全
家長會長 林宏程 全賀

九年一貫課綱及十二年國教之比較

※學習總節數不變

	九年一貫	十二年國教
課程理念	能力導向	素養導向
課程架構	- 七大學習領域 「自然與生活科技」合一 - 節數採彈性比例制 - 彈性學習「節數」，其使用有無明確規範 - 重大議題設置課綱	- 八大學習領域 - 分為「自然科學」及「科技」領域 - 節數採固定制 - 彈性學習「課程」，其使用有明確規範 - 重大議題融入各領域

新課綱教師員額（編制數82人）

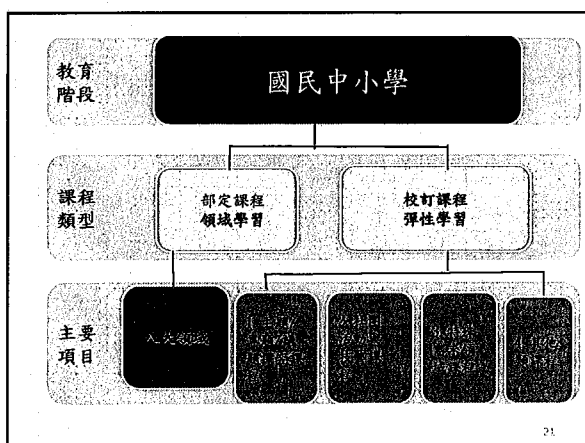
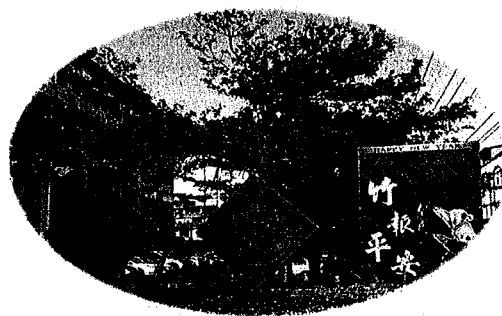
部定課程	國文	英語	數學	社會	自然	藝術	綜合	健康	資訊科技	合計
每週節數	5	3	4	3	3	3	3	3	2	29
校訂課程	14	7	10	7	7	6	6	6	4	63
行政教師人數	2	1	1	2	2	1		4		13
	16	10	11	9	8	5	7	5	0	71

準備階段—邁向新課綱轉化第一哩路

教務啟航

校本課程
課程試辦
師資培訓
公關校
課程試行

祝福大家
新年快樂 寒假愉快



跆拳道錦標賽

宜蘭縣立中華國中
Yilan Chang Shih Junior High School
民國 104 年 11 月 18 日

本校榮獲
105年宜蘭縣政府及所屬機關學校
差勤管理考核「學校組」第二名
恭喜人事主任吳曉珊~



讚讚讚！

校長 林志全
家長會長 林宏程 賀

家庭教育、友善校園績優學校



教育部輔導教師人力調整

目前學校員額：2專2兼

年度	班級數	專任	兼任
106~109年	31~45班	2人	1人
110~114年	31~45班	3人	0人

說明：專任輔導教師係教育部以外加員額進用，兼任為校內編制員額。

讚讚讚！

本校榮獲105年宜蘭縣所屬主計機關主計業務考核
「學校國中組」第一名
恭喜秋雲主任和柏榮主任

校長 林志全
家長會長 林宏程 賀

學校班級數未來趨勢

• 市區學校班級數變化情形

學校名稱	國一	國二	國三	105年		103年	預估新生 班級數
	班級數	班級數	班級數	高一	高二	高三	
宜蘭國中	7	7	7	8	10	8	6
中華國中	13	12	12	13	13	12	12
復興國中	18	19	20	25	25	25	17
錦鏡國中	6	6	6	6	6	6	6
羅東國中	19	20	19	21	21	20	19
東光國中	8	9	10	13	13	12	8
國華國中	15	17	16	17	18	16	14
全縣學生	4074人 (4229人)	4364人	4518人	5184人	5397人	5185人	4090人

宜蘭縣立中華國中 105 學年度第二學期行事簡曆表

106.01.16 定稿

日期 週次	日	一	二	三	四	五	六	月份	備 註
	5	6	7	8	9	10	11		10 寒假結束
一	12	13	14	15	16	17	18	二月	13 開學日、廁所整清潔美化比賽開始 18 補行上班上課 (2/27 日彈性放假)、防災演練
二	19	20	21	22	23	24	25		21 22 三年級第三次模擬考 2/20~3/2 補考週 20 一、二年級補救教學開始 22 一年級生命教育班級輔導開始、社團正式上課
三	26	27	28	1	2	3	4		27 彈性放假 28 和平紀念日 1 二年級反毒宣傳及演講 (第七節)、一年級環教宣導 (六、七節)、三年級輔導課開始
四	5	6	7	8	9	10	11	三月	6~10 生涯檔案觀摩比賽 8 技藝教育課程選修說明會
五	12	13	14	15	16	17	18		14 體適能補測 15 電池回收暨海報創作比賽、Scratch 比賽、環教研習、生涯工作委員會
六	19	20	21	22	23	24	25		22 社團暫停 23 24 第一次段考 24 家庭教育暨生涯教育影片宣導 24 技藝班遊輔會
七	26	27	28	29	30	31	1		27 校內科展收件 29 校內科展評選 29 親職講座 30 學輔室校外教學
八	2	3	4	5	6	7	8	四月	3 清明節 4 兒童節 (放假一天) 5 生涯班級講座 (第七節)
九	9	10	11	12	13	14	15		10~14 校內國語文競賽 12 一年級交通安全講座 二年級法治教育 15 宜蘭縣 English easy go 比賽
十	16	17	18	19	20	21	22		19 20 三年級第二次段考 20 卡拉 OK 決賽彩排 (下午) 21 校慶暨母語日及卡拉 OK 決賽
十一	23	24	25	26	27	28	29		26 三年級輔導課結束、fun 科學到東部 27-28 三年級第四次模擬考
十二	30	1	2	3	4	5	6		2 國樂演藝廳公演 3 全縣技藝教育成果展 4 5 一、二年級班際賽
十三	7	8	9	10	11	12	13	五月	10 一、二年級作文
十四	14	15	16	17	18	19			16-17 第二次段考 17 社團暫停、家庭教育暨特殊教育影片欣賞 20 特教推行委員會
十五		22	23	24	25	26	27		20-21 三年級會考 22~26 閱讀暨走讀宜蘭系列活動 24 親職講座、一年級生命教育結業式 (班會)
十六	28	29	30	31	1	2	3		29 30 端午節放假 (29 彈性放假) 31 fun 科學到東部 31~3 科學暨能源教育週 2 下午及 3 全天三年級班際賽 3 補行上班上課 (補 5/29 彈性放假)
十七	4	5	6	7	8	9	10	六月	7 fun 科學到東部
十八	11	12	13	14	15	16	17		13 畢業典禮彩排 14 畢業典禮
十九	18	19	20	21	22	23	24		14 社團最後一次上課 21 水域安全宣導 24 新生報到
二十	25	26	27	28	29	30	1	七月	27 28 學習輔導教室期末 IEP 檢討會 29 30 第三次段考 30 結業式及校務會議 1 暑假開始

☆簡曆若有微調會以線上公告為主，各處室有微調時請務必先知會教務處。

消防安全設備簡介



中華民國 行政事務處

二、滅火設備：指以水或其他滅火藥劑滅火之器具或設備。

- (一) 滅火器、消防砂。
- (二) 室內消防栓設備。
- (三) 室外消防栓設備。
- (四) 自動灑水設備。
- (五) 水霧滅火設備。
- (六) 二氧化碳滅火設備。
- (七) 泡沫滅火設備。
- (八) 乾粉滅火設備。

簡報大綱

- ↓ 消防安全設備之種類
 - ↓ 滅火器
 - ◆ 滅火器使用方法
 - ◆ 滅火器使用注意事項
 - ↓ 室內消防栓
 - ◆ 室內消防栓使用方法
 - ◆ 室內消防栓使用注意事項
 - ↓ 緩降機
 - ◆ 緩降機型式及使用方法
 - ◆ 緩降機使用注意事項
 - ↓ 獨立式偵煙探測器

三、避難逃生設備：指火災發生時為避難而使用之器具或設備。

- (一) 標示設備：出口標示燈、避難方向指示燈、避難指標。
- (二) 避難器具：指滑台、避難橋、救助袋、緩降機、避難繩索、滑杆及其他避難器具。
- (三) 緊急照明設備。

消防安全設備之種類

消防安全設備種類就用途及功能區分，可區分為：

- 一、警報設備：指報知火災發生之器具或設備。
 - (一) 火警自動警報設備。
 - (二) 手動報警設備。
 - (三) 緊急廣播設備。
 - (四) 瓦斯漏氣火警自動警報設備。

四、消防搶救上之必要設備：指火警發生時，消防人員從事搶救活動上必要之器具或設備。

- (一) 連結送水口。
- (二) 消防專用水池。
- (三) 排煙設備（緊急昇降機間、特別安全梯間排煙設備、室內排煙設備）。
- (四) 緊急電源插座。
- (五) 無線電通信輔助設備。

五、其他經中央消防主管機關認定之消防安全設備。

滅火器

目前有經過國家檢驗之滅火器計有乾粉、水、海龍、二氧化碳、泡沫等五種：

- 一、乾粉滅火器：市面上最普遍之滅火器。
- 二、海龍滅火器：以氣體滅火而言滅火效果最佳，但會破壞臭氧層已不再繼續生產。
- 三、二氧化碳滅火器：以窒息為滅火原理。
- 四、水滅火器：最好之滅火物質，易造成水損，較少人使用。
- 五、泡沫滅火器：幾乎絕種的產品。



步驟五：朝向火源根部噴



步驟六：左右移動掃射

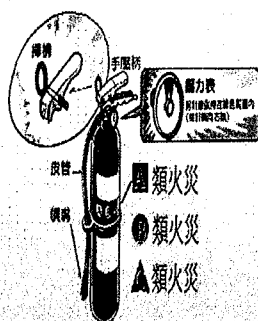


步驟七：熄滅後用水冷卻餘燼



步驟八：保持監控確定熄滅

滅火器使用方法



- A類火災：
木材、紙張、綿紗、布料、塑膠類等易燃物質。
- B類火災：
溶劑、油料類、液化瓦斯等石油系列物質。
- C類火災：
通電中設備(尚未切斷電源的火災)。

滅火器使用注意事項

滅火器之射程：

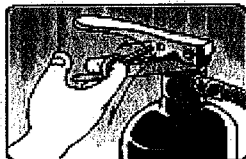
滅火器之有效射程，一般是三到五公尺。這個射程是指水平距離，不是垂直距離。

滅火器放在車內會不會爆炸：

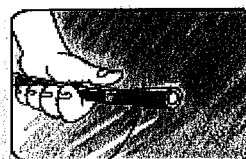
滅火器放在車內會爆炸，這是一個錯誤的觀念。車用專屬滅火器須能承受車子的震動及高溫，所以只要是車用滅火器，不管滅火藥劑種類為何，都不用擔心會爆炸。



步驟一：提起滅火器



步驟二：拉開安全插



步驟三：握住皮管，朝向火苗



步驟四：用力握下手壓柄

家中滅火器至少要買幾具：

每一層樓至少一具，尤其是許多獨棟透天的建築物，更應該每層樓都準備一具，否則發生火警時，不管是從樓下跑到樓上，或從樓上跑到樓下，都會來不及。

氣體滅火器使用後，藥劑沒用完，還可不可以繼續使用：

理論上可以繼續使用，但是不建議這種作法，因為氣體滅火器一經使用後，雖然還可以繼續使用，但因部分藥劑已經用掉，故殘存之藥劑還可以使用多久無法評估。

☐滅火器最好放置於何處：

最好放於屋內，尤其是隨手可以取得之處，一般住家應該以房間、客廳及大門口是最佳選擇。

☐如何判斷乾粉滅火器藥劑是否正常堪用：

- 一、新購或已更換之乾粉滅火器請先左右搖晃感覺鋼瓶內之粉末是否有如沙流動之現象。
- 二、滅火器之熟練操作，可以提昇救災之效率。
- 三、乾粉滅火器要定期檢查一次不是三年就要更換藥劑一次。

四、乾粉噴射的位置要在火焰根部上方2至3公分處，由靠身體這側開始向外，迅速左右掃射滅火。

五、乾粉滅火器使用後，飄散的粉末容易引起視覺障礙，根本不知道火滅了沒，不僅無助於火災搶救還有可能引來更大的災害。

☐滅火器使用口訣（拉、拉、壓）：

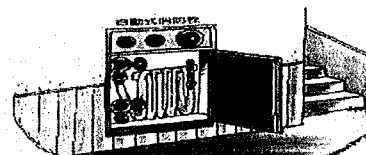
- 一、拉：拉開安全插。
- 二、拉：拉出皮管。
- 三、壓：壓下壓柄。

☐乾粉滅火器使用時的注意事項：

- 一、乾粉沒有冷卻效果，滅火後一定要用水再加以冷卻，特別是針對紙張塑膠等。
- 二、乾粉一經使用，一定要全部用完，否則粉末淤積在噴管中，開始與空氣中的水分接觸，最後會結塊，就算藥劑仍在有效期限裡，一樣無法使用。
- 三、蓄壓式乾粉滅火器使用前，一定要觀察壓力表是否正常，當壓力指針落在綠色區域時，才可以使用。

室內消防栓

在初期滅火的武器中，室內消防栓是一項利器，一般室內消防栓內都會有二條水帶及一支直線噴霧兩用的瞄子，平時水帶及瞄子均已接好，掛在水帶架上，發生火警時，拉出瞄子水帶，打開消防箱內之閥門就可以救災。



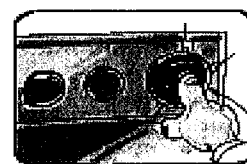
☐乾粉滅火器使用時的注意事項：

- 一、乾粉沒有冷卻效果，滅火後一定要用水再加以冷卻，特別是針對紙張塑膠等。
- 二、乾粉一經使用，一定要全部用完，否則粉末淤積在噴管中，開始與空氣中的水分接觸，最後會結塊，就算藥劑仍在有效期限裡，一樣無法使用。
- 三、蓄壓式乾粉滅火器使用前，一定要觀察壓力表是否正常，當壓力指針落在綠色區域時，才可以使用。

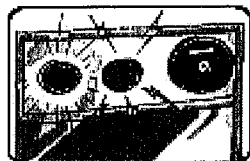
室內消防栓使用方法



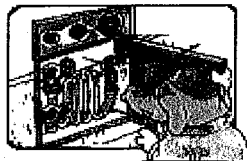
平時多注意消防栓的位置



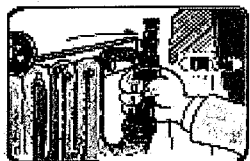
發現火警按下手動報警按鈕



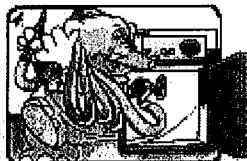
報警警示燈會閃和鈴聲大作



打開消防栓箱



取出瞄子(噴嘴)



取下水帶

室內消防栓使用注意事項

■利用室內消防栓救災時，請先對天花板射水，因為熱往上飄，必須先降溫，並把可能掉落之物品掃落，然後再進入起火戶。如果直接看到火點，則可將瞄子調成直線水柱，如果濃煙密佈，可先用水霧排煙，等發現火點時，再用直線水柱撲滅。使用完後，要將水帶晾乾，然後物歸原處。



注意接頭是否牢固



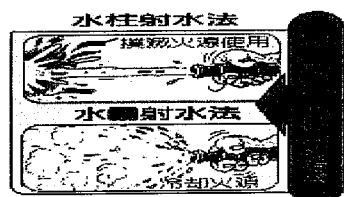
轉動制水閥

■室內消防栓之射程有多遠：

國內消防設備設置標準之規定室內消防栓之出水壓力必須在1.7公斤以上而1公斤壓力之水柱可以噴10公尺遠所以 1.7公斤的壓力就可以噴17公尺遠。

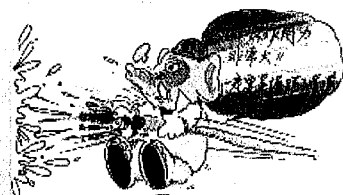
■室內消防栓使用時應注意事項：

- 一、使用室內消防栓進入火場前要先看好退路。
- 二、室內消防栓用不當會造成「趕火」，讓火越燒越大。



轉動瞄子噴嘴選擇適當射水方式

小心反作用力非常大
一定要緊握瞄子噴嘴



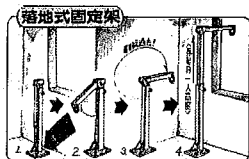
三、隨時注意水柱射程。

四、室內消防栓是初期救災使用，如果火勢已經坐大，不可再冒險進入火場。

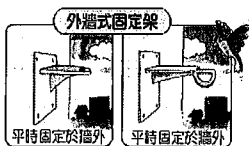
五、室內消防栓之水霧具有良好的排煙作用，如果濃煙過大，可將消防栓調成水霧並用潑水洗臉的方式，將水打在臉上，增加排煙效果，沿著水帶來的方式逃離火場。

緩降機

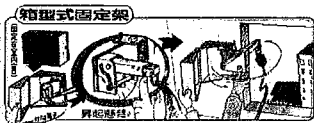
緩降機固定架：



落地式固定架



外牆式固定架



箱型式固定架

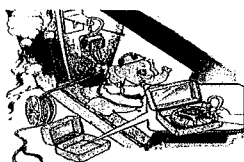
■緩降機突然失速怎麼辦：

緩降機操作使用時突然故障失速，立即用手去緊緊抓住不是套在自己身上的另一端的繩索，如此就可以使自己靜止下來，然後在慢慢鬆手，控制好速度，使自己緩緩下降至地面。

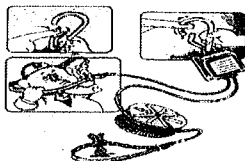
■緩降機檢查注意事項：

- 一、檢查各項配件是否齊全。
- 二、解開掛勾之螺栓。
- 三、調整背帶之調整環至靠調速器之位置。
- 四

緩降機型式及使用方法



步驟一：自盒中取出緩降機



步驟二：打開掛勾接口，掛上固定架、安全索套在腋下



步驟三：調節器至胸口
不超過一臂長

獨立式偵煙探測器

獨立式偵煙探測器是確保火場安全的革命性設備，根據美國的研究資料顯示，住宅火警的死亡案例中，有百分之九十是發生於家中沒有裝設偵煙式探測器的建築物，家中有探測器的逃生機會是沒有探測器的兩倍。

如果家裡沒有系統式的火警自動警報系統，建議裝設偵煙式探測器，裝設地點為天花板之中央，不可靠近出風口，且每半年測試一次探測器之性能。



獨立式偵煙探測器

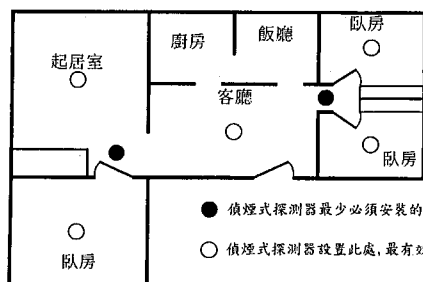
緩降機使用注意事項

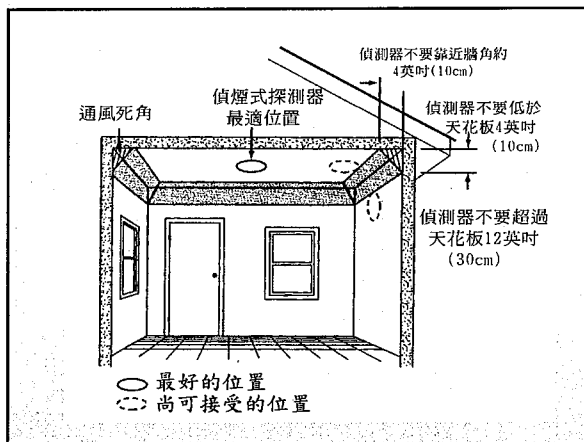
■緩降機操作步驟：

- 一、架緩降機：把緩降機架扣在緩降機架上。
- 二、丟輪盤：把緩降機的輪盤丟向地面。
- 三、套束帶：把緩降機的束帶套在腋下，束緊扣環。
- 四、向下跳：一手抓住束帶，一手輕推牆壁。
- 五、拉一下繩索感覺是否有阻力。

■獨立式偵煙探測器要裝置在哪裡：

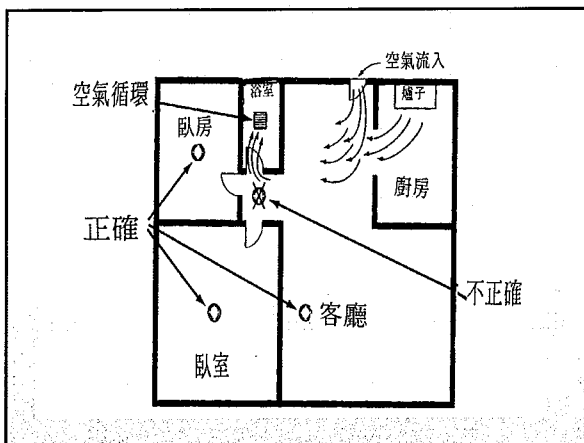
偵煙式探測器的適當位置：





■獨立式偵煙探測器裝設時應注意事項為何：

- 一、每月測試一次功能是否正常，並擦拭乾淨。
- 二、裝置於樓梯間之探測器，垂直計算每十五公尺裝一個。
- 三、測試時請將房門關閉，人留在房間內，確認在房內聽得到警報音響。



四、每年更換一次電池。

- 五、電池沒電或沒裝好時，每隔幾秒鐘就會發出「滴」警示聲響。
- 六、詳細閱讀說明書，瞭解各種音響所代表之意義。
- 七、探測器的位置距離房間最遠不得超過4.5公尺。

■如何選購獨立式偵煙探測器：

獨立式偵煙探測器分為光電式及離子式，一般而言光電式較貴，因為較環保，除了價位及環保外，兩者對火警偵測功能亦略有不同，光電式主要是偵測火焰，離子式則以偵測煙為主，但兩者面對火災發生時，發出警報之時間相差無幾，所以選擇光電式或離子式都可以，而且兩者之使用年限均為七至十年。

參考資料

- 桃園縣政府消防局
-<http://www.tyfd.gov.tw/index.htm>
- 內政部消防署
-<http://www.nfa.gov.tw/index.aspx>

消防心 天使情



謝謝聆聽



名稱 教師請假規則
修正日期 民國 105 年 04 月 22 日
法規類別 行政 > 教育部 > 人事目

- 第 4 條 教師有下列各款情事之一者，給予公假。其期間由學校視實際需要定之：
- 一、奉派參加政府召集之集會。
 - 二、奉派考察或參加國際會議。
 - 三、依法受各種兵役召集。
 - 四、參加政府依法主辦之各項投票。
 - 五、依主管教育行政機關所定獎勵優秀教師之規定給假。
 - 六、因執行職務或上下班途中發生危險以致傷病，必須休養或療治，其期間在二年以內。
 - 七、因教學或研究需要，經服務學校或主管教育行政機關主動薦送或指派國內外全時進修、研究，其期間在一年以內。
 - 八、參加政府舉辦與職務有關之考試，經學校同意。
 - 九、參加本校舉辦之活動，經學校同意。
 - 十、應國內外機關團體或學校邀請，參加與其職務有關之各項會議或活動，或基於法定義務出席作證、答辯，經學校同意。
 - 十一、因教學或研究需要，依服務學校訂定之章則或經主管教育行政機關主動薦送、指派或同意，於授課之餘利用部分辦公時間進修、研究，每週在八小時以內。但兼任行政職務教師寒暑假期間之公假時數得酌予延長，不受八小時之限制。
 - 十二、寒暑假期間，於不影響教學及行政工作原則下，事先擬具出國計畫，經服務學校核准赴國外學校或機構自費參加與其職務有關之進修、研究。
 - 十三、因校際間教學需要，經服務學校同意至支援學校兼課。
 - 十四、專科以上學校因產學合作需要，經學校同意至相關合作事業機構兼職或合作服務。
 - 十五、因法定傳染病經各級衛生主管機關認定應強制隔離。但因可歸責於當事人事由而罹病者，不在此限。
- 教師基於法定義務出席作證性侵害、性騷擾及霸凌事件，應給予公假。

檔 號：

保存年限：

宜蘭縣政府 函

地址：26060 宜蘭市縣政北路1號

承辦人：陳金奇

電話：03-9251000分機2671

電子信箱：jinchi@mail.e-land.gov.tw

受文者：宜蘭縣立礁溪國民中學

發文日期：中華民國103年2月17日

發文字號：府教學字第1030024185號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：

主旨：有關他機關團體邀請所屬教師參加之會議或活動時，請依說明段審核公假事宜，請查照。

說明：

一、依據教師請假規則第4條第1項第10款規定：「教師有下列各款情事之一者，給予公假。其期間由學校視實際需要定之：…十、應國內外機關團體或學校邀請，參加與其職務有關之各項會議或活動」，合先敘明。

二、前開規定請依下列原則審核：

(一)主管教育行政機關(本府教育處或教育部)指派，且有公文或網路公告之佐證。

(二)與本職工作或學校業務有關。

三、倘學校同意核予公假時，為考量學生受教權益，請自行審酌給假時數是否妥適、所遺課務優先以調(補)課方式調整，確無法調整時則妥適安排代理人員。非屬本府教育處指派之公假，所遺課務一律自理(由請假人自付鐘點費)。

正本：本府所屬各級學校

副本：本府人事處、本府教育處國民教育科、本府教育處終身學習科、本府教育處體育保健科、本府教育處特殊教育科、本府教育處課程發展科、本府教育處國教輔導

宜蘭縣立中華國中 105 學年度健康促進學校計畫書

壹、計畫依據

依據「學校衛生法」、「兒童及少年福利法」及「菸害防制法」及本校依實際狀況訂定之。

貳、計畫期程：105 年 8 月 1 日至 106 年 6 月 30 日

參、計畫目標

本計畫擬就整體學校衛生政策、菸害及檳榔健康危害防制、健康飲食等議題進行相關學校衛生工作，以達成下列目的：

- 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、強化師生健康優質的服務，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。

肆、背景說明

為了增進全校教職員工生的全人健康，發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進學校特訂定本計畫。本計劃擬分三階段實施。

第一階段由已成立的學校健康促進委員會，並組成健康促進工作團隊，進行健康之需求評估，進而確立學校成員共同認定的目標及健康議題優先順序。第二階段則依據所訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務，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。第三階段則依據所擬定的計畫，實施具體工作內容，並不斷進行過程評價，以期適時回饋修正計畫，並進行成效評價來評估計畫施行之效果。

健康促進學校計畫之執行策略，包括教育層面及政策層面；教育層面運用之策略主要為：課程介入、活動介入及媒體傳播，以增進學校成員之健康知覺、知識、態度、價值觀、技能並建立良好之健康行為及生活習慣，進而提升身體、心理、情緒及社會之全人健康狀態。政策層面運用之策略主要為：訂定相關規定、強化組織，以增進健康支持性環境與空間及建構健康正向之校園社會文化，使個人與組織環境間有更健康之互動，以促進健康生活之落實。

本計劃旨在發展學校能夠讓全體師生有正確健康概念、產生健康行為，因而建立健康的生活型態，健康促進計畫是永續經營是要增進個人能力以控制其環境，增進健康。「社區有教室」便是承續著「本土化」和「環境教育」這兩股社會潮流而發展出具課程內涵的「社區總體營造」運動，同時本著對鄉土的關懷、重建社區自我認同，以及重構人與社會和自然環境關係的要旨出發。故學校針對健康促進之現況分析及需求評估，以觀察、訪談、問卷調查及檢測等方式進行，此計畫主要實施方法強調「融入教學課程」、「學校常規建立」及擁有良好的健康教學環境，以增進學校全體師生有健康促進的知能

及學習態度進而發展健康的生活型態。

以教育宣導方法使校園成為無菸、拒檳、正確飲食習慣及性別平等之有益健康的學習環境。於領域課程中加入拒絕菸（毒）品、嚼食檳榔、性別平等及全方位健康促進有關之創意課程，讓學生在有興趣的情境之中學習，進而內化為學生之知識，實踐真正的健康生活。營造健康與安全校園環境，積極推動健康教育與活動，提供優質衛生保健措施；以培育學生健康生活習慣。並應用健康生活實踐策略，透過不同學習領域的教育活動，傳授健康基本知能，啟發重視生命的價值觀念，養成適應現代生活的能力。另外，再結合社區的力量擴大健康、成長、快樂、感恩的校園宗旨。

本校臨宜蘭市行政中心，是一所中大型學校，共有 37 班，學生數共 991 人，教職員工約 120 人。學區家長大部分皆屬於藍領階層、少數為中產階級和原住民。社經地位尚可，再加上社會結構近年急速變化，單親家庭、隔代教養、再婚家庭越來越多。因此對健康生活型態的認知及活動普遍缺乏。社區家長之社經地位以工商業為主，大部份忙於工作，然而學生的生活除了在校學習與課後輔導外，由於家庭環境多屬「雙薪家庭」，故孩子回家後，大部份以電腦為休閒活動，使用率高達 95%，上網情形普遍。就 98 至 101 年度分析，本校之異常行為及違規事件有明顯下降之趨勢，如：菸癮（本校實施戒菸班），再則，針對暴力事件及中輟生之現象來看，由於教師們大量投入愛的教育之因亦大量減少；唯現今是網際網路的時代，幾乎是家家有電腦，在科技媒體的侵入之下，網路交友的情形為甚，本校亦針對網路交友情形做加強宣導。本校依據教育部推動健康促進議題上進行所賦予之任務，積極推動正確用藥、口腔衛生、視力保健、性教育、健康體位、菸檳防制和二代健保等七大主題。今年將針對正確用藥議題，做進一步的健康促進規劃。

● SWOT 分析

六大層面	S 優勢	W 劣勢	O 轉機	T 限制
學校政策	◎ 學校推行體適能政策。 ◎ 學校禁止販賣含糖飲料。	◎ 家長及非專業教師常關心學生操行、學業，卻忽略掉學生健康的重要性，對學生的安全與健康較缺乏健康概念。	◎ 進行健康促進學校計畫並結合宜蘭市各學校成為策略聯盟。 ◎ 政府開始重視學生健康促進。	◎ 健康與體育之教學，尚未完全結合。
健康教學	◎ 健康課程中安排健康體能訓練與相關知識之傳授。 ◎ 課程中有教導健康均衡飲食重要性及攝食注意事項。 ◎ 將健康飲食與體能融入其他學科結合進行教學或做置入性行銷。	◎ 現有教師結構及配課等問題，無法達成每班皆有專業的健體老師指導。其他領域教師受限於專業知能，短期內無法實施跨領域合作。 ◎ 課程採分年段實施，有些議題在其他年段未出現。 ◎ 教師對健康相關研習較無興趣。	◎ 學生能在固定的時間內獲得健康飲食的觀念及健康體能之相關知識與技能。 ◎ 擬以鼓勵或研習的方式，自辦相關教師研習課程。 ◎ 協同本區之消防局，來校教授急難救命術。	◎ 健康與體育領域因非升學科目，故較易被忽略。

六大層面	S 優勢	W 弱勢	O 轉機	T 限制
物質環境	◎ 校內未販賣零食及含高糖飲料。 ◎ 學校在課後開放操場及體育館，供學生及社區民眾使用。	◎ 學校附近有店家販賣不健康的食物。 ◎ 校園運動設施不足。	◎ 執行健康促進學校計畫所得經費預算之投入。 ◎ 部分學校附近的店家是學生家長，可商討不販賣不健康的食物。	◎ 學校附近飲料店提供外送服務。
社會環境	◎ 學生有健康的問題會跟老師討論。 ◎ 部分師生及教職員工於放學後會留校打球（籃球及桌球）。 ◎ 有部份教師組成運動團體。 ◎ 大部分家長親師合作愉快。	◎ 健康飲食風氣仍有待努力。 ◎ 部分老師與學生無定期運動的習慣。	◎ 親長溝通，讓家長重視孩子的飲食問題，鼓勵學生養成定期運動的習慣。 ◎ 大部份教師已有健康就是本錢的概念並自行實施運動與節能減碳運動。	◎ 外食同學，選擇的誘惑較多。 ◎ 同學能運動時間較少，多數有課外補習。
健康服務	◎ 學校提供營養均衡的午餐。 ◎ 學校為學生定期檢測體適能。 ◎ 午餐外包廠商之營養師，定期做健康飲食的宣導。	◎ 健康餐點之口感與味道比不上含糖飲料與油炸食品。 ◎ 部分同學不愛運動。	◎ 午餐外包廠商承諾提供營養可口之餐點。 ◎ 體適能檢測項目結合競賽，讓學童盡情發揮。	◎ 雖提供健康服務，部分家長認同低。
社區家庭	◎ 社區民眾會到校園運動。 ◎ 里長配合度高。 ◎ 社區商家熱心參與。	◎ 單親、隔代教養、少關懷子女的家長為數不少，有可能會忽略孩子的飲食。 ◎ 尚未與社區運動團體連結。	◎ 部分家長非常重視孩子的飲食健康。 ◎ 社區運動團體多。 ◎ 家長運動班成立，廣邀社區民眾參與。	◎ 附近有店家販賣不健康的食物。 ◎ 忙碌的雙親可能與學校的聯繫不佳。

伍、人力配置

職稱	姓名	計畫職稱	在本計畫之工作項目
校 長	林志全	主任委員	學校健康促進委員會之總召集人，負責召及各委員開會，並對政策作出決策。
家長會長	林宏程	副主任委員	以家長的立場提供學校寶貴的意見，及協調學生家長人力整合相關事宜。
學務主任	朱士全	副主任委員	統籌辦理健康促進學校各項活動。
教務主任	黃能謙	副主任委員	統籌辦理本年度健康促進議題融入相關教學活動及成果發表。
總務主任	游圳仁	副主任委員	統籌辦理本年度健康促進議題融入相關校園物質環境及成果發表。相關硬體設施採購及安性維護。
輔導主任	唐正昌	副主任委員	統籌辦理本年度健康促進議題融入相關校園社會環境及成果發表。
衛生組長	吳易蓉	執行秘書	健康促進學校活動總計畫之擬定規劃與執行
課發組長	溫文斌	委 員	召集教師團隊，宣導健康促進相關議題融入教學課程中。
護 理 師	李明姿	委 員	協助健康促進學校活動執行
體育組長	張君薇	委 員	健康促進學校活動—健康體能項目之規劃與執行
資訊組長	趙智青	委 員	健康網路網頁製作及維護
一年級導師代表	李昶慶	委 員	協助督促及輔導學生健康體能工作
二年級導師代表	蘇于任	委 員	協助督促及輔導學生健康體能工作
三年級導師代表	蘇正昌	委 員	協助督促及輔導學生健康體能工作
健康與體育領域 教師代表	呂怡秀	委 員	融入課程建立正確健康知識（含性教育）
班聯會會長	徐禾先	學生代表	協助提供學生需求與活動及協助班級與行政單位之聯繫
班聯會副會長	張瑀容	學生代表	協助提供學生需求與活動及協助班級與行政單位之聯繫
全順營養師	楊雅如	顧 問	聘請醫院營養師作為學校之健康顧問，指導學校進行健康體位之營養教育。
林鴻飛醫師	林鴻飛	顧 問	聘請林鴻飛醫師作為學校之健康顧問，指導學校辦理健康促進學校。
愛心志工隊隊長	田芳祝	顧 問	社區代表，負責帶動學校周圍環境之健康氣氛，整合社區資源，並與學校共同舉辦相關之健康促進活動。

陸、計畫內容：

- 一、評估學校教職員工生的健康需求（包括需求的重要性、可行性、物力及人力相關資源等）。
- 二、結合師生、家長、社區等資源力量，建立健康的校園環境及推動永續校園之氛圍。
- 三、發展有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持與服務。
- 四、促進學校成員產生健康體適能行為並建立健康的生活型態，進而提升健康教學品質。
- 五、全面性的評估並瞭解學生(含教職員工)健康狀況及影響健康的相關因素需求；透過健康教育教學活動及健康服務之實施，引導學生、教職員工、家長能夠自發性及建立自主性自我健康管理，同時結合社區資源充分提供學校六大範疇之支持，促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，共同營造健康、快樂之校園，進而提升健康品質。

項目	工作策略	辦理時間	備註
整體學校衛生政策	1. 成立學校健康促進委員會並確實運作。	105/8	
	2. 訂定並執行教職員工生健康行為獎勵辦法。 (多喝水、飯後潔牙、多運動、.....)。	105/9	
	3. 提供溫暖安全的心理健康諮詢服務。	經常性	
	4. 舉辦健康促進學校相關研習訓練。	105/9 起	
	5. 舉辦心理衛生專題演講。	105/9 起	
	6. 舉辦生命教育知能研習。	105/10 起	
	7. 訂定校園開放辦法供社區使用。	經常性	
	8. 加強校園綠美化及生態教學環境	經常性	
	9. 加強學生日常生活中健康行為指導與心理輔導。	經常性	
	10. 健康議題納入課程與教學	經常性	
	11. 辦理或遴選教師參加相關健康促進研習，以豐富教師衛生專業知能。	經常性	
	12. 結合社區辦理相關健康促進活動。	經常性	
	13. 邀請家長參與並協助學校衛生工作。	經常性	
	14. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治。	每學期初	
	15. 利用部落格，宣導健康促進觀念與知能。	每學期末	
	16. 加強校園安全管理檢查。	經常性	
	17. 舉辦防震、防災演練。	每學期末	
	18. 教育影片欣賞。	105/10 起	

口腔衛生及視力保健	1. 加強飯後漱口與盥洗手、咽喉糖飲料。 2. 辦理新生蛀牙篩檢及視力檢查，並追蹤學生進行後續檢查或治療。 3. 口腔衛生以課程融入健體領域教學。 4. 執行校園及班級美、綠化工作，營造學生視力保健環境。 5. 結合健康促進學校其它議題辦理健康促進文藝活動以宣導視力保健及口腔衛生之重要性。 6. 結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視口腔衛生及視力保健。 7. 結合學校重大活動或親職教育向家長宣導相關議題。	經常性 105/9~106/1 經常性 經常性 105/12 經常性 105/9 起	
正確用藥	1. 辦理正確用藥及防治藥物濫用講座 2. 結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視正確用藥之議題。 3. 配合校外定期與不定期進行尿液篩檢，以預防藥物濫用。 4. 辦理教師防治藥物濫用研習，以提高教師對藥物濫用學生之辨識能力與防治力。 5. 加強學生校外生活輔導，避免學生染上藥物濫用之惡習。 6. 結合健體領域課程，融入正確用藥之議題。 7. 結合健康促進學校其它議題辦理健康促進文藝活動以宣導正確用藥之重要性。 8. 以行動研究探討學生正確用藥的相關問題。	106/3 經常性 經常性 10511 經常性 經常性 106/4 每學期初	
菸害及檳榔健康危害防制	1. 實施無菸害無檳榔校園計畫。 2. 明定禁止學生在校園內吸菸及嚼檳榔。 3. 配合禁菸節訂定每年六月為菸害防制教育宣導月。 4. 邀請衛生機構到校辦理拒菸活動。 5. 辦理學生菸害防制藝文活動及演講。 6. 推動家長及來賓至校不吸菸不嚼檳榔運動。 7. 定期檢測及追蹤輔導曾有菸檳行為學生的認知及態度。 8. 校園中張貼禁菸禁檳標誌。 9. 拒菸拒檳課程融入領域教學。 10. 加強反毒教育並充實菸害及檳榔防制資料。 11. 針對抽菸學生辦理戒菸教育	105/9 106/6 106/5 106/4 經常性 經常性 經常性 105/10 起 經常性 每學期末 經常性	

健康體位	1. 調查並鼓勵學生養成吃早餐的習慣，以行動研究探討早餐對學生的影響。 2. 加強午餐禮節與營養教育。 3. 辦理師生健康飲食相關的活動。 4. 健康飲食習慣與知能融入領域教學。 5. 落實健康飲食教育宣導。 6. 設置健康飲食專欄提供健康飲食資訊。 7. 定期測量並分析學生 BMI 值情形。 8. 加強飲用水設施管理與保養，鼓勵學生自備水壺多喝白開水。 9. 輔導成立運動社團，培養學生規律運動習慣。 10. 辦理校慶運動會與拔河體能活動。 11. 加強學生體適能檢測。	106/2~6 經常性 106/2~5 經常性 經常性 經常性 經常性 106/2-6 經常性 經常性 105/11	
性教育及其他	1. 訂定性別平等教育與性侵害及性騷擾防制實施計畫 2. 落實性別平等教育法與制訂校園性侵害及性騷擾防治處理及通報流程，並加以宣導 3. 邀請並配合衛生單位等機構至校辦理性教育、愛滋病及家暴防治等活動宣導。 4. 加強教師輔導及處理學生性相關問題的能力訓練。 5. 加強家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒少保護事件之宣導 6. 性教育發展以「兩性交往」為題之生活技能課程。 7. 防治校園性侵害或性騷擾，定期檢視校園安全。 8. 辦理性別平等、性教育宣導及藝文活動。 9. 繪製校園危險地方，加強安全宣導。 10. 定期檢查維修校園監視系統設施。 11. 辦理教師 CPR 研習。 12. 辦理學生 CPR 教學。 13. 加強交通安全教育與管理措施。 14. 辦理教職員及學生防災安全演練。 15. 辦理傳染病防治工作。	學年初 經常性 106/4~5 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性 105/11~12 105/12,106/5 106/8 105/12 經常性 105/9 經常性	

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	備註
1.成立學校衛生健康促進委員會												
2.進行現況分析及需求評估												
3.決定健康議題及目標												
4.發展健康促進適切的活動與課程												
5.編製教材及教學媒體												
6.實施健康促進課程教學活動												
7.建置與維護健康網站												
8.過程成效評價												
9.資料分析												
10.撰寫成果												

捌、計畫預期成效

一、建立無菸拒檳校園

營造無菸拒檳的校園環境，讓學生健康安全的成長。

二、營造身心安適校園

安全的校園建築設施，合理的溝通型態與衝突管理。

三、營造校園安全環境

加強成員安全觀念行為與防護措施，減少意外事故。

四、維持學生正常體位

協助學生建立健康飲食習慣，維持體位的正常發展。

五、建立全人健康理念

充實學生自我健康管理認知力，落實健康生活型態。

六、培養學生正確性知識

利用生活技能融入課程教學，培養學生帶走的能力。

七、發展社區夥伴關係

結合社區人力物力等各種資源，建立互信合作夥伴關係。

本計畫經校長核定後實施，修改時亦同。