

宜蘭縣立國華國民中學一〇四學年度健康促進學校計畫

壹、計畫依據

- 一、宜蘭縣政府 103 年 08 月 19 日府教體字第 1030133207 號函辦理。
- 二、宜蘭縣政府 103 年 12 月 02 日府教體字第 1030196834 號函辦理。

貳、計畫目標

本計畫以健康自主管理為重心發展，擬就整體學校衛生政策、菸害及檳榔健康危害防制、正確用藥、健康飲食等議題發展各項促進健康行為之教學與活動，以期達成下列目的：

- 一、營造健康安全的校園環境，增進學生健康安全成長。
- 二、充實學生健康自主管理的能力，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、強化心靈層面情緒管理與自省能力的增能。
- 六、結合家長及社區資源網絡，推動健康促進學校工作。

參、學校願景及背景說明：

一、本校願景：『榮譽、誠樸、智慧、健康』

重視生活教育、品德教育與人格發展，營造教師、家長、學生和諧的氛圍，培育適性發展、身心健康的好學生。

二、背景說明：

依據衛署統計我國十五至十九歲青少年生育率高達一〇・九％，顯示性開放卻避孕常識不足；學生感染愛滋病人數增加，約每五個感染者中，一人是十五至廿四歲年輕人。而且其中有百分之二十是學生身分；青少年吸菸率男女各為十一・三％、三・二％（一九九九年）；青少年藥物濫用之盛行率也達到百分之一；且學生體能日漸低落，體重過重的人數日增。由此可見，我國學生的健康已經亮起紅燈。

就本校狀況而言，本校位於羅東鎮中心，週邊網咖林立；家庭部分單親或隔代教養，原住民學生約佔百名，常因生計疏於對子女的關心與照顧，因此良好的健康習慣、正確的飲食觀念、及運動習慣的養成，有待繼續推行，此外子女更可能因結交不當友人而染上吸菸之惡習，對健康之影響不可謂不大。

以上現象不但使個人健康品質深受戕害，也使國民醫療費用加重，故應透過學校培養師生實踐健康生活，落實健康服務與輔導措施，才能有效遏止師生健康問題之發生與惡化。隨著預防重於治療、健康促進又重於預防，學校教師能將健康議題融入於教學中，使學生更能自我瞭解健康的重要，進而不斷自我充實與超越，使健康促進活動由學校為出發點進而推廣至社區家庭而扎根建設於整個社會國家。

本計畫由學校衛生委員會組成健康促進工作團隊，依據訂定之目標及議題，發展有效的策略及計畫，進而提升健康品質。學校健康促進計畫之執行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。

健康促進磐石獎暨會議中，全縣各校之主副議題有所調整，104 學年度本校擇定以『**菸檳防制**』為主選議題、「**正確用藥**」為副選議題，並納入「**性教育**」為推動議題，以期朝『**健康促進學校**』的目標邁進。

三、現況分析

依據本校 104 學年度學生健康檢查統計資料顯示，實施健康促進學校自主管理模式並有具體成效，除了學校教育將健康行為融入生活技能養成，亦需配合健康促進活動的推廣，以喚起師生及家長的重視。

(一)學生視力問題

本校近年學生裸視視力不良率如表一，學生裸視視力不良率隨著年紀及課業壓力增加而提升，顯示本校在學生視力不良率的降低方面仍需努力；學生視力不良率高於宜蘭縣總平均值(51.52%)，學生的視力不良就醫率都在 96%以上，自 102 年起強制視力不良學生須至眼科醫療院所就診，引起許多家長不悅，故使裸視視力不良就醫率下降 13.12%，究其原因分析為 1. 家長至眼科診所檢查及治療之意願降低。 2. 家長覺得浪費時間及掛號費，且治療無效。 3. 學生補習沒時間。為加強此重點工作，期使視力不良就醫率能提升至 95%以上，運用以下策略：

- 提供高度近視及高度散光之衛教指導。
- 個別衛教其視力治療的重要性及視力保健方法。
- 受理低收入戶或家境困難者無法就醫的醫療協助。
- 協助社會處提供聚點眼鏡行免費配鏡使用卷。
- 導師協助催繳視力檢查卡，並列入班規要求。

經由多項措施介入後，103 學年度下學期視力不良就醫率 81.28%，104 年下學期提升至 91.5%，雖未仍達到 95%，但是還是明顯增加 10.22%，104 年下學期依縣定指標複檢率能再提高 1%以上。

表一、學生裸視視力不良率及就醫率統計表

學年度	七年級	八年級	九年級	全校	就醫率
101 學年度第一學期	70.9%	76.4%	78.2%	75.2%	97.7%
101 學年度第二學期	76.3%	77.8%	80.1%	78.1%	97.4%
102 學年度第一學期	73.3%	76.2%	79.7%	76.5%	97.3%
102 學年度第二學期	75.6%	78.4%	80.6%	78.3%	90.8%
103 學年度第一學期	68.6%	78.36%	80%	76.06%	94.4%
103 學年度第二學期	73.1%	79.4%	81.5%	78.3%	81.28%
104 學年度第一學期	72.1%	75.8%	80.7%	76.3%	91.50%
103 年宜蘭縣統計	61.69%	68.09%	70.97%	全國：57.94%(1-9 年級)	

(二)學生口腔狀況

近五年七年級學生齲齒及矯治率統計如表二，學生齲齒率逐年下降，矯治率仍可維持於 97%，顯示口腔衛生的觀念已受到學生及家長的重視，本校持續推動餐後潔牙，讓學生養成良好的生活衛生習慣。

表二、七年級學生齲齒率及矯治率統計表

學年度	齲齒率	矯治率
100 學年度	32.53%	95.65%
101 學年度	40.5%	98.56%
102 學年度	56.66%	99.63%
103 學年度	37.44%	99.39%
104 學年度	68.92%	97.24%

(三)健康體位

近年學生體位分類統計如表三，本校每學年推動健康體位相關活動與課程，目的在協助學生由「過輕」、「過重」及「超重」體位，改善至「適中」體位，由表 3 可以發現，103 學年度體位過輕學生增加，作為本學期的健康體位推動之重點。

表三、學生體位分類統計表

學年度	過輕			普通			過重			超重		
	七年級	八年級	九年級	七年級	八年級	九年級	七年級	八年級	九年級	七年級	八年級	九年級
101學年度第一學期	5.40%	6.10%	5.60%	68.10%	64.00%	70.40%	10.60%	12.60%	10.90%	15.80%	17.30%	13.20%
全校	5.70%			67.60%			11.30%			15.30%		
101學年度第二學期	5.00%	4.90%	6.30%	69.60%	65.10%	68.40%	9.80%	11.70%	11.80%	15.60%	18.30%	13.50%
全校	5.40%			67.70%			11.10%			15.70%		
102學年度第一學期	9.10%	7.20%	7.90%	60.60%	68.90%	63.50%	15.50%	8.50%	12.20%	14.80%	15.30%	16.40%
全校	8.00%			64.50%			12.00%			15.50%		
102學年度第二學期	5.40%	4.40%	5.60%	64.30%	71.60%	65.80%	14.80%	8.00%	12.20%	15.50%	16.10%	16.40%
全校	5.10%			67.30%			11.60%			16.00%		
103學年度第一學期	7.50%	8.60%	6.80%	68.90%	65.00%	70.50%	13.20%	12.40%	8.70%	10.30%	14.10%	14.00%
全校	7.60%			68.20%			11.40%			12.80%		
103學年度第二學期	5.50%	5.70%	5.70%	70.30%	68.60%	71.70%	13.60%	11.30%	8.70%	10.60%	14.40%	13.90%
全校	5.70%			70.30%			11.00%			13.00%		
104學年度第一學期	9.10%	6.60%	7.50%	67.90%	71.70%	65.70%	9.70%	11.60%	11.60%	13.30%	6.50%	14.20%
全校	8.10%			68.30%			11.00%			12.60%		

(四)性教育及愛滋病防治

隨著社會日趨開放多元，導致青少年性行為及相關問題逐年增加，因此，如何有效整合國內性教育相關資源，推展「全人性教育」（包含性的生理、心理、社會及心靈四個層面）；國中時期由於正值青春發展階段，對異性充滿好奇，性教育的重要性不言而喻，除了性別認同、性別平等之外，兩性相處、網路安全及性侵害防治等預防「青少年懷孕」、「感染愛滋病及其它性病」與「遭受性侵害性騷擾」，並培養青少年對性的正向觀點，提升學生接納愛滋病感染者的比率，強調以提升「自尊」與學習「真愛」為基礎的「青少年性健康促進」，也是國中性教育的重要議題，配合健體領域課程持續推動。

(五)菸檳防制

世界衛生組織指出，目前全球每年因菸害而死亡的人數高達 540 萬人，各國如不積極採取防制措施，在 2030 年以前，每年將有超過 800 萬人死於菸害；科學實証也指出「沒有無害的二手菸」，「菸」不只對吸菸者本身健康造成危害，燃燒不完全的二手菸甚至比一手菸對人體健康傷害更大；為維護全體學生及教職員工之身心健康，避免菸品及檳榔造成健康危害及環境污染，還給學生一個清新而乾淨的學習環境，並落實菸害、檳榔防制。

(六)全民健保

全民健保為二代健康促進之新興議題，以學校為基礎的「全民健保、人人有責」全民健保教育健康社區結盟工作模式，落實學校全民健保教育課程與活動，支持性的健保宣導物質環境，提供完善的全民健保諮詢服務，與社區建立健保永續夥伴關係。

(七)正確用藥

國人至今仍有太多對藥物的錯誤觀念，認為藥是「有病治病，無病補身」，「藥愈貴療效愈大」，或「上醫院就要求打針」等許多不正確的用藥文化，加上各種傳播媒體及誇大不實廣告的誤導，有一些人常有自我診斷、隨意購買成藥服用的習慣，而導致誤用藥物的意外情況發生，此實非國人之福；台灣洗腎人口盛行率及發生率皆為世界第一，除了高血壓、糖尿病造成併發症之外，使用藥物對於腎臟的危害也是原因之一，不僅民眾使用來路不明藥物、部分合法藥物本身也具有腎毒性，不能隨意服用。校園用藥安全的教育已行之有年，但鑒於國人用藥行為和習慣仍有改善空間；希望經由校園正確用藥教育推廣，不但能提昇學生日後用藥安全及自我照護行為能力，進而能影響家長正確用藥之行為。

(八)傷害事故防制

近年來行政院衛生署為降低國人事故傷害死亡率，不餘遺力的倡導全民心肺復甦術運動，希望提升國人自我照顧能力。『事故傷害防治』內容包含甚廣而非單一之議題，為期落實而有效果，選擇其中結合生活輔導之「交通意外事故防制」、教學融入之「居家、校外事故防範」、衛生保健之「急救訓練」之能力提昇，群策群力、分工合作、以達相輔相成之效果。實施步驟為運用課程教學，佐以舉辦相關活動方式，推動『事故傷害防治』教育，增進教職員工生對於事故傷害防治覺察、知識、態度、生活技能與行動能力，以減少遭受事故傷害的人數。並將本校推動之經驗成效推廣至鄰近社區，建立安全生活及正確急救觀念。

肆、計畫內容及實施策略：

一、委員會成員：

宜蘭縣立國華國民中學校衛生暨健康促進委員會組織

編號	計畫職稱	職稱	姓 名	在本計畫之工作項目
01	召集人	校長	陳國章	研擬並主持計畫，督導計畫執行
02	副召集人	學務主任	游瑞蘭	研究策畫，督導計畫執行，並協助學校行政資源之協調聯繫
03	總幹事	環保組長	游本立	承辦健康促進工作，推行環境保護計畫。提供適當的衛生設施與安全飲用水。建立無菸、無毒校園
04	執行秘書	護理師	許美珠 張瓊文	身體健康促進需求評估，健康資料建檔管理，協助傳染病防治與安全教育推廣教學
05	委員	教務主任	邱旻昇	協助計畫執行，行政協調，並負責健康促進學校課程之訂定及推動，規劃融入課程教育
06	委員	總務主任	魏裕常	校園健康促進學校環境規劃與執行
07	委員	輔導主任	游贊薰	健康促進學校教育之輔導業務及文宣推展，建立相互關懷、信任和友愛的友善校園環境，並協助社區及學校資源之整合
08	委員	人事主任	毛盈海	健康促進教職員部分之推動

09	委員	會計主任	馮美惠	協助健康促進經費相關事宜
10	委員	生教組長	吳志鴻	健康促進學校之生活輔導教育業務及文宣推展
11	委員	體育組長	李啟毅	體適能評估，活動策略設計，師生體適能之增進
12	委員	課發組長	李肇菁	擬定健康促進融入課程教學計畫
13	委員	資訊組長	張俊傑	健康促進學校網路網頁製作及維護
14	委員	事務組長	劉佳穎	校園安全、校園飲用水、綠美化與健康安全環境設施營造與維護
15	委員	健體領域	羅千琦	健康與體育教學設計及課程融入成效評價
16	委員	綜合領域	江淑芬	綜合領域教學設計及課程融入成效評價
17	委員	級導師	李志浩 林楷晉 黃麗秋	健康促進融入班級活動，協助計畫推動
18	委員	專任老師	陳義雄	健康促進融入課程活動，協助計畫推動
19	委員	家長會長	伍若蘭	協助學校健康促進各項活動之推展及整合社區人力資源協助推展健康服務
20	委員	學生代表	210 賴茵杞	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。

項目	工作策略	辦理時間	備註
視力保健	1、每學期開學實施視力檢查，追蹤學生進行後續檢查或治療，並實施高度近視學生及隱形眼鏡族團體衛教，高度近視學生列為個案照護。 2、針對使用散瞳劑與角膜塑型學生、家長進行衛教宣導。 3、視力保健融入課程，健體領域教學。 4、執行校園及班級美化、綠化工作，營造學生視力保健環境結合文藝活動如教室佈置海報比賽，以宣導視力保健之重要性。 5、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視視力保健。 6、結合學校親職座談會向家長宣導相關議題。 7、開學時發給學生家長一封信：視力保健邀請家長一起配合學校衛生政策。 8、暑假作業設計「暑期居家生活檢視檢核表」，每週自行記錄回顧一週用眼與戶外活動行為，由學生自填，家長查核真實性並簽名。 9、統計視力保健行為調查表及居家生活檢視檢核表，作為生活習慣改善及健康促進推動之依據。 10、鼓勵學生下課至教室外進行望眼凝視。 11、利用部落格，宣導視力保健觀念與知能。	104/9 經常性 經常性 104/9 經常性 104/9 104/10 104/07 經常性 經常性 經常性	
口腔保健	1、加強餐後潔牙，並由各班小護士負責監督及記錄。 2、訓練潔牙天使稽查隊，至班上進行潔牙行為稽查。 3、宣導少喝含糖飲料，學校合作社禁販賣含糖飲料。 4、辦理新生口腔篩檢，追蹤學生進行後續檢查或治療，並實施團體衛教。 5、口腔保健融入課程，健體領域教學。 6、結合學校親職座談會向家長宣導相關議題。 7、實施口腔保健知識及行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據。 8、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視視力保健 9、結合文藝活動以宣導口腔保健之重要性如教室佈置海報比賽，以宣導口腔保健之重要性。 10、利用部落格，宣導口腔保健觀念與知能。 11、利用午休抽離口腔衛生不良學生進行『貝氏刷牙法』及『牙線使用』團體衛教。 12、暑假作業設計「暑期居家生活檢視檢核表」，每週自	經常性 經常性 經常性 104/9 經常性 104/9 104/9 104/10 經常性 經常性 104/9 104/7	

	行記錄回顧一週潔牙行為，由學生自填，家長查核真實性並簽名。		
健康 體位	1、 每學期測量學生身高、體重，追蹤學生進行後續檢查或治療，體位過輕及超重者參加團體衛教，生長遲緩學生列為個案照護。 2、加強午餐禮節與營養教育。 3、辦理全校師生健康飲食相關的宣導活動。 4、健康飲食習慣與知能融入領域教學。 5、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視體位 6、加強學生體適能檢測。 7、加強飲用水設施管理與保養，鼓勵學生自備水杯多喝白開水。 8、成立運動社團，培養學生規律運動習慣。 9、辦理運動會與體能活動競賽。 10、參加衛生單位舉辦的揪團健康減重計畫活動。 11、利用課餘時跑步，鼓勵學生下課多運動。 12、實施健康體位行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據 13、利用部落格，宣導健康體位觀念與知能。	104/9 經常性 104/9 起 經常性 經常性 經常性 經常性 104/9 起 104/9 起 104/3 起 經常性 104/10 起 經常性	

性教育及愛滋病防治	1、訂定性別平等教育與性侵害及性騷擾防制實施計畫	學年初	
	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	經常性	
	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。	104/9 起	
	4、加強教師輔導及處理學生性相關問題的能力訓練。	經常性	
	5、加強家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒少保護事件之宣導。	經常性	
	6、性教育發展以「兩性交往」為題之生活技能課程。	經常性	
	7、防治校園性侵害或性騷擾，定期檢視校園安全。	經常性	
	8、辦理性別平等、性教育宣導及藝文活動。	經常性	
	9、繪製校園危險地方，加強安全宣導。	經常性	
	10、定期檢查維修校園監視系統設施。	經常性	
	11、性教育及愛滋病防治知能融入領域教學。	經常性	
	12、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視性教育及愛滋病防治。	經常性	
	13、實施性教育及愛滋病防治知識及行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據。	104/10 起	
	14、利用部落格，宣導性教育及愛滋病防治觀念與知能。	經常性	
	15、結合學校親職座談會向家長宣導相關議題。	104/9	
	16、參加中心學校舉辦文藝競賽活動。	104/11 起	
	17、校慶邀請衛生單位蒞臨本校設攤位宣導。	104/5	

菸檳 防制	1、辦理全校師生菸、檳防制相關的宣導活動。 2、菸、檳防制知能融入領域教學。 3、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視菸、檳防制 4、實施菸、檳防制知識及行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據。 5、利用部落格，宣導菸、檳防制觀念與知能。 6、結合學校親職座談會向家長宣導相關議題。 7、參加中心學校舉辦文藝競賽活動。 8、結合衛生單位開立戒菸班。 9、將菸檳防制議題融入校內國語文競賽。 10、實施無菸害無檳榔校園計畫。 11、明定禁止學生在校園內吸菸及嚼檳榔。 12、推動家長及來賓至校不吸菸不嚼檳榔運動。 13、定期檢測及追蹤輔導曾有菸檳行為學生的認知及態度。 14、校園中張貼禁菸禁檳標誌。 15、加強反毒教育並充實菸害及檳榔防制資料。 16、輔導學校周遭商店拒賣菸品檳榔給學生。	經常性 經常性 經常性 104/9 經常性 104/9 104/2 104/9 104/11 104/9 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性	
全民 健保	1、辦理全民健保相關的宣導活動。 2、全民健保知能融入領域教學。 3、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視全民健保。 4、實施全民健保知識及行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據。 5、利用部落格，宣導全民健保觀念與知能。	104/8 經常性 經常性 104/10 起 經常性	

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、配合校外會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及正確用藥研習，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，避免學生與校外非行少年交往後，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、校慶邀請衛生單位蒞臨本校設攤位宣導。 9、實施正確用藥行為前、後測驗，作為教學改善及健康促進推動之依據。 10、利用部落格，宣導正確用藥觀念與知能。 11、開學時發給學生家長一封信：正確用藥邀請家長一起配合政策並提供校藥局諮詢電話。 12、結合學校親職座談會向家長宣導相關議題。	104/9 經常性 經常性 104/9 經常性 經常性 104/10 104/5 104/10 起 經常性 104/9 104/9	
傷害事故防制	1、辦理教師 CPR+AED 教育訓練研習及體適能檢測。 2、辦理學生 CPR 教學及參加衛生局舉辦 CPR+AED 競賽。 3、加強交通安全教育與管理措施。 4、辦理教職員及學生防災安全演練。 5、參加衛生單位舉辦的健康議題競賽活動。 6、辦理傷害事故相關的宣導活動。 7、傷害事故知能融入領域教學。 8、結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視傷害事故防制。 9、利用部落格，宣導傷害事故防制觀念與知能。 10、護理師每年至急救教育推廣中心申請 BLSI 認證。	104/9 起 104/10 起 經常性 104/9 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性	

伍、計畫預期成效：

一、凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景：

關於學校的發展目標、與共同的價值，將經由學校逐漸所形成的環境氣氛中為大家所認可並產生共識；全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。健康促進學校能實踐民主化、參與式及透明化的學校管理策略。

二、配合各項活動計畫主旨、達成各項活動計畫目標：

- (一) 無菸拒檳校園計畫：完完全全將菸害、檳榔趕出校園。
- (二) 性教育宣導計畫：落實正確性觀念及相關知識傳遞。
- (三) 『健康自主管理』計畫：給予健康的自主管理觀念。
- (四) 校園「國華楷模」選拔活動計畫：選出優質的健康陽光榜樣。

三、改善校園環境以提供促進學生健康的生活空間：

- (一) 生理的健康環境包含一無菸害污染等危害身體並提供健康學習的多元生活空間、易適應且安全的校園建築、設施，並且強調學校中教師與學生的互動與參與關係。
- (二) 心理的健康環境包含一能在學校養成健全的對人、對事、對物心態，感受人與社會的連結、規範，以及人際關係中的溝通型態與衝突的管理。

四、真正地由學生參與並且發展其行動能力：

以學生為導向的參與教學方式，引發學生的潛能及見解，建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態。

五、結合社區資源與地方建立合作網絡、擴大健康促進的範圍和功效：

透過家長會和社區代表與社區結合，將觀念落實到鄰近村里，並藉由結合家庭、社區的力量擴大健康促進的範圍和功效，將健康促進的觀念帶至社會的每一個角落。

陸、預定進度（以甘梯圖表示）

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												

柒、評價指標

一、「健康促進學校」自我檢核表

宜蘭縣立宜蘭國民中學「健康促進學校」自我檢核表						
評鑑指標		自評量化評鑑				
項目	指標內容	5	4	3	2	1 合計
學校衛生政策	1. 成立 <u>健康促進學校委員會</u> ，定期開會研議檢討活動。					
	2. 評量校內健康事務現況並提出 <u>需求評估</u> ，明訂健康促進學校計畫、列入行事曆推動之。					
	3. 健康促進相關業務、政策，能相互配合、執行。					
	4. 能針對學校學生現況做出方針應對（如新流感疫情）。					
學校物質環境	1. 全面推行無菸拒檳、無毒校園。					
	2. 營造永續校園(如資源分類回收、環保、節約能源等)。					
	3. 學校定期實施環境衛生檢查，提供衛生的校園環境(例如考量廁所洗手台數量及配置等)。					
	4. 學校提供安全健康的校園環境(如建築設備、運動、交通、無障礙校園設施等)。					
學校社會環境	1. 將健康促進學校相關議題視為重要推動項目並實踐之。					
	2. 學校提供學生機會參與學校事務，共同制訂相關政策(如班聯會等)。					
	3. 提供協助給予有特殊需求的教職員工生(如緊急救難基金、工讀金、仁愛基金等)。					
	4. 營造一個溫暖開放、友善關懷，具凝聚力且彼此尊重的校園環境（例如鼓勵學生彼此問安等）。					
社區結盟	1. 鼓勵並協助 <u>家長</u> 參與學校活動，使用學校資源，強化學校與家長互動。					
	2. 學校與家長團體互動良好，如家長會和家長志工隊協助推動校內外各項活動。					
	3. 結合社區衛生院所醫療資源，共同實踐政策，相輔相成。					
	4. 鼓勵並協助 <u>學生</u> 參與社區活動，與社區建立信賴、合作、互動的夥伴關係(如學生協助維護社區整潔等)。					
健康生活技能	1. 健康促進學校相關議題融入「健體、綜合」領域課程中。					
	2. 融入各領域教學並透過各項活動設計，強化學生健康生活技能的培育（如 CPR、急救、逃生等）。					
	3. 強化教師有關健康相關課程之在職進修（如 CPR 等）。					
	4. 實行個人健康自主管理，增進師生體適能狀況。					
健康服務	1. 辦理學生 <u>健康檢查</u> ，針對檢查結果提出改善方案。					
	2. 學校依健康檢查結果辦理體格缺點追蹤矯治或轉介服務(含近視、齲齒、肥胖、肝炎…等)。					
	3. 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘等)。					
	4. 體位不健康學生有作專案管理（指針對過輕、過重、肥胖學生之諮詢、輔導、教育及轉介等措施。）					
	5. 訂定完善的傳染病管制流程，並確實執行。					
合計	總 分					

二、成效指標

議題	104 學年縣本成效指標	本校 104 學年度預期成效指標
視力保健	1. 裸視篩檢視力不良率降低 0.5% 以上。 2. 裸視篩檢視力不良就醫複檢率增加 0.73% 以上。 3. 規律用眼 3010 達成率達 80% 以上。 4. 天天戶外遠眺 120 達成率達 82% 以上。 5. 高危險群體個案管理達成率 98.09%。 6. 未就醫追蹤關懷達成率 96.54%。 7. 高危險群衛生教育宣導達成率 77%	1. 學生視力不良率降低 0.6% 以上。 2. 學生視力不良就醫率達 95.5%。 3. 規律用眼 (3010) 率達 80% 以上。 4. 天天戶外遠眺 120 達成率達 80% 以上。 5. 高危險群體個案管理達成率 100%。 6. 未就醫追蹤關懷達成率 100%。 7. 高危險群衛生教育宣導達成率 100%。
口腔保健	1. 初檢齲齒率降低 0.7% 以上。 2. 齲齒複檢率達 97% 以上。 3. 午餐餐後潔牙比率達 93% 以上。 4. 每日平均刷牙次數達 3 次。 5. 學生使用貝氏刷牙法比率達 82% 以上。	1. 學生初檢齲齒率降低 0.7% 以上。 2. 學生複檢率達 97% 以上。 3. 午餐餐後潔牙比率達 93% 以上。 4. 平均每日平均潔牙次數達 3 次。 5. 使用貝氏刷牙法比率達 80% 以上。
健康體位	1. 學生體位過輕比率減低 0.80% 以上。 2. 學生體位肥胖比率減低 0.5% 以上。 3. 學生睡足八小時比率達 84% 以上。 4. 學生在校午餐理想蔬菜量	1. 學生體位過輕比率減低 1% 以上。 2. 學生體位肥胖比率減低 1% 以上。 3. 睡足 8 小時比率達 80% 以上。 4. 午餐蔬菜量攝取達 1.5 份比率達 80% 以上。 5. 平均運動量每週達 210 比率達 85% 以上。 6. 學生每天吃早餐比率達 100%。

議題	104 學年縣本成效指標	本校 104 學年度預期成效指標
	達成率達 83%以上。 5. 學生目標運動量平均達成率達 87%以上。 6. 學生每天吃早餐平均達成率達 100%。 7. 學生多喝水 1500 cc平均達成率達 82%以上。	7. 學生在校喝白開水（750CC/天）達成率達 80%以上。
性 教 育	1. 性知識正確率達 88%以上。 2. 接納愛滋感染者比率達 83%以上。	1. 學生對性知識正確率達 92%以上。 2. 學生性態度正向率達 80%以上。 3. 接納愛滋感染者比率達 83%以上。
菸 檳 防 制	1. 無菸、無檳校園率達 100%。 2. 具戒菸、戒檳種子師資培訓學校達 70% 3. 學生正確認知率達 88%。 4. 吸菸學生參與戒菸率達 100%以上。 5. 嚼檳學生戒檳率達 100%以上。 6. 校園二手菸暴露率 0%。	1. 永續 100%無菸、無檳校園。 2. 具戒菸、戒檳種子師資培訓學校達 70% 3. 學生正確認知率達 80%以上。 4. 吸菸學生參與戒菸率達 80%以上。 5. 嚼檳學生戒檳率達 100%以上。 6. 校園二手菸暴露率 0%。
全 民 健 保	1. 對全民健保有正確認知比率達 82%以上。 2. 珍惜全民健保行為比率達 85%以上。	1. 對全民健保有正確認知比率達 80%以上。 2. 珍惜全民健保行為比率達 80%以上。
正 確 用 藥	1. 遵醫囑服藥率達 93%以上。 2. 學生家庭具有用藥諮詢電話比率達 75%以上。 3. 不過量使用止痛藥比率達 90%以上。	1. 遵醫囑服藥率達 85%以上。 2. 學生家庭具有用藥諮詢電話比率達 80%以上。 3. 不過量使用止痛藥比率達 90%以上。
事 故 傷 害	1. 校護應具急救指導員資格並定期換證達 85%以上。	1. 校護應具急救指導員資格並定期換證達 100%。

議題	104 學年縣本成效指標	本校 104 學年度預期成效指標
防制	2. 教職員具急救證(CPR+AED 證照)比率達 90%以上。	2. 教職員生具急救證(CPR 證照)比率達 90%以上。

捌、經費概算：

今年縣府無經費計畫。

玖、本計畫經校長核定後實施，修改時亦同。

承辦人：游本立組長

主任：游瑞蘭主任

校長：陳國章校長