

新北市 111 學年度學校健康促進計畫書

111 年 8 月 25 日經學校衛生委員會議通過

111 年 8 月 29 日經校務會議通過

校名：新北市立秀峰高級中學

壹、依據：

- 一、學校衛生法第十九條規定辦理。
- 二、學生健康檢查實施辦法第八條第一項規定辦理。
- 三、新北市政府教育局 111 年 07 月 08 日新北教體衛字第 11112445251 號函「新北市 111 學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

- 一、透過健康知能、教育宣導與專題講座，強化師生、家長對健康促進議題的認同，建立青少年正確的健康觀念、態度與行為。
- 二、降低學校健康促進主議題(健康體位、口腔保健)不良率。
- 三、親師合作，協助學生從事行為改變，培養「維持運動，多喝水、零含糖飲食」之習慣，並期待達到提昇自我運動習慣及減緩度數增加之成效。
- 四、提供多元的教育宣導、課程融入生活技能為導向之學習活動，使學生對健康概念有充分的認知，並能自我覺察。
- 五、營造優質健康校園環境，提升學生健康體位、視力保健行為，逐年降低不良之比率。
- 六、凝聚社區力量，連結社區資源推行學校健康促進活動，共同營造健康生活態度。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

本校位於新北市汐止區，緊鄰汐止區綜合運動場與國民運動中心，運動設施資源完善。本校鄰近大尖山，學生課餘時間可前往大尖山步道親近戶外環境。此外，本校鄰近汐止火車站，交通便利。

二、基本資料概況（學生數、班級數（含幼兒園）、教職員、家長社經背景） 含弱勢學生%

現有高中 29 班、國中 39 班、特教班 2.66 班，無幼兒園；共有學生約 2000 人，教職員工約 220 人，教職員具有高度教學熱忱及豐富教學經驗。本校家長社經背景差異大，有社會各階層的人士，也有來自占大多數的中產受薪階

級，110 學年度原住民學生 56 人、低收入家庭學生 56 人、中低收家庭學生 29 人，弱勢兒少 98 人，共佔全校學生 12.0%。。

學生生活學習型態大多數是課後補習班族群，作息易傾向少動少睡少外出型態，加上科技化、線上學習的改變，以及疫情的影響，因此易造成體位健康與視力問題。因此，希望透過健康體位含營養教育、視力保健，並結合健康促進計畫實施，實踐於學生的日常生活與作息，以提升其健康指標。

三、以 110 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

108~110 學年度視力不良%統計表（完全中學適用）

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	71.9	73.1	76.1	70.5	70.44	68.04
八年級	75.8	78.5	74.3	72.9	74.93	74.93
九年級	78.5	81	80.8	76.9	75.80	75.40
國中平均	75.4	77.5	77.07	73.5	73.68	72.79
惡化%	3.91	6.01	3.67	-0.9	3.67	-0.93
新北市國中 不良%	76.94		76.69		76.51	
全國國中 不良%	73.63		73.63		73.61	
十年級	83.1	82.7	80.9	78	82.87	78.60
十一年級	84.9	84	81.6	79.8	81.14	78.21
十二年級	80	82.8	86.6	83.1	80.79	79.73
高中職 平均	82.6	83.1	82.99	80.3	81.59	78.85
惡化%	2.45	2.19	0.06	-1.9	2.07	-2.75
新北市高中 不良%	81.35		81.23		81.44	
全國高中 不良%	83.08		83.13		83.46	

105-110 學年度度待矯治齲齒％統計表（完中適用）

	105 上	106 上	107 上	108 上	109 上	110 上
七年級	15.54	33.68	31.77	18.96	25.46	12.47
新北市七年級	26.56	27.41	28.21	25.72	21.70	19.79
全國七年級	32.71	30.25	27.33	24.82	22.75	21.41
十年級	24.84	31.30	34.29	33.12	31.86	27.53
新北市十年級	24.84	31.17	34.29	33.12	31.86	29.00
全國十年級	28.89	27.43	28.26	27.56	27.11	24.18

108～110 學年度健康體位～體位過輕％統計表

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	7.3	3.9	2.9	2.9	4.60	3.59
八年級	7.9	4.6	7.9	5.0	4.00	2.65
九年級	6.6	5.3	7.0	5.4	8.50	6.4
國中平均	7.3	4.6	6	4.5	5.70	4.20
新北市國中	5.98		7.18		7.24	
全國國中	6.33		7.45		7.67	
十年級	7.7	3.8	8	7.4	5.60	3.86
十一 年級	6.2	4.5	6.9	5.3	8.90	6.43
十二 年級	4.9	7.9	6.9	7.4	9.30	12.84
高中職平均	6.3	5.4	7.3	6.7	7.90	7.78
新北市高中	8.85		10.27		11.02	
全國高中	8.91		10.41		11.09	

108～110 學年度健康體位～體位適中％統計表

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
--	-------	-------	-------	-------	-------	-------

七年級	61.3	63.8	66.7	67.5	57.20	63.33
八年級	60.9	66.2	61.4	63.9	64.70	67.20
九年級	59.2	59.9	64.8	63.3	57.80	61.07
國中 平均	60.5	63.3	64.3	64.9	59.90	63.87
新北市國中	62.36		62.79		61.17	
全國 國中	62.39		62.68		61.12	
十年級	66.3	65.4	61.1	62.5	58.00	57.54
十一 年級	63.7	63.2	63.5	61.3	59.80	62.50
十二 年級	57.4	56.2	61.7	61.3	57.60	57.09
高中職平均	62.5	61.6	62.1	61.7	58.50	59.04
新北市高中	59.10		59.34		57.72	
全國 高中	60.09		59.80		58.62	

108~110 學年度健康體位~體位過重%統計表

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	14.5	14.6	14.4	13.3	20.30	15.64
八年級	15.5	15.5	14.8	14.1	14.30	14.02
九年級	16.7	16.8	13.0	14.2	16.40	15.47
國中 平均	15.6	15.6	14	13.9	17.00	15.04
新北市國中	13.31		12.74		13.17	
全國 國中	12.99		12.57		12.89	
十年級	11.2	14.4	13.9	11.2	17.10	17.19
十一 年級	14	16	11.8	14.6	12.50	12.86
十二 年級	17	16.9	14.8	15.5	15.20	12.84
高中職平均	14.1	15.7	13.5	13.8	15.00	14.30
新北市高中	13.46		12.79		13.08	
全國	13.22		12.72		12.87	

高中						
----	--	--	--	--	--	--

108~110 學年度健康體位～體位肥胖%統計表

	108 上	108 下	109 上	109 下	110 上	110 下
七年級	16.9	17.7	16	16.3	17.90	17.44
八年級	15.7	13.7	15.9	17	17.00	16.14
九年級	17.5	17.9	15.3	17.1	17.20	17.07
國中 平均	16.7	16.4	15.7	16.8	17.40	16.88
新北市國中	18.35		17.29		18.43	
全國 國中	18.30		17.30		18.32	
十年級	14.7	16.3	17	18.9	19.20	21.40
十一 年級	16.1	16.3	17.8	18.9	18.90	18.21
十二 年級	20.7	19	16.6	15.8	17.90	17.23
高中職平均	17.2	17.2	17.1	17.9	18.60	18.95
新北市高中	18.59		17.60		18.18	
全國 高中	17.78		17.07		17.43	

肆、110 學年度健康資訊系統資料

項目	指 標	本校	新北市	全國	達成指標情形
視力 保健	裸視視力 不良率		國小 46.67%	國小 45.10%	■國中符合全市指標 以下，略高於全國指 標，尚需努力 ■高中符合全國指標 以下，略高於全市指 標，尚需努力
		73.68	國中 76.51%	國中 73.61%	
		81.59	高中 81.44%	高中 83.46%	

	裸視視力 不良惡化 率		國小 8.02%	國小 7.80%	■國中略高於全市指標，低於全國指標以下，尚需努力 ■高中高於全市、全國指標，尚需努力
		3.67	國中 3.52%	國中 4.26%	
		2.07	高中 0.27%	高中 0.34%	
	視力不良 複檢率		國小 95.46%	國小 91.68%	■國中符合全市指標以下，略高於全國指標，尚需努力 ■高中低於全市全國指標，高於全國指標，尚需努力
		89.17	國中 91.77%	國中 84.40%	
		47.81	高中 55.62%	高中 43.67%	
口 腔 保 健	學生初檢 齲齒率 〈一、 四、七、 十年級〉		國小 32.91%	國小 35.29%	□國中符合全市全國指標以下 ■高中符合全市指標以下，高於全國指標，尚需努力
			國小 27.42%	國小 30.33%	
		12.47	國中 19.79%	國中 21.41%	
		27.53	高中 29.00%	高中 24.18%	
	學生齲齒 就醫矯治 率〈一、 四、七、 十年級〉		國小 95.42%	國小 87.85%	■國中高於全國指標以下，低於全市指標，尚需努力 □高中符合全市全國指標以上
			國小 92.88%	國小 85.59%	
		83.67	國中 91.50%	國中 79.35%	
		60.76	高中 54.42%	高中 36.13%	
健 康 體 位	學生體位 過輕率		國小 7.70%	國小 8.55%	□國、高中都符合全市全國指標以下
		5.70	國中 7.24%	國中 7.67%	

		7.90	高中 11.02%	高中 11.09%	
學生體位 適中率			國小 65.17%	國小 64.25%	■高中符合全市指標以上，低於全國指標，尚需努力 ■國中低於全市全國指標，尚需努力
	59.90		國中 61.17%	國中 61.12%	
	58.50		高中 57.72%	高中 58.62%	
學生體位 過重率			國小 13.20%	國小 12.90%	■國、高中都高於全市全國指標，尚需努力
	17.00		國中 13.17%	國中 12.89%	
	15.00		高中 13.08%	高中 12.87%	
學生體位 肥胖率			國小 13.93%	國小 14.29%	□國中符合全市全國指標以下 ■高中高於全市全國指標，尚需努力
	17.40		國中 18.43%	國中 18.32%	
	18.60		高中 18.18%	高中 17.43%	

伍、重點議題 SWOT 分析

國中：

依據本校 110 學年度學生健康檢查統計分析：

- 1、視力不良率 73.68%，低於新北市 76.51%，略高於全國 73.61% 的平均值尚需努力。
- 2、視力不良惡化率 3.67%，略高於新北市 3.52%，低於全國 4.26% 的平均值。
- 3、齲齒分析上，七年級齲齒率為 12.47%，低於新北市 19.79%，低於全國 21.41% 的平均值。
- 4、健康體位分析：
過輕 5.70%，低於新北市 7.24%，低於全國 7.67% 的平均值。

適中 59.90%，低於新北市 61.17%，低於全國 61.12%的平均值。

過重 17.00%，高於新北市 13.17%，高於全國 12.89%的平均值，尚需努力。

肥胖 17.40%，低於全市 18.43%，低於全國 18.32%平均值。

高中：

依據本校 110 學年度學生健康檢查統計分析：

- 1、視力不良率 81.59%，略高於新北市 81.44%，低於全國 83.46%的平均值尚需努力。
- 2、視力不良惡化率 2.07 %，高於新北市-0.27%，高於全國 0.34%的平均值。
- 3、齲齒分析上，十年級齲齒率為 27.53，低於新北市 29.00%，高於全國 24.18%的平均值，尚需努力。
- 4、健康體位分析：
過輕 7.90%，低於新北市 11.02%，低於全國 11.09%的平均值。
適中 58.50%，高於新北市 57.72%，低於全國 58.62%的平均值，尚需努力。
過重 15.00%，高於新北市 13.08%，高於全國 12.87%的平均值，尚需努力。
肥胖 18.60%，高於全市 18.18%，高於全國 17.43%平均值，尚需努力。

最後決定 111 學年度以**健康體位**為主議題，**視力保健**為次主議題。

主議題（ **健康體位** ）六大範疇進行 SWOT 分析

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
學校衛生政策	1. 制訂本校健康促進計畫並組成學校衛生委員會，更能有效推行校內健促政策和相關活動。 2. 本校為完中	1. 校內教職員工多，各教師要一起達成共識，一起參與衛生政策的推動較困難。 2. 部分教師對	1. 家長會參與期初、期末各項會議的參與度很高，利於溝通和推動。 2. 鄰近汐止國泰醫院，可提	1. 部分弱勢家庭，忙於經濟與生活，對於學校衛生政策配合度較低，而影響

	制，可延伸國中基礎至高中階段，且人力資源充足，易順利推動計畫 3. 多位教師常將健康促進議題融入課程學習中，強化學生及家長體位自主健康管理知能，使健康促進的議題涵化於學生日常生活之中。 4. 學校健促計畫經過校務會議通過，凝聚共識。	於健康促進的推動與核心價值仍不明瞭，甚至視為是行政端的業務，參與的主動性較低。 3. 相關工作人員教學及行政工作繁重。各單位推行工作繁多，時間資源易分散。 4. 國中部課程多，時間較緊湊，多項宣導政策須執行，使得衛生政策的施行容易被忽略與不重視。	供學校政策專業諮詢。 3. 有健康概念的家長對於健促議題有良好觀念，總是盡力配合學校相關政策。	學校政策的推動。 2. 鄰近補習班的課程忽視學校衛生政策。
學校物質環境	1. 健康中心醫療器材完善，提供優質的健康服務。 2. 校園各樓層皆有洗手台及飲水機，學生擦汗、取水便利。 3. 校園提供豐富綠色學習環境，賦予學生親近戶外自然的場域。	1. 學校人數多，校內活動空間不足。 2. 校園正在進行舊樓拆除重建工程，不利學生運動。 3. 戶外活動場地有限，學生活動範圍受影響。 4. 校園環境整	1. 學校位處汐止火車站附近，交通網絡便利。 2. 本校鄰近汐止運動公園，提供居民運動空間。	學校周遭店家充斥高熱量的食品及含糖飲料，學生放學後因外食習慣容易影響健康。

		修人力有限， 並且需要管理 與維護。		
學校社會 環境	建立學生戶外活 動自主管理與獎 勵制度。	1. 學生數較 多，教師需宣 導、叮嚀事項 眾多，難以兼 顧，師生關係 建立尚待努 力。 2. 部分教師會 以含糖飲料或 甜食獎勵學 生。		1. 部分家長 忙於工作， 忽視對學生的 體位控制。 2. 家庭組合 多元，社經 地位落差較 大，對於健 康生活知能 分歧，影響 健康品質。 3. 多數家庭 的學生下課 後需到補習 班接受課 輔，較少關 心孩子健康 情況。 4. 部分家庭 親子戶外活 動較少，較 重視學生課 業成績表 現。 5. 家長及 學生認為體 位控制，會 隨著學生青 春期的轉變

				而變瘦、長高，而不願意加以控制。
健康生活技能教學及活動	1. 校內設置專職體育專長教師積極推動健促活動。 2. 健康專長教師時常將健促知識和觀念融入課程 3. 健康中心認真推行校內健促活動 4. 舉辦相關研習與講座以及競賽活動，培養學生健促素養。	1. 健體領域之健促議題多，授課時數受限，故僅能以年度重點主題配合學校活動辦理宣導 2. 校內教師忙於學科教學，較為缺少健康促進相關知能。	1. 營養午餐公司的營養師有專業的健康飲食觀念。 2. 固定和汐止運動中心合作安排學生上游泳課	1. 多數家長重視課業，對於健康促進議題缺乏正確飲食、運動等觀念。 2. 單親、隔代教養及新住民家長比例高，對於孩子健促議題較不關心。 3. 家長體位保健知識及觀念待提升。 4. 多數家長未落實親子正確飲食習慣於居家日常生活中。 5. 多數家庭晚餐採取外食，不利體位控制。
社區關係	1. 定期辦理相關結合社區活動	單親、隔代教養及新住民家	1. 志工媽媽熱心參與可協助	補習班重視學業成績，

	如社區運動會、家長會與志工研習活動、家長社區講座等，連結彼此重視學生健康與教育的聯繫。 2. 學校定期辦理親職教育日活動，家長熱心參與。 3. (國中)利用家庭聯絡簿或發通知單與各項宣導小單，與家長聯繫學生體位控制情形。	長比例高，對於學校辦理的健促議題較不關心，參與度較低。	學校議題的推動。 2. 本校志工媽媽熱心服務，關懷校內學生，支援班級教學活動。 3. 本校家長會組織健全，熱心參與校務推動與班級經營 家長會協助並積極參與學校活動。	無法安排戶外活動。
健康服務	1. 本校健康中心提供學生與家長各種健康諮詢。 2. 本校護理師轉發健促訊息，強化學區家長健康知能。 3. 針對體位過輕、過重、肥胖的學生進行個案管理，持續追蹤個案體位狀況。	學生體位不良比率逐年升高，加上學生人數眾多，護理師工作負擔日益加重。	有效建立家長、學校與社區醫療院所間的合作機制。	1. 部分家長對於學校發函通知該子弟應進行相關矯治，而未積極處理。

次主議題（視力保健）六大範疇進行SWOT分析

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
學校衛生政策	1. 能定期召開健康促進委員會會議。 2. 能訂定實施時間表於學校行事曆。 3. 行政人員橫向配合度高。 健康教育教師協助推動學校健康政策意願高。	1. 國、高中業務工作繁重，行政人員較易損耗。 2. 教師因有教學進度壓力，對於相關活動顯得心有餘而力不足。 3. 欠缺完整辦理活動時間，宣導無法深化。	家長會積極協助學校宣傳，提高家長對學校活動的認同度及參與度。	家長或社區居民很少參與學校健康促進活動。
學校物質環境	1. 校園運動設施多，籃球場、羽球場、室內體育館。 2. 教學區中庭有綠樹、草地，提供自然生態環境及視野以達保健視力。 3. 教室設有窗簾，可避免陽光照射導致黑板反光	1. 校舍老舊、教室窄小但班級人數眾多，室內明亮度不足。 2. 校園正值改建，危險地區多，學生下課活動處不多，難以進行教室淨空政策	學校鄰近大尖山，擁有天然的活動場域	1. 學校周邊眼科診所少就醫不便 2. 大部分學生擁有手機，也易受數位電玩誘惑，3C 產品使用頻繁。
學校社會環境	1. 各處室行政可透過網路	1. 各班導師對班級輔導與經	1. 家長時常支持學校活動	1. 學生家庭教育功能薄弱比

	宣導健康促進議題。	營管理的心力不同。 2. 老師工作繁忙，對於健康促進議題不熟悉，無法將議題融入。	2. 固定與汐止運動中心合作各項體育競賽活動，增加學生戶外活動時間。	率高，問題多元。 2. 單親與隔代教養家庭對學生健康較無力照顧，無法留意孩子是否長時間使用電子產品。 3. 學生放學後會前往補習或留校自習，靜態坐著時間長
健康 生活 技能 教學 及 活動	1. 學校定期辦理視力保健講座 2. 教學將健促議題融入各領域課程 3. 成立多元化運動社團	1. 活動過多易影響教學正常化 2. 學生個別差異大，教師難以兼顧。 3. 教學課程及活動因課程無法單一辦理，需融入活動中。 4. 因為疫情，線上教學活動頻繁進行，使得學生使用 3C 產品的時間增長 5. 舉辦活動時常因管道或宣傳不足，導致	1. 健康學校促進網提供豐富網路教學資源。	1. 部分家長不願參加相關課程研習 2. 部分家長對健康不重視。 3. 家長使用電子產品習慣不良者為數不少。

		許多師生參與度不高。		
社區 關係	1. 學校附近醫療及教育資源豐富。 2. 學校與社區關係良好，可結盟辦理健康促進活動。	1. 邀請家長及社區參與健康促進議題等相關資訊宣導，唯出席人數難以掌握，愈高年級家長出席率愈低。 2. 家長及社區人士大多為上班族上班時間都需依公司的排班而定，參與座談會成效不一。 3. 學校無專責單位統一窗口負責與社區關係	1. 體育署設立汐止區運動傷害防護站，提供運動傷害之防護 2. 志工家長常大力支持學校辦理衛生教育活動。 3. 每學期均實施健康檢查，多數家長關心檢查結果。	與國小相比，志工家長人數較為不足，部份健促活動人力較為吃緊。
健康 服務	1. 本校兩位護理師可提供視力保健諮詢及個案管理。 2. 學校健康中心，基本設備齊全。位於學校教學大樓1樓。 3. 每學期學生健康檢查確實，資料完整	1. 學校班級人數較多，且設有體育班，護理師行政工作繁重，恐影響健康中心的服務。 2. 部分學生因家庭因素，家長不容易配合學生持續追蹤改善不良情	本校鄰近市區，各醫療院所逐漸新增，有助於連結提供健康服務。	1. 大部份家長較注重學業成績，對學生健康較不重視 2. 部分家長對於學校發函通知該子弟應進行相關矯治，而未積極處理 3. 部分家庭有經濟壓力，較難配合學生就

	並積極針對不良狀況學生追蹤。 4. 健康中心隨時提供諮詢功能，提供家長及學生正確視力保健衛教知識及必要的協助。 5. 護理師悉心提醒及催收各項健檢回條，並建立健康名冊。	形。		醫進行矯正。
--	--	----	--	--------

陸、健康促進學校議題：

一、主議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

(二) 國中：主議題：健康體位(含營養教育) 次主議題：視力保健

☒健康體位(含營養教育)
 ☐性教育(含愛滋病防治)
 ☐菸檳防制
☐正向心理健康促進
 ☒視力保健
 ☐口腔保健

(三) 高中：主議題：健康體位(含營養教育) 次主議題：視力保健

☒健康體位(含營養教育)
 ☐性教育(含愛滋病防治)
 ☐菸檳防制
☐正向心理健康促進
 ☒視力保健
 ☐口腔保健

二、自選議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

(二) 國中：☐全民健保(含正確用藥) ☐藥物濫用防制

☒安全急救教育
 ☐傳染病防治

(三) 高中：☐全民健保(含正確用藥) ☐藥物濫用防制 ☒安全急救教育

☐傳染病防治

柒之一、實施策略及內容：

111 學年度擇定之主議題～(**健康體位(含營養教育)**) 寫策略

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 分析校內現況並訂定衛生政策時程使得各項規畫更能依時程逐步實施。 2. 利用各會議和各教師做健促政策的觀念釐清與溝通合作。 3. 透過課整日或家長日辦理健促增能研習 4. 定期檢視運動設施及維護 5. 定期檢視校園環境安全，讓學生課後有安全的活動空間。 6. 推動85110活動 7. 增列學生寒暑假作業，以提醒家長和學生進行自我檢測及定期檢查 8. 宣導教師不以含糖飲料獎勵學生 9. 藉由校園刊物或校園佈告欄等刊登健康資訊 10. 辦理優良健康讀物徵選活動，有助於選讀優良健康書籍，盼達到「預防勝於治療」，提昇學生健康知識。 11. 成立學校衛生委員會，	健康體位	學務處	教務處 總務處 輔導處 家長會 圖書館	111 年 9 月 ~112 年 8 月

	負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。				
學校物質環境	1. 在運動場域設立飲水機，提升取用便利性，培養學生多喝白開水的習慣 2. 飲水機的維護，和定期水質檢驗 3. 校門口設置大螢幕播放各項健促議題宣導 4. 減少合作社販賣含糖飲的品項 5. 在營養午餐供餐合約制定：少油、少糖、少鹽飲食 6. 使用有洞的菜勺來盛取食物，減少過多湯汁的攝取 7. 籌備經費購置運動器材、食物模型等…教具，提供教學使用	健康體位	學務處	總務處 教務處 營養師	111 年 9 月 ~112 年 8 月
學校社會環境	1. 學校提供多種運動性社團，鼓勵學生參與 2. 成立教職員工運動社團，營造校園運動風氣 3. 平時用餐時間教師給予學生正確的飲食觀念 4. 對於就醫困難、時常未吃早餐等特殊需求的學生給予適當的關心與協助 10. 舉辦班級性運動競賽，鼓勵教師組隊參加，使校	健康體位	學務處	總務處 教務處 家長會 班級導師	111 年 9 月 ~112 年 8 月

	園充滿運動氣氛 11. 鼓勵住家較近的學生走路上學，增加運動的機會。				
健康生活 技能教學 及活動	1. 將健康飲食觀念融入健教和家政課程 2. 利用體育課程讓學生學會多樣運動技能，且養成規律運動的習慣 3. 持續辦理體適能檢測並追蹤未達標學生的狀況 4. 在朝會或各項活動中宣導健康體型意識、飲食熱量分析等相關議題 5. 將體型意識等價值觀議題融入輔導課程，使學生對於自我體態有正向思考，而不過度減肥 6. 戶外課程水壺不離身 7. 議題融入閱讀推廣活動，透過閱讀提升學生健康知能。	健康體位	學務處	總務處 教務處 輔導室 健康中心 健體領域教師 綜合領域教師 圖書館	111 年 9 月 ~112 年 8 月
社區關係	1. 結合校外體育活動(例如：游泳、登山等...)，讓學生對體位控制達到一定成效。 2. 結合家庭教育議題推廣健促議題融入親職講座中。 3. 結合校慶、節日等舉辦各項師生家長活動，提升	健康體位	學務處	教務處 輔導室 家長會 班級導師 志工	111 年 9 月 ~112 年 8 月

	親師生關係。 4. 結合聯絡簿(健康小叮嚀)。 5. 於校刊或校園佈告欄等刊登健康資訊。 6. 志工大會提倡健促議題，連結家長志工力量。				
健康服務	1. 執行學生的身體健康檢查，並有效建檔、儲存與運用。 2. 提供學生對於健康問題的相關諮詢。 3. 指導學生健康飲食、每週一次定期測量身高、體重、腰臀圍與體脂肪，每天自主運動一小時，做好體位自主健康管理與監控	健康體位	學務處	健體領域教師 營養師	111 年 9 月 ~112 年 8 月

柒之二、實施策略及內容：

111 學年度擇定之次主議題～（視力保健）寫策略

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 分析校內現況並訂定衛生政策時程使得各項規畫更能依時程逐步實施。 2. 和各教師做健促政策的觀念釐清與溝通合作。 3. 持續實行校園手機管理規定，減少學生在校使用 3C	視力保健	學務處	健體領域教師	111 年 9 月 ~112 年 8 月

	的機會 4. 推行寒暑假健康管理實踐活動，以獎勵提升學生自我健康照護落實率 5. 鼓勵早自習前或放學後戶外活動 6. 成立多元社團，鼓勵學生走出戶外 7. 鼓勵活動參與，例：戶外活動 120 8. 鼓勵寒暑假眼科、口腔主動複查 9. 辦理親職講座				
學校物質環境	1. 改善教室內的燈光照明設備 2. 教室設有窗簾，避免陽光照射導致黑板反光 3. 使用投影機不關燈	視力保健	學務處	總務處 授課教師	111 年 9 月 ~112 年 8 月
學校社會環境	1. 結合餐廚公司-每月菜單加註健康小叮嚀 2. 海報張貼、網路資源更新 3. 下課時間教師鼓勵孩子走出教室	視力保健	學務處		111 年 9 月 ~112 年 8 月
健康生活技能教學及活動	1. 將視力保健融入課程 2. 辦理健康促進演講活動。 3. 舉辦校內各項競賽或體驗活動 4. 議題融入閱讀推廣活動，透過閱讀提升學生健康知能。	視力保健	學務處	教務處 圖書館 健體領域教師 自然領域教師	111 年 9 月 ~112 年 8 月

社區關係	籌措資金補助弱勢家庭照明設備或是眼藥水等...	視力保健	學務處	家長會、志工	111 年 9 月 ~112 年 8 月
健康服務	定期追蹤孩子的視力複檢 健康中心提供專業諮詢	視力保健	學務處		111 年 9 月 ~112 年 8 月

柒之三、實施策略及內容：

111 學年度擇定之自選議題～（安全急救教育）寫策略

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	定期舉辦教職員工急救教育訓練	安全急救教育	學務處	學務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月
學校物質環境	1. 定期檢視運動設施及維護。 2. 定期檢視校園環境安全 3. 準備充足 AED 設備	安全急救教育	學務處	學務處 總務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月
學校社會環境	成立校園急救隊 (方式:每班推派至少一名學生通過健教課的實作急救測驗，以擔任校園急救隊隊員)	安全急救教育	學務處	學務處 教務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月
健康生活技能教學及活動	1. 急救訓練實作融入教學 2. 校慶日或是朝會等活動辦理有獎徵答活動 包含體位、視力保健及安全急救等議題	安全急救教育	學務處	學務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月

社區關係	結合地區消防隊做安全訓練宣導	安全急救教育	學務處	學務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月
健康服務	健康中心提供專業諮詢	安全急救教育	學務處	學務處	111 年 9 月 ~112 年 8 月

捌、學校衛生委員會組織表

職稱	本職	姓名	任務執掌
主任委員	校長	蔡春來	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
副主任委員	學務主任	黃瓊儀	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
執行秘書	衛生組長	鍾欣雅	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。 4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
	副衛生組長	高敏娟	

教學組 委員	教務主任	郭曉菁	各項健康促進議題融入多元課程教學，培育學生健康知能。
	圖書館主任	范綺萍	各項健康促進議題融入閱讀推廣活動，透過閱讀提升學生健康知能。
設備組 委員	總務主任	邱建偉	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備（如洗手設備、衛生器材的維護及修繕…等）
	營養師	餐廚公司 營養師	1、膳食營養規劃與監督 2、健康飲食教育規劃與執行
輔導組 委員	輔導主任	任淑儀	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組 委員	護理師	吳巧婷 陶思蓓	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成

			記錄備查與運用。 4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。 6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。 7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組 委員	健康教育組	徐瑞美 何宛宜	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能，使學生、家長實踐健康生活。
	班級導師	各學年級 級導師	1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。

			5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
學生組	學生自治會	學生會會長	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。
社區組	志工業務	歐陽有慧	協助學校衛生工作之推動。
社區組	家長會長	黎懿庭	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。

玖、策略執行干梯圖(其他執行項目請自行延伸)

編 號	月份 年度 工作項目	111 年					112 年						
		8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
1	召開學校衛生委員會議	●						●				●	
3	擬定及執行學年度學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
4	健康促進計畫經校務會議通過	●	●										
5	問卷前測與後測分析				●	●				●	●		
6	資料分析檢討與改善				●	●				●	●		
7	行動研究成果報告												●

拾、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉

國中小、完全中學學校請分別列出各不同年制之預期成效

數據應與 110 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析之數據一致。

必 選 議 題		
推動 議題	成效指標說明（成效指標計算公式如附件一） 請寫上 110 學年度數據	學校自我預期成效評估 * 111 學年度達成率 以修正 1%為預期目標 * 學生數<50 人的學校，以改善一人之 %為預期成效值， 不是 1%
視力 保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率。 國中：110-1：73.68% 110-2：72.79% 高中職：110-1：81.59% 110-2：78.85% 2. 裸視篩檢視力不良惡化率。 國中：110-1：3.67% 110-2：-0.93 % 高中職：110-1：2.07% 110-2：-2.75 % 3. 視力不良學生複檢率。 國中：110-1：89.17%、110-2：71.58% 高中職：110-1：47.81%、110-2：34.80% 4. 定期就醫追蹤率。國中：25.08%、高中職：11.42% 下列請填問卷執行後測成效 5. 規律用眼 3010 達成率。 國中：33.98% 高中職：未施測 6. 天天戶外活動 120 達成率。 國中：36.67% 高中職：未施測 7. 下課教室淨空率。（大校重點年級）	1、國中：71.79% 高中職：77.85% 2、國中：-1.93 % 高中職：-3.75 % 3、國中：90.17% 高中職：48.81% 4、國中：26.08% 高中職：12.42% 5、國中：34.98% 高中職：未施測 6、國中：37.67% 高中職：未施測 7、國中：59.33% 高

國中：58.33% 高中職：未施測 8. 3C 小於 2 小時達成率。(國中高中職填寫) 國中：25% 高中職：未施測 9. 高度近視個案管理率。 (任一眼：低年級≥ 300 度者、小三以上≥ 500 度者)。 <table><tr><th>年級 /人 數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合 計</th><th>十</th><th>十 一</th><th>十 二</th><th>合 計</th></tr><tr><td>110-1</td><td>41</td><td>40</td><td>46</td><td>127</td><td>40</td><td>42</td><td>41</td><td>123</td></tr><tr><td>110-2</td><td>41</td><td>40</td><td>46</td><td>127</td><td>40</td><td>42</td><td>41</td><td>123</td></tr></table> 國中：共 127 人/列管 120 人/列管 94.4% 高中職：共 123 人/列管 90 人/列管 73.1% 10. 高危險群體個案管理率。 (小一 100 度、小二 200 度、小三以上>300 度者、每學期增加 50 度、角膜塑型、先天眼疾、曾眼科手術)。 <table><tr><th>年級 /人 數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合 計</th><th>十</th><th>十 一</th><th>十 二</th><th>合 計</th></tr><tr><td>110-1</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>8</td><td>2</td><td>2</td><td>3</td><td>7</td></tr><tr><td>110-2</td><td>2</td><td>5</td><td>1</td><td>8</td><td>2</td><td>2</td><td>3</td><td>7</td></tr></table> 國中：應列管 8 人/實際列管 8 人/列管 100% 高中職：應列管 7 人/實際列管 7 人/列管 100%	年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計	110-1	41	40	46	127	40	42	41	123	110-2	41	40	46	127	40	42	41	123	年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計	110-1	2	5	1	8	2	2	3	7	110-2	2	5	1	8	2	2	3	7	中職：未施測 8、國中：26.00% 高中職：未施測 9、 國中：共 81 人/列管 81 人/列管 100% 高中職：共 82 人/列管 82 人/列管 100% 10、 國中：應列管 7 人/實際列管 7 人/列管 100% 高中職：應列管 4 人/實際列管 4 人/列管 100%
年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計																																															
110-1	41	40	46	127	40	42	41	123																																															
110-2	41	40	46	127	40	42	41	123																																															
年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計																																															
110-1	2	5	1	8	2	2	3	7																																															
110-2	2	5	1	8	2	2	3	7																																															

	11. 未就醫追蹤關懷達成率。 <table><tr><th>年級 /人 數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合 計</th><th>十</th><th>十 一</th><th>十 二</th><th>合 計</th></tr><tr><td>110- 1</td><td>10</td><td>25</td><td>59</td><td>94</td><td>44</td><td>151</td><td>175</td><td>370</td></tr><tr><td>110- 2</td><td>40</td><td>52</td><td>143</td><td>235</td><td>90</td><td>161</td><td>195</td><td>446</td></tr></table> 國中：未就醫 241 人/追蹤達成 241 人/100% 高中職：未就醫 469 人/追蹤達成 469 人/ 100 % 學生數：879 人 12. 高度近視高危險群衛生教育宣導達成率。 國中：100% 高中職：100%	年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計	110- 1	10	25	59	94	44	151	175	370	110- 2	40	52	143	235	90	161	195	446	11、 國中：未就醫 39 人/ 追蹤達成 39 人/100 % 高中職：未就醫 0 人/追蹤達成 0 人/ 100%
年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計																					
110- 1	10	25	59	94	44	151	175	370																					
110- 2	40	52	143	235	90	161	195	446																					
口腔 保健	1. 學生未治療齲齒率。 國中：七年級 12.47% 高中職：十年級 27.53% 2. 學生齲齒複檢診治率。 國中：七年級 83.67% 高中職：十年級 64.56% 3. 學生午餐後搭配>1000 含氟牙膏潔牙率%。 國小：國中：5% 高中職：無數據	12、國中：100% 高中職：100% 1、國中： 七年級 11.53% 高中職： 十年級 11.47% 2、國中： 七年級 84.67% 高中職： 十年級 65.56% 3、國中：6% 高中職：無數據																											

4. 學生睡前潔牙率％。 國中 91.67%：高中職：無數據 5. 高年級以上每日至少使用一次牙線潔牙率％。 國中：65% 高中職：無數據 6. 在校不吃零食率％。 國中：35% 高中職：無數據 7. 在校不喝含糖飲料率％。 國中：26.67% 高中職：無數據 8. 學生早餐後潔牙率％。 國中、高中職：無數據 9. 學生午餐餐後潔牙率％。 國中、高中職：無數據 10. 學生使用貝氏刷牙法比率％。 國中、高中職：無數據 11. 高齦齒個案管理％：目前尚未執行 高齦齒： 顆列管。 個案管理： <table><tr><th>年級/ 人數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合計</th><th>十</th><th>十一</th><th>十二</th><th>合計</th></tr><tr><td>110-1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>110-2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 國中： 人/ 人= % 高中職： 人/ 人= %	年級/ 人數	七	八	九	合計	十	十一	十二	合計	110-1									110-2									4、國中：92.67% 高中職：無數據 5、國中：66% 高中職：無數據 6、國中：36% 高中職：無數據 7、國中：27.67% 高中職：無數據 8、國中、高中職： 無數據 9、國中、高中職： 無數據 10、國中、高中職： 無數據 11、 國中： 人/ 人= % 高中職： 人/ 人= %
年級/ 人數	七	八	九	合計	十	十一	十二	合計																				
110-1																												
110-2																												

健康 體位	1. 體位過輕率。 國中：110-1：5.70% 110-2：4.20% 高中職：110-1：7.90% 110-2：7.78% 2. 體位適中率。 國中：110-1：59.90% 110-2：63.87% 高中職：110-1：58.50% 110-2：59.04% 3. 體位過重率。 國中：110-1：17.00% 110-2：15.04% 高中職：110-1：15.00% 110-2：14.30% 4. 體位肥胖率。 國中：110-1：17.40% 110-2：16.88% 高中職：110-1：18.60% 110-2：18.95% 5. 每天吃早餐達成率%。 國中、高中職：無數據 6. 學生符合 85210 原則達成率（以下分述）：國小 85110 （1）學生每天睡足 8 小時達成率%。 國中：41.51% 高中職：無數據 （2）學生每天午餐理想蔬菜量（1 拳半）達成率%。 國中：54.72% 高中職：無數據 （3）每天 3C 產品使用時間少於 2 小時平均達成率%。（國小少於 1 小時） 國中：25% 高中職：無數據 （4）學生每天累積 60 分鐘身體活動量達成率%。（420 分/週） 國中：54.72% 高中職：無數據 （5）學生喝足白開水目標平均達成率%（每日喝足白開水、體重每公斤*30CC）。 國中：56.60% 高中職：無數據	1、國中：3.7% 高中職：7.28% 2、國中：64.87% 高中職：60.04% 3、國中：14.54% 高中職：13.80% 4、國中：16.38% 高中職：18.45% 5、國中、高中職：無數據 6-1、 國中：42.51% 高中職：無數據 6-2、 國中：55.72% 高中職：無數據 6-3、國中：26% 高中職：無數據 6-4、國中：55.72% 高中職：無數據 6-5、國中：57.60% 高中職：無數據
----------	---	--

	(6) 在校零含糖飲料% (與口腔保健第 8 點相同)。 國中：26.67% 高中職：無數據 (7)體位不良個案管理% <table><tr><th>年級 /人 數</th><th>七</th><th>八</th><th>九</th><th>合 計</th><th>十</th><th>十一</th><th>十二</th><th>合 計</th></tr><tr><td>110-1</td><td>144</td><td>113</td><td>118</td><td>375</td><td>104</td><td>88</td><td>100</td><td>292</td></tr><tr><td>110-2</td><td>125</td><td>111</td><td>122</td><td>358</td><td>108</td><td>87</td><td>84</td><td>279</td></tr></table> 國中：375 人/375 人=100% 高中職： 292 人/ 292 人= 100 %	年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十一	十二	合 計	110-1	144	113	118	375	104	88	100	292	110-2	125	111	122	358	108	87	84	279	6-6、國中：27.67% 高中職：無數據 6-7、 國中：257 人/257 人=100% 高中職：192 人/192 人= 100%
年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十一	十二	合 計																					
110-1	144	113	118	375	104	88	100	292																					
110-2	125	111	122	358	108	87	84	279																					
菸 檳 防 制	1. 學生紙菸吸菸率%(及吸菸學生人數)。 國中：15%/人 高中職：3.13%/人 2. 學生使用電子煙人數及使用率%。 國中：1.67 人/ % 高中職：0 人/ % 3. 辦理菸害教育宣導至少一場次。 國中：13 場 高中職：10 場 4. 校園二手菸曝露率%。 國中：15% 高中職：6.25% (包括可能是訪客、來賓、民眾等、也包含電子煙) 5. 吸菸學生參與戒菸教育率%。 國中：50% 高中職：0% 6. 菸檳入班衛教種子師資培訓人數。	1、國中：0%/人 高中職：0%/人 2、國中：0 人/ % 高中職：0 人/ % 3、國中：13 場 高中職：9 場 4、國中：0% 高中職：0% 5. 國中：100% 高中職：100% 6、國中：0 人																											

	國中：0 人 高中職：0 人 7. 學生嚼食檳榔率%(及嚼食檳榔學生人數)。 國中：5%/人 高中職：3.13%/人 8. 辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次。 國中：13 場 高中職：2 場 9. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。 國中：100% 高中職：50%	高中職：0 人 7、國中：0% 高中職：0% 8、國中：13 場 高中職：1 場 9、國中：100% 高中職：100%
全民 健保 (含 正確 用 藥)	1. 對全民健保有正確認知比率。 國中：43.92% 高中職：63.7% 2. 珍惜全民健保行為比率。 國中：37.25% 高中職：53.09% 3. 正確使用分級醫療。 國中、高中職：無數據 4. 避免重複就醫。 國中、高中職：無數據 5. 避免過度取藥。 國中、高中職：無數據 6. 向家人朋友說明全民健保的優點。 國中、高中職：無數據 7. 正確使用急診醫療。(國、高中用) 國中、高中職：無數據 8. 提醒家人朋友珍惜健保行為。(國、高中用)	1 國中：44.92% 高中職：64.7% 2、國中：38.25% 高中職：54.09% 3、國中、高中職： 無數據 4、國中、高中職： 無數據 5. 國中、高中職： 無數據 6. 國中、高中職： 無數據 7. 國中、高中職： 無數據 8. 國中：38.25%

	國中：37.25% 高中職：53.09% 9. 遵醫囑服藥率。 國中：85% 高中職：89.06% 10. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。 國中：87.86% 高中職：86.38% 11. 不過量使用止痛藥比率。 國中：80% 高中職：92.19% 12. 特殊疾病個案管理比率。 應管理人數：3 實際管理人數：3 管理 100% <table><tr><td>年級 /人 數</td><td>七</td><td>八</td><td>九</td><td>合 計</td><td>十</td><td>十 一</td><td>十 二</td><td>合 計</td></tr><tr><td>110- 1</td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>2</td><td>0</td><td>1</td><td>0</td><td>1</td></tr><tr><td>110- 2</td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>2</td><td>0</td><td>1</td><td>0</td><td>1</td></tr></table> 國中：100% 高中職：100%	年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計	110- 1	1	1	0	2	0	1	0	1	110- 2	1	1	0	2	0	1	0	1	高中職：54.09% 9. 國中：86% 高中職：90.06% 10. 國中：88.86% 高中職：87.38% 11. 國中：81% 高中職：93.19% 12. 國中： 應管理人數：2 實際管理人數：2 管理 100% 高中職： 應管理人數：1 實際管理人數：1 管理 100%
年級 /人 數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計																					
110- 1	1	1	0	2	0	1	0	1																					
110- 2	1	1	0	2	0	1	0	1																					
性教育 （含 愛滋 病防 治）	1. 性知識正確率%。 國中：80% 高中職：70.34% 2. 性態度正向率%。 國中：84.03% 高中職：75.45% 3. 接納愛滋感染者比率%。 國中：75.97% 高中職：80.34% 4. 危險知覺比率%。	1、國中：81% 高中職：71.34% 2、國中：85.03% 高中職：76.45% 3、國中：76.97% 高中職：81.34% 4、國中：67.6%																											

	國中：66.6% 高中職：71.03% 5. 拒絕性行為效能比率%。 國中：76.35% 高中職：79.48% 6. 負責任的性行為：請參考附件（高中職填寫） (1) 延後第一次性行為發生時間。16 歲 (2) 增加性行為過程中防護措施使用次數。 100%	高中職：72.03% 5、國中：77.35% 高中職：80.48% （高中職） 6-1：17 歲 6-2：100%
藥物 濫用 防制	1. 辦理藥物濫用防制宣導至少 1 場次。 國中：1 高中職：0	1、國中：1 高中職：1
安全 教育 與急 救	1. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率。 國中：0 高中職：0（因疫情停辦） 2. 成立急救（衛生）隊培訓學生人數。 國中：0 人 高中職：0 人 3. 辦理學校職業安全工作宣導場次。 國中：0 場次 高中職：0 場次 4. 學校通過 AED 安心場所認證。 認證日期：110 年 4 月 6 日 有效日期：113 年 4 月 6 日	1、國中：100% 高中職：100% 2、國中：26 人 高中職：19 人 3、國中：1 場次 高中職：1 場次 4、有效日期：113 年 4 月 6 日
正向 心理 健康 促進	1. 辦理正向心理健康促進宣導場次。 國中：0 場次 高中職：0 場次 2. 辦理自殺防治宣導場次。 國中：1 場次 高中職：0 場次 3. 辦理性別平等宣導場次。 國中：3 場次 高中職：0 場次 4. 辦理防制霸凌宣導場次。 國中：2 場次 高中職：2 場次 5. 辦理 EQ 情緒教育宣導場次。 國中：1 場次 高中職：0 場次 6. 心理健康知識率%。	1. 國中：1 場次 高中職：1 場次 2. 國中：1 場次 高中職：1 場次 3. 國中：1 場次 高中職：1 場次 4. 國中：1 場次 高中職：1 場次 5. 國中：1 場次 高中職：1 場次 6. 國中：77.47%

	國中：76.47% 高中職：92.47% 7. 心理健康正向態度率%。 國中：79.74% 高中職：76.88% 8. 心理健康自我效能率%。 國中：67.45% 高中職：78.60% 9. 健康生活品質指標平均%。 國中：69.61% 高中職：76.61% 10. 正向心理健康指標平均%。 國中：69.28% 高中職：82.80%	高中職：93.47% 7. 國中：80.74% 高中職：77.88% 8. 國中：68.45% 高中職：79.60% 9. 國中：70.61% 高中職：77.61% 10. 國中：70.28% 高中職：83.80%
傳染病防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少 1 場次。 國中：3 場次 高中職：3 場次 2. 每週執行漂白水環境消毒一次%。 國中：100% 高中職：100%	1. 國中：1 場次 高中職：1 場次 2. 國中：100% 高中職：100%

拾壹、經費概算表：

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)	備註
合計						

承辦人： 護理師： 單位主管： 主計： 校長：

附件一

一、計畫格式

文字字型為標楷體、14 號大小，行距為固定行高、22pt、上下左右各 2cm。

二、計畫經費編列

1. 一般學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限6,000元(納入年度預算)。
2. 增能工作坊學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限2萬元(上學期4,000元+下學期1萬元+6,000元已納入年度基金預算)。
3. 總召集中心及中心學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限6萬元(上學期2萬+下學期3萬4,000元+6,000元已納入年度基金預算)。
4. 示範學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限5萬元(上學期2萬+下學期2萬4,000元+6,000元已納入年度基金預算)。
5. 補助項目：請參考支用項目說明，不足款及其他項目由學校自籌。
6. 111學年度各議題宣導講座或活動至少各辦理1場次（包括視訊）

三、111 學年度全市學校成效預期具體指標

(一) 部訂指標項目

議題	指標名稱	預期成效	定義	收集方式及工具
視力保健	全體裸視視力不良率	下降 1 %	1. 裸視篩檢受檢學生：係指能接受視力篩檢者。 2. 裸視篩檢視力不良學生：係指裸視篩檢結果，受檢學生的裸眼視力任一眼 ≤ 0.8 者。 3. 全體裸視視力不良率=【裸視篩檢視力不良學生數/裸視篩檢受檢學生數】 $\times 100\%$	1. 學校以 E 字視力表進行視力篩檢之結果。 2. 教育部學生健康資訊管理系統資料。 3. 每學期需進行篩檢一次
	裸視篩檢視力不良惡化率	下降 1 %	裸視篩檢視力不良惡化率=『本年度二至六年級個別之裸視視力不良率』分別減去『上年度一至五年級之裸視視力不良率』之平均數	同上
	裸視篩檢	增加 1	1. 裸視篩檢視力不良就醫複	1. 資料搜集工具為

	視力不良就醫複檢率（簡稱複檢率）	%	檢學生：係指裸視篩檢視力不良學生至眼科醫師處複檢者。 2. 裸視篩檢視力不良就醫複檢率=【裸視篩檢視力不良有就醫複檢的學生人數 / 裸視篩檢視力不良學生人數】×100%。	「裸視篩檢視力不良就醫通知單」。 2. 學生取得寒暑假就醫紀錄或是學校視力檢查前後一個月之就醫紀錄可做為複診紀錄。
	定期就醫追蹤率	增加 1 %	定期就醫追蹤=【定期就醫追蹤學生人數 / 視力異常學生人數】×100%	學校衛生護理人員輔導定期回診矯治狀況，統計時需當學期至少完成一次就醫追蹤。
口腔保健	學生未治療齲齒率	下降 1%	一、四、七年級【受檢學生未治療齲齒人數】/【受檢人數】×100%	健檢資料
	學生複檢齲齒診治率	增加 1 %	一、四、七年級【至合格牙科醫療院所就診的學生人數】/【經口腔診斷檢查結果為齲齒的學生人數】×100%	學校調查
	低年級學生第一大白齒窩溝封填施作率（國小）	增加 1 %	低年級已達第一大白齒施作標準之學童『有施作第一大白齒窩溝封填人數』/『符合標準學生人數』×100%	健檢資料
健康體位	學生體位過輕率	下降 0.5 %	【體位過輕學生數】/【受檢人數】×100%	健檢資料 （可配合健康自主管理網七小福問卷，配合醫師追蹤需求，每
	學生體位適中率	增加 1.0 %	【體位適中學生數】/【受檢人數】×100%	

	學生體位 過重率	下降 0.5 %	【體位過重學生數】/【受檢人 數】×100%	學年追蹤 2-3 次)
	學生體位 超重率	下降 0.5 %	【體位超重學生數】/【受檢人 數】×100%	
菸檳 防制	無菸校園 率	100%	無菸校園:指校內全面禁菸,不 論教職員工生或是家長、廠 商、社區民眾,進入校園皆不 可吸菸。 無菸校園率【無菸校園數】/【學 校總數】×100%	全市調查,國小、 國中、高中職分別 計算
	無檳校園 率	100%	無檳校園:指校內全面禁檳,不 論教職員工生或是家長、廠 商、社區民眾,進入校園皆不 可嚼食檳榔。 無檳校園率:【無檳校園數】/ 【學校總數】×100%	全市調查,國小、 國中、高中職分別 計算

(二) 地方特色指標項目

議題	指標名稱	預期成 效	定義	收集方式	收集工具
視力 保健	規律用 眼 3010 達成率 (國中 小)	增加 1%	【本學年度參與護眼 行動之教學活動並能 實踐規律用眼(3010) 人數】/【全校總人數】 ×100%	1. 設計「太陽日記 卡」貼在聯絡簿 上每天自行記 錄一週用眼與 戶外活動行為, 由學生自填,導 師和家長查核 真實性並指導 計分。 2. 學校須設計對 應之宣導活動	1. 太陽日 記卡,計 算方式詳 見使用說 明。 2. 訪視委 員現場查 核

				及督促、獎勵措施。 3. 融入教學計畫及生活教育常規作息中加以宣導。 4. 以抽樣對象之記錄結果做前後測比較。	
天天戶外活動 120（國中、小）	增加 1%	【本學年度每天戶外活動（每節下課走出去+課程戶外化+課後戶外活動）時間達到120分鐘之人數】/【學生總人數】×100%	1. 發動班級導師指導學生以班級自治方式互相提醒護眼行動。 2. 設計「太陽日記卡」貼在聯絡簿上每天自行記錄一週用眼與戶外活動行為，由學生自填，導師和家長查核真實性並指導計分。	太陽日記卡	
下課淨空率	增加 1%	1. 課間下課時間落實下課教室淨空，鼓勵學童戶外活動，如雨天也可鼓勵至走廊玄關，減少近距離用眼，增加戶外活動時間，防護事項如上。 2. 【每節下課教室有90%以上的學童至教室外的斑級數】/【行動研	教師於下課時間，鼓勵學童至教室外活動，並可關門關燈節能減碳，建議戶外活動場所有輪值教師於觀察學童活動情形，並以注意事項予以輔導。	1. 太陽日記卡，計算方式詳見使用說明。 2. 訪視委員現場查核	

			究班級數】×100%		
3C 小於 1 達成率 ～國小 3C 小於 2 達成率 ～國中 高中職	增加 1%	根據衛生福利部國民 健康署建議 3C 產品加 註警語行政指導原 則：未滿 2 歲幼兒不 看螢幕，2 歲以上每 天看螢幕不要超過 1 小時。	以太陽日記卡的 下方兩題問題請 請家長協助學童 作答。	太陽日記 卡，計算 方式詳見 使用說明。	
高度近 視個案 管理達 成率	增加 1%	【高度近視接受管理 之學生數】/【全校近視 高度近視學生總人數】 ×100%	藉由視力不良複 診單回條醫師診 斷為近視，並註 明屈光度數之資 料。	視力不良 複診單、個 案管理資 料	
高危險 群體個 案管理 達成率	增加 1%	【高危險群接受管理 之學生數】/【全校近視 高危險群學生總人數】 ×100%	藉由視力不良複 診單回條醫師診 斷為近視，並註明 屈光度數之資料。	視力不良 複診單、個 案管理資 料	
未就醫 追蹤關 懷達成 率	增加 1%	【指導未就醫之視力 不良學生數】/【視力不 良未就醫學生總人數】 ×100%	1. 未繳回複診單 或是逕自非眼 科醫師確診的 複診單為分母。 2. 接受高度近視 影片或相關衛 生教育單張宣 導之學生為分 子。	學校指導 紀錄	
高危險 群衛生 教育宣 導達成 率	增加 1%	每學期應針對長效散 瞳劑與角膜塑型片使 用之學童或家長進行 至少一次衛生教育宣 導	1. 衛生教育宣導 應以學童或家 長為主。 2. 必要時應針對 學校老師進行 近視控制與治	學校活動 紀錄	

				療之教育需導。	
口腔保健	學 生 午 餐 餐 後 搭 配 含 氟 牙 膏 (超 過 1000ppm)潔牙比 率	增加 1%	【學生午餐餐後潔牙 人數】/【學生總人數】	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
	學 生 睡 前 潔 牙 比率	增加 1%	【睡前潔牙之學生數】 /【學生總人數】×100%	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
	國小高 年級以 上學生 每日至 少使用 一次牙 線比率	增加 1%	【國小高年級以上學 生每天使用至少一次 牙線之學生數】/【國 小高年級以上學生總 人數】×100%	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
	學 生 在 校 不 吃 零 食 比 率	增加 1%	【學生在學校不吃零 食之學生數】/【學生 總人數】×100%	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
	學 生 在 校 不 喝 含 糖 飲 料比率	增加 1%	【學生在學校不喝含 糖飲料之學生數】/ 【學生總人數】×100%	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
	學 生 每	3 次	【學生每日刷牙次數	新北市健促網路	新 北 市 健

	日 平 均 刷 牙 次 數	以上	總數】/【學生總人數】	問卷系統填答	促網路問 卷系統口 腔保健問 卷
	學 生 使 用 貝 氏 刷 牙 法 比 率	增加 1%	【學生使用貝氏刷牙 法刷牙人數】/【學生總 人 數】	新北市健促網路 問卷系統填答	新 北 市 健 促 網 路 問 卷 系 統 口 腔 保 健 問 卷
健康 體位	學 生 喝 足 白 開 水 目 標 平 均 達 成 率	增加 1%	【達到每天多喝水(每 天喝足體重*30cc 的 白開水)目標之學生 數】/【學生總人數】 ×100%	1. 一、二年級：運 用快樂長高變聰 明魔法集點卡每 天登錄一次，三 個月養成習慣 後，每週登錄一 次，或計畫前後 (避開考試週) 追蹤一次。 2. 三年級以上：運 用健康自主管理 網七小福及新北 市健促網路問卷 系統。	1. 快 樂 長 高 變 聰 明 魔 法 集 點 卡 2. 可 配 合 健 康 自 主 管 理 網 七 小 福 進 行 追 蹤
	學 生 睡 足 8 小 時 比 率	增加 1%	【達到每天睡足 8 小 時目標之學生數】/【學 生 總人數】×100%	同上	同上
	學 生 目 標 身 體 活 動 量 平 均 達 成 率	增加 1%	一般學生： 【達到每週累積420 分 鐘身體活動量目標之 學生數】/【學生總人 數】×100%	同上	1. 快 樂 長 高 變 聰 明 魔 法 集 點 卡 2. 可 配 合

			過重、肥胖學生： 【達到每週累積 420 分鐘身體活動量目標之學生數】/【學生總人數】×100%		健康自主管理網七小福進行追蹤進行追蹤
	學生在校午餐理想蔬菜量(1拳半)達成率	增加 1%	【達到每天在校午餐蔬菜一拳半目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	1. 快樂長高變聰明魔法集點卡 2. 可配合健康自主管理網七小福進行追蹤
	學生限制看銀幕久坐時間目標平均達成率：國小 3C 每天少於 1 小時、國高中職 3C 每天少於 2 小時	增加 1%	【達到每天國小 3C 每天少於 1 小時、國高中職 3C 每天少於 2 小時目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	同上
	學生每天吃早餐達成率	增加 1%	【達到每天吃早餐目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	同上

菸檳防制	學 生 吸菸率	下降至 0 %	【學生過去 30 天曾經紙菸吸菸人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	學 生 電 子 煙 使 用 率	下降至 0 %	【學生過去 30 天曾經使用電子煙人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	校 園 二 手 菸 暴 露 率	下降至 0 %	【過去7日在校時有人在面前吸菸的學生數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	吸 菸 學 生 參 與 戒 菸 率	100 %	參與戒菸：指「吸菸學生」曾參加學校戒菸班、戒菸輔導，或參加校外醫療院所、衛生單位辦理之戒菸教育活動（含戒菸班、戒菸專線、戒菸門診、戒菸網站等） 【吸菸學生參與戒菸人數】/【吸菸學生人數】×100%	學校調查	
	學 生 嚼 食 檳 榔 率	下降至 0%	【學生過去 30 天曾經嚼食檳榔人數】/【學生總人數】×100%	委請班級導師使用協助調查班級嚼檳狀況，並由學校彙整後，填寫全校嚼檳情形統計	1. 學校嚼檳調查表。 2. 全校嚼檳情形統計表。

				表。	3. HPS 檳榔防制問卷
全民健保	對全民健保有正確認知比率	增加1%	【平均每人答對題數】/【總題數(5題)】*100%	新北市健促網路問卷系統填答	全民健保問卷
	珍惜全民健保行為比率	增加1%	【回答「經常」或「總是」珍惜健保行為的人數】/【學生總人數】*100%	新北市健促網路問卷系統填答	全民健保問卷
性教育 〈含愛滋病防治教育〉	性知識正確率	增加1%	【性知識滿分的學生人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	性教育問卷
	性態度正向率	增加1%	【性態度總平均達3.5之人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	性教育問卷
	接納愛滋感染者比率	增加1%	以選擇「我願意和感染愛滋病毒的人一起上學」中「同意+非常同意」者	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	危險知覺比率	增加1%	【勾選「同意」與「非常同意」的人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	拒絕性行為效能比率	增加1%	【勾選「100%能做到」的人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	負責任的性行為	增加1%	延後第一次性行為發生時間(高中職):【曾發生性行為者第一次	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性

	(高中職)		發生性行為時年齡平均值】		教育問卷
		增加1%	增加性行為過程中防護措施使用次數(高中職):【曾發生性行為者在發生性行為時,每次全程正確使用保險套人數】 / 【曾發生性行為人數】×100%		
正確用藥	遵醫囑服藥率	增加1%	【遵醫囑服藥人數】 / 【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷
	不過量使用止痛藥比率	增加1%	【不過量使用止痛藥人數】 / 【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷
	使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率	增加1%	【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】 / 【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷