

# 桃園市 111 學年度「健康促進學校」國小評分表

學校名稱：莊敬國小

## 健康促進學校願景：

- (一) 每一位莊敬兒童都能笑口常開、身體健康，每天快樂上學，有效學習，成為家庭、學校乃至社會的溫暖小太陽。
- (二) 莊敬團隊親師成員，具健康理念，健康技能，享有優質健康生活。
- (三) 透過宣導及研習活動，讓莊敬社區家長正確飲食，遠離菸害、檳榔，形成社區健康生活圈。

## 健康促進學校特色：

莊敬國小在軟體上，營造和諧的校園文化與積極的組織氣氛，發揮國民教育的功能與全人教育的推展，積極推動各項健康促進活動，如：多元社團、營養午餐教育、健康體位、健康活樂蔬果、防菸拒檳、視力保健、口腔衛生、登革熱防治、體適能…等。落實品格教育、環境教育、安全教育成為學校發展重點、以培養具備人本情懷、健康活力、民主素養、統整能力、鄉土與國際意識、終身學習、五育均衡發展及具備多元智慧的現代國民，達成「學校盡心、教師用心、學生開心、家長放心、社區同心」的五心級學校。在硬體設備上，講求效能的發揮與效率的提昇，打造安全健康的學習環境。

本校在九十年規劃設校時即以環境意識為前提，在建築施工及硬體設施上強調環保的作為，如基地保水、雨水回收、校園綠地、日常節能、CO2 減量、省水器材裝設等措施，並積極向上級相關單位申請經費而設置了太陽能發電系統、風力發電系統、生態水池、蝴蝶教材園等設施，藉由課程的規劃與設計，將相關之設施融入教學中，讓學生在實際之教學情境中，提升環境意識，逐漸擴展其生活經驗，由學校到社區延伸環境教育之體驗學習，使師生在日常生活中能關心及愛護周遭的環境，遇有環境問題發生時，也能積極參與解決，並具有保護環境的知能與行動，成為二十一世紀的世界公民。

本校是一所社區型的學校，教師團隊年輕熱情，充滿蓬勃朝氣；學生活潑可愛，可塑性高；學校與社區互動密切；打造莊敬國小成為親師生共享的健康學

校，讓學生把健康理念帶回家庭，影響家人養成健康習慣、進而逐步發展健康的社區，是團隊的最終理想。

壹、評價指標 (30 分)：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校 衛生 政策 4 分	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-1-2 學校衛生委員會(或類似委員會)設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校 物質 環境 4 分	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及照明系統管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、 <b>照明設備檢核紀錄</b> 等)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校 社會 環境 6 分	1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
社區 關係 4 分	1-4-1 學校每學年積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。(如：健康體位、無菸(檯)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康 教學 與 活動 4 分	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。健康教育授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每2學年至少參加學校衛生相關研習18小時專業在職進修。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康 服務	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
8分	肢障、高度近視等)建置個案管理，並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情做成紀錄。(2分)		
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達 100%。(2分) (達 100%為 2 分、95.0~99.9 為 1 分、低於 95 為 0 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
合計 (30 分)		30 分	

## 貳、成效指標 (52 分)：請檢附佐證資料

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
<b>視力保健</b>			
2-1-1 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】=441 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】=658 裸視篩檢視力不良就醫複檢率=67.02%	<input type="checkbox"/> 3 (93%以上) <input type="checkbox"/> 2 (88-92%) <input type="checkbox"/> 1 (82-87%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 $=A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼30分鐘，休息10分鐘視力保健行動目標之學生數】=230 B【受調查人數】=243 學生視力保健行動平均達成率=94.65%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (93%以上) <input type="checkbox"/> 2 (88-92%) <input type="checkbox"/> 1 (82-87%)	
2-1-3 下課淨空率 $= A \div B \times 100\%$ (2分)	A【每節下課有90%以上的學童至教室外的班級數】=52 B【施測班級數】=54 下課淨空率=96.3%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
2-1-4 學生戶外活動120達成率 $=A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計2小時之學生數】=1434人 B【受調查人數】=1434人 學生戶外活動120達成率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
<b>口腔衛生</b>			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-1 學生 <u>複診齲齒診治率</u> = $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=297 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=298 學生 <u>複診齲齒診治率</u> =99.66%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (93%以上) <input type="checkbox"/> 2 (88-92%) <input type="checkbox"/> 1 (82-87%)	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-2-3 學生午餐後搭 <u>配合氟牙膏潔牙比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過1000PPM)潔牙學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
2-2-4 學生睡前潔牙 <u>比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【睡前潔牙學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生睡前潔牙比率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料 <u>比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=1167人 B【學生總人數】=1434人 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=81.38%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (77%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線 <u>比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】=418人 B【受調查人數】=472人 學生每日至少使用一次牙線比率=88.56%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (77%以上) <input type="checkbox"/> 0	
<b>健康體位</b>			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】=977人 B【學生總人數】=1434人 學生體位適中(正常)比率=68.13%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=457人 B【學生總人數】=1434人 學生體位不良比率=31.87%		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生目標運動量平均達成率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (88%以上) <input type="checkbox"/> 2 (78-87%) <input type="checkbox"/> 1 (77%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】=1316人 B【學生總人數】=1434人 學生理想蔬果量平均達成率=91.77%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】=1385人 B【學生總人數】=1434人 學生每天吃早餐平均達成率=96.58%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=1401人 B【學生總人數】=1434人 學生多喝水目標平均達成率=97.69%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (88%以上) <input type="checkbox"/> 1 (78-87%)	
<b>菸害防制</b>			
	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。		
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】=0人 B【學生總人數】=1434人 學生吸菸率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1-1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關於菸害防制教育課程學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生參與菸害教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】=0 B【吸菸學生人數】=0 吸菸學生參與戒菸教育率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 學生電子煙使用率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】=0 B【學生總人數】=1434人 學生電子煙使用率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-4-5 校園二手菸暴露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】=0 B【學生總人數】=1434人 校園二手菸暴露率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
<b>檳榔防制</b>			
2-5-1 學生嚼檳榔人	係指過去 30 天內曾經嚼檳榔學生數		

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
數			
2-5-2 學生嚼檳榔率 $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生過去30天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=1434人 學生嚼檳榔率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=0 B【學生總人數】=1434人 學生參與檳榔教育率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
<b>正確用藥教育</b>			
2-6-1 遵醫囑服藥率 $= A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥人數】=1434人 B【受調查人數】=1434人 遵醫囑服藥率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-2 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】=1434人 B【受調查人數】=1434人 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-3 學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生參與正確用藥教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
<b>性教育(含愛滋病防治)</b>			
2-7-1 學生性教育課程參與率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防治)課程學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生性教育課程參與率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-7-2 宣導活動 (1分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
<b>全民健保教育</b>			
2-8-1 宣導活動 (1分)	推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=1434人 B【學生總人數】=1434人 學生參與全民健保教育率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
<b>正向心理健康促進</b>			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-9-1 宣導活動 (1分)	推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-9-2 學生參與正向 心理健康促進率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關正向心理健康促進課程學生數】 =1434人 B【學生總人數】=1434人 學生參與正向心理健康促進率=100%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
	合計 (52分)	49分	

附件

正向心理健康促進		
心理健康 <u>正確知識率</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 焦慮症心理疾病會伴隨著肌肉緊繃、容易疲累等身體症狀</li> <li>2. 心情低落、生活失去興趣或愉悅感的情形持續二週以上未改善，就要尋求專業醫療協助</li> <li>3. 憂鬱症是心理疾病，並不會影響正常的食慾和睡眠狀況</li> <li>4. 如果有心理疾病或情緒困擾，需至身心科或精神科就診</li> </ol>	對、不對、不知道
心理健康 <u>正向態度率</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我覺得無論學業成績如何，每個人都是有價值的</li> <li>2. 我覺得要改善精神疾病的問題，尋求精神醫療專業協助是首要的選擇</li> <li>3. 我覺得生活周圍中有精神疾病患者是讓人感到害怕的</li> <li>4. 我覺得患有精神疾病是一件令人羞恥的事</li> <li>5. 我覺得精神疾病患者都具有自傷或傷害他人的危險性</li> </ol>	非常不同意、不同意、同意、非常同意 依序為 1~4 分
心理健康 <u>自我效能率</u>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我會勇敢面對生活中的壓力和問題，不逃避 完全沒把握、有少許把握、有一半把握、很有把握、完全有把握</li> <li>2. 當面對需要抉擇的時候，我會根據自己的意願做決定</li> <li>3. 即使遇到問題或阻礙的時候，我還是會努</li> </ol>	完全沒把握(0%)、有少許把握(25%)、有一半把握(50%)、很有把握(75%)、完全有把握(100%) 依序為 1~5 分

	<p>力達成目標，不輕易放棄</p> <p>4. 我知道如何搜尋精神疾病相關資訊(例如：家醫科、網路、朋友)</p> <p>5. 遇到情緒上的問題時，我會尋求學校輔導老師的協助(心理專家/精神科醫生)</p> <p>6. 如果我的朋友遇到情緒問題時，我會鼓勵他/她尋求學校輔導老師或專業人員的協助(心理專家/精神科醫生)</p> <p>7. 為了改善心理健康，我會維持規律運動、良好睡眠、均衡飲食等健康行為</p> <p>8. 為了改善心理健康，我會與朋友討論我遇到的問題</p>	
<p>健康生活品質指標</p>	<p>1. 你覺得很健康、身體很好嗎？  <input type="checkbox"/> (1)一點也不 <input type="checkbox"/> (2)有一點 <input type="checkbox"/> (3)尚可  <input checked="" type="checkbox"/> (4)經常是 <input type="checkbox"/> (5)絕對是</p> <p>2. 你覺得精力充沛嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時  <input checked="" type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>3. 你感到難過嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input checked="" type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時  <input type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>4. 你感到寂寞嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input checked="" type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時  <input type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>5. 你有足夠的時間給自己嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input checked="" type="checkbox"/> (3)有時  <input type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>6. 你能在空閒時間做自己想做的事情嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input checked="" type="checkbox"/> (3)有時  <input type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>7. 你的父母或主要照顧者有公平地對待你嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時  <input checked="" type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>8. 你有時間和朋友在一起嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時  <input checked="" type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是</p> <p>9. 你在學校過得愉快嗎？  <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時</p>	



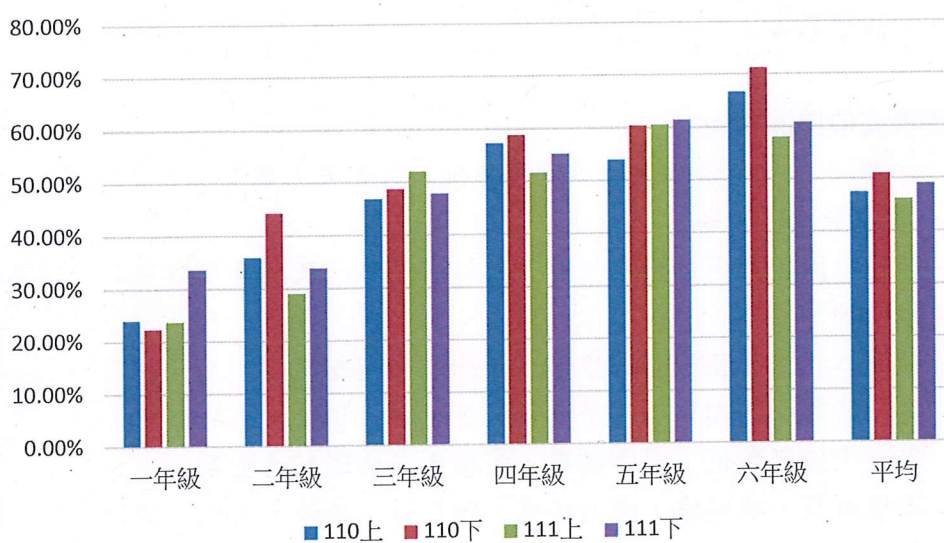
	<input checked="" type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是 10. 你在學校學習能夠專心嗎？ <input type="checkbox"/> (1)從不 <input type="checkbox"/> (2)很少 <input type="checkbox"/> (3)有時 <input checked="" type="checkbox"/> (4)經常 <input type="checkbox"/> (5)總是	
正向心理健康指標	1. 我經常感到輕鬆愉快而且心情很好 2. 整體來說，我對我的生活感到滿意 3. 一般來說，我是個有自信心的人 4. 我覺得我具備處理生活及其困難的能力 5. 我是一個心平氣和且個性冷靜的人	非常不符合、不符合、符合、 非常符合 依序為 1~4 分

※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」<http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/> 下載使用。

參、其他(最高採計 18 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數																																								
<p>校本特色 (活動及成效) (7分)</p>	<p>健康促進學校--校本特色</p> <p>一、建立健康願景，型塑校園健康氛圍，共同為追求健康而努力。</p> <p>二、提供安全的校園環境，師生校園生活怡然自適。</p> <p>三、建立心理健康諮詢服務，協助學生健康學習，快樂成長。</p> <p>四、健康課程融入校本課程中，學生健康促進知能獲得提升。</p> <p>五、親師生建立正確健康理念，養成良好的健康習慣，促進有效健康發展。</p> <p>六、學校結合社區資源，建立健康合作網絡及夥伴關係營造健康活力社區。</p> <p>議題一、視力保健：</p> <p>一、視力保健具體作為：</p> <p>(一) 辦理全校學生視力檢查，並追蹤治療情形。</p> <p>(二) 利用兒童朝會積極進行「視力保健 望遠凝視」宣導。</p> <p>(三) 舉辦「視力保健」藝文競賽</p> <p>(四) 利用綜合課、健體課及下課時間進行「望遠凝視」等護眼活動。</p> <p>(五) 欣賞「視力保健影片」，協助學生養成護眼習慣。</p> <p>二、視力保健成效分析：</p> <table border="1" data-bbox="427 1131 1225 1585"> <caption>各學年視力不良率統計表</caption> <thead> <tr> <th>學年</th> <th>110 上學期</th> <th>110 下學期</th> <th>111 上學期</th> <th>111 下學期</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>一年級</td> <td>24.00%</td> <td>22.32%</td> <td>23.7%</td> <td>33.6%</td> </tr> <tr> <td>二年級</td> <td>35.89%</td> <td>44.35%</td> <td>29%</td> <td>33.8%</td> </tr> <tr> <td>三年級</td> <td>46.84%</td> <td>48.74%</td> <td>52%</td> <td>47.8%</td> </tr> <tr> <td>四年級</td> <td>57.26%</td> <td>58.80%</td> <td>51.6%</td> <td>55.1%</td> </tr> <tr> <td>五年級</td> <td>53.88%</td> <td>60.41%</td> <td>60.5%</td> <td>61.4%</td> </tr> <tr> <td>六年級</td> <td>66.67%</td> <td>71.23%</td> <td>58%</td> <td>60.8%</td> </tr> <tr> <td>平均</td> <td>47.42%</td> <td>50.98%</td> <td>46.1%</td> <td>49%</td> </tr> </tbody> </table>	學年	110 上學期	110 下學期	111 上學期	111 下學期	一年級	24.00%	22.32%	23.7%	33.6%	二年級	35.89%	44.35%	29%	33.8%	三年級	46.84%	48.74%	52%	47.8%	四年級	57.26%	58.80%	51.6%	55.1%	五年級	53.88%	60.41%	60.5%	61.4%	六年級	66.67%	71.23%	58%	60.8%	平均	47.42%	50.98%	46.1%	49%	7	
學年	110 上學期	110 下學期	111 上學期	111 下學期																																							
一年級	24.00%	22.32%	23.7%	33.6%																																							
二年級	35.89%	44.35%	29%	33.8%																																							
三年級	46.84%	48.74%	52%	47.8%																																							
四年級	57.26%	58.80%	51.6%	55.1%																																							
五年級	53.88%	60.41%	60.5%	61.4%																																							
六年級	66.67%	71.23%	58%	60.8%																																							
平均	47.42%	50.98%	46.1%	49%																																							

各學年視力不良統計長條圖



由圖表可知，學生視力不良率有逐年增加的趨勢，尤其一年級學生的視力不良率有明顯增加，但是二年級學生有變少。經過調查發現近兩年因疫情關係，數位遠距教學，及 3C 產品輔助教學的狀況下，使得用 3C 產品的次數增多，但若無法讓眼睛得到適當的休息，視力不良的情況就變得較為明顯，期望學生能做到視力保健 3010。所以學校方面持續加強宣導視力保健議題，並請家長協助，一同守護學童視力健康。

## 議題二、口腔衛生：

### 一、口腔衛生具體作為：

- (一) 辦理全校學生口腔檢查，並追蹤治療情形。
- (二) 利用兒童朝會積極進行「口腔保健」宣導。
- (三) 推廣餐後潔牙及每週使用含氟漱口水漱口，學校於中午用完餐後(12:30-12:40)播放潔牙音樂，學生主動進行餐後潔牙。
- (四) 舉辦「口腔衛生」藝文競賽。
- (五) 利用「河馬教具」，指導一、二年級學生學習「貝氏刷牙法」。

### 二、口腔衛生成效分析：

莊敬國小齶齒不良及矯治率統計表

	110 上學期	110 下學期	111 上學期	111 下學期
齶齒不良率	25.71%	36.02%	21.23%	25.72%
矯治率	96.4%	92.75%	99.66%	98.47%

由上表可知，本校齶齒率約在 20~40%，矯治率也有保持在 90%以上，學校方面因有校牙醫師的守護，以及家長注重學童牙齒保健，所以本校的齶齒率雖不低，但也因有教師家長的督促配合及附近牙醫診所及校護支

持，矯治率也都非常的高。但還需多加強牙齒保健的宣導，期盼學童的齲齒率能越來越低。

### 議題三、健康體位：

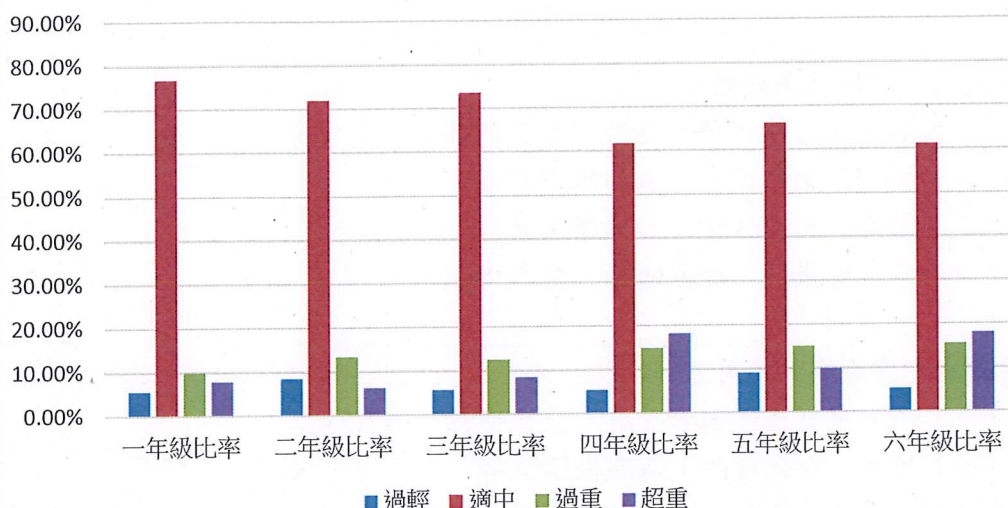
#### 一、健康體位具體作為

- (一) 利用兒童朝會積極進行「健康體位」、「天天五蔬果」、「書包減重」等健康減重相關宣導。
- (二) 舉辦社區聯合運動會，提升全校師生及社區民眾運動風氣，培養運動家精神。
- (三) 每週二、四實施課間健康操，增加學生運動時間。
- (四) 實施體適能檢測，鼓勵學生平時多運動，訓練自己的體能！
- (五) 舉辦「健康體位」宣導講座，讓學生了解運動的重要。
- (六) 推廣田徑、躲避球、樂樂棒球、跆拳道、扯鈴、桌球、流行舞蹈、足球等運動性社團，提升學生運動興趣與風氣。
- (七) 舉辦「健康體位」與「健康活·樂蔬果」藝文競賽。
- (八) 舉辦「遠離食品陷阱」宣導講座，教導學生了解「垃圾食物對健康的危害」，培養健康飲食的觀念。
- (九) 舉辦「書包減重」活動，透過書包秤重、書包減重學習單、影片欣賞等宣導方式，讓學生了解有效管理書包能使骨骼正常發展、身心健康成長。
- (十) 學校推動「走路上學」活動，從原本百分之六十的走路上學率，提升到百分之八十五的走路上學率。
- (十一) 舉辦教職員工生的身體健康檢查，讓老師及學生們了解，要有健康的心理，一定生要有健康的生理，鼓勵大家多運動、多健康。
- (十二) 招募志工協助健康中心學生健檢，一同守護學童健康。

#### 二、健康體位成效分析：

- (一) 111 學年度全校體位統計圖表

圖表標題



由上圖可以了解到，低年級的體位狀況比高年級還要好，中高年級的過重、超重比率較大，所以學校方面需再多向高年級學生加強健康體位的宣導，以及配合體育課，加強耐力的訓練，希望學生保有健康的身心。

議題四、拒菸拒檳具體作為：

- (一) 利用兒童朝會進行「菸害防制」宣導。
- (二) 舉辦「拒菸拒檳」藝文競賽
- (三) 在校園公共區域開貼「拒菸拒檳」宣導標語。
- (四) 借由運動會、園遊會等家長會到校的時機，利用直播系統宣導「拒菸拒檳」。
- (五) 透過「學習單的習寫」，將「菸害防制」觀念深植學童心中。

議題五、用藥安全具體作為：

- (一) 發放關於用藥安全及藥物濫用防治宣導單張。
- (二) 正確用藥及反毒宣導。
- (三) 利用穿堂跑馬燈播放宣導標語及校園海報張貼宣導。
- (四) 辦理用藥安全藝文比賽。
- (五) 利用新生家長座談會、班親會及親職教育日等活動進行宣導。

議題六、性教育具體作為：

- (一) 針對高年級學生進行「愛滋病防治」宣導。
- (二) 舉辦「愛滋病暨毒品防治衛教宣導」講座。
- (三) 五、六年級學生觀賞愛滋病防治衛教影片。
- (四) 舉辦愛滋病防治藝文競賽。
- (五) 針對高年級學生進行「花樣少男少女」性教育教學。
- (六) 針對全校學生進行性別平等教育。

- (七) 舉辦「性別平等教育」優良學習單展示。
- (八) 舉辦高年級女生衛生教育講座

議題七、全民健保具體作為：

- (一) 利用早自修或朝會進行「全民健保」短片宣導。
- (二) 舉辦「全民健保」海報徵選比賽。
- (三) 習寫「全民健保」知識學習單。
- (四) 於穿堂張貼「全民健保」宣導海報。

議題八、傳染病防治具體作為：

- (一) 利用早自修或朝會進行「全民健保」短片宣導。
- (二) 舉辦「全民健保」海報徵選比賽。
- (三) 習寫「全民健保」知識學習單。
- (四) 於穿堂張貼「傳染病」防治宣導海報。

議題九、正向心理健康促進：

推動前後成效評價  
(3分)

- 視力保健  口腔衛生  健康體位
  - 反菸拒檳  性教育
  - 全民健保教育(含正確用藥)
  - 正向心理健康促進
- (請檢附行動研究成果)

特殊貢獻(8分)

- 8分：參與國際認證並獲獎
- 5分：參與教育部辦理之健促競賽(成效評價報告、教學模組、競賽等)
- 5分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」
- 5分：參與本市重點宣導計畫(見備註二，請檢附佐證資料)

附件 2

112 年度 莊敬國小 第一屆「莊敬國小 私立莊敬小學附屬小學部」(附) 辦理「莊敬國小 附屬小學部」112 年度校務發展計畫中請單

計畫名稱	112 年度附屬小學部校務發展計畫 (第一屆) 112 年度校務發展計畫		
申請學校	莊敬國小	學校地址	12521 莊敬路 1 號
申請經費	經費 20,000 元 (活力與健康計畫) + 經費 21,000 元 (校園安全計畫)		
計畫負責人	洪美娟	職稱	主任
	電話	360-2303	
	E-mail	hms@zjgs.edu.tw	
	聯絡地址	桃園市觀音區莊敬路 1 號	
計畫聯絡人	洪美娟	職稱	主任
(必填)	電話	360-2303	
	E-mail	hms@zjgs.edu.tw	
	聯絡地址	桃園市觀音區莊敬路 1 號	
衛生所聯絡人	李志明	職稱	醫師
(必填)	電話	360-2303	

學校承辦人：洪美娟 (簽名)

機關首長：李志明 (簽名) 附于承辦人：李志明

備註：1. 本計畫表見附錄表第 1 式 3 份，高年組、衛生所及學校各留存一份。  
2. 各校需於 112 年 2 月 24 日前將計畫申請單及經費撥款表檢交至衛生所。

- 3分：協力學校、待輔導學校「成效提升」  
-數據低於全國或全市平均

合計 (18 分)

12 分

自評總分	91 分	複核總分		評分表總分 100 分
訪視意見	(由訪視委員填寫)			

承辦人：衛生組長洪炎揚

主任：學務處主任劉崑祥

校長：莊敬國民小學校長李明宗

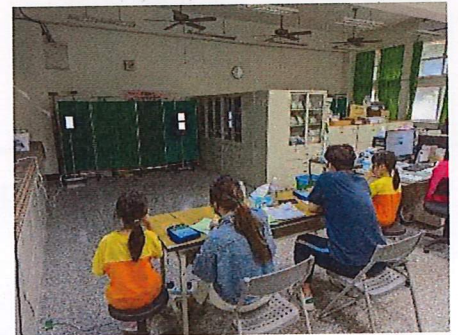
備註：

一、特優：90 分以上      優等：85 分以上      優良：80 分以上

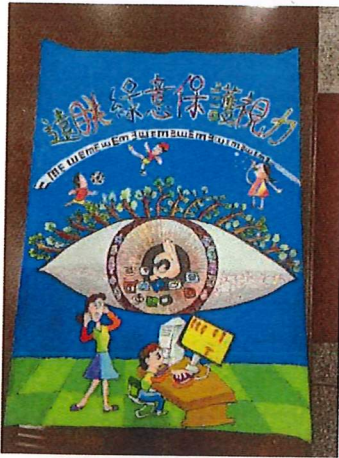
二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。

肆、活動紀錄：

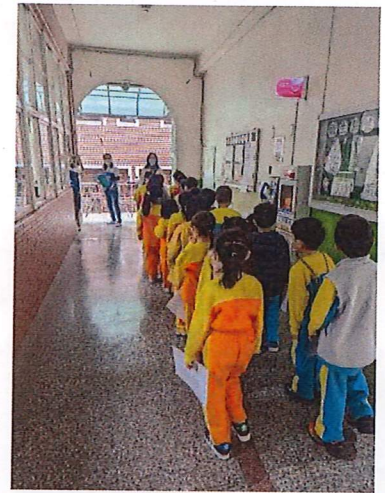
### 議題一、推動視力保健-學童視力檢查成果



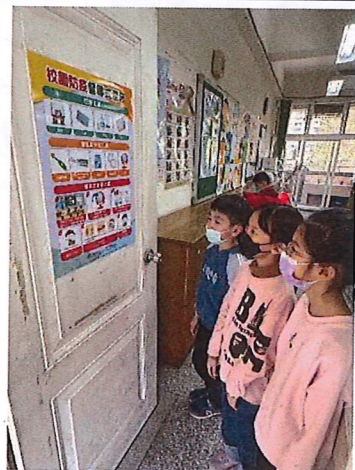
### 議題一、推動視力保健-藝文競賽成果照片



議題二、推動口腔衛生保健—全校學生口腔檢查成果照片

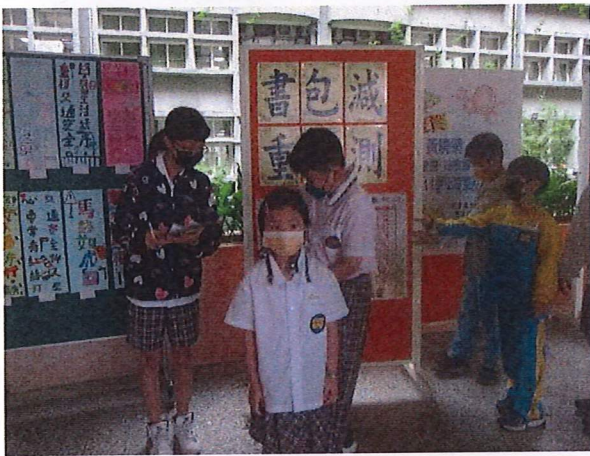


議題二、推動口腔衛生保健-潔牙教學宣導

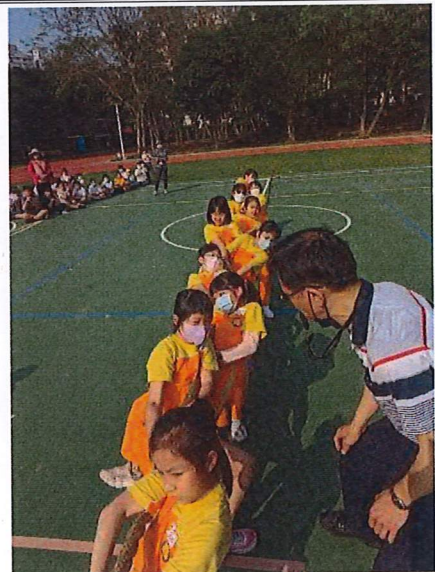


議題三、推動健康體位-書包減重抽測





### 議題三、推動健康體位-拔河競賽



### 議題三、推動健康體位-課間健康操成果照片



議題三、推動健康體位—健康操競賽照片



議題三、推動健康體位—運動會活動剪影





議題三、推動健康體位—成立各種運動性社團成果照片



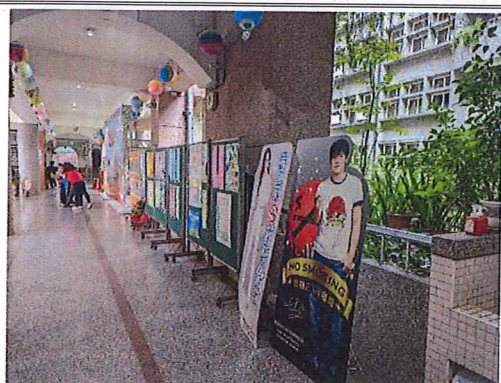
議題三、推動健康體位—「健康活·樂蔬果」藝文競賽成果照片



議題三、推動健康體位—教職員工生健康檢查成果照片



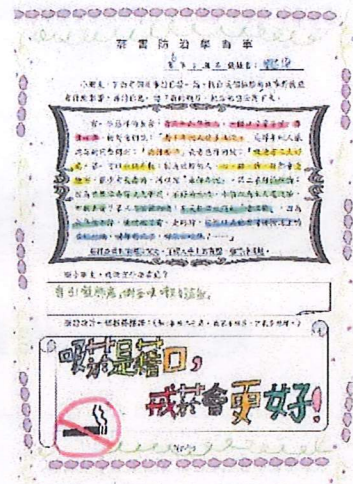
議題四、推動拒菸拒檳—靜態宣導成果照片



議題四、推動拒菸拒檳—張貼拒煙標誌成果照片

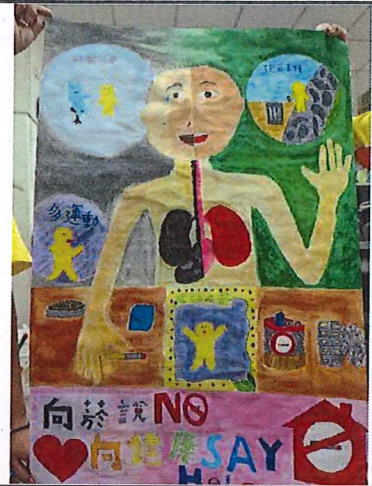


議題四、推動拒菸拒檳—學習單成果照片



議題四、推動拒菸拒檳—藝文活動成果照片





議題五、推動用藥安全—學習單成果照片

生病了怎麼辦

一、到藥局領藥時，要注意藥袋上的哪些內容呢？請寫下來。

1. 有效期間
2. 用法用量
3. 注意事項

二、下列有關用藥的觀念那些正確？那些錯誤？將代號填入空格中。

Ⓐ 用藥後須按時服用。

Ⓑ 不隨便購買或服用自行服用。

Ⓒ 可以自己依無病情況決定減少或增加服用劑數。

Ⓓ 同學生病的症狀和我相同，可以把藥分給他吃。

Ⓔ 因為藥很苦，吃藥時可以配果汁。

Ⓕ 吃藥時要配足夠的溫開水。

正確： 錯誤： 4, 5

要多休息

生病了怎麼辦

一、到藥局領藥時，要注意藥袋上的哪些內容呢？請寫下來。

1. 有效期間
2. 用法用量
3. 注意事項
4. 注意日期

二、下列有關用藥的觀念那些正確？那些錯誤？將代號填入空格中。

Ⓐ 用藥須按說明書服用。

Ⓑ 不隨便購買或服用自行服用。

Ⓒ 可以自己依無病情況決定減少或增加服用劑數。

Ⓓ 同學生病的症狀和我相同，可以把藥分給他吃。

Ⓔ 因為藥很苦，吃藥時可以配果汁。

Ⓕ 吃藥時要配足夠的溫開水。

正確： 錯誤： 4, 5

議題五、推動用藥安全—藝文競賽成果照片



議題六、推動性教育—各年級學習單成果照片



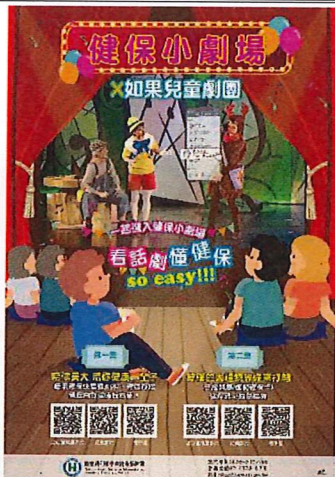
議題六、推動性教育—數位性別暴力防治



議題六、推動性教育—愛滋病防治衛教講座成果照片



議題七、推動全民健保—二代健保宣導成果照片



議題八、推動正向心理健康—自殺防治研習成果照片





### 議題九、傳染病防治—登革熱傳染病防治執行與宣導照片



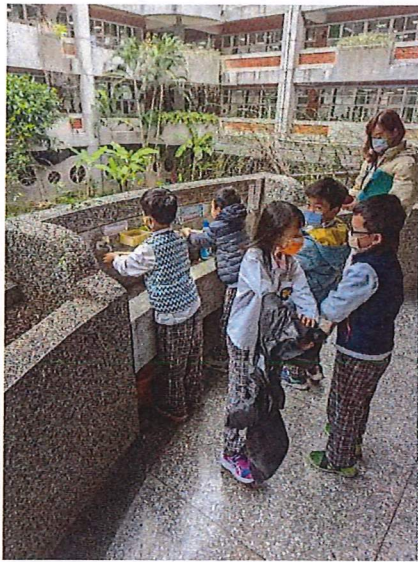
### 議題九、傳染病防治—傳染病防治全校消毒



### 議題九、傳染病防治—新冠肺炎疫苗施打



### 議題九、傳染病防治—勤洗手防治腸病毒



### 活動感想

健康身心是人一生最重要的事，也是一切活動的基礎，有著良好的健康狀況，就能成就良好的競爭力，創造美好的時光。

根據統計，百分之五十以上的健康問題，肇因於日常不良的生活習性，本校藉由參加「健康促進學校計畫」，進行健康議題的推動，不僅能夠提高師生與家長的個人健康意識，進而培養完善健康的生活習慣，讓「促進健康」的理念取代過往的疾病預防觀念。

學校是孩子學習及生活的場所，為了孩子的健康，本校積極營造健康、親和的軟硬體環境，讓孩子在安全的氛圍中，透過師長的宣導、藝文競賽、聆聽專業人士的講座、體育競賽、社團表演、一人一運動…等活動，學習各種健康的觀念與知識，並養成良好正確的運動習慣！

我們期望在溫馨、和諧的園地裡，孩子們皆能快樂學習、健康成長，以學校願景「莊重自己 敬天愛人」自我勉勵，成為「有自信」、「肯負責」、「會感恩」、「能關懷」的優質公民，更透過親師座談會、網路宣導或張貼宣導單等方式，讓學生將在校所學的健康觀念帶回家庭，和家長共同營造健康家庭和健康社區！