

## 屏東縣立萬巒國民中學 107 學年度健康促進學校實施計畫

一、依據：屏東縣 107 學年度健康促進學校實施計畫。

二、計畫緣起：本校屬於一般地區學校，全校共 19 班，學生數共計 413 人，教職員工 58 人。學區家長大部分屬於農、勞工階層，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識；再加上近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童比例較高，所以本校學童之生活、學習與成長值得教育單位投入更多資源。

三、現況分析：

本校健康促進議題推行需求評估(學校背景及健康議題 SWOT 分析)

項目	Superiority (優勢)	Worse (劣勢)	Opportunity (機會點)	Threat (威脅點)
學校規模	全校 19 班，屬中型規模學校。	因少子化現象，學生數有逐年降低之趨勢。		
教師資源	校長領導，關懷與績效並重。行政團隊積極進取，樂於提供資源，盡力支援教學系統，並與教師相處融洽。全校教師願意配合	教師為配合各項教育宣導，須身兼數職，教學與行政業務工作負擔沈重。教師對課程設計與教學創新之精進，還有努力空間。		

	學校所推行的政策。			
<b>學生特色</b>	學生本質善良純樸可愛，可塑性高。學生活力充沛，體能佳。	單親、隔代教養、外籍配偶、經濟弱勢家庭等增加，部份學生須教師更有耐心教導。 現今普遍家長呵護多，挫折容忍力及生活實踐能力不足。		
<b>家長背景</b>			家長會熱心參與校務，會配合學校要求。	單親家庭、隔代教養家庭、外籍配偶家庭、經濟弱勢家庭等，逐年增加，導致家長缺乏親職教育與指導學生能力。

地 理 環 境			鄰近衛生所，可攜手合作，引進更多資源。	萬巒地區，大多為務農與勞動人口，社經階層較低。
社 區 參 與	學校成立健康促進委員會定期召開會議。 健康中心提供衛生教育資源。能整合各處室共同溝通。 親師互動佳，能將正確健促的觀念向家長宣導。		社區資源豐富，衛生所隨時提供衛生健康資源。 屏東縣政府重視學生健康，積極推動健康促進實施計畫。	

#### 四、計畫目的：

- (一)評估學校教職員工生的健康需求，結合社區資源，透過健康教育與活動及健康服務之實施，引導學生、教職員工及社區家長重視健康管理，共同營造健康促進之校園環境。
- (二)營造健康優質環境，將健康促進學校觀念推展至家庭、社區，凝聚共識，以實施全鄉共同議題：「健康體位」、「視力保健」、「口腔衛生」、「菸檳防制」、「正確用藥、全民健保」、「性教育」。
- (三)建立永續經營、自主規劃之健康促進組織與團隊，有效推動健康議題，促進學校教職員工生建立健康行為並建立健康的生活型態，進而提升健康

品質。

五、計畫期程：107 年 9 月至 108 年 6 月。

六、計畫內容

實施策略	執行內容	預定執行時間	負責單位
1.推動健康促進學校政策	1-1 整合各處資源，成立健康促進學校推行委員會，負責規劃、推動、協調及檢討學校的健康政策。	107.9	學務處
	1-2 評估學生現況，擬定及推動相關計畫。	107.9	學務處
	1-3 建立學生健康資料檔案，進行計畫實施，。	107.10	保健中心
2.發展健康促進議題落實策略執行	2-1 建立親師生健康知能概念，並融入課程教學及進行文宣宣導。	107.11-108.3	教務處
	2-2 辦理菸檳防制全校彩繪燈籠比賽	108.3-4	學務處
	2-3 建立師生健康體適能觀念，提供學生健康處方策略，落實活動進行。	全學年	學務處
	2-4 建立師生健康飲食觀念，養成均衡攝取營養之健康行為。	全學年	保健中心
3.提供安全友善之校園環境	3-1 提供安全的校園環境，確保設施及器材之安全，及使用人員瞭解正確的使用方法	全學年	總務處
	3-2 定期更換相關設備及水質檢驗合格紀錄，維護飲用水衛生（如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗	全學年	總務處
	3-3 建立危急及災難應變機制（含防震、防火、防颱、防土石流）。	108.9	學務處
	3-4 設置特殊安全防護設施，以減少事故傷害	全學年	總務處
	3-5 設置特殊的設備設施，以促進師生健康	全學年	總務處

	3-6 強化健康中心衛教功能，提供學校師生均衡營養衛生安全之午餐健康飲食。	全學年	保健中心
	3-7 營造健康學習氛圍的環境佈置	107.10	學務處
4. 健康生活技能取向之教學與行動	4-1 設計以生活技能為導向之健康教育課程。	全學年	教務處
	4-2 藉由學校健康促進委員會運作，結合教師會，網羅健康有關之機構、團體，建立互惠合作關係，以期有效聯結社區內外之資源。	全學年	學務處
	4-3 健康教育授課教師具備健康教育課程與教學專業知能。	全學年	教務處
5. 學校與社區關係	5-1 學校積極主動與當地社區聯繫	全學年	學務處
	5-2 連結社區資源推行學校健康促進活動	全學年	學務處
6. 學校提供健康服務	6-1 學校提供教職員工生基本的健康服務	全學年	保健中心
	6-2 學校學生健康檢查結果之管理。	全學年	保健中心
	6-3 校內事故傷害的監測與改善。	全學年	保健中心
	6-4 學校健康中心設施基準符合教育部訂定。	全學年	保健中心

## 七、預期成效

需求評估問題	推動議題	績效指標
<p>依據學生健康資料分析結果，</p> <p>1. 全校 BMI 適中值、國中學生約 58.4%(全國 63.44%)。</p> <p>2. 全校 BMI 過重及肥胖值、國中學生約 37.1%(全國約 29.50%)。</p>	健康體位	<p>1.107 學年全校學生 BMI 適中值提升 1.00%。</p> <p>2. 學生每天喝水 1500cc 達 90%。</p> <p>3. 學生每天運動 30 分鐘 85%。</p> <p>4. 每天睡滿八小時 80%。</p>

3. 全校 BMI 過輕值、國中學生約 4.5%		
依據學生健康資料分析結果，本校學生裸視視力不良率約 60.09% (全國約 73.47%)。視力不良就醫率 78.18% (全國約 87.05%)。	視力保健	1.本校學生裸視視力不良率下降至 48.0%。 2.視力不良就醫率上升至 80.00%。 3.下課時間走出教室活動的比例 100%。 4.課後看電視、打電腦、玩電動、用手機合計時間少於 2 小時上升至 70.00%。
依據學生健康資料分析結果，本校學生初檢齲齒率、七年級約 51.5%，齲齒複檢率 71.2%。	口腔衛生	1.本校學生初檢齲齒率下降至 48%以下。 2.齲齒複檢率上升至 80%。 3.學生平均每日潔牙次數至少 2 次。
本校學生吸菸率，106 學年度吸菸率為 2.42%。	菸檳防制	1.無菸、無檳校園政策達 100%。 2.課程融入教學 2 小時、宣導各 1 場 3.張貼戒菸專線標語。 4.107 學年度國中吸菸率下降至 2%以下。 5.檳榔危害認知正確率達 95%。 6.國中生食檳人數下降至 1.50%以下。
性教育宣導 (含愛滋病防制) 課程	性教育(含愛	1.落實性教育宣導 (含愛滋病防治) 2

融入教學	滋病防制)	場。 2.課程融入教學 2 小時。 3.正確的生理認知率達 95%。 4.危險性行為認知率達 98%。 5.愛滋病的傳染途徑、方式認知率達 90%。
正確用藥、全民健保宣導、課程融入教學	全民健保(含正確用藥)	1.正確用藥五大能力認知正確率達 97%。 2.課程融入教學 2 小時。 3.辦理親職教育宣導至少 1 場達 100%。 4.就醫後遵醫囑達 95%。 5.家中有用藥諮詢電話比率提高 5%。 6.全民健保認知正確率達 95%。 7.學童全民健保珍惜行為率達 96%。

#### 八、預期進度：

工作項目	9月	10月	11月	12月	3月	4月	5月	6月
成立中心學校組織工作團隊、訂定實施計畫	■							
召開推動工作小組會議	■							
辦理全縣教師增能研習			■	■				
學校進行各議題融入教學、宣導及前後測				■	■			
收集評量數據與統計資料、進行改善。					■	■		
辦理菸檳防制全校彩繪燈籠比賽					■	■		

進行各領域教學融入與宣導								
檢討執行成效並彙編成果報告								
經費核銷								

## 九、人力配置：

計畫職稱	姓名	職稱	工作項目
主任委員	李瑜珍	校長	主持並督導計畫之推動執行
副主任委員	邱啟榮	學務主任	研擬計畫、主持行動研究及協助推動並負責協調整合各相關工作
	余昀緬	教務主任	協助推動並督導教案與學習單之開發研究
	梁俊民	總務主任	協助推動並督導無菸檳校園環境監督
	謝秀芳	輔導主任	協助推動並督導社區資源之蒐集整合
	林智豐	會計主任	協助推動並督導經費之支用核銷
	林蘭蕙	家長會長	協助家長增能之規劃及資源之整合
執行祕書	傅雪菁	護理師	防制宣導、成果呈報、數據收集及統計、經費核銷、執行工作內容並評估成效
	羅坤志	衛生組長	
副執行祕書	陳素娥	輔導組長	實施行動研究並評估成效
	謝一玲	教學組長	教案與學習單開發、研究並評估成效
委員	吳宇立	健體領域老師	協助教案與學習單開發、研究並評估成效、協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	郭凡桂	健體領域老師	協助教案與學習單開發、研究並評估成效、協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	國文、英文領域召集人		協助教案與學習單開發、研究並評估成效、協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	社會領域召集人		協助教案與學習單開發、研究並評估成效、協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	數學領域召集人		協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	自然與科技領域召集人		協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	健康與體育領域召集人		協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	藝術與人文領域召集人		協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	綜合領域召集人		協助相關教學活動之辦理、教學觀摩實施及評量
	萬巒鄉衛生所		提供本計畫之相關資料諮詢與協助辦理相關活動。

十、評價指標：

編號	年度議題	107 學年度計畫指標
一	健康體位	1.107 學年全校學生 BMI 適中值提升 1.00%。 2.學生每天喝水 1500cc 達 90%。 3.學生每天運動 30 分鐘 85%。 4.每天睡滿八小時 80%。
二	視力保健	1.本校學生裸視視力不良率下降至 48.0%。 2.視力不良就醫率上升至 80.00%。 3.下課時間走出教室活動的比例 100%。 4.課後看電視、打電腦、玩電動、用手機合計時間少於 2 小時 上升至 70.00%。
三	口腔衛生	1.本校學生初檢齲齒率下降至 48%以下。 2.齲齒複檢率上升至 80%。 3.學生平均每日潔牙次數至少 2 次。
四	菸檳防制	1.無菸、無檳校園政策達 100%。 2.課程融入教學 2 小時、宣導各 1 場 3.張貼戒菸專線標語。 4.107 學年度國中吸菸率下降至 2%以下。 5.檳榔危害認知正確率達 95%。

		6.國中生食櫛人數下降至 1.50%以下。
五	性教育	<p>1.落實性教育宣導（含愛滋病防治）2 場。</p> <p>2.課程融入教學 2 小時。</p> <p>3.正確的生理認知率達 95%。</p> <p>4.危險性行為認知率達 98%。</p> <p>5.愛滋病的傳染途徑、方式認知率達 90%。</p>
六	正確用藥 全民健保	<p>1.正確用藥五大能力認知正確率達 97%。</p> <p>2.課程融入教學 2 小時。</p> <p>3.辦理親職教育宣導至少 1 場達 100%。</p> <p>4.就醫後遵醫囑達 95%。</p> <p>5.家中有用藥諮詢電話比率提高 5%。</p> <p>6.全民健保認知正確率達 95%。</p> <p>7.學童全民健保珍惜行為率達 96%。</p>

十一、經費來源：由屏東縣政府補助經費支付。

十二、本計畫經校長審核通過後實施，修正時亦同。