

新北市110學年度學校健康促進計畫書

110年8月27日經校務會議通過

校名：新北市中和區積穗國民中學

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、教育部國民及學前教育署110年07月12日臺教國署學字第1100083315號函辦理。

四、新北市政府教育局110年○月○日新北教體字第○號函「新北市110學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：計畫目標：營造有利的教育環境，讓學生充分探索自我，提供各種不同型態的教育機會，讓學生肯定自我，並學會欣賞、尊重他人。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

- (一) 校地2,791平方公尺，教室區動線分明、庭園造景、綠色美化符合學校教育需求。
- (二) 教室有吊掛式螢幕、各處室可以透過吊掛螢幕傳達無聲廣播，專科教室有英語情境、自然實驗、音樂美術、家政烹飪、電腦科技教室，設備充足，均能充分運用。活動中心設有大禮堂可舉辦大型活動。操場為400公尺PU跑道，設有排球場與籃球場，且假日實施操場開放。
- (三) 如果說學校是社區的核心，那麼積穗國中在與社區接軌的起始點，便承接了「肯定多元價值、發展多元價值」的教育使命。多年來本校也確實在「多元價值」這個主軸上努力經營。
 1. 高水準管樂團。
 2. 推動師生排球運動。
 3. 營造優美校園環境，塑造人文氣息。
 4. 重視語文教育，積極推展本國及外國語文活動。
 5. 推展分組教學，改進教學方法。

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%、未設置幼兒園。

(一) 班級數：

國中		特教班		合計	
班級	學生	班級	學生	班級	學生
33	779	3	6	36	782

(一) 學校教職員分析：全校教職員編制，有93人。

(二) 家長社經背景：本校家長依教育程度分析，國中畢業佔10%、高中程度佔42%、專科畢業佔19%、學士畢業佔13%、碩士畢業佔3%，依比例分析，學校家長的教育背景中間，(高中+專科+學士)約佔74%。

(三) 學校附近有小夜市及很大的傳統市場，附近有許多辦公大樓，所以小吃店林立，許多家長在此租屋或成家立業。社區家長較忙於工作，對於教育問題比較屬於是教給學校處理的類型，投入在孩子身上的心力比較少。

(四) 學生弱勢比例有31%，是很高的比例，在班級經營及學生輔導工作挑戰大。社經背

景較弱勢，家長普遍將孩子的照顧交與安親班或補習班，不太關心孩子的健康問題。

三、以109學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

107～109學年度視力不良％統計表（國中適用）

	107上	107下	108上	108下	109上	109下
七年級	75.90%	75.50%	73.8%	75.5%		
八年級	82.15%	78.00%	76%	75.9%		
九年級	84.38%	83.90%	81.7%	82%		
全校	81.10%	79.40%	77.2%	77.8%		76.27
惡化％	2%	1.7%	-0.175%	2.2%		
新北市不良％	77.24		76.94		76.70	
全國不良％	73.48		73.63		73.63	

107～109學年度待矯治齲齒％統計表（國中適用）

	107上	108上	109上
七年級	14.84%	16.55%	27.12
新北市	27.41	25.72	21.69
全國	30.48	24.82	22.75

104～109學年度健康體位～體位過輕％統計表（各年級適用）

	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下	109上	109下
七年級	5.40%	2.30%	8.30%	8.00%	5.70%	3.90%	5.40%	4.00%	7.4%	6.0%		
八年級	6.60%	5.30%	3.70%	2.30%	8.00%	6.20%	5.00%	5.00%	4.7%	3.9%		
九年級	4.70%	2.80%	6.30%	3.70%	5.90%	4.80%	8.40%	8.10%	6.1%	5.0%		
新北市國小	6.95		7.50		7.58		7.30		7.30		7.92	
全國國小	7.37		7.89		8.16		7.87		8.01		8.86	
國中平均	6.50%	4.40%	6.20%	4.60%	6.50%	5.00%	6.30%	5.80%	6.1%	5.0%		

新北市國中	6.67		6.64		6.69		6.41		5.98		7.18	
全國國中	6.59		6.76		6.95		6.55		6.33		7.45	

104～109學年度健康體位～體位適中％統計表（各年級適用）

	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下	109上	109下
七年級	62.70 %	67.80 %	64.00 %	64.70 %	61.30 %	66.30 %	58.30 %	60.60 %	58.3 %	63.1 %		
八年級	66.80 %	68.10 %	69.20 %	70.10 %	66.30 %	68.00 %	67.40 %	65.50 %	61.6 %	63.8 %		
九年級	62.70 %	66.50 %	71.60 %	70.10 %	69.60 %	67.60 %	64.90 %	62.50 %	63.4 %	65.1 %		
十年級	62.70 %	67.80 %	64.00 %	64.70 %	61.30 %	66.30 %	58.30 %	60.60 %	58.3 %	63.1 %		
國中平均	64.10 %	66.20 %	67.40 %	68.40 %	66.00 %	67.40 %	63.60 %	62.90 %	61.2 %	64.0 %		
新北市國中	63.55		63.47		63.70		62.86		62.36		62.79	
全國國中	63.97		63.57		63.61		62.82		62.39		62.67	

104～109學年度健康體位～體位過重％統計表（各年級適用）

	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下	109上	109下
七年級	18.60 %	16.90 %	16.30 %	16.30 %	17.00 %	17.70 %	23.40 %	21.70 %	13.1 %	11.0 %		
八年級	13.50 %	15.60 %	16.40 %	16.10 %	15.30 %	16.60 %	16.30 %	17.60 %	15.8 %	12.8 %		
九年級	15.40 %	18.60 %	15.30 %	15.90 %	15.50 %	16.50 %	17.40 %	18.10 %	12.5 %	9.5%		
國中平均	15.80 %	17.10 %	16.00 %	16.10 %	15.90 %	16.90 %	18.90 %	19.10 %	13.7 %	11.0 %		
新北市國中	12.86		12.80		12.82		13.04		13.31		12.74	
全國國中	12.58		12.62		12.53		12.91		12.99		12.57	

104～109學年度健康體位～體位肥胖％統計表（各年級適用）

	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下	108上	108下	109上	109下
七年級	18.00 %	16.40 %	18.60 %	16.90 %	16.30 %	16.30 %	17.00 %	17.70 %	23.40 %	21.70 %		
八年級	17.30 %	16.80 %	13.50 %	15.60 %	16.40 %	16.10 %	15.30 %	16.60 %	16.30 %	17.60 %		
九年級	15.60 %	16.80 %	15.40 %	18.60 %	15.30 %	15.90 %	15.50 %	16.50 %	17.40 %	18.10 %		
國中平均	17.00 %	16.70 %	15.80 %	17.10 %	16.00 %	16.10 %	15.90 %	16.90 %	18.90 %	19.10 %		
新北市國中	16.92		17.10		16.78		17.69		18.35		17.28	
全國國中	16.85		17.05		16.92		17.72		18.30		17.30	

肆、109學年度健康資訊系統資料

* 數據只評比109-1、不含109-2數據

* 本校數據要填寫1100201～0331上傳南華大學之數據、非目前資訊系統上的數據。

（目前系統會因學生轉出轉入而異動、與上傳數據不相符）

* 本校填寫的數據需與上傳南華系統及與上面109學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析之數據一致。

* （請依據109學年度健康資訊系統資料填寫）

項目	指標	本校	新北市	全國	達成指標情形
視力保	裸視視力不良率		國小46.53%	國小44.57%	☐ 符合全市全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		76.27	國中76.70%	國中73.63%	
			高中81.23%	高中83.13%	
	裸視視力不良惡化		國小7.98%	國小7.77%	☐ 符合全市全國指標以下 ☐ 高於全市全國指標尚需努力
			國中3.56%	國中4.57%	

健	率		高中-0.71%	高中0.09%	
	視力不良 複檢率		國小95.56%	國小91.06%	☒ 符合全市全國指標以上 ☐ 低於全市全國指標尚需努力
		98.70	國中91.83%	國中84.63%	
			高中59.61%	高中45.97%	
口 腔 保 健	學生初檢 齲齒率 〈一、 四、七、 十年級〉		國小35.94%	國小37.92%	☐ 符合全市全國指標以下 ☒ 高於全市全國指標尚需努力
			國小30.41%	國小32.98%	
		27.12	國中21.69%	國中22.75%	
			高中31.86%	高中27.11%	
	學生齲齒 就醫矯治 率〈一、 四、七、 十年級〉		國小94.32%	國小88.02%	☒ 符合全市全國指標以上 ☐ 低於全市全國指標尚需努力
			國小92.76%	國小85.72%	
		98.44	國中92.07%	國中79.70%	
			高中61.68%	高中39.16%	
	學生窩溝 封填率 〈一、四 年級〉		小一10.13%	小一8.14%	☐ 符合全市全國指標以上 ☐ 低於全市全國指標尚需努力
			小四33.34%	小四24.37%	☐ 符合全市全國指標以上 ☐ 低於全市全國指標尚需努力
健 康 體 位	學生體位 過輕率		國小7.92%	國小8.86%	☒ 符合全市全國指標以下 ☐ 高於全市全國指標尚需努力
		6.20	國中7.18%	國中7.45%	
			高中10.27%	國小10.41%	
	學生體位 適中率		國小66.48%	國小65.55%	☒ 符合全市全國指標以上 ☐ 低於全市全國指標尚需努力
		62.90	國中62.79%	國中62.67%	
			高中59.34%	高中59.80%	
	學生體位 過重率		國小12.64%	國小12.96%	☐ 符合全市全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		12.70	國中12.74%	國中12.57%	
			高中12.79%	高中12.72%	
			國小12.96%	國小13.23%	

	學生體位				☐ 符合全市全國指標以下 ☒ 高於全市全國指標尚需努力
	肥胖率	18.30	國中17.28%	國中17.30%	
			高中17.60%	高中17.07%	

伍、重點議題SWOT分析

依據本校109學年度健促網路問卷系統統計分析發現：

1. 學生吸菸率前測為2.08%，後測降為4.17%，亟需努力。
2. 學生電子煙使用率前測為2.08%，後測降為0%，尚需努力。
3. 校園二手菸暴露率前測為14.58%，後測提升至16.67%，亟需努力。
4. 吸菸學生參與戒菸率，前測為0%，後測0%，亟需努力。
5. 學生嚼食檳榔率，前測為4.17%，後測為0%，尚需努力。
6. 健康促進課程活動參與程度達到93.75%。
7. 最後決定110學年度以健康體位為主議題，菸檳防制為次主議題。

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. 定期召開校內健康促進相關會議，並確實執行計畫。 2. 重視食安營養衛生安全，嚴格把關學生飲食，每學期1次例會確實監督校園食品。 3. 利用重要集會(如升旗、週會)宣導健康保健之相關訊息。 4. 利用校網、網路平台宣導「健康體位」、「菸檳防制」。 5. 校長及各處室行政人員全力支持健促計畫，並適時掌握各專案計畫的實施流程及爭取經費做改善。	1. 各單位組織分工造成工作進度難以同步。 2. 各行政單位業務不同，可能造成計畫執行上的延誤。 3. 學生人數眾多，較無法由一套標準計畫及執行。 4. 學生人數眾多，參與週會宣導活動時，在場面秩序控管上需要耗費許多人力。	1. 新北市教育局積極推動健康促進計畫，有助於學校爭取相關設施經費。 2. 多數會議邀請家長作為代表，提供家長有機會參與校務。	1. 家長多有工作要務在身，參與孩子學校事務的層面較為狹隘，影響健康政策執行成效。
學校物質環境	1. 學校幅地廣大，學生生活活動空間充足。 2. 充足水龍頭及洗手檯，飲水機定期檢查、更換濾心及水質檢測。 3. 行政人員對校園內進駐之餐飲業廠商服務品質及衛生習慣。	1. 雖規定學生不可私下訂購外食(含飲料)，但商請他人協助購買送至校的行為卻難以避免。 2. 因學生數多，校內運動空間不足，天雨尤其嚴重，雨後操場積水，學生只能在室內做靜態活動。	1. 家長因為學生參與學校宣導活動而有正面回饋或獎勵。 2. 社區學校化，開放校園空間，提供社區民眾運動場所。	1. 學校周圍有小夜市，各種小吃都有，鹹酥雞、薯條、含糖飲料攤販、炸雞等吸引學生購買。

社區關係	1. 辦理家長日，鼓勵家長踴躍參加，並提醒家長重視孩子健康問題。 2. 每學年都會舉辦家長日，增加與家長交流的機會，讓家長對學生健康能更重視。 3. 利用網路平台，提供相關活動訊息。 4. 透過宣傳單張及海報，或是請家長至學校參加講座，了解學校目前所作之政策，期望家長配合。	1. 多數家長忙於工作要務，對校務較置身事外。	1. 家長會組織健全，全力支持學校。 2. 學校與社區里長及服務志工互動良好，並積極推動學生擔任志工進行社區清掃活動。 3. 可利用地區醫院及衛生所辦理衛教相關宣導。 4. 社區總體營造意識日漸強化，社區資源共享風氣日盛。 5. 辦理相關親子可共同瞭解的議題文宣及闖關活動。	1. 部分家長忙碌，無法參與學校活動。 2. 中和地區為工商業社會，人際關係稍為冷淡，社區人士仍須加強凝聚力。
健康服務	1. 透過健康中心諮詢管道，提供教師、學生及家長正確衛教知識及協助其督促孩子達健康體位。 2. 針對一般學生提供健康醫療、學校生活協助、營養教育、運動建議等；有需檢建醫療或高關懷學生提供諮詢管道。	1. 收到學校通知之矯治單或建議回診單，甚或拒絕帶學，造成上進措施力點。	1. 家長健康異常(體位、視力、口腔…)需複診矯治之重要，進而帶子女儘速回診，並遵醫囑矯治，期盼能維護健康。	1. 部分弱勢家長，不重視健康，導致未能配合就醫診治，影響矯治成效。 2. 小病不處理，將成為日後學習生涯及家庭關係的一大隱憂。 3. 家長未必會重視孩子健康問題，而喪失黃金治療時間。 4. 家長普遍重視學業，相對健康議題關注低，多次通健檢及視力回收條知健檢回收率未達到理想標準。

次主議題（菸檳防制）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. 教職員工學歷高，接受衛生教育度高。 2. 學校成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。 3. 學校主管重視健康促進學校之落實 4. 本校為新北市菸檳防制中心學校 5. 制訂相關整潔、安全競賽辦法。	1. 學校衛生委員會功能可以持續強化組織能力 2. 相關工作人員對於學校衛生工作認識不足 3. 學校衛生行政人力不足，落實衛生政策有一些困難。	1. 教育部及新北市衛生局積極鼓勵各校辦理性教育及菸害防制教育宣導活動，提供教學資源。 2. 家長會長積極參與各項健康促進活動。	父母忙於工作，對於孩子的交往情形，及學校菸檳防制策略沒有時間關心。

學校物質環境	1. 落實無菸檯校園，校門口及走廊醒目處均懸掛禁菸拒檯標誌及張貼海報。 2. 教室內電視無聲廣播，可方便隨時強化各項健康知識。 3. 設計校園安全路徑，並加強校園及廁所的安全巡視。	1. 校舍分布廣闊死角多。 2. 學生人數多，管理困難。 3. 洗手台數量不足，難以推動午餐後潔牙。 4. 校園開放社區使用，造成環境衛生及治安問題。	1. 校園常由校外單位借用，校園菸檯防制宣導可藉由此擴大宣導範圍到社區。 2. 設計校園安全路徑，並加強校園及廁所的安全巡視	1. 學校鄰近夜市，學校周邊有許多賣炸雞、薯條、含糖飲料攤販，極易吸引學生購買。 2. 臨近夜市，學生容易購得含糖飲料 3. 校區位於市中心，噪音較大，不利於健康教學。 4. 學校位於住商混合型社區，假日校園開放社區使用，門禁不易控管。
---------------	--	--	---	---

學校社會環境	1. 學校提供認輔制度，可提供學生輔導。 2. 鼓勵學生運用健康自主管理表，達標者於開學進行摸彩活動給予獎勵。 3. 落實三級輔導制度。 4. 制定健康生活守則、班級公約。	1. 校警未能嚴格執行門禁，請訪客熄菸後再進入校園。 2. 部分學生對於健康活動反應不積極。	1. 家長會結合學校健康促進及反菸海報競賽等鼓勵制度提供學生各項獎品。 2. 擬定健康促進經費配合活動給予各項鼓勵性質獎品。	出入學校之家長及廠商，其中不乏癮君子，對學生產生不良示範。
健康生活技能教學及活動	1. 學校為新北市菸檳中心學校，教學資源豐富。 2. 教師學歷高，重視教學活動之創新。 3. 健體領域教師對教學創新與研究投入。 4. 導師積極配合班會、朝會、週會進行健康活動。	1. 健康活動及講座較為零散，統整性有待加強。 2. 健康教師師資不足。	1. 附近醫療院所學校多，社區資源豐富。 2. 部分家長具醫護背景者，可邀請參與學校健康教育課程及活動。	1. 升學壓力大，家長並不鼓勵學生參加健康宣導活動。 2. 社區家長程度不高。許多家長忙於工作，無法全心關心孩子。全校約31%是弱勢家庭，家庭教育無法支持菸檳防制及健康概念的培養。 3. 健康講座，有時因講師業務繁忙，意願不是很高。

社區關係	1. 學校與社區發展協會、里辦公室關係良好。 2. 每學期辦理親師座談會，有利宣導學校衛生政策推動。	1. 家長工作繁忙，聯繫不易。	1. 家長會及社區志工願意組織導護團隊，協助維護學生安全。 2. 社區商家願與學校結盟成為愛心商店。 3. 家長志工都很熱情協助辦理各項健康促進活動。 4. 學校有愛心媽媽及志工，支援學校辦理衛生教育活動。 5. 社區醫療院所多次進行學生健康講座。	1. 社會多元複雜，家庭問題漸多造成問題學生增加。
------	---	---	--	---

健康服務	1. 每學期均實施學生健康檢查。 2. 學校護理人員能提供師生戒菸、戒檳、健康體位的諮詢及轉介服務。 3. 對特殊疾病師生，進行個案管理。	1. 僅七年級新生進行健康檢查。 2. 職員工有健康上問題，不會主動至健康中心尋求協助。	1. 社區健康服務中心、董氏基金會提供協助健康服務。 2. 衛生局定期辦理社區成人健檢。 3. 新北市醫療劃分為九區，建立學校與醫院間的溝通橋樑。 4. 社區醫療院所定期與學校合作辦理教職員工健康檢查。	家長注重智育 學業成績，傳統概念深根植，認為追蹤矯治工作室醫療行為，應由醫師主控，對學校的健康服務不信任。
------	---	---	--	---

陸、健康促進學校議題：

- 1、各校於110學年度就視力保健、口腔保健、健康體位(含營養教育)等三項議題未達全市指標者，各擇一列為學校主議題及次主議題
- 2、各校於110學年度就視力保健、口腔保健、健康體位(含營養教育)等若只有二項未達全市指標者，擇一列為學校主議題。
- 3、三項議題皆達全市指標者，也請至少擇一議題辦理。
- 4、自選議題部分各校至少擇一議題推動辦理。
- 5、校群學校則以該校群議題為主議題。
- 6、正向心理健康促進請融入主議題六大範疇中呈現。

一、主議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

(一) 小學：主議題： 次主議題：

☐視力保健 ☐口腔保健 ☐健康體位(含營養教育) ☐全民健保含正確用藥

(二) 國中：主議題：健康體位 次主議題：菸檳防制

☒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： 次主議題：

☐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)

(一) 小學：☐性教育(含愛滋病防治) ☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育

☐正向心理健康促進 ☐傳染病防治 ☐菸檳防制

(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：

110學年度擇定之主議題～(健康體位)寫策略

*優先填寫**SWOT**分析主議題策略、也是期末成果報告之重點議題

*主議題填寫完六大範疇策略、再填寫次主議題策略、不要混在一起

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
	與各處室及領域協商訂定健康促進計畫目標				
	健康促進學校計畫提報教育局				
	規劃健促活動行事曆				
	辦理全校健康體位宣導				

學校衛生 政策	規劃健康體位班～教學 1. 成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。成立健康促進委員會，並定期召開會議 2. 結合 S H150，達成每天運動一小時目標 3. 訂定在校零含糖、零甜食辦法 4. 在校喝足白開水政策 5. 制定在校午餐將菜吃光光政策 教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策	各項議題 健康體位	學務處	各處室	全學年
	班級張貼「營養飲食」標誌 校園佈置少吃糖、零食海報 合作社販賣食物務必遵守校園食品規範。				

學校物質環境	1. 充足水龍頭、洗手台配置 2. 設置飲水機，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。 3. 營養午餐供餐合約制定少油、少糖、少鹽飲食 4. 使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量 5. 設計健康飲食，避免油炸、過油、勾芡、甜飲餐食 6. 合作社不販售含糖飲料、高油脂食品，餐飲符合規定 7. 提供安全環境、穿堂海報標示校園危險區域。 8. 配合教育局的健康中心設備更新，淘汰不適用設備。 運用健康促進經費購置運動器材，食物模型等教具，提供健康教學使用。	健康體位	學務處	全體師生	全年性
學校社會環境	建立不准邊走邊吃的習慣	健康體位	學務處	各處室	全年性
	建立少吃糖、零食的校園氛圍。				
	提供弱勢或特殊學生早餐及午餐				
健康生活技能教學及活動	健康體位議題可利用健康教育課程，鼓勵學生運用健康自主管理表，協助學生建立自主性個人健康習慣。	健康體位	教務處	學務處	全年性
	培養學生養成注重正確飲食的好習慣。	健康體位	學務處	學務處	全年性
	鼓勵導師在班上時刻注意學生飲食習慣，照顧各體位的孩子能獲得適當營養。	健康體位	學務處	班級導師	全年性

社區關係	請家長會協助跟家長健康營養飲食，少吃糖、零食，共同守護孩子健康安全。	健康體位	學務處	學務處	全年性
	1. 家長會協助中午營養午餐督導，一起守護午餐營養品質。 2. 結合家長日、親師懇談日、社區運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與 3. 邀請專家辦理健康議題增能講座 4. 結合社區醫療資源、民間公益團體、基金會、大專院校建交合作，協助學校推動健康促進 指導學生健康生活技能融入家庭，親子一起培育自主健康管理習慣				
健康服務	1. 追蹤、管理過輕、過重、超重個案。 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	健康中心	學務處	全學年
	協助營養知識教育				

柒之二、實施策略及內容：

110學年度擇定之主議題～（菸檳防制）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. 整合全校教職員工、學生、護理師、志工家長及社區資源。 2. 與各處室及領域協商訂定健康促進計畫目標。 3. 健康促進學校計畫提報教育局。 4. 規劃健康促進行事曆。 5. 以提升「拒菸反檳態度正向率」及「降低菸檳上癮」為目標進行宣導，完成問卷分析及成果報告。 6. 建立吸菸嚼檳學生名冊，定期追蹤了解情況。 明訂禁止學生在校園內、外吸菸嚼檳。	菸檳防制	學務處	各處室	全學年
學校物質環境	1.購買co2檢測儀對有疑似抽菸孩子檢測。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	2.校園各地方張貼「禁菸拒檳」標誌	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	3.鼓勵導師於佈置班級教室時設置班級反菸拒檳專欄。	菸檳防制	班級導師	學務處	全學年
	辦理菸檳防制競賽及無聲廣播、校園貼標語宣導。				
	鼓勵學生運用健康自主反菸拒檳管理表，達標者給予獎勵。				

學校社會環境	制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度，勉勵戒菸學生。	菸檳防制	學務處	全體師生	全學年
	結合獎勵制度，戒菸成功學生予以獎勵。				
	塑造校內拒菸反檳的氛圍。				
健康生活技能教學及活動	辦理七年級菸檳防制入班宣導	菸檳防制	學務處	學務處	110.10
	健康促進議題融入健康教育課程，鼓勵學生運用健康自主管理表，協助學生建立自主性個人健康習慣。	菸檳防制	教務處	學務處	經常性
	衛生股長於培訓後配合推動各項衛生政策。	菸檳防制	學務處	教務處	全學年
	邀請衛生機構、專家學者到校坂里防治菸檳教育。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	安排教師進修菸檳防制增能研習	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	校慶辦理反菸賓活動，邀請家長餐與菸檳宣導。	菸檳防制	學務處	各處室	111.4
	於家長日向家長宣導反菸檳，使家長可積極配合，執行健康行為。	菸檳防制	輔導處	學務處	每學期1次
	辦理反菸拒檳親子教育講座	菸檳防制	輔導處	學務處	每學期1次

社區關係	邀請專家學者辦理菸檳防制增能講座。	菸檳防制	輔導處	學務處	每學期1次
	邀請陽光基金會到校宣導拒檳。	菸檳防制	學務處	衛生組	110下學期
	結合學生聯絡簿，菸檳小叮嚀	菸檳防制	學務處	衛生組	菸檳防制
	推動家長、志工及來賓到校不吸菸不嚼檳運動。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	利用學校網頁、川堂公佈欄、校門口跑馬燈對校內、校外宣導菸檳防制等訊息。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
健康服務	吸菸、嚼檳學生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理、追蹤輔導。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	學校有教師具備菸檳防制講師資格。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	邀請無菸醫院或戒菸講師到校開設戒菸班。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
	協助學生戒菸拒檳	菸檳防制	學務處	學務處	全學年

	口腔異常學生落實轉診矯治。	菸檳防制	學務處	學務處	全學年
--	---------------	------	-----	-----	-----

柒之三、實施策略及內容：

110學年度擇定之自選議題～（傳染病防治）寫策略

拾. 若有二個自選議題，請一個議題完整填寫完六大範疇策略、再填寫下一個自選議題、不要混在一起

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	整合全校教職員工、學生、護理師、志工家長及社區資源。	各項議題 傳染病防治	學務處	各處室	全學年
	與各處室及領域協商訂定健康促進計畫目標				
	健康促進學校計畫提報教育局				
	規劃健促活動行事曆				
	進校門量測體溫				
	中午在班上量測體溫				
	進校全程戴口罩				
	進教室前先用肥皂洗手				
	每天放學後各班消毒教室				
	推廣減少肢體接觸				
	辦理全校防疫宣導				
	校園張貼「防疫宣導」標誌				
	洗手台放置肥皂				

學校物質環境	健康中心提供急用口罩	傳染病防治	學務處	全體師生	全年性
	提供額溫槍給班上同學量測				
	提供漂白水供班上消毒環境				
學校社會環境	傳染病防制優秀班級給予獎勵	傳染病防治	學務處	各處室	全年性
	建立勤洗手、時時戴口罩的校園氛圍。				
	弱勢或特殊學生無口罩時可依需求提供				
健康生活技能教學及活動	傳染病防治議題可利用健康教育課程，鼓勵學生運用健康自主管理表，協助學生建立自主性個人健康習慣。	傳染病防治	教務處	學務處	全年性
	培養學生養成自主防疫的好習慣。	傳染病防治	學務處	學務處	全年性
	鼓勵導師於佈置時設置班級傳染病放置專欄。	傳染病防治	學務處	班級導師	全年性
社區關係	請家長會協助跟家長宣導防疫事項，共同守護孩子健康安全。	傳染病防治	學務處	輔導處	全年性
	請志工家長協助量測學生體溫，並協助相關防疫事宜。	傳染病防治	學務處	輔導處	全年性
	請衛生局協助派員消毒	傳染病防治	學務處	總務處	全年性

健康服務	學生發燒隔離處理	傳染病防治	健康中心	學務處	全學年
	追蹤、管理個案				
	協物防疫相關事宜				

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	張國振	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。
社區組	家長會長	何仁凱	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	學務主任	游鎧澤	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務主任	黃如琪	各項健康促進議題融入多元課程教學，培育學生健康知能。
執行秘書	衛生組長	張武雄	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。

設備組 委員	總務主任	李尚仁	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	魏毓珮	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	莊志勇	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	陳郁玲	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。
	健康科任	張惠華	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。

教育組 委員	班級導師	賴維正 林杏娟 鍾秀英	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。
社區組	志工代表	張金蓮	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表 自治市長	吳婷禾	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

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	110年					111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109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109學年度數據	學校自我預期成效評估 * 110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：109-1 109-2 2. 裸視篩檢視力不良惡化率。 國中：109-1 109-2 3. 視力不良學生複檢率。 國中：109-1 109-2 4. 定期就醫追蹤率。 國中： ~ 它不是複檢% ㄟ 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% 學校發的複檢通知後，學生點完藥水，還會再回去就醫拿藥水回家點的人數：1，會規律點藥 2，藥點完會主動回診的人數 下列請填問卷執行後測成效 5.規律用眼3010達成率。 國中：46.53% 6.天天戶外活動120達成率。 國中：45.83% 7.下課教室淨空率。（大校重點年級） 國中：66.67% 8.3C小於2小時達成率。（國中高中職填寫） 國中：41.67% 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)。 年級/人數 一 二 三 四 五 六 合計 109-1 109-2 國中：共 人/列管 人/列管% 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)。 年級/人數 一 二 三 四 五 六 合計 109-1 109-2 國中：應列管 人/實際列管 人/列管% 11.未就醫追蹤關懷達成率。	1、 國中： 2、國中： 3、國中： 4、國中： 5、國中： 6、國中： 7、國中： 8、國中： 9、共 人/列管 人/ 列管% 國中：共 人/列管 人/ 列管% 共 人/列管 人
------	--	---

口腔保健	1. 學生未治療齲齒率。 國中：七年級 十年級 2. 學生齲齒複檢診治率。 一年級 四年級 國中：七年級 3. 學生午餐後搭配>1000含氟牙膏潔牙率%。 國中：31.25% 5.學生睡前潔牙率%。國中：100% 6.高年級以上每日至少使用一次牙線潔牙率%。 國中：66.67% 7. 在校不吃零食率%。國中：27.08% 8. 在校不喝含糖飲料率%。國中：41.67% 10. 學生早餐後潔牙率%。國中：31.25% 11. 學生午餐餐後潔牙率%。國中：31.25% 12. 學生使用貝氏刷牙法比率%。 國中：31.25% 13. 高齲齒個案管理% 高齲齒： 顆列管。 個案管理： <table><tr><td>年級/人數</td><td>一</td><td>二</td><td>三</td><td>四</td><td>五</td><td>六</td><td>合計</td></tr><tr><td>109-1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>109-2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 國中： 人/ 人= %	年級/人數	一	二	三	四	五	六	合計	109-1								109-2								1. 一年級 四年級 國中：七年級 十年級 2、一年級 四年級 國中：七年級 十年級 3. <table><tr><td>一年級</td><td>A</td><td>%</td><td>B</td><td>%</td></tr><tr><td>二年級</td><td>A</td><td>%</td><td>B</td><td>%</td></tr><tr><td>四年級</td><td>A</td><td>%</td><td>B</td><td>%</td></tr></table> 二年級之窩溝%，需加上 一年級已窩溝完成之顆數 二年級預期成效為109一 年級完成窩溝%+1% 4、國中： 5、國中： 6、國中： 7、國中： 8、國中： 9、國中： 10、國中： 11、國中： 12、國中：	一年級	A	%	B	%	二年級	A	%	B	%	四年級	A	%	B	%
	年級/人數	一	二	三	四	五	六	合計																																	
109-1																																									
109-2																																									
一年級	A	%	B	%																																					
二年級	A	%	B	%																																					
四年級	A	%	B	%																																					

健康體位	1. 體位過輕率。 國中：109-1 109-2	1、國中：
	2. 體位適中率。 國中：109-1 109-2	
	3. 體位過重率。 國中：109-1 109-2	2、國中：
	4. 體位肥胖率。 國中：109-1 109-2	
	5. 每天吃早餐達成率%。國中：90%	3、國中：
	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：55.77% （2）學生每天午餐理想蔬菜量（1拳半）達成率%。 國中：48.08% （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：41.67% （4）學生每天累積60分鐘身體活動量達成率%。（420分/週） 國中：55.77% （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：67.31% （6）在校零含糖飲料%（與口腔保健第8點相同）。 國中：41.67% (7)體位不良個案管理% 年級/人數 一 二 三 四 五 六 合計 109-1 109-2 國中： 人/ 人= %	4、國中：
		5、國中：
		6-1、國中：
		6-2、國中：
		6-3、國中：
		6-4、國中：
		6-5、國中：
	6-6、國中：	

菸檳防制	1. 學生紙菸吸菸率%(及吸菸學生人數)。 國中：2.08%/1人 【學生過去30天曾經吸菸人數】/【學生總人數】 ×100% 2. 學生使用電子煙人數及使用率%。 國中：1人/2.08 % 【學生過去30天曾經使用電子煙人數】/【學生總人數】×100% 3. 辦理菸害教育宣導至少一場次。 國中：3 4. 校園二手菸曝露率%。 國中：16.67% 【過去7日在校時有人在面前吸菸的學生數】/【學生總人數】×100% (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：100% 【吸菸學生參與戒菸人數】/【吸菸學生人數】 ×100%，若0人吸菸～寫無學生吸菸 6. 菸檳入班衛教種子師資培訓人數。 國中：2人 【曾參加衛生局、世界和平婦女會等單位培訓人數】 7. 學生嚼食檳榔率%(及嚼食檳榔學生人數)。 國中：2.08%/0人 【學生過去30天曾經嚼食檳榔人數】/【學生總人數】×100% 8. 辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次。 國中：3 9. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。 國中：100% 【過去一年中，在學校曾經上過有關檳榔危害健康	1、%/人 國中：%/人 %/人 2、人/ % 國中：人/ % 人/ % 3、國中： 4、國中： 5、國中： 若0人吸菸～寫無學生吸菸 6、人 國中：人 人 7、國中： 8、國中： 9、國中： 若0人嚼檳～寫無學生嚼食檳榔
------	--	--

性教育 (含愛滋 病防治)	1. 性知識正確率%。 【性知識滿分的學生人數】/【受測學生總人數】 ×100% 國中：74.04% 2. 性態度正向率%。 【性態度總平均達3.5之人數】/【受測學生總人數】×100% 國中：74.36% 3. 接納愛滋感染者比率%。 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 國中：75.51% 4. 危險知覺比率%。 【勾選「同意」與「非常同意」的人數】/【受測學生總人數】×100% 國中：69.62% 5. 拒絕性行為效能比率%。 【勾選「100%能做到」的人數】/【受測學生總人數】×100% 國中：79.1%	1、國中： 2、國中： 3、國中： 4、國中： 5、國中： (高中職) 6-1 6-2
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	1、國中：

安全 教育 與 急救	1. 國小五年級以上學生參加CPR+AED教育訓練課程比率。 國中：76.92 2. 教職員參加CPR+AED教育訓練課程比率。 國中：82% 3. 成立急救（衛生）隊培訓學生人數。 國中：10人 4. 辦理學校職業安全工作宣導場次。 國中：1場次 5. 學校通過AED安心場所認證。 認證日期：年月日 有效日期：年月日	1、國中： 2、國中： 3、人 國中：人 人 4、場次 國中：場次 場次 5、有效日期：年月日
-------------------------------	---	--

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：1場次 2. 辦理自殺防治宣導場次。 國中：1場次 3. 辦理性別平等宣導場次。 國中：1場次 4. 辦理防制霸凌宣導場次。 國中：1場次 5. 辦理EQ情緒教育宣導場次。(110新增) 國中：1場次 6. 心理健康知識率%。(110新增) 國中： 7. 心理健康正向態度率%。(110新增) 國中： 8. 心理健康自我效能率%。(110新增) 國中： 9. 健康生活品質指標平均分數。(110新增) 分 國中： 分 10. 正向心理健康指標平均分數。(110新增) 分 國中： 分	1. 場次 國中：場次 場次 2. 場次 國中：場次 場次 3. 場次 國中：場次 場次 4. 場次 國中：場次 場次 5. 場次 國中：場次 場次 6. 國中： 7. 國中： 8. 國中： 9. 分 國中： 分 分 10. 分 國中： 分 分
傳染病 防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少1場次。 國中：1場次 2. 每週執行漂白水環境消毒一次%。 國中：100%	1. 場次 國中：場次 場次 2. 國中：

拾壹、經費概算表：(表格請自行延伸)

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
全家禮卷	張	100	60	6,000	健促活動獎品
合計	6,000				

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。
- 6.110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、110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	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

保健	裸視篩檢視力不良就醫複檢率（簡稱複檢率）	增加1%	1.裸視篩檢視力不良就醫複檢學生：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= $\frac{\text{【裸視篩檢視力不良有就醫複檢的學生人數】}}{\text{裸視篩檢視力不良學生人數}} \times 100\%$ 。	1. 資料搜集工具為「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= $\frac{\text{【定期就醫追蹤學生人數】}}{\text{視力異常學生人數}} \times 100\%$	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】 $\times 100\%$	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】 $\times 100\%$	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』 $\times 100\%$	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】 $\times 100\%$	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，每學年追蹤2-3次）
	學生體位適中率	增加1.0%	【體位適中學生數】/【受檢人數】 $\times 100\%$	
	學生體位過重率	下降0.5%	【體位過重學生數】/【受檢人數】 $\times 100\%$	
	學生體位超重率	下降0.5%	【體位超重學生數】/【受檢人數】 $\times 100\%$	

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
	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。	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

視力 保健	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班級數】/【行動研究班級數】×100%	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
	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療之教育需導。	學校活動紀錄
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
	學生每日平均刷牙次數	3次以上	【學生每日刷牙次數總數】/【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% 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%	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表。	1.學校嚼檳調查表。 2.全校嚼檳情形統計表。 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

性教育 〈含愛滋病防治教育〉	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 (高中職)	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發生性行為時年齡平均值】	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
		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