

「109學年度健康促進學校輔導計畫」 成果報告與推動方向說明

計畫主持人：張鳳琴教授

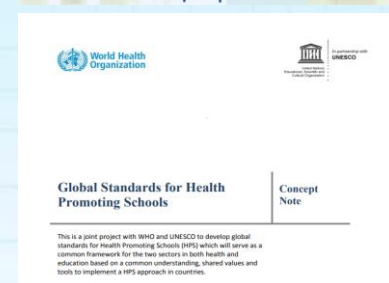
協同主持人：劉潔心教授

核心團隊：牛玉珍教授、連盈如教授、廖邕教授、張晏蓉教授、廖梨伶教授、
鄭其嘉教授、吳文琪教授、龍芝寧主任、



致謝

- 教育部國民及學前教育署
- 衛生福利部
- 22縣市教育局處、衛生局、公會
- 健康促進學校中央及地方輔導委員
- 22縣市中心與種子學校



109學年度中央輔導委員名單

姓名	服務機關	職稱
張鳳琴	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	教授兼系主任
劉潔心	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	教授
牛玉珍	國立陽明交通大學 學生事務處衛生保健組	助理 教授
連盈如	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	教授
張晏蓉	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	副教授
鄭其嘉	輔仁大學 公共衛生學系	副教授兼系主任
龍芝寧	新北市立積穗國民中學	主任
吳佩昌	高雄長庚紀念醫院 眼科系/近視防治中心	醫師
黃曉靈	高雄醫學大學 口腔衛生學系	教授兼系主任
黃久美	國立陽明交通大學 臨床護理研究所	教授兼所長
董貞吟	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	教授
紀雪雲	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	兼任 教授
陳富莉	輔仁大學 公共衛生學系	教授
吳淑美	-	退休 校長
李復惠	-	退休 副教授

姓名	服務機關	職稱
張家臻	聖約翰科技大學 老人服務事業系	助理教授兼系主任
張露娜	國立臺南護理專科學校 護理科	助理 教授
劉影梅	國立陽明交通大學 社區健康照護研究所	教授
鄭麗媛	國立清華大學 運動科學系	教授
吳仁宇	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系 /前教育部體育司司長	兼任助理教授
陳慶盛	高雄市仁武區竹後國民小學	校長
葉郁菁	國立嘉義大學 幼兒教育學系	教授
魏慧美	國立高雄師範大學 教育學系	副教授
鄭阿雄	-	退休 校長
郭紫薇	-	退休 校長
胡益進	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	教授
許愛玲	-	退休 護理師
陳志哲	新北市蘆洲區仁愛國民小學	校長
謝月香	桃園市龜山區幸福國民小學	校長
王博成	桃園市桃園區大有國民小學	校長

109學年度中央輔導委員名單

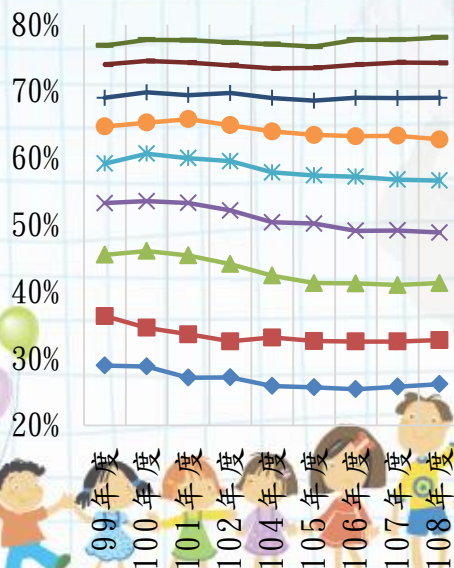
姓名	服務機關	職稱
蔡孟翰	新竹縣竹北市光明國民小學	校長
黃晴逸	新竹縣尖石鄉玉峰國民小學	校長
陳彥宇	新竹市立南華國民中學	校長
吳明志	苗栗縣西湖鄉五湖國民小學	校長
羅雅玲	苗栗縣後龍鎮溪洲國民小學	護理師
張彩秀	弘光科技大學 護理系	副教授
曾娉妍	臺中市東區成功國民小學	校長
劉秀枝	國立臺中科技大學 護理系	兼任 講師
林麗鳳	國立臺中科技大學 /中臺科技大學護理系	兼任 副教授
楊靜昀	南投縣南投市德興國民小學	護理師
顏錦惠	雲林縣政府教育處	顧問 /課程 督學
吳景州	雲林縣虎尾鎮大屯國民小學	校長
黃俊豪	嘉義縣政府教育處	聘任 督學
劉麗吟	嘉義縣民雄鄉菁埔國民小學	校長
余坤煌	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	兼任助理教授

姓名	服務機關	職稱
羅凱暘	國立中山大學 運動與健康教育中心	副教授兼中心主任
吳文賢	-	退休 校長
蔡玉葉	-	退休 校長
傅楷傑	-	退休 主任
李春明	-	退休 主任
黃忠燦	-	退休 校長
邱詩揚	國立宜蘭大學 休閒產業與健康促進學系	兼任 副教授
黃森芳	慈濟大學 體育教學中心	副教授
魏米秀	慈濟大學 傳播學系	教授
鄭惠美	國立臺灣師範大學 健康促進與衛生教育學系	兼任 教授
李怡宏	臺東縣臺東市岩灣國民小學	校長
顏娟娟	-	退休 護理師
張志明	基隆市立成功國民中學	校長
何莉莉	-	退休 校長
蘇永裕	國立金門大學 長期照護學系	副教授

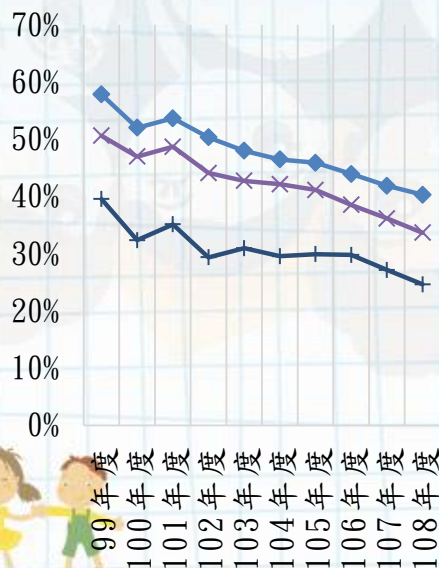
計畫目標

- **實證**：實證導向健康促進學校策略，營造健康快樂校園。
- **輔導**：建置健康促進學校輔導支持網絡系統。
- **增能**：增能教師素養導向生活技能教學活動。
- **結盟**：結盟「學校、家庭、社區、政府」推動實證策略。
- **支持**：支持縣市學校推動，充實臺灣健康促進學校網站。

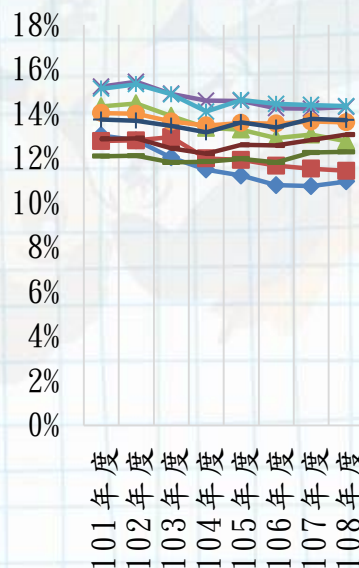
視力不良率



齲齒率



體位過重

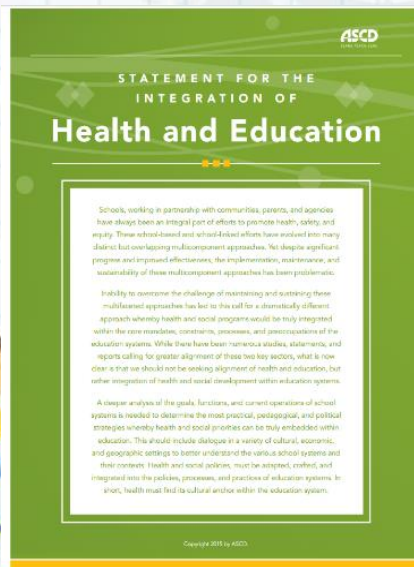
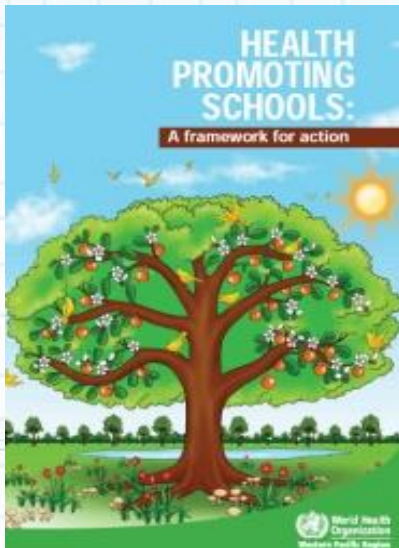


吸菸率



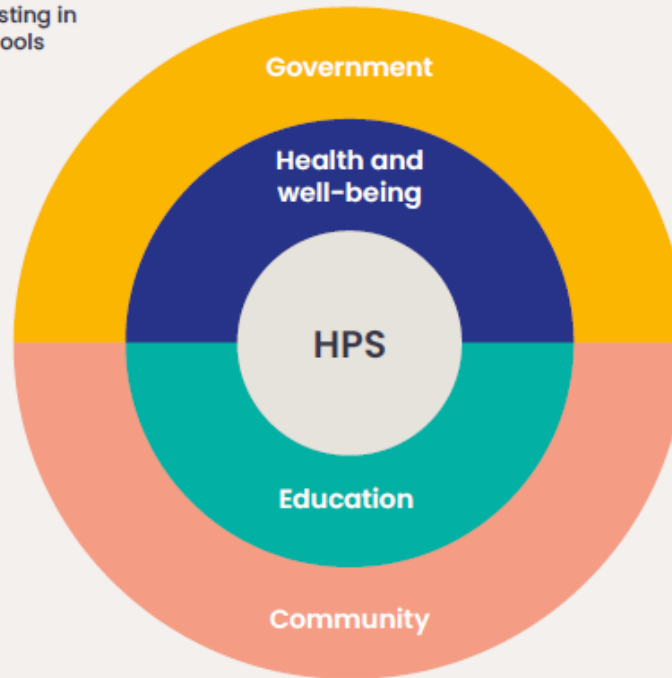
全球健康促進學校發展

- 健康促進學校源自1986年全球第一次健康促進大會渥太華憲章。世界衛生組織指出「**健康促進學校**」是促進學童與教職員健康最有效策略，強調整合健康議題至學校體系，並發展健康促進學校指引。
- 聯合國教科文組織(UNESCO)與世界衛生組織於2021年出版**每個學校皆為健康促進學校**全球標準，指出健康促進學校是增進學生健康、福祉與教育目標最具成效投資。 Making every school a Health Promoting School



健康促進學校增進學生身心健康發展

Fig. 1. Reasons for investing in health-promoting schools



政府

增進親師生與社區
身心健康與福祉

增能學校

增進親師生健康素養、
健康行為

學校結盟家庭社區

增進健康服務資源
增進社會資產連結

Why invest now?

Health and well-being

To ensure healthy growth and development of students

To improve health literacy, beliefs and attitudes, skills and health-promoting behaviour among students, staff and the wider community

To increase the capacity of schools to address student health and well-being

Education

To improve health literacy, beliefs and attitudes, skills and health-promoting behaviour among students, staff and the wider community

To increase the capacity of schools to address student health and well-being

To increase engagement among schools, families and communities

Community

To increase engagement among schools, families and communities

To improve student access to health services

To enhance community engagement in school operations

To promote healthier communities and community citizenship

Government

To achieve more equitable health and education outcomes, including increased gender equity

To increase student, family and community health and well-being



世界衛生組織健康促進學校八大標準

標準1：政府政策和資源

標準2：學校政策和資源

標準3：學校治理和領導

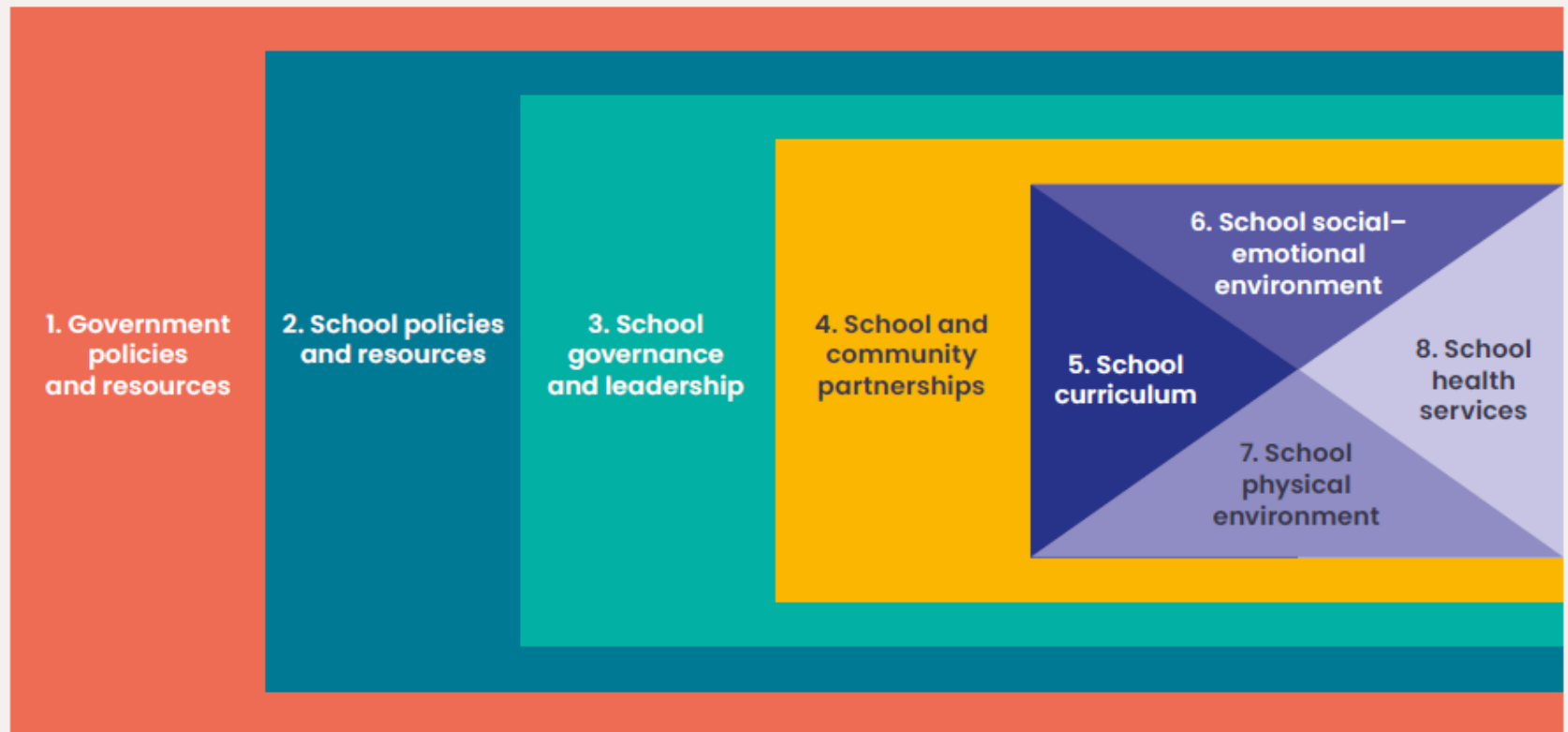
標準4：學校與社區的伙伴關係

標準5：學校課程支持健康與福祉

標準6：學校社會情緒環境

標準7：學校物質環境

標準8：學校健康服務



歐盟健康促進學校網絡

- 歐盟健康促進學校網絡強化各國健康促進學校計畫推動，研究顯示執行健康促進學校計畫增進學生健康素養、健康行為、堅韌度與學習力等。



S·H·E
Schools for Health in Europe

[HOME](#)

[ABOUT US ▾](#)

[CONCEPTS ▾](#)

[RESOURCES ▾](#)

Improving the health of children
and young people in Europe

Improving the health of children and young people in Europe.

The vision of SHE is that the health promoting school approach becomes an acknowledged and accepted concept in all EU Member States, with increased implementation activities on regional and local level within schools.



S·H·E
Schools for Health in Europe

[HOME](#)

[ABOUT US ▾](#)

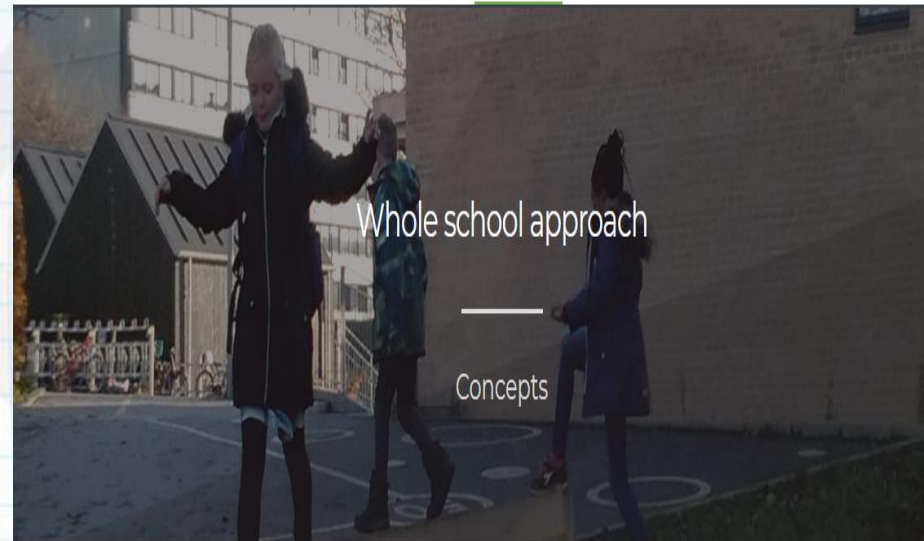
[CONCEPTS ▾](#)

[RESOURCES ▾](#)

[S·H·E ACADEMY ▾](#)

[NEWSROOM ▾](#)

[CONTACT ▾](#)

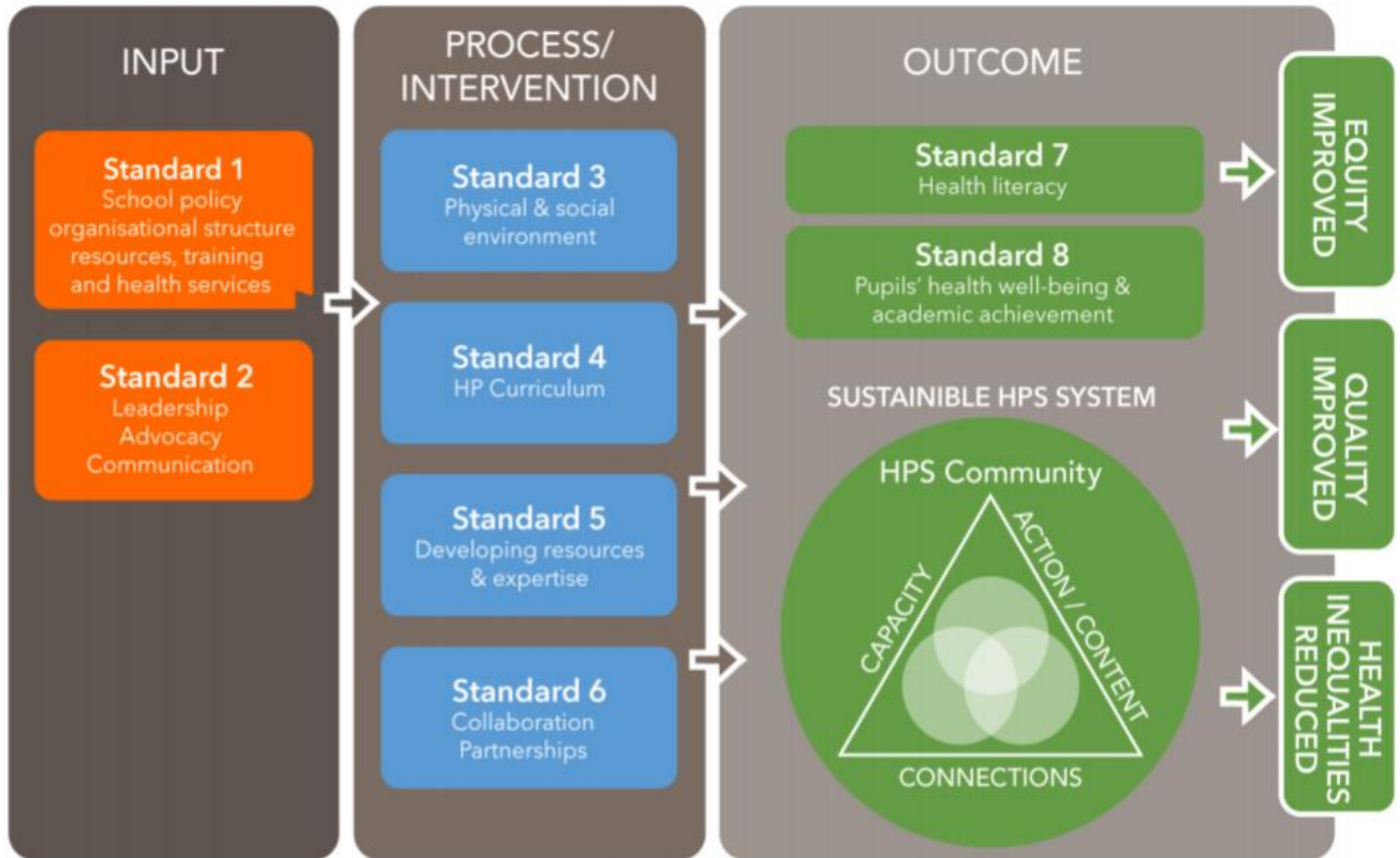


[Navigate Concepts](#)

Create healthy and supporting environments

歐盟健康促進學校標準標準與推動

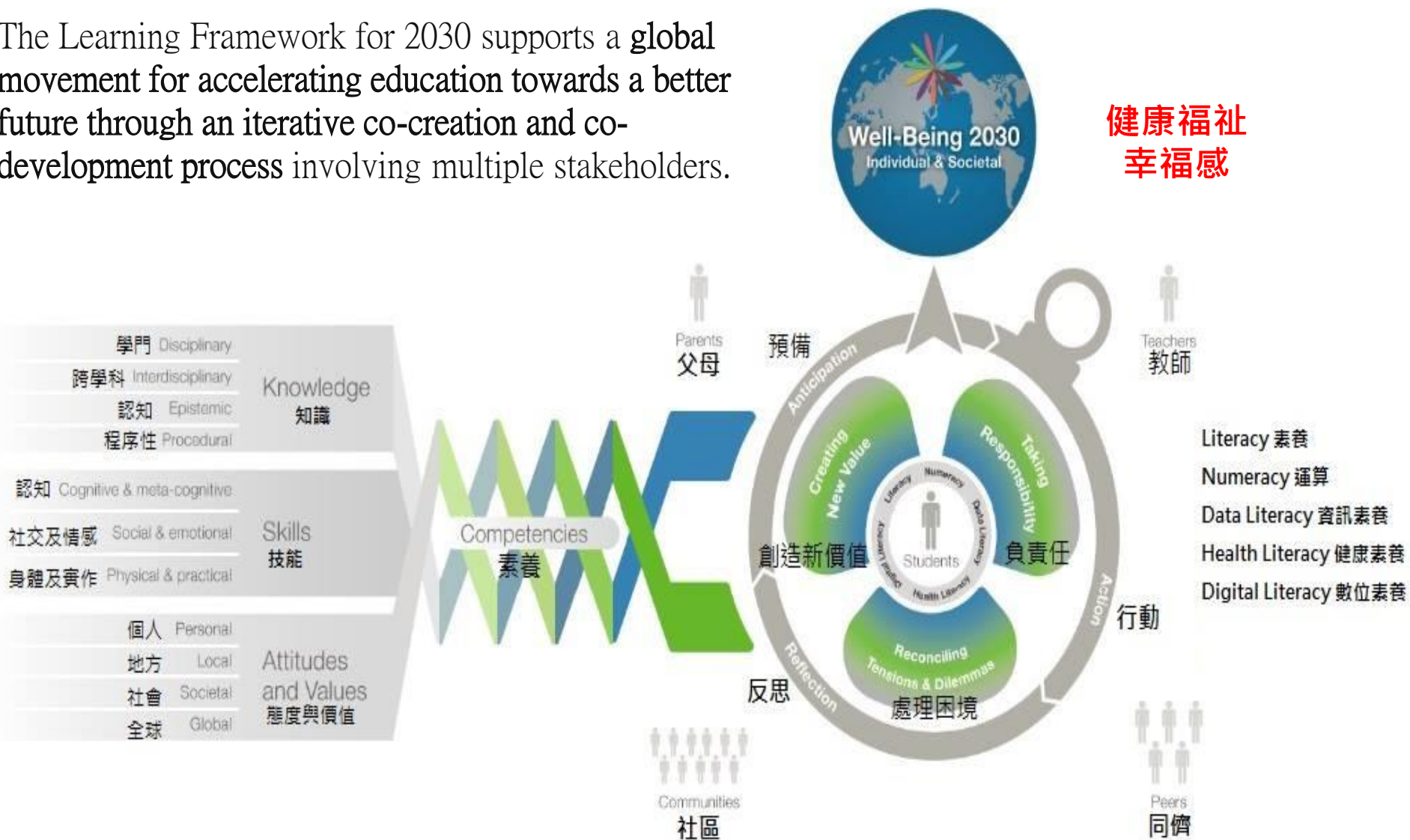
Logic Model for European HPS Standards



(Schools for Health in Europe Network Foundation, 2019)¹⁰

歐盟2030學習架構 (OECD Learning Framework 2030)

The Learning Framework for 2030 supports a global movement for accelerating education towards a better future through an iterative co-creation and co-development process involving multiple stakeholders.



PERMA + Model of Wellbeing

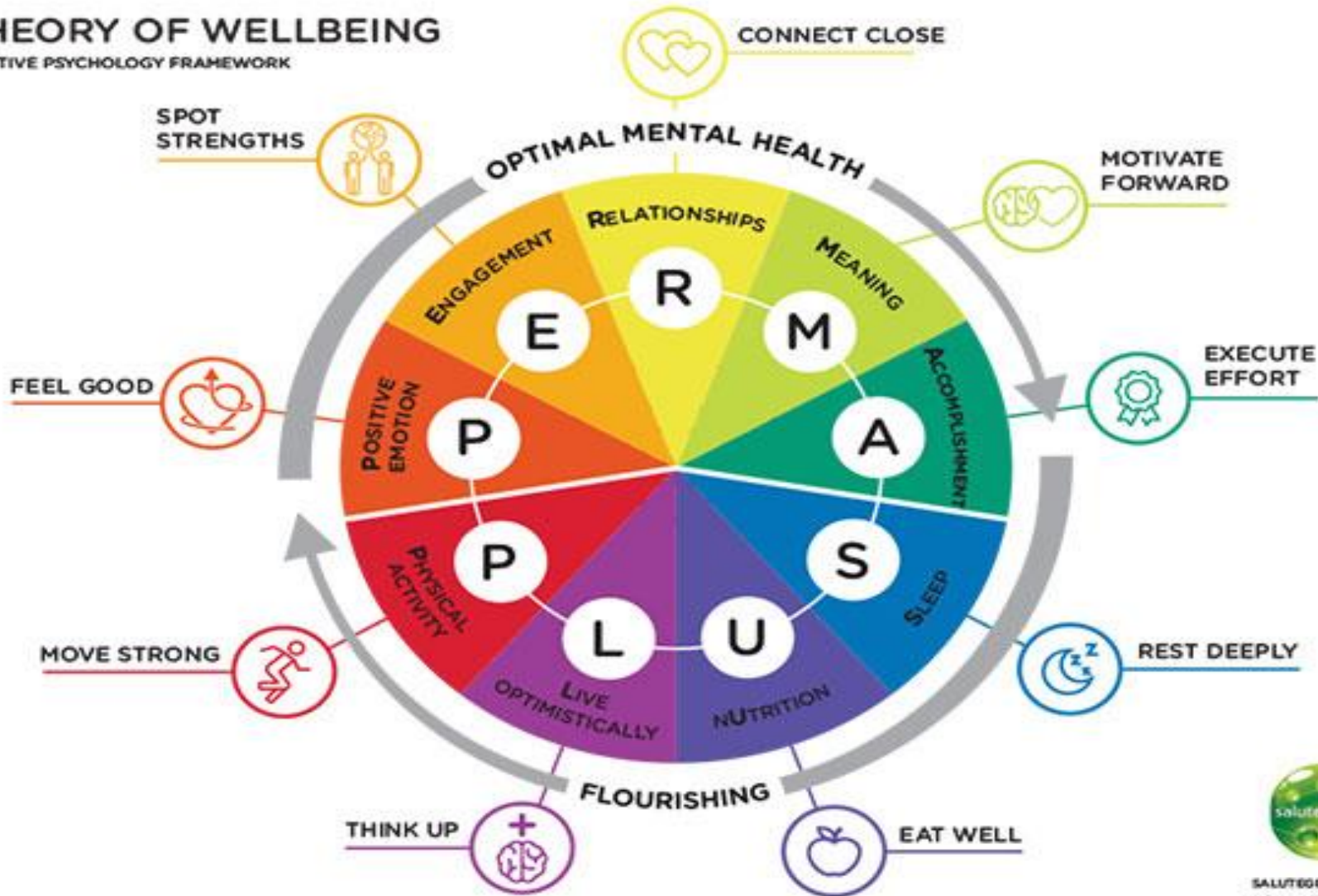
健全身心發展 健康幸福要素



PERMA+

Positive emotion, Engagement, Relationships,
Meaning and Accomplishment +
Optimism, Physical Activity, Nutrition and Sleep

THEORY OF WELLBEING POSITIVE PSYCHOLOGY FRAMEWORK



SALUTEGENICS.COM.AU
© Copyright (Salutegenics) 2018

([Martin Seligman](#), 2012)²

美國提出整體學校、社區、孩童全人學校健康模式

Whole School, Whole Community, Whole Child



美國健康教育能力指標

- 一、學生能瞭解健康促進與疾病預防的概念
- 二、學生能分析家庭、同儕、文化、媒體、科技等對健康行為影響
- 三、學生展現獲得健康促進有效訊息、產品與服務
- 四、學生展現運用人際溝通技能能力以增進健康與降低風險
- 五、學生展現運用作決定技能的能力以增進健康
- 六、學生展現運用設定目標技能的能力以增進健康
- 七、學生展現實踐健康行為與避免健康風險
- 八、學生展現倡議個人、家庭與社區健康能力



我國學校衛生法落實兒童權利公約

各級主管機關應遴聘學者、專家、團體及相關機關代表組成學校衛生委員會，其任務如下：

第 5 條

- 一、提供學校衛生政策及法規興革之諮詢指導意見。
- 二、提供學校衛生之計畫、方案、措施及評鑑事項之諮詢指導意見。
- 三、提供學校衛生教育與活動之規劃及研發事項之諮詢指導意見。
- 四、提供學校健康保健服務之規劃及研發事項之諮詢指導意見。
- 五、提供學校環境衛生管理之規劃及研發事項之諮詢指導意見。
- 六、協調相關機關、團體推展學校衛生事項。
- 七、其他推展學校衛生之諮詢事項。

第 11 條

學校對罹患視力不良、齲齒、寄生蟲病、肝炎、脊椎彎曲、運動傷害、肥胖及營養不良等學生常見體格缺點或疾病，應加強預防及矯治工作。

第 16 條

高級中等以下學校應開設健康相關課程，專科以上學校得視需要開設健康相關之課程。健康相關課程、教材及教法，應適合學生生長發育特性及需要，兼顧認知、情意與技能。

第 17 條

健康相關課程教師，應參與專業在職進修，以改進教學方法，提升健康相關教學效果。主管機關或學校得視實際需要，薦送教師參加衛生課程進修。

第 19 條

學校應加強辦理健康促進及建立健康生活行為等活動。

第 20 條

高級中等以下學校應結合家庭與社區之人力及資源，共同辦理社區健康飲食教育及環境保護活動。專科以上學校亦得辦理之。

第 24 條

高級中等以下學校，應全面禁菸；並不得供售菸、酒、檳榔及其他有害身心健康之物質。

健康促進學校輔導支持網絡系統



政策
經費
智庫

結盟
增能
目標

教育
服務
環境

教育部國教署
衛生福利部
中央輔導委員

縣市教育局處
衛生局、公會
地方輔導委員

健康促進學校
家長、社區

學生
健康實證

中央
地方



學校

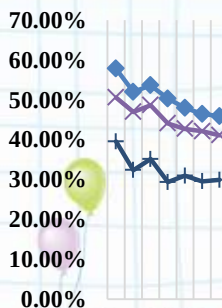


我國健康促進學校策略主軸



全國各年級
齧齒趨勢

◆ 一年級
✕ 四年級
— 七年級

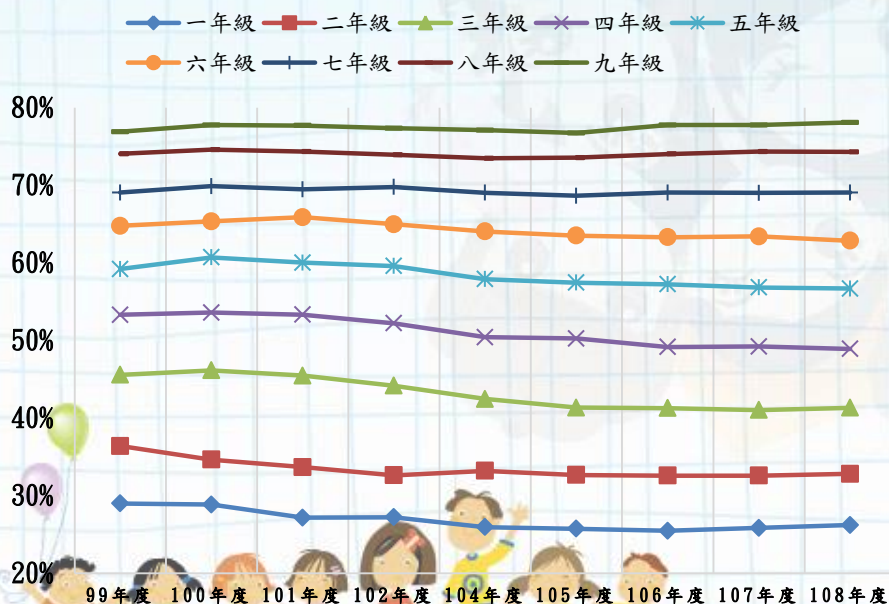


99-100學年度

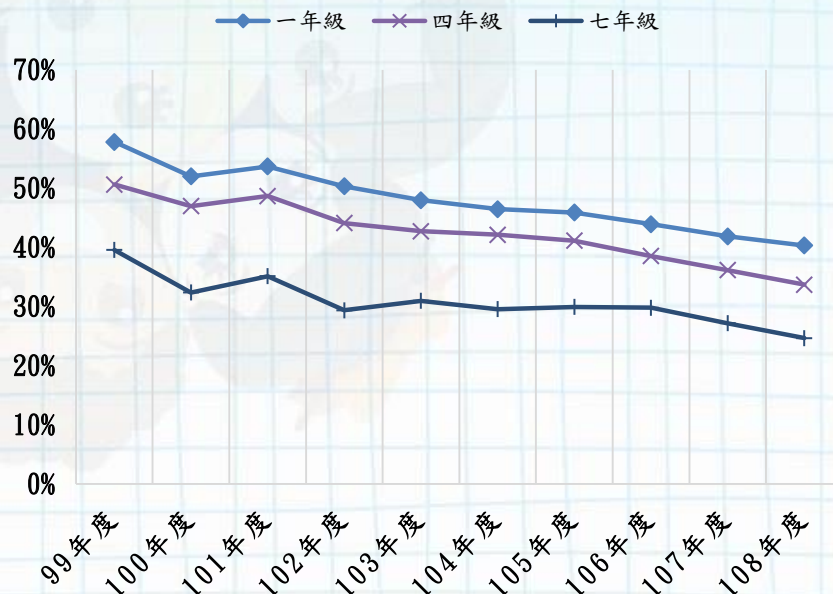
實證導向健康促進學校計畫(Evidence-based HPS)

- 教育部於2010年提出「二代健康促進學校」計畫，強調目標問題取向、方法實證取向、評價績效取向等重要理念。

全國長期追蹤各年級視力不良趨勢

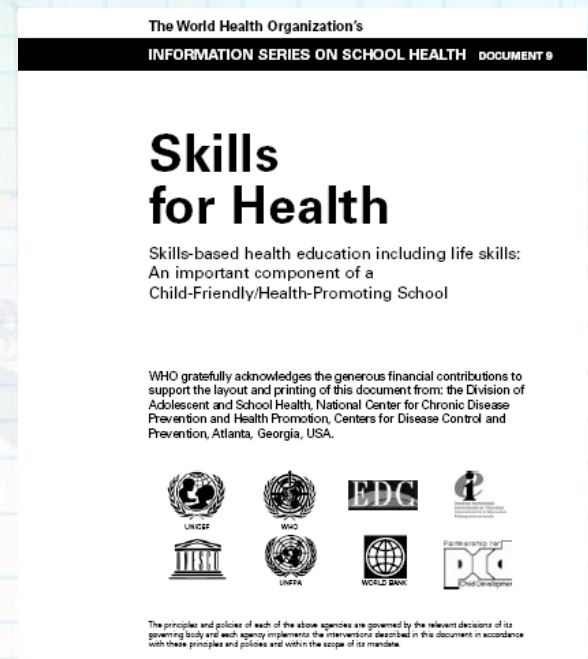


全國長期追蹤各年級齲齒趨勢



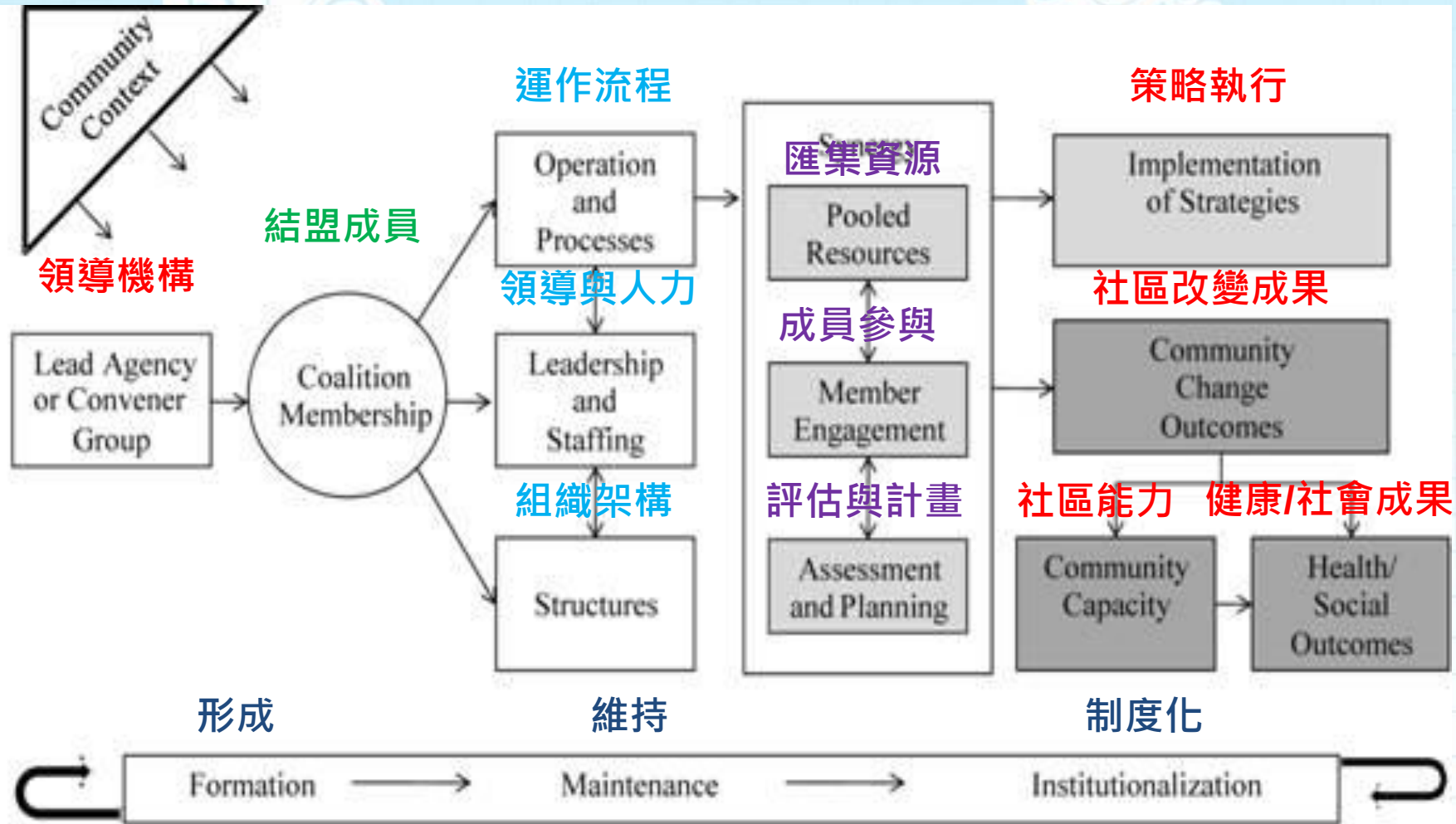
生活技能的健康教學 (Life-Skills Based Education)

- 一、人際溝通技能如溝通、協商/拒絕、倡議等
- 二、作決定及批判性思考技能
- 三、壓力調適及自我管理技能



103學年度

社區結盟行動理論 (Community Coalition Action Theory, CCAT)



Source: Recreated from Butterfoss, 2007

104-105學年度

強化家長參與 (Parent Engagement)

- 一、強化家長聯繫
- 二、鼓勵家長參與
- 三、建立學校家長結盟

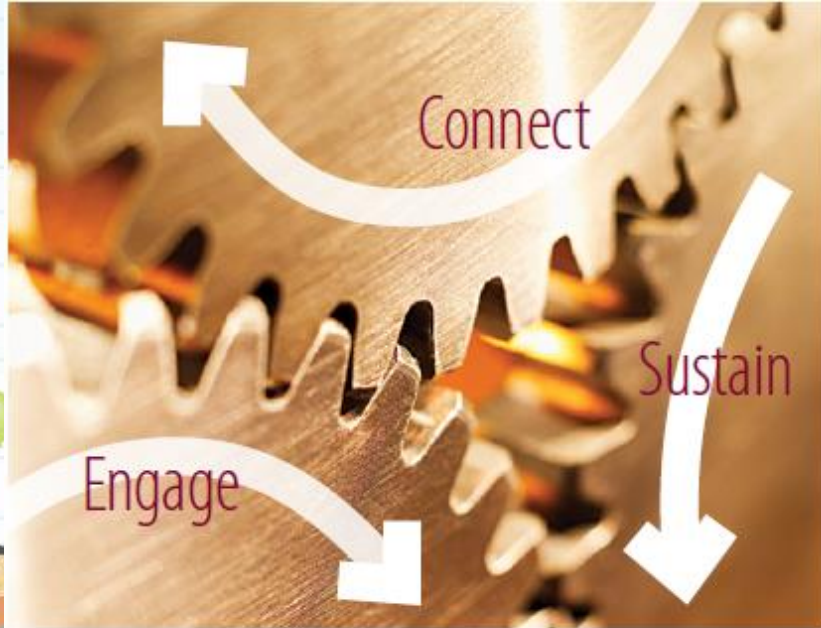
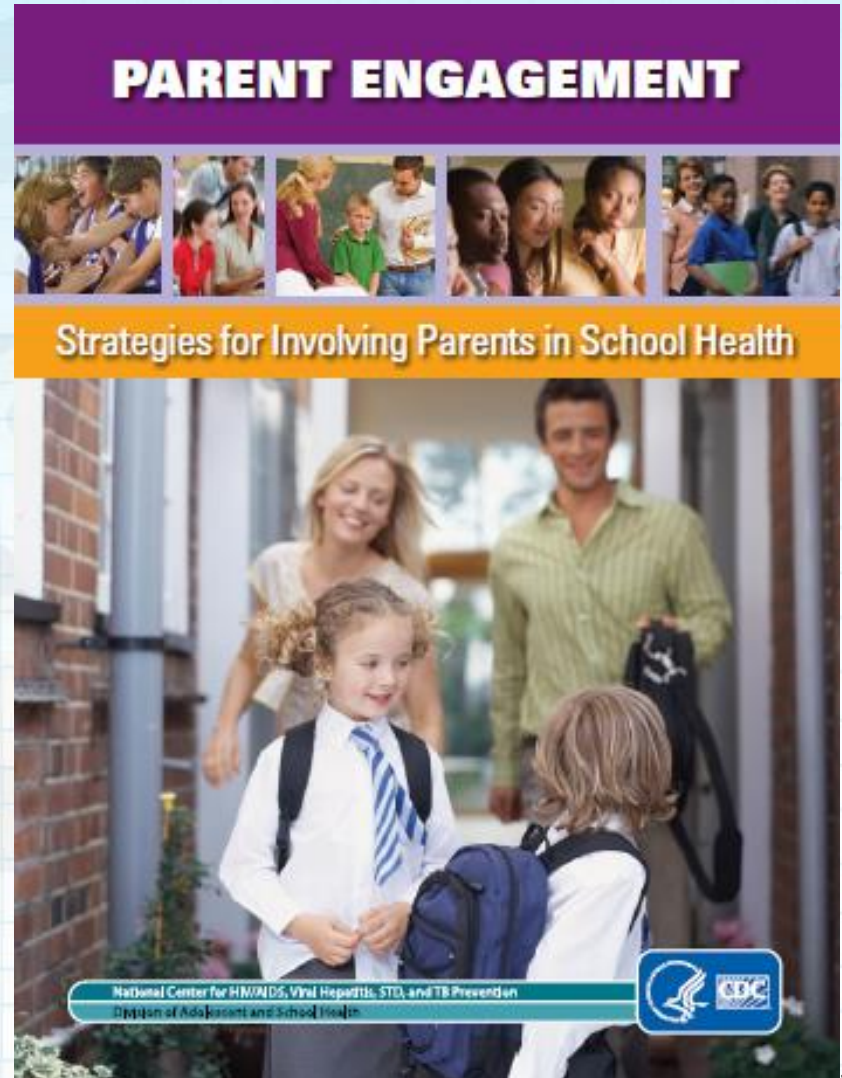


Figure 1. Parent engagement: Connect, engage, and sustain

106-107學年度

營造支持性環境 (supportive environment)

Social Norm Strategy

他，是健康守門人

社區結盟/社會規範

你，是健康的貴人

教師教學/家長參與

我，是健康好主人

學生習得生活技能

生活技能
健康教學

社會環境
物質環境



親子共學
社區結盟

健康素養

生態觀點社會規範策略

健康促進學校支持環境策略

1. 每日戶外活動120分鐘
2. 拒含糖飲料，只喝白開水
3. 用眼30分鐘休息10分鐘
4. 用藥看標示
5. 天天5蔬果

6. 餐後含氟潔牙
7. 愛己尊重人
8. 睡眠八小時
9. 珍惜健保
10. 菸檳零容忍



108-109學年度

素養導向健康促進 (Literacy/ competence-based HP)

健康素養

批判性素養
溝通/互動性素養
基本/功能性素養

健康素養賦權

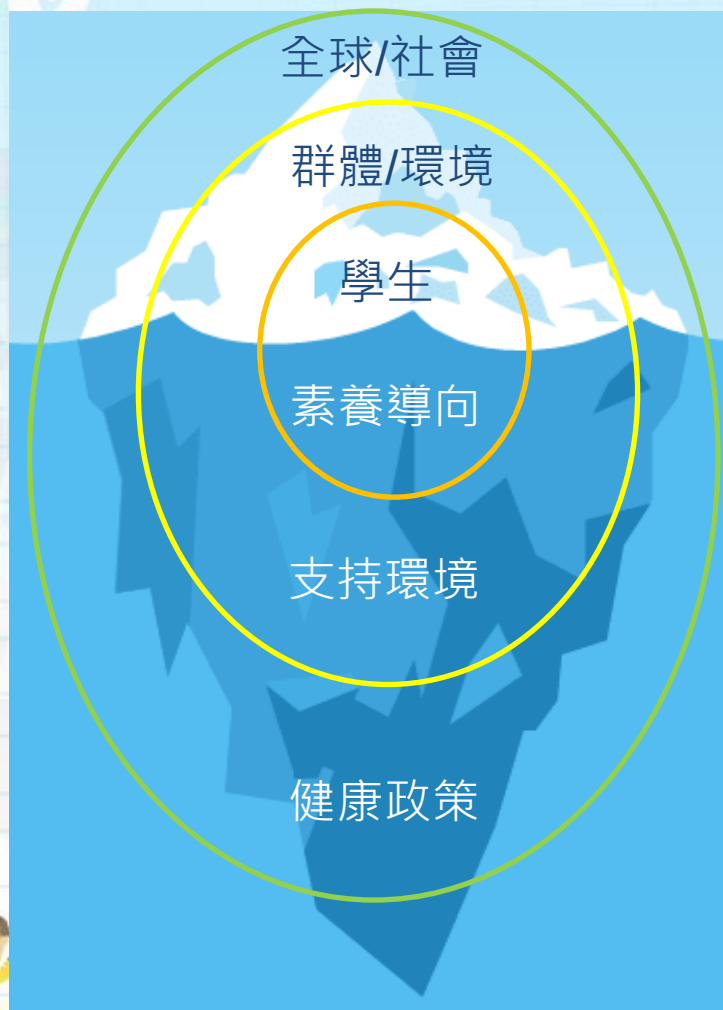
教育/素養/賦權

健康支持環境

學校/家庭/社區

健康融入政策

政經/生態/永續



核心素養

社會參與
溝通互動
自主行動

素養導向教學活動

校本課程/技能教學

健康促進學校

環境/家長/社區結盟

健康星球

國際關懷/在地行動



110-111學年度

健康幸福校園 (Whole-school wellbeing)

健全身心健康發展



學校願景

學校願景及教育目標

1. 身心健康 培養十大基本能力，帶好每位學生。
2. 內外皆美 涵育人文素養，重振校園倫理。
3. 感恩回饋 展現多元智慧，發展創意，提升教育品質。
4. 宏觀學習 重建學習文化與型態，推展社團活動，鄉土、母語、外籍、資訊、科技教育，促進國際文化學習引導終身學習。



健康幸福校園

Whole-school wellbeing

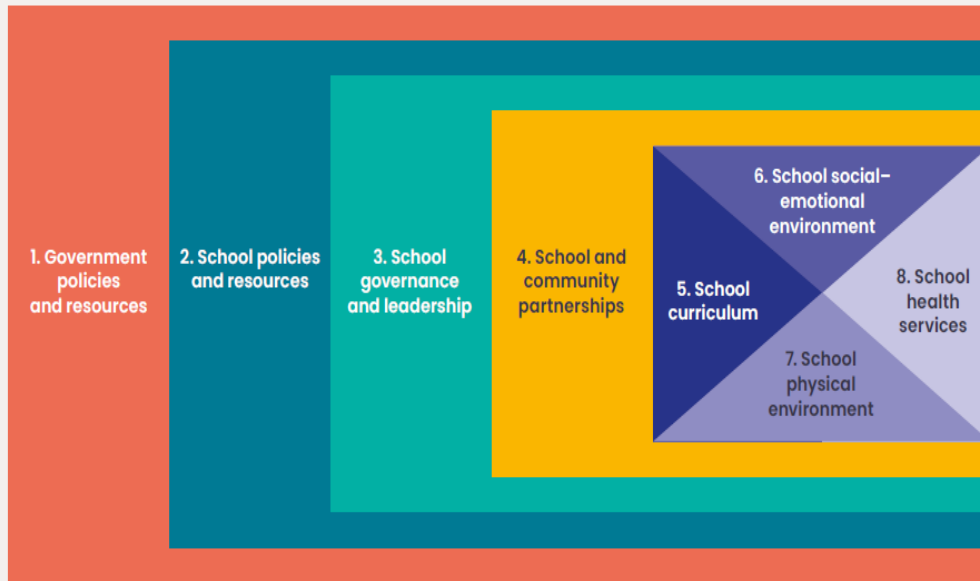


健康促進學校支持環境
(學校社會情緒環境)

Socio-emotional environment

素養導向教學
(社會情緒技能)

Socio-emotional learning



覺察

同理



參與



Cooperation



Communication



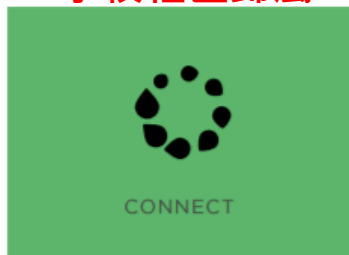
Decision Making

澳洲健康幸福校園

培養學生社會情緒能力

The Wellbeing Framework for schools

學校社區歸屬



Our students will be actively connected to their learning, have positive and respectful relationships and experience a sense of belonging to their school and community.

鼓勵支持尊重



Our students will be respected, valued, encouraged, supported and empowered to succeed.

健康快樂成長



Our students will grow and flourish, do well and prosper.

ENABLE

The school environment is pivotal to the growth and development of our most important assets – our children and young people. Our schools strive for excellence in teaching and learning, connect on many levels and build trusting and respectful relationships for students to succeed.



Figure 3: [CASEL](#) Social and Emotional Learning Capabilities



Figure 2: Social and emotional learning skills are taught explicitly through the NSW Personal Development, Health and Physical Education (PDHPE) K-10 Syllabus.

健康促進學校素養導向策略

健康促進 素養策略

素養導向

學校教育
素養導向
健康教育
健康政策
校園活動
物質環境
社會環境
健康服務

家庭教育
家長參與
親子共學
家長教養

社區教育
社區結盟
夥伴動員
社會規範
政策倡議

健康素養 (教育指標)

認知/情意/技能

健康倡議
自我健康管理

人際溝通與互動

做決定
設定目標

取得健康資訊
分析影響因子

自我覺察
正向健康態度

技能概念
健康議題

健康行為 (地方指標)

健康行為

視力保健

- 規律用眼3010
- 戶外活動120、
- 3C小於1

口腔保健

- 含氟牙膏、睡前潔牙
- 每日至少1次牙線
- 在校兩餐間不吃零食、不喝含糖飲料

健康體位

- 飲水量、一日蔬菜量
- 睡眠時數、運動量

菸/檳防制

- 吸菸、嚼檳率
- 二手煙、電子菸使用

全民健保/正確用藥

- 珍惜健保行為
- 遵醫囑服藥、看藥袋

性教育(含愛滋防治)

- 接納愛滋感染者
- 拒絕性行為

心理健康促進

健康狀況 (部訂指標)

身心健康

視力保健

- 裸視視力不良率
- 裸視不良就醫複檢率
- 視力不良惡化率
- 定期就醫追蹤率

口腔保健

- 未治療齲齒率
- 複檢齲齒診治率
- 12歲兒童齲齒指數(DMFT)
- 第一大臼齒窩溝封填施作率

健康體位

- 體位適中比率
- 體位肥胖比率
- 體位過重比率
- 體位過輕比率

必選及 自選議題	部訂指標 (以縣市為單位提報)	地方指標 (以縣市或抽樣學校為單位提報)
視力保健	全體裸視篩檢視力不良率 裸視篩檢視力不良惡化率 裸視篩檢視力不良就醫複檢率	規律用眼3010達成率 戶外活動120達成率（下課淨空率－國小自選議題） 3C小於1達成率
口腔保健	學生未治療齲齒率 學生複檢齲齒診治率 四年級學生窩溝封填施作率	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率 學生睡前潔牙比率 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率 學生在學校兩餐間不吃零食比率 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率
健康體位	學生體位適中比率 學生體位肥胖比率 學生體位過重比率 學生體位過輕比率	學生飲水量達成率 學生睡眠時數達成率 學生運動量達成率 學生一日蔬菜建議量達成率
菸害防制	無菸校園率	學生吸菸率 學生電子煙使用率 學生參與菸害教育率 校園二手菸暴露率 吸菸學生參與戒菸教育率
檳榔防制	無檳校園率	學生嚼檳榔率 學生參與檳害教育率 嚼檳學生參與戒檳教育率
全民健保		對全民健保有正確認知比率 珍惜全民健保行為比率
性教育 (含愛滋病防治)		性知識答對率 性態度正向率 接納愛滋感染者比率 危險知覺比率 拒絕性行為效能比率 負責任的性行為： (1)延後第一次性行為發生時間（高中職） (2)增加性行為過程中防護措施使用次數（高中職）
正確用藥		遵醫囑服藥率 不過量使用止痛藥比率 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率

辦理中央輔導委員第一次增能共識會議



109學年度中央輔導委員第一次增能
共識會議大合照



綜合座談吳仁宇司長提問



綜合座談紀雪雲教授分享



分組報告結果分享



鄭麗媛教授分享縣市實務



分組討論時間

辦理中央輔導委員及地方政府教育局(處)共識會議



109學年度中央輔導委員與地方政府教育局處共識會議合照



國教署戴副署長致詞



國健署賈代署長致詞



108學年度地方政府辦理學校健康
促進獲獎之績優縣市頒獎



分組討論

縣市合作辦理健康促進學校師資專業成長研習



高雄市邀請龍芝寧主任健康促進學校增能



新北市邀請許嘉芬藥師全民健保(含正確用藥)學校增能



嘉義縣余坤煌校長健促增能



臺南市健促成果觀摩暨增能研習大合照



新北市邀請黃曉靈教授辦理口腔保健增能



新竹縣邀請龍芝寧主任辦理正確用藥增能研習

面對疫情學校因應策略全國增能活動

Professor Didier Jourdan

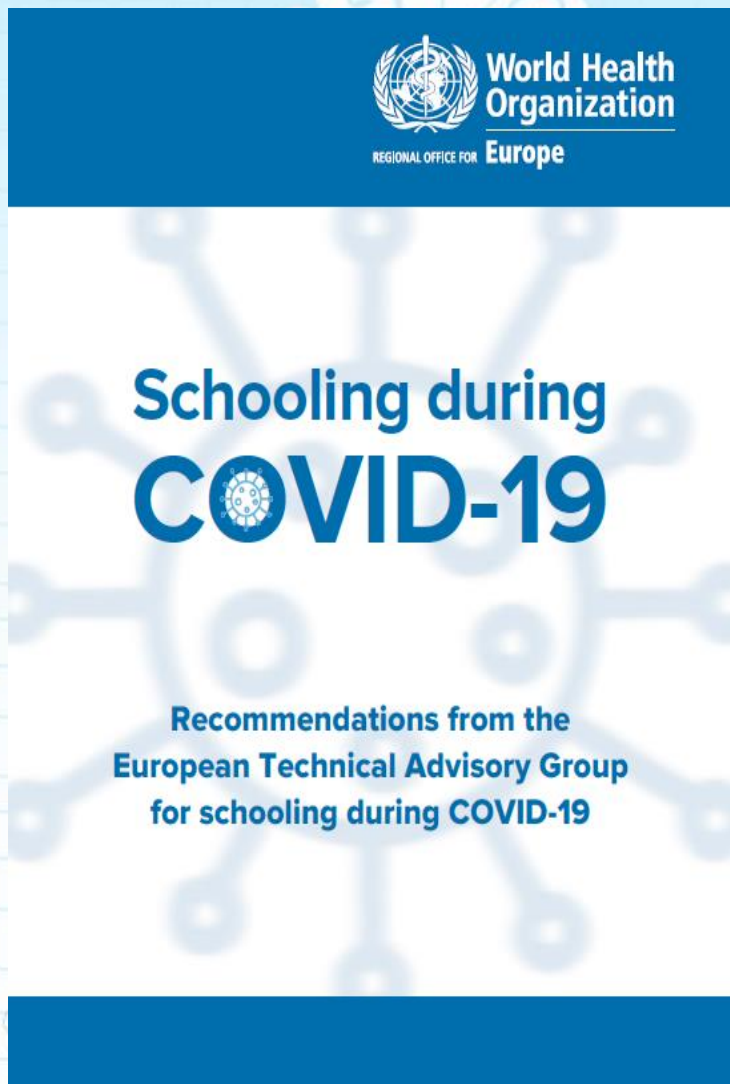
Chair Holder of the UNESCO Chair “Global Health and Education” and head of the WHO collaborating Centre for “Research in Education and Health”

- 6/24 校園因應新冠肺炎疫情的實證研究
- **Covid-19: What does the evidence tell us about reopening and keeping schools open safely?**
- 6/28 支持每個學校成為促進健康生活的基礎
- **Supporting every school to become a foundation for healthy lives**

近兩百人上線參加



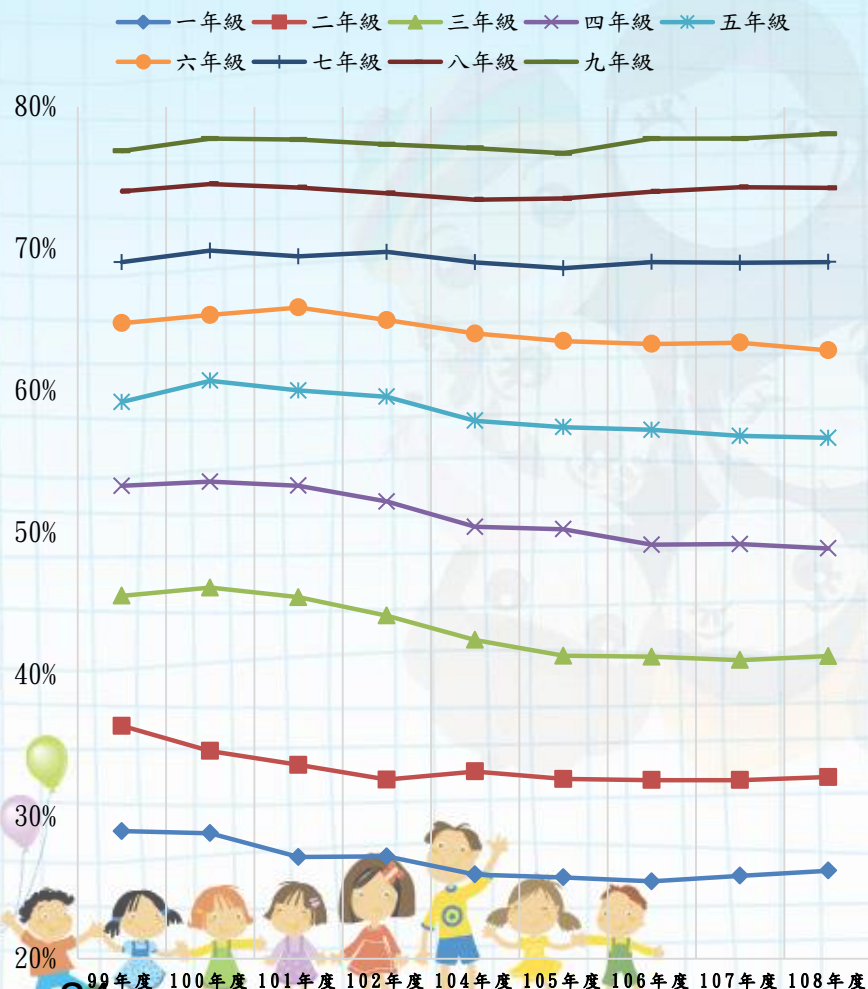
世界衛生組織健康促進學校推動策略



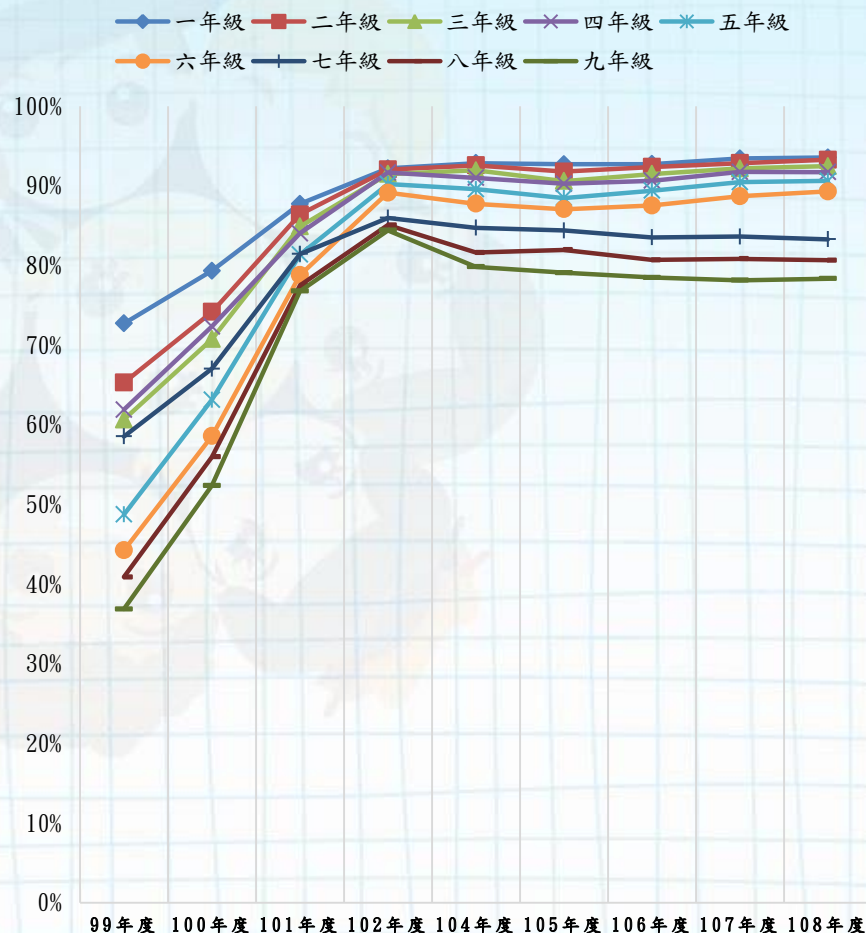
全國視力保健部訂指標成效



全國長期追蹤各年級視力不良趨勢



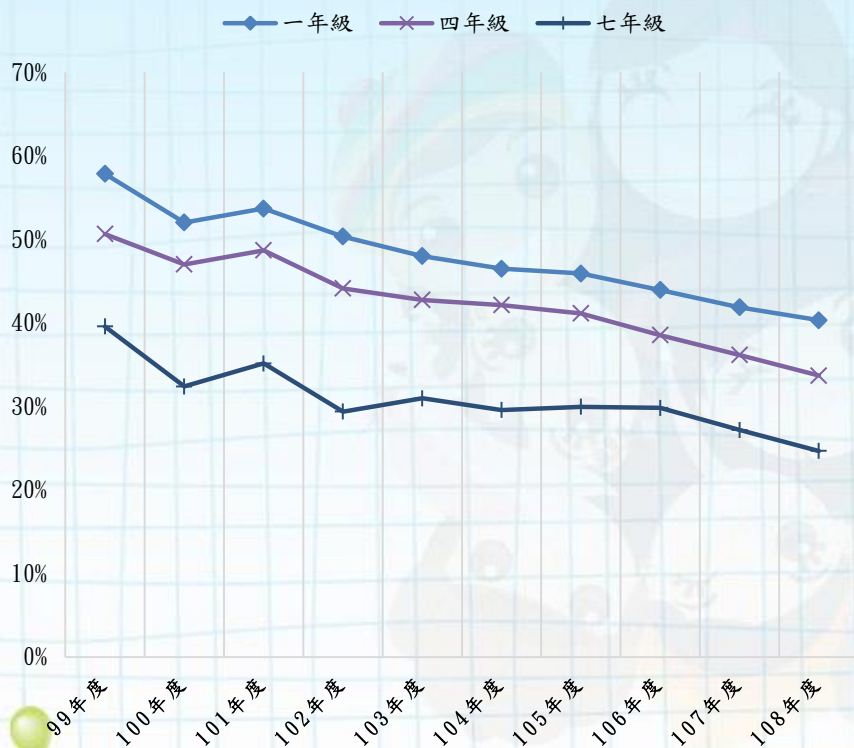
全國長期追蹤各年級視力不良複檢率趨勢



歷年口腔保健部訂指標成效



全國長期追蹤各年級齲齒趨勢

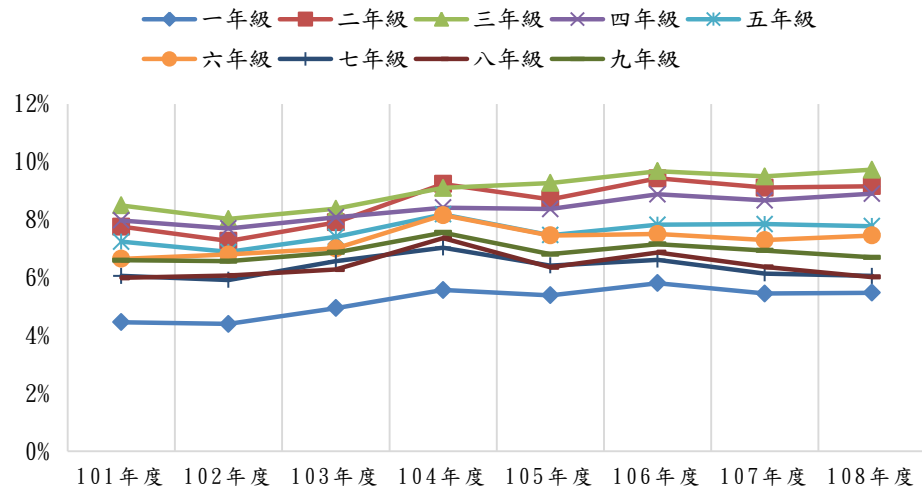


全國長期追蹤各年級齲齒複檢趨勢

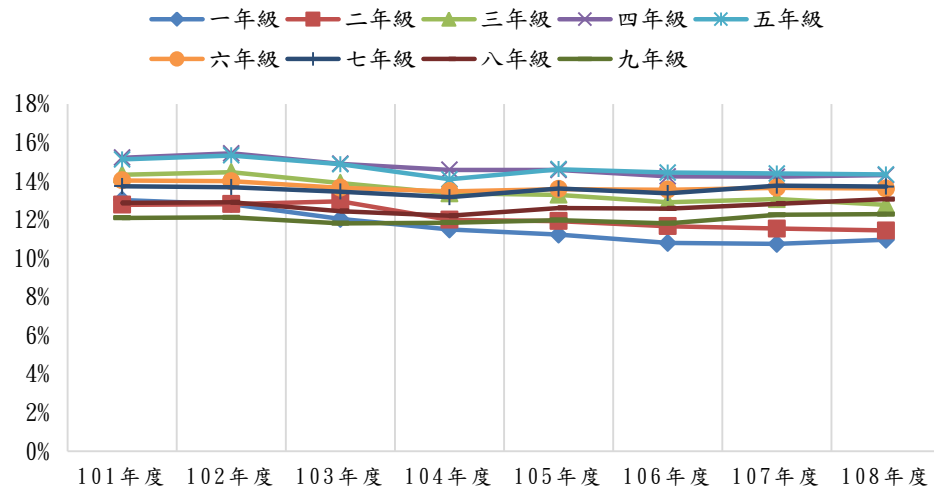


歷年健康體位部訂指標成效

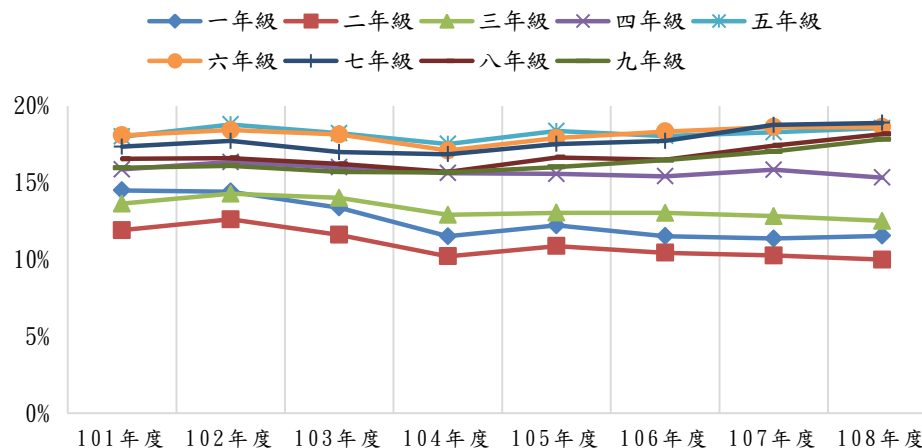
全國長期追蹤各年級體位過輕趨勢



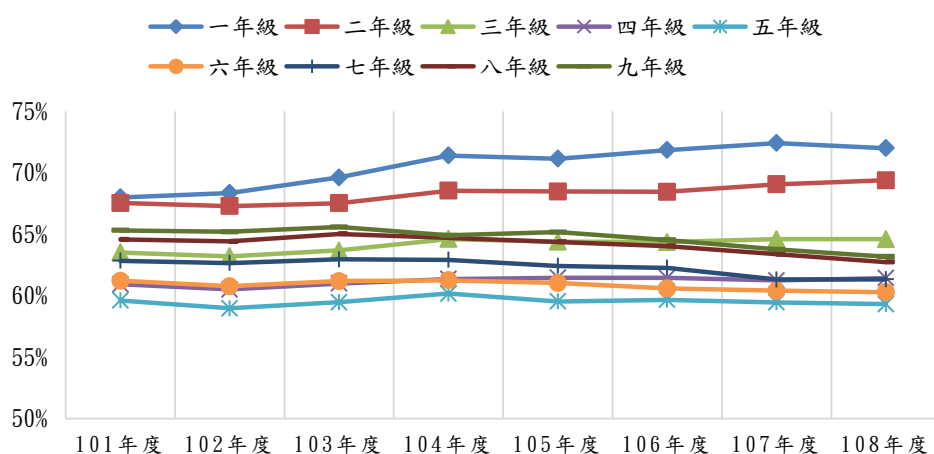
全國長期追蹤各年級體位過重趨勢



全國長期追蹤各年級體位肥胖趨勢



全國長期追蹤各年級體位適中趨勢



104-109學年視力保健地方指標成效

戶外活動120 (天數 / 週)

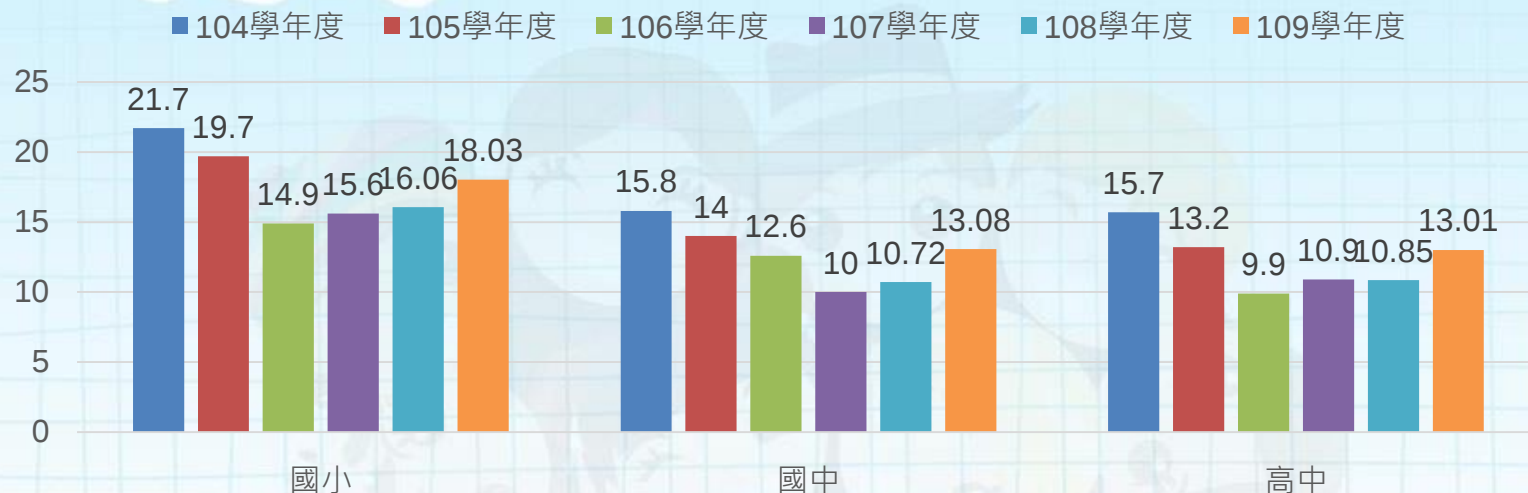


3C小於1 (天數 / 週)

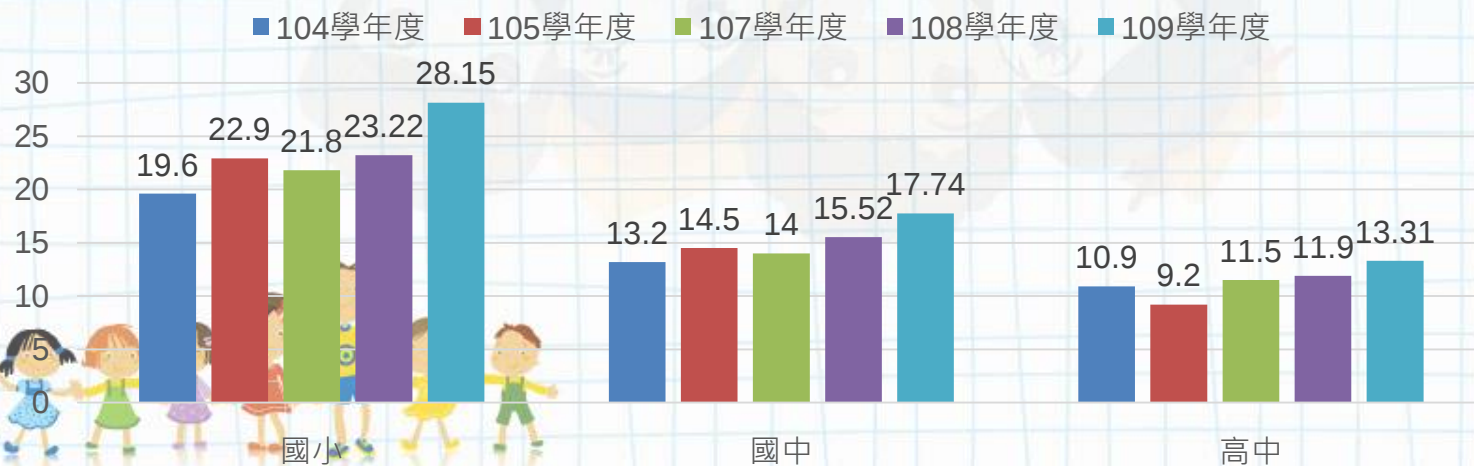


104-109學年口腔保健地方指標成效

一週不喝含糖飲料 (%)

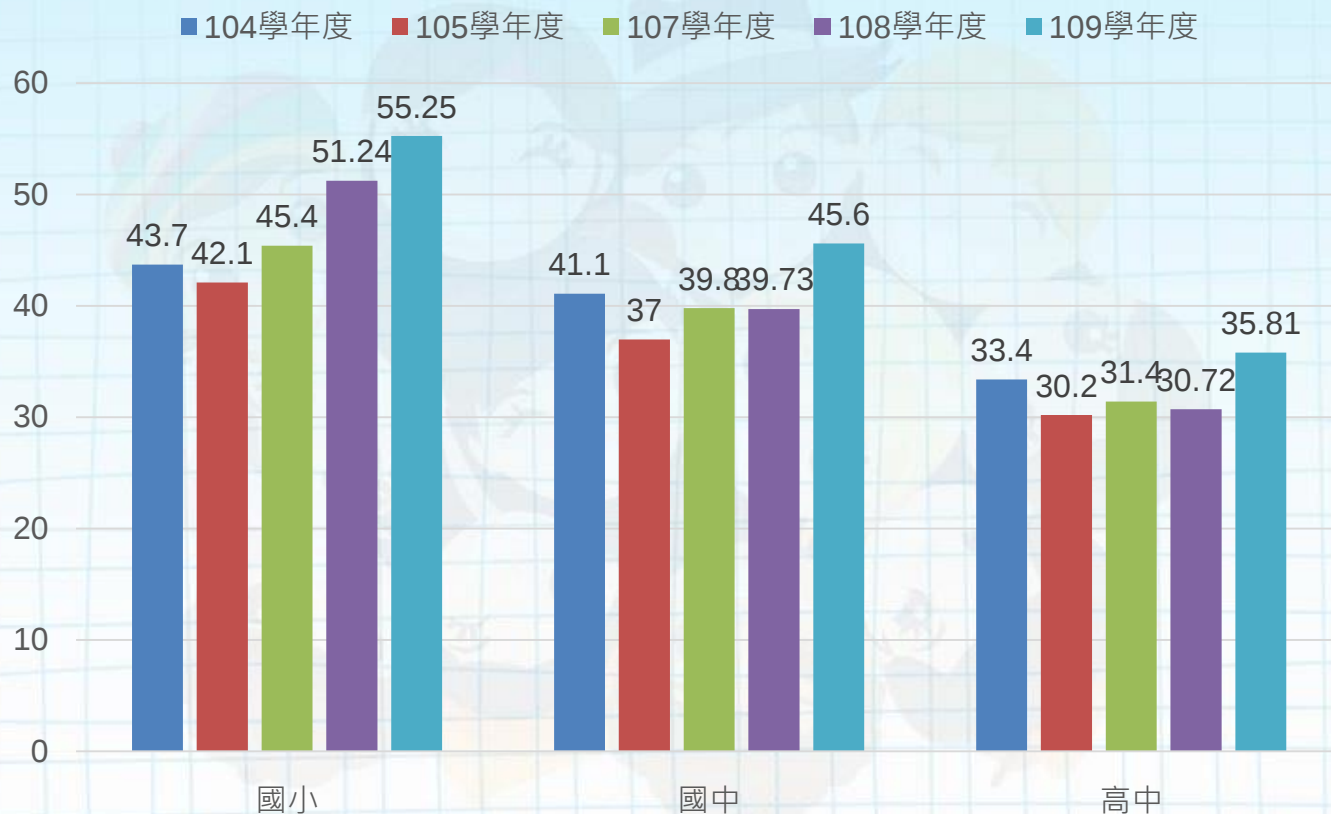


每日至少使用一次牙線 (%)



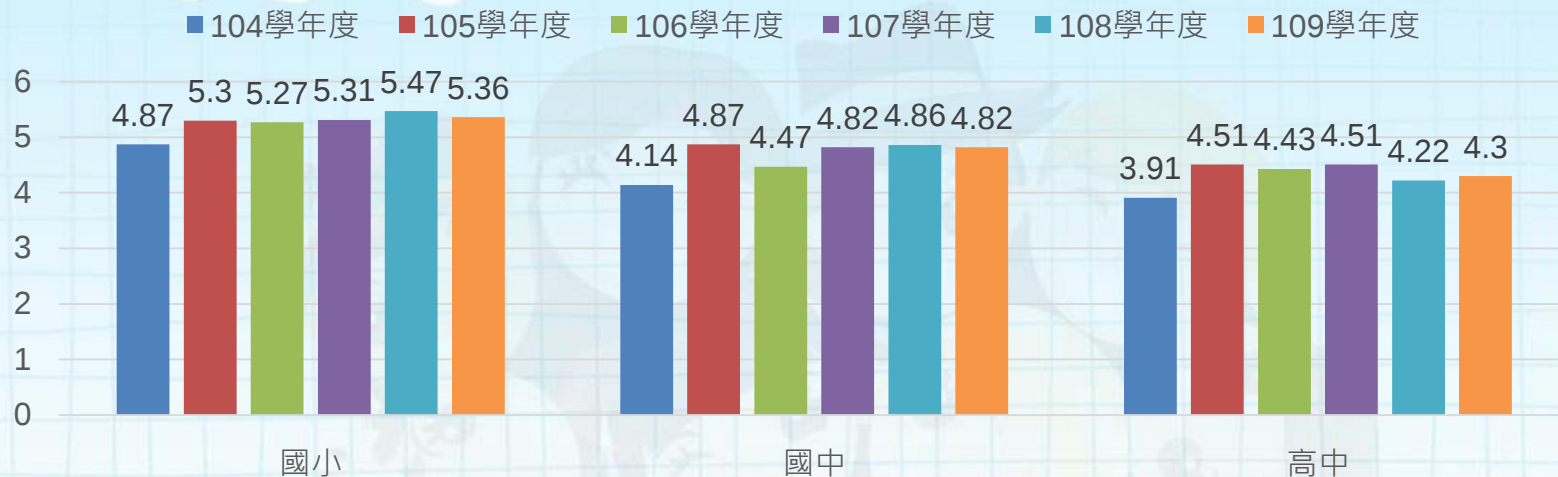
104-109學年口腔保健地方指標成效

會用含氟牙膏來刷牙 (%)



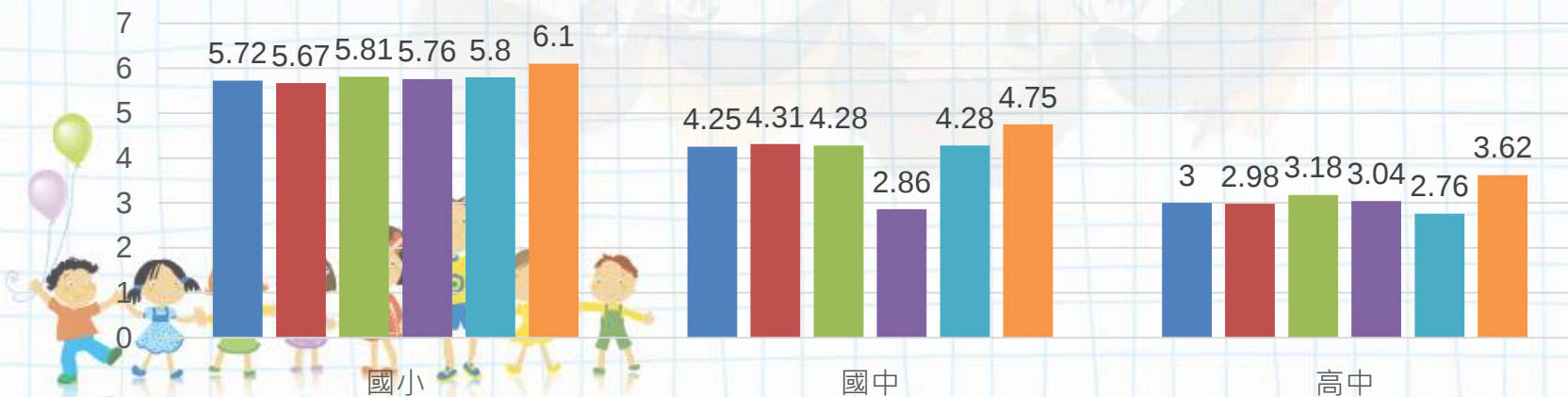
104-109學年健康體位地方指標成效

喝足白開水 (天數 / 週)



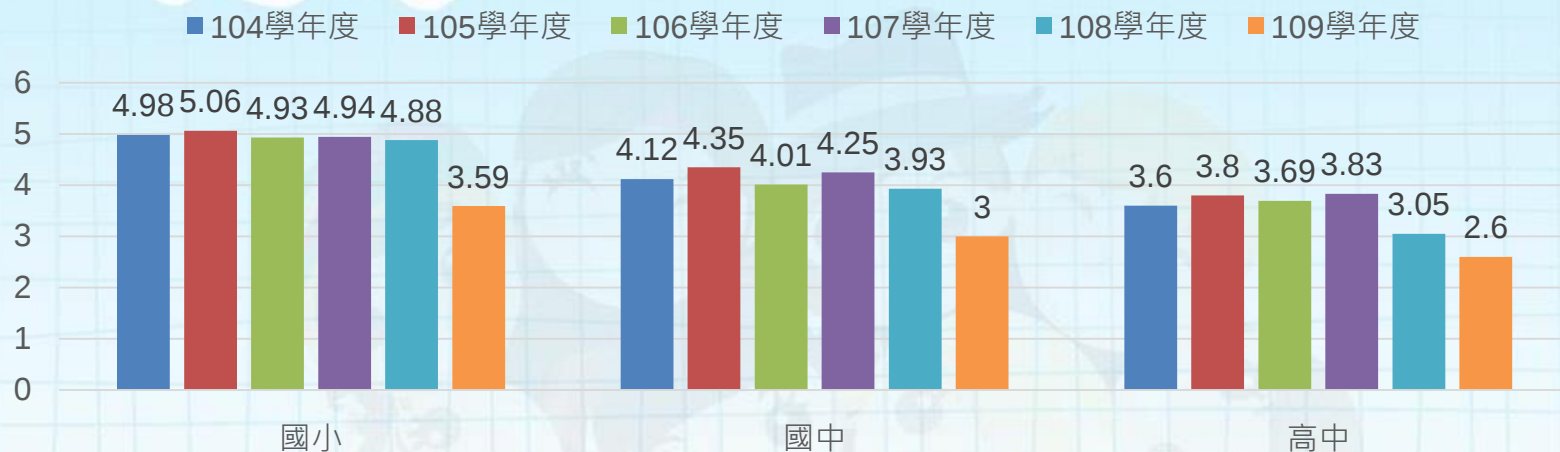
睡足8小時 (天數 / 週)

■ 104學年度 ■ 105學年度 ■ 106學年度 ■ 107學年度 ■ 108學年度 ■ 109學年度

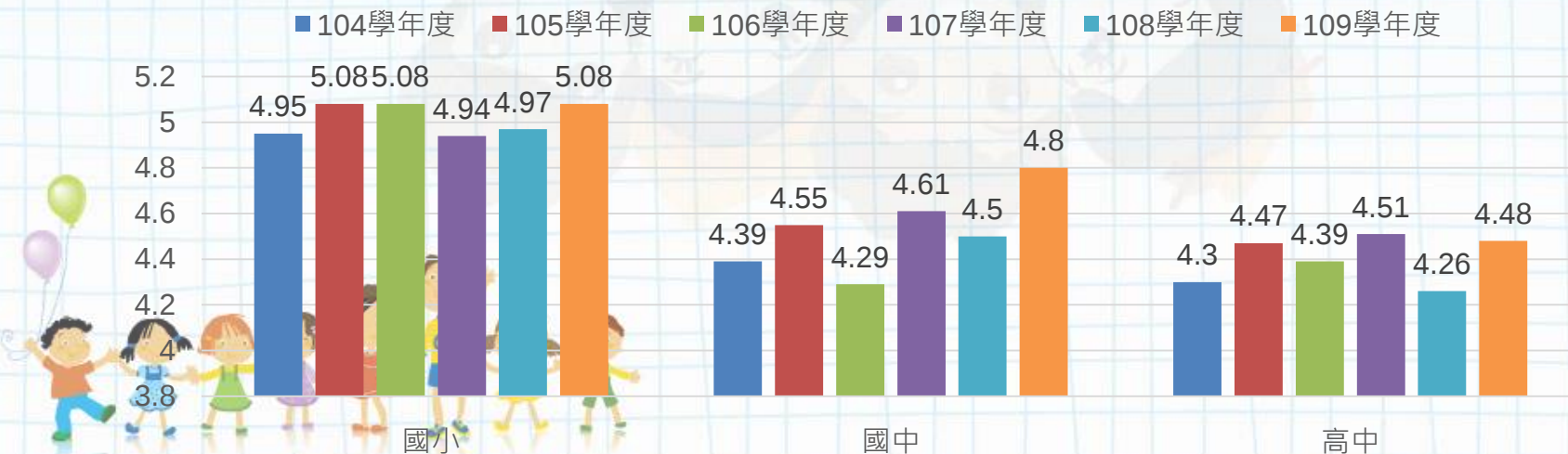


104-109學年健康體位地方指標成效

*109學年數據是運動一小時以上 運動30分 (天數 / 週)



午餐吃光蔬菜 (天數 / 週)



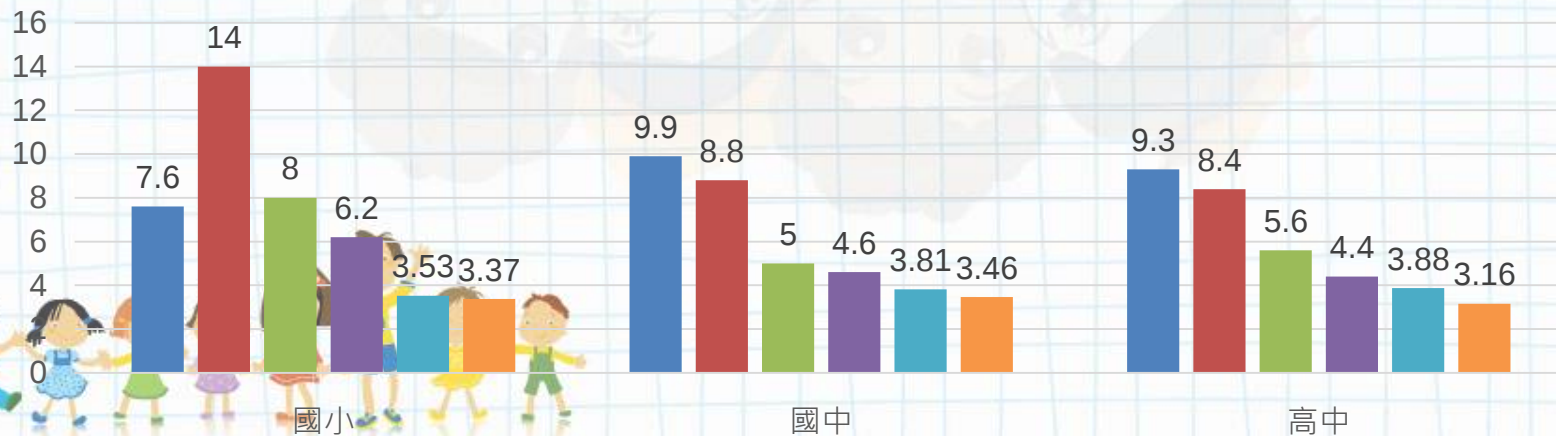
104-109學年菸害防制/檳榔防制地方指標成效

過去30天吸菸率 (%)



過去30天電子煙使用率 (%)

■ 104學年度 ■ 105學年度 ■ 106學年度 ■ 107學年度 ■ 108學年度 ■ 109學年度



104-109學年菸害防制/檳榔防制地方指標成效

過去7天校園二手菸暴露率 (%)



過去30天嚼檳榔率 (%)

Legend: 104學年度 (Blue), 105學年度 (Red), 106學年度 (Green), 107學年度 (Purple), 108學年度 (Teal), 109學年度 (Orange)



「109學年度健康促進學校前後測成效評價」視力保健獲獎學校



獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	嘉義縣	興中國小	同心協力守護EYE-巧推策略提升學童視力良率之探討-以興中國小學區某安親班三年級學童為例
優良	嘉義縣	景山國小	「愛眼就不礙眼之好視界」 - 以素養導向自主課程及整合社區系統介入之成效探究
優良	臺北市	康寧國小	康健好視力. 寧靜愛閱讀
佳作	臺北市	健康國小	打開健康新世界、迎接彩色金人生
佳作	新北市	永福國小	視力健保六大範疇行動策略實施~認知行為與處遇之關係探討
佳作	臺中市	龍津國小	「視力」「康」?-完全中學學生視力保健與健康體位之關係



興中國小同心協力守護EYE
社區親子闖關活動



景山國小學生參加社區路
跑、健康操、跳繩、護眼操
活動



康寧國小視力保健廣播劇
宣導

「109學年度健康促進學校前後測成效評價」口腔保健獲獎學校



獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	嘉義縣	北美國小	幸「氟」生活從無「齲」校園開始
優良	苗栗縣	溪洲國小	國小低年級口腔保健教學模組介入之成效
優良	宜蘭縣	興中國中	口腔保健課程介入對宜蘭縣興中國中學生的口腔保健行為、態度、及知識之影響
佳作	臺北市	忠義國小	口腔保健策略介入國小學童口腔保健知識、態度及行為成效研究 牙之呼吸 寶貝我的牙
佳作	新北市	文德國小	國小三年級學童口腔保健介入教學對其行為影響之研究：牙齒保衛隊-護牙行動向前衝
佳作	台南市	林鳳國小	多元學習活動對促進國小學童口腔衛生保健成效之探究-以林鳳國小3、4年級為例



北美國小辦理口腔保健「健康從齒開始」闖關活動寓教於樂



溪洲國小萬聖節活動，選對潔牙工具、吃完糖要潔牙。



興中國中高關懷學生（牙結石）牙線教學

「109學年度健康促進學校前後測成效評價」健康體位獲獎學校



獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	臺北市	蘭雅國中	「健康體位全面出擊～GO！」—探討健康促進學校模式介入策略對學童健康體位影響之成效研究
優良	臺中市	新盛國小	國小學童健康體位素養導向介入方案成效探討
優良	臺南市	裕文國小	新纖享瘦健康體位教學行為介入之成效分析
佳作	新竹縣	博愛國小	新竹縣博愛國民小學學生健康體位與口腔衛生實施策略成效探討
佳作	嘉義縣	和興國小	健康體位特攻隊-規律運動及均衡飲食對健康體位之影響
佳作	新竹市	大庄國小	減少學生攝取「含糖飲料」之行動研究



蘭雅國中外籍教師協同健教雙語課程教學測量體脂率



新盛國小健康飲食桌遊製作



裕文國小運動會進場—蔬果造型



「109學年度健康促進學校前後測成效評價」全民健保/正確用藥獲獎學校

獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	新北市	汐止國中	遊「汐」開始,「止」點迷津「珍惜健保·聰明就醫—醫全超人」桌遊素養導向課程融入國中全民健保永續經營宣導之成效探討
優良	嘉義縣	圓崇國小	全民"疫"起來,健保永續創未來-「全民健保含正確用藥」以素養導向課程及整合社區系統介入之成效探討
優良	臺南市	大橋國中	全民健保與正確用藥教育推廣成效探討-以臺南市立大橋國中為例
佳作	新北市	正義國小	急不急有關係-珍惜醫療資源
佳作	彰化縣	潭墘國小	實施介入性措施以營造支持性環境推廣「全民健保含正確用藥」議題之成效探討-以潭墘國小為例
佳作	新竹縣	鳳岡國小	健康促進議題融入學校本位課程對學童健康體位及全民健保前段測評價~以新竹縣竹北市鳳崗國小為例



龍芝寧講解「珍惜健保·聰明就醫—醫全超人」桌遊



圓崇國小健康促進創意進場



大橋國中利用健康教育課讓學生使用全民健保桌遊



「109學年度健康促進學校前後測成效評價」菸檳防制獲獎學校

獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	新北市	積穗國中	健康945、拒菸(煙)趣-運用探究學習、遊戲體驗、情境模擬教學策略素養導向菸害防制教育實施成效
優良	南投縣	德興國小	「青春無菸(煙)檳」教學模組介入國小高年級教育之成效
優良	臺南市	安南國中	多元策略的校園菸害防制教育成效-以臺南市安南國中為例
佳作	臺北市	雙園國小	「菸」消「霧」散-領域統整菸害防制宣導課程提升國小學童在知能、態度、拒絕效能暨家庭反菸成效研究
佳作	臺南市	西港國中	菸害防制成效分析以臺南市立西港國中為例
佳作	苗栗縣	致民國中	致民國中以健康促進學校六大範疇策略介入推動菸害防制之成效

健康教育教學、導師班級經營 運用動畫4F提問→強化自主行動素養

發現Finding：使用電子煙會對「人際交友關係」影響呢？

未來Future：如何展現你的魅力，成為受歡迎的人？



積穗國中「青春無菸/煙」教學：4F提問，強化拒菸素養。



德興國小運動會「無菸拒檳好口氣，青春快樂美少年，健康幸福久久年」



安南國中檢菸蒂比賽，排字宣導

「109學年度健康促進學校前後測成效評價」性教育獲獎學校



獎項	縣市	報名學校	作品名稱
特優	高雄市	七賢國中	知性理性的青春-健康促進學校之性教育(含愛滋防治)教育行動研究
優良	宜蘭縣	礁溪國中	以健康促進學校模式推動整合性校園性教育(含愛滋防治)之成效評估
優良	嘉義縣	朴子國中	健康生活技能融入校本性教育課程之實踐：以青少年的性與情感教育為例
佳作	臺北市	龍門國中	健康促進性教育-兩性『性』福系列活動及跨領域融入課程介入
佳作	新北市	大觀國中	跨領域多元教學對國中學生性教育各項指標的影響之探討
佳作	臺南市	新市國小	校園性教育(含愛滋病防治)推動計畫成效探討-以新市國小為例



七賢國中「關懷愛滋、全民參與」宣導活動



礁溪國中性別教育全校宣導



朴子國中衛生所護理師入班進行愛滋病防治宣導

健康促進學校 **讚** 出來 校園健康主播獲獎學



獎項	縣市	報名學校	作品名稱
第一名	新竹市	水源國小	愛牙好時光，運動一把罩
第二名	新竹縣	光明國小	健康全攻略系列報導-健康攻略王
第三名	臺南市	復興國中	復興口腔保健，你我看得見
第四名	臺北市	北投國小	Beitou News_校園護眼行動
第五名	彰化縣	大竹國小	健視你的好



新竹市水源國小



新竹縣光明國小



臺南市復興國中



臺北市北投國小



彰化縣大竹國小



健康促進學校 讚出來 校園健康主播



獎項	報名縣市	報名學校	影片名稱
佳作	臺北市	士林高商	戒菸·我們一起
佳作	新竹縣	福龍國小	護眼我最行
佳作	臺北市	富安國小	型男淑女有活力
佳作	雲林縣	南光國小	蛀牙蟲大搬家專題報導
佳作	新北市	江翠國小	健康江翠夢想新視界
佳作	高雄市	高雄高工	健康雄工，活力主播
佳作	苗栗縣	五湖國小	樂動五湖·健康齊步走
佳作	屏東縣	彭厝國小	好牙恆久遠，一口永流傳
佳作	桃園市	經國國中	校園心情事務所



臺北市 士林高商



新竹縣 福龍國小



臺北市 富安國小



雲林縣 南光國小



新北市 江翠國小



高雄市 高雄高工



苗栗縣 五湖國小



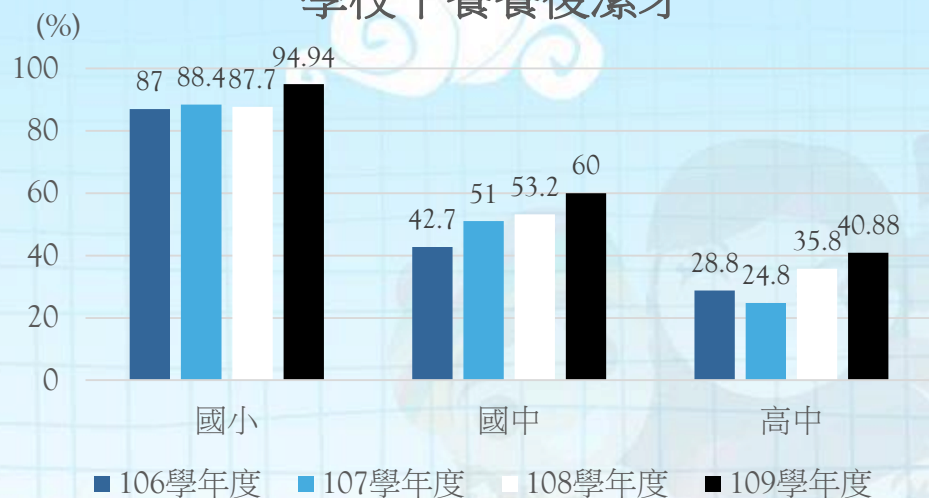
屏東縣 彭厝國小



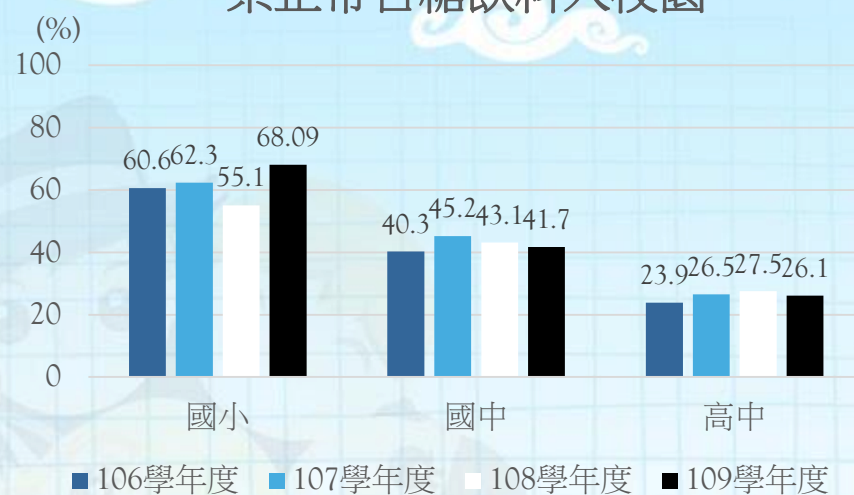
桃園市 經國國中

106-109學年學校教學活動執行-口腔保健

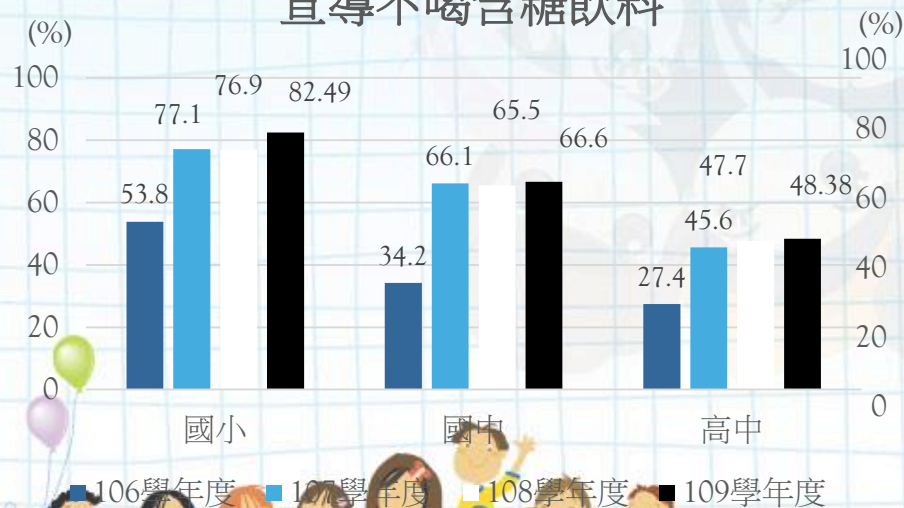
學校午餐餐後潔牙



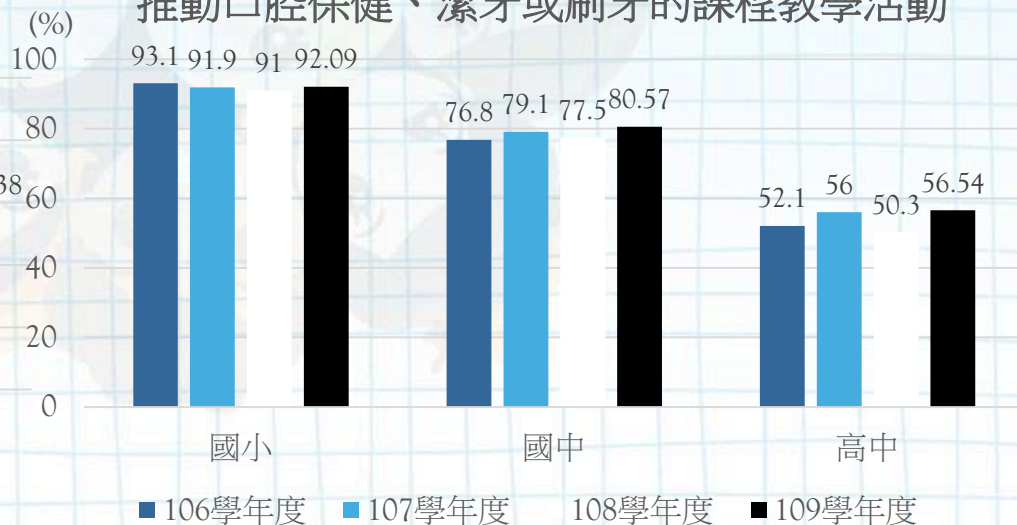
禁止帶含糖飲料入校園



宣導不喝含糖飲料

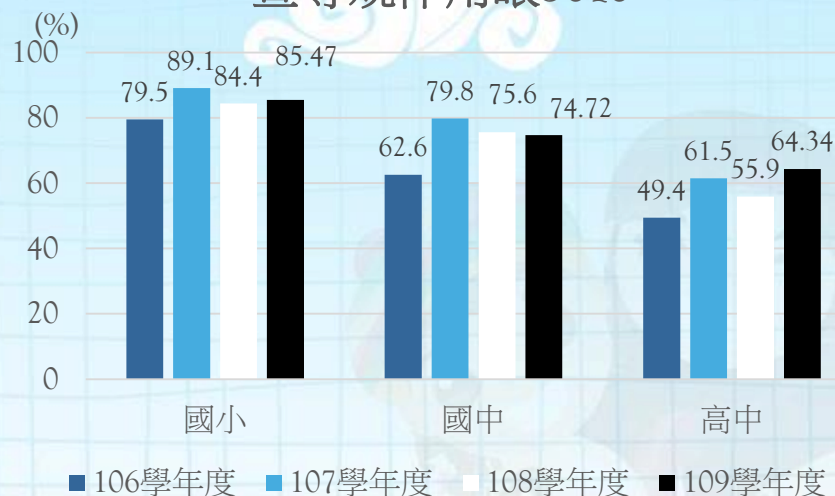


推動口腔保健、潔牙或刷牙的課程教學活動

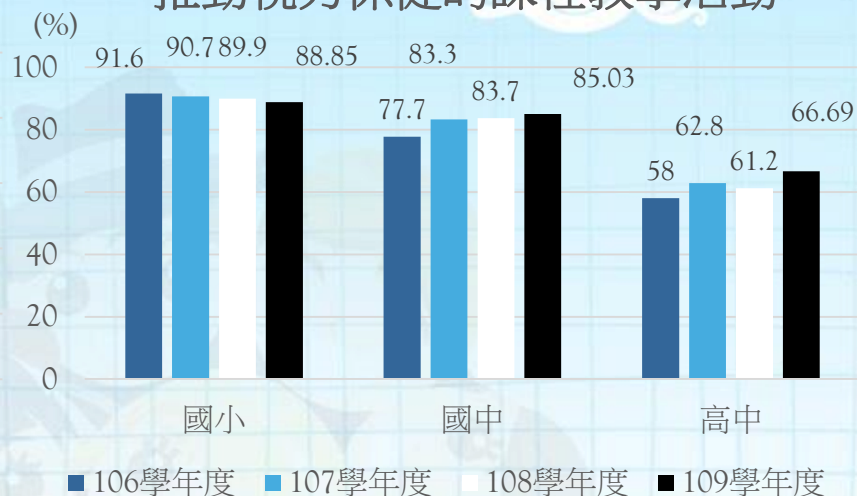


106-109學年學校教學活動執行-視力保健

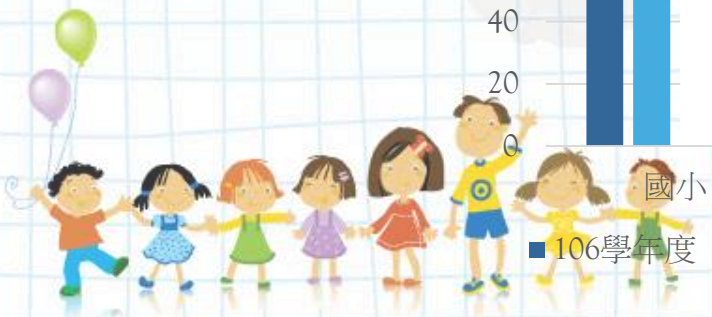
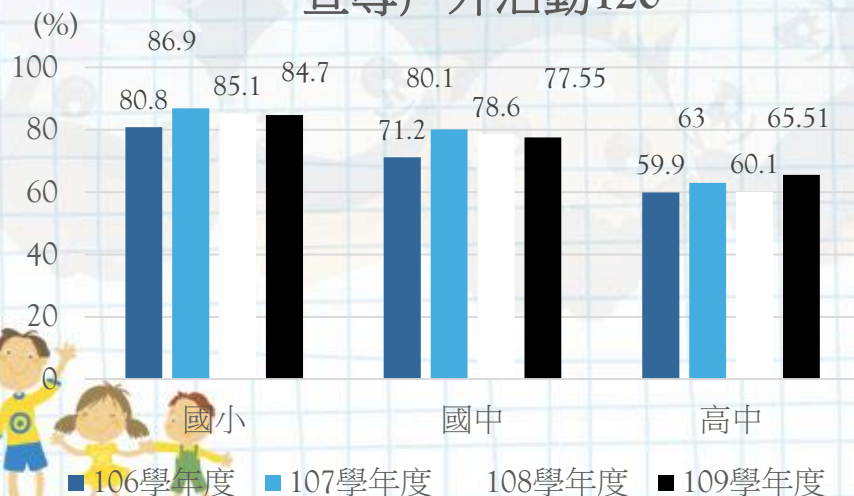
宣導規律用眼3010



推動視力保健的課程教學活動

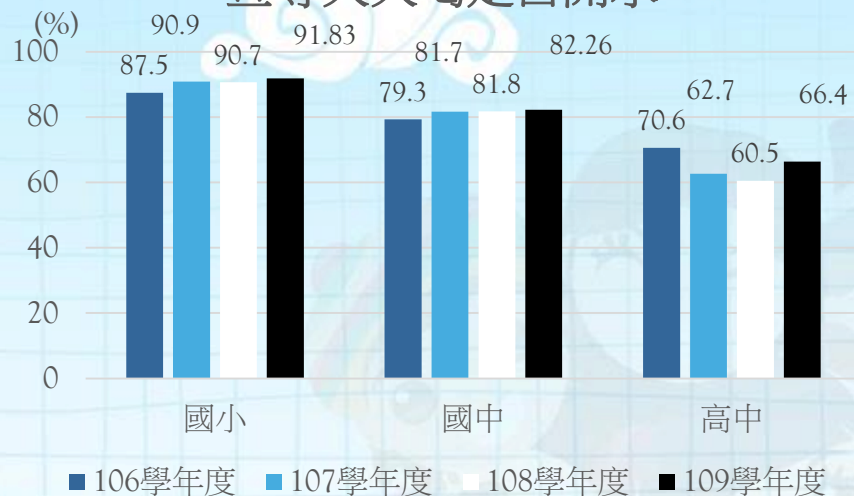


宣導戶外活動120

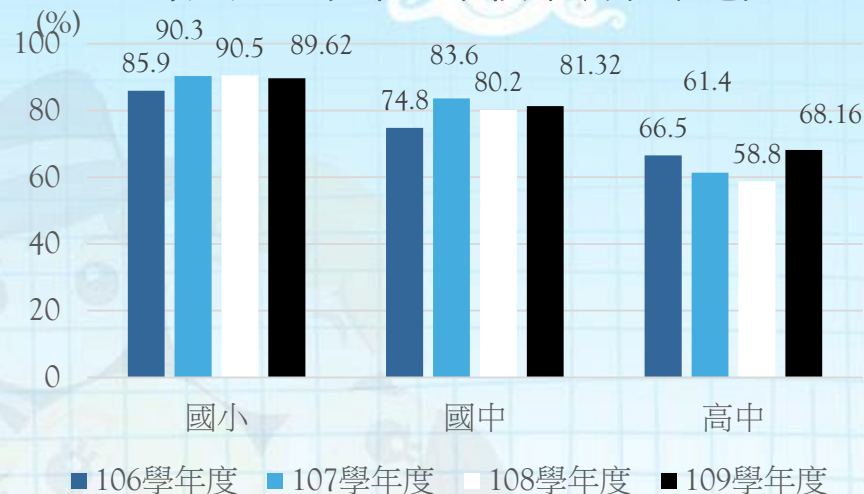


106-109學年學校教學活動執行-健康體位

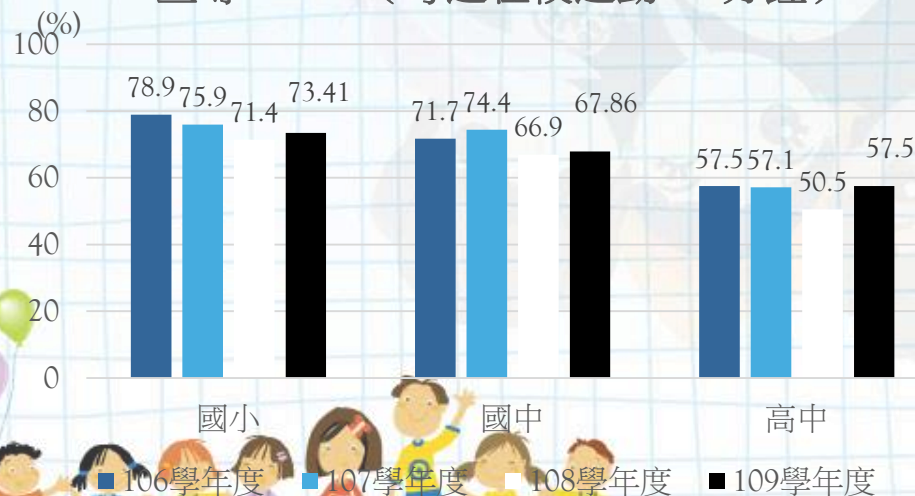
宣導天天喝足白開水



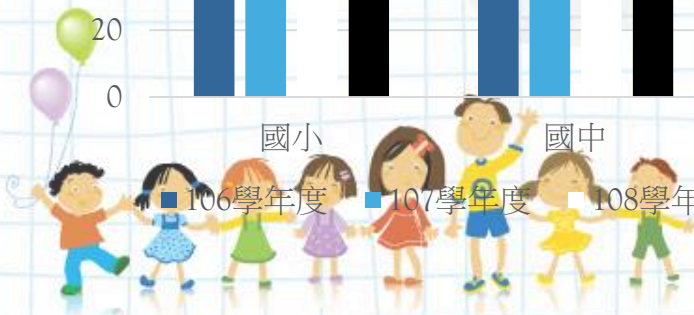
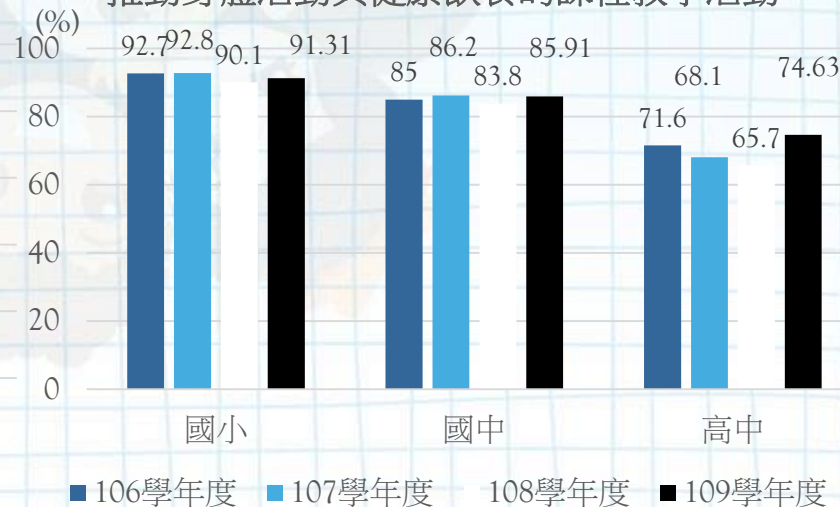
宣導天天五蔬果，學校午餐蔬菜吃光



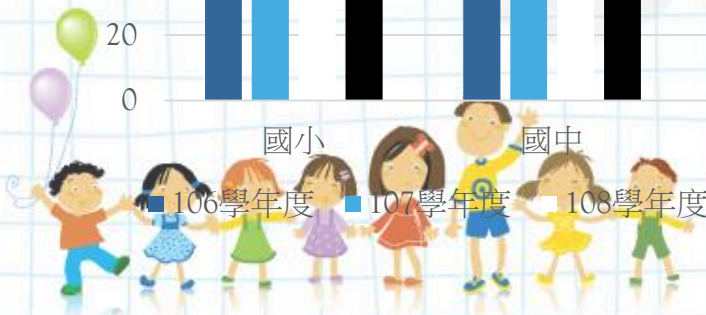
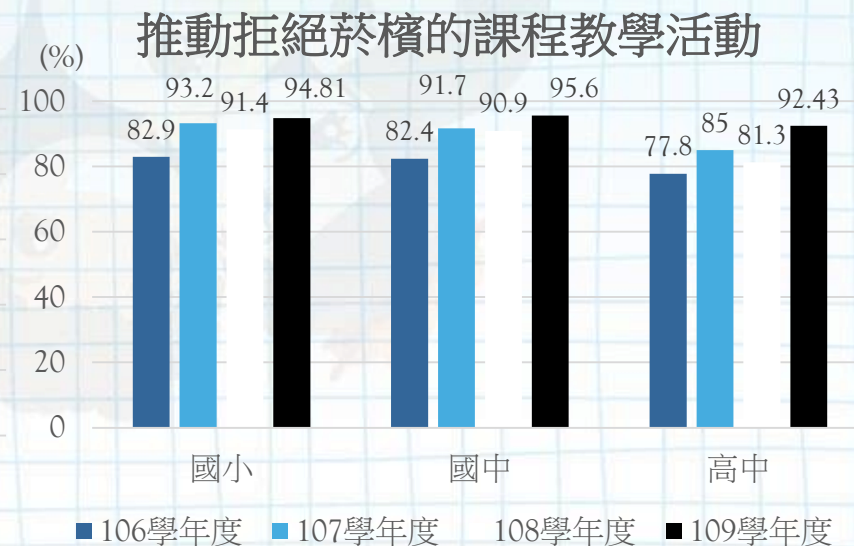
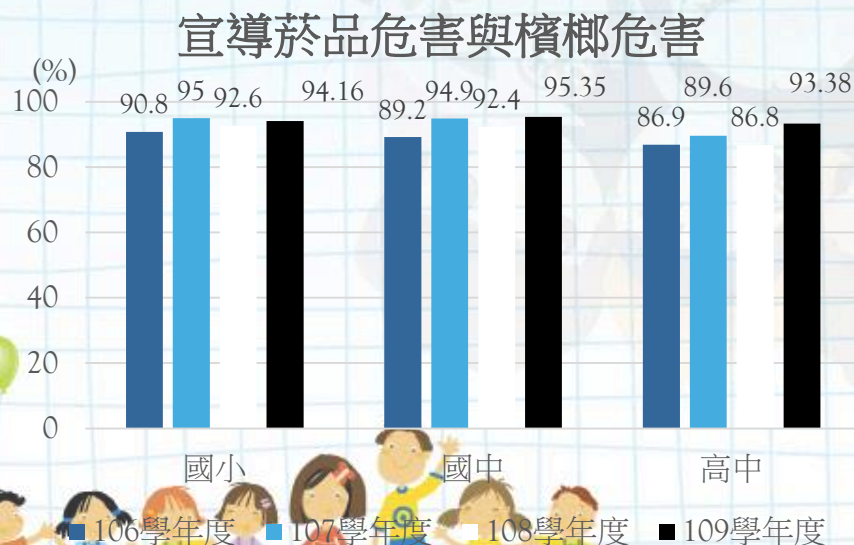
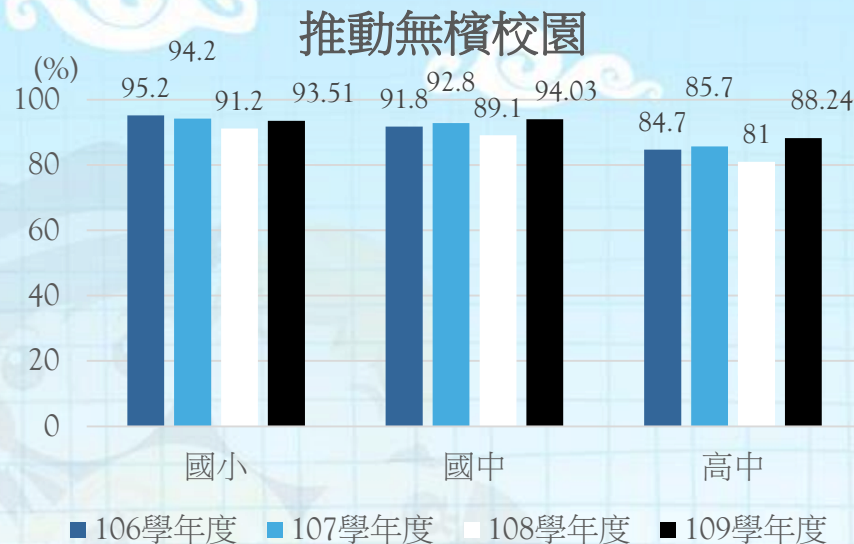
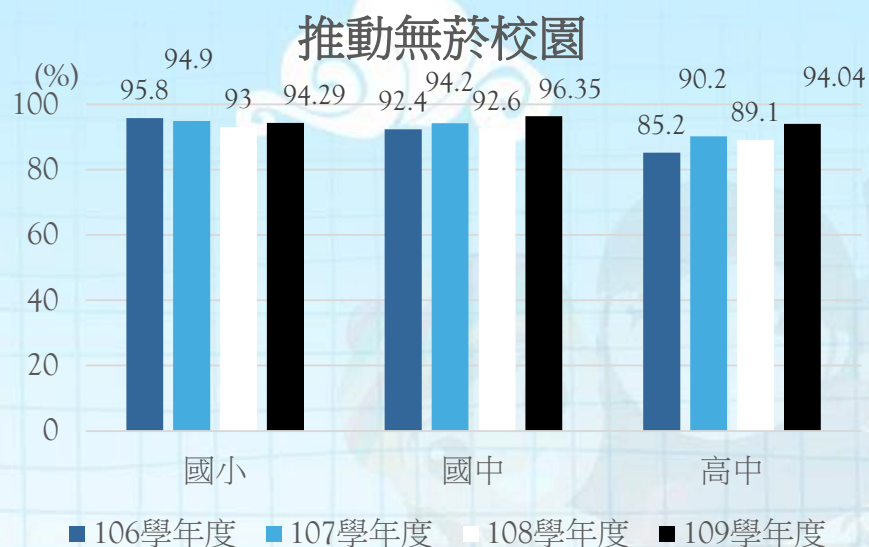
宣導SH150（每週在校運動150分鐘）



推動身體活動與健康飲食的課程教學活動

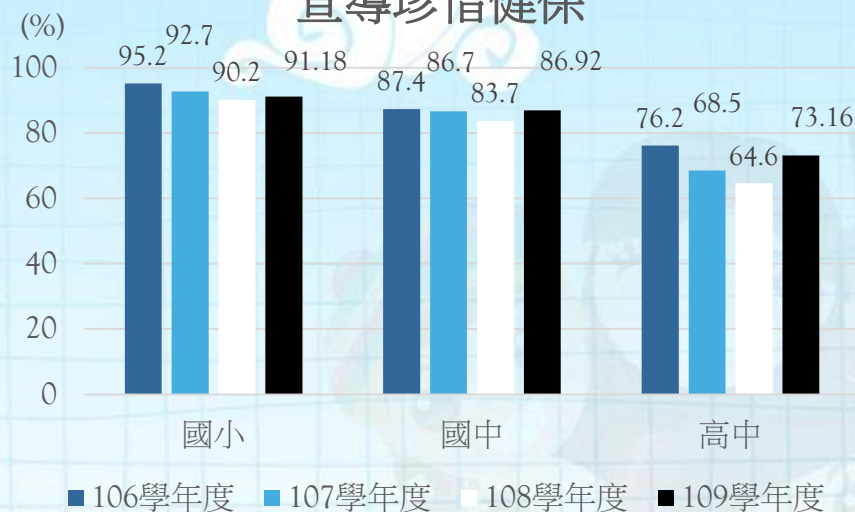


106-109學年學校教學活動執行-菸害防制/檳榔防制

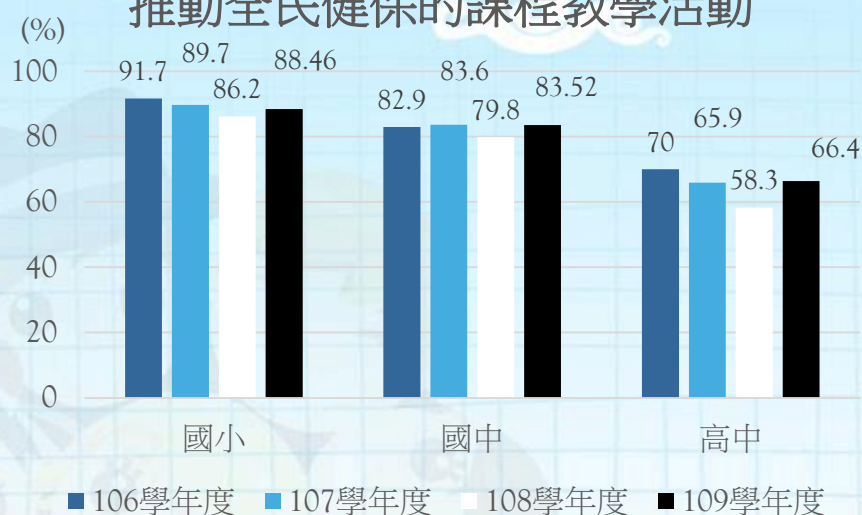


106-109學年學校教學活動執行-全民健保/正確用藥

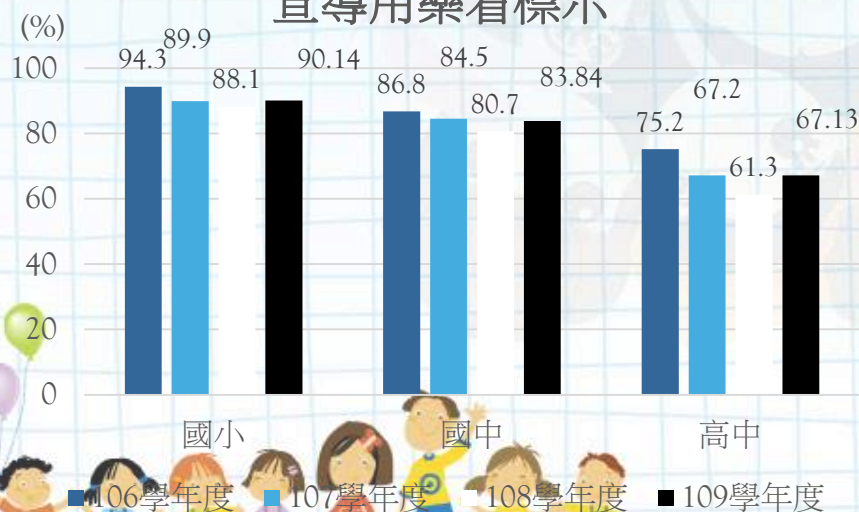
宣導珍惜健保



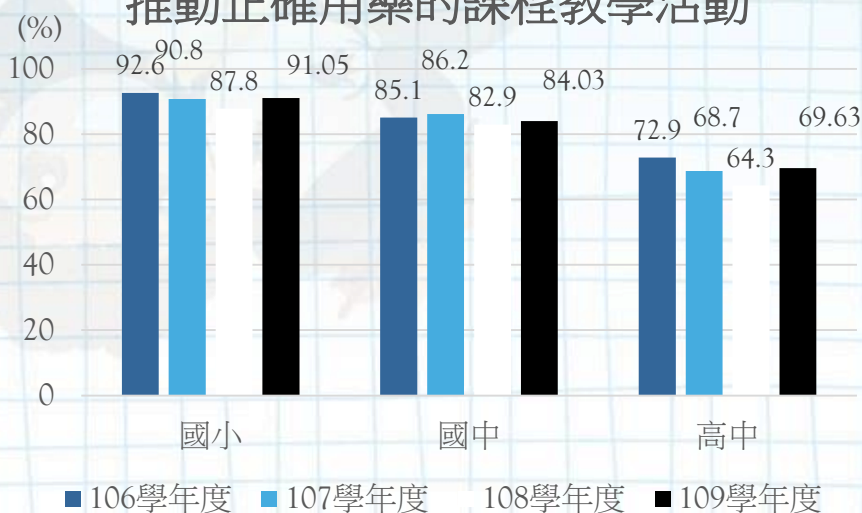
推動全民健保的課程教學活動



宣導用藥看標示

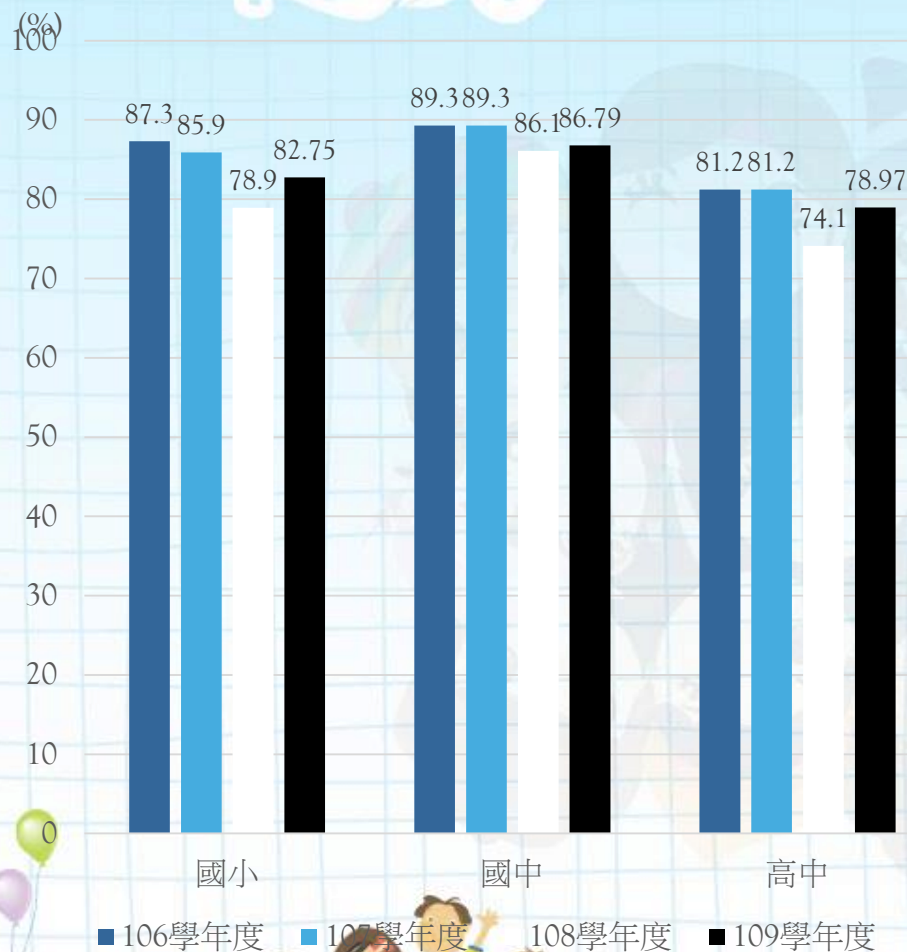


推動正確用藥的課程教學活動

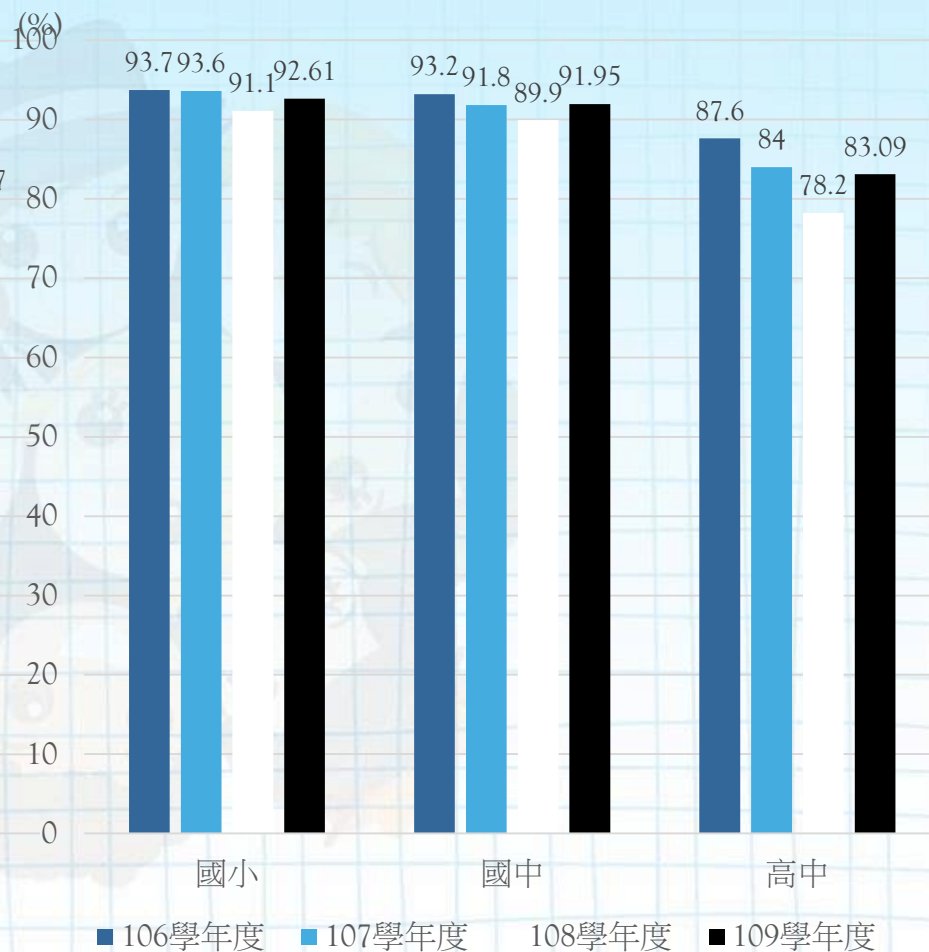


106-109學年學校教學活動執行-性教育（含愛滋病防治）

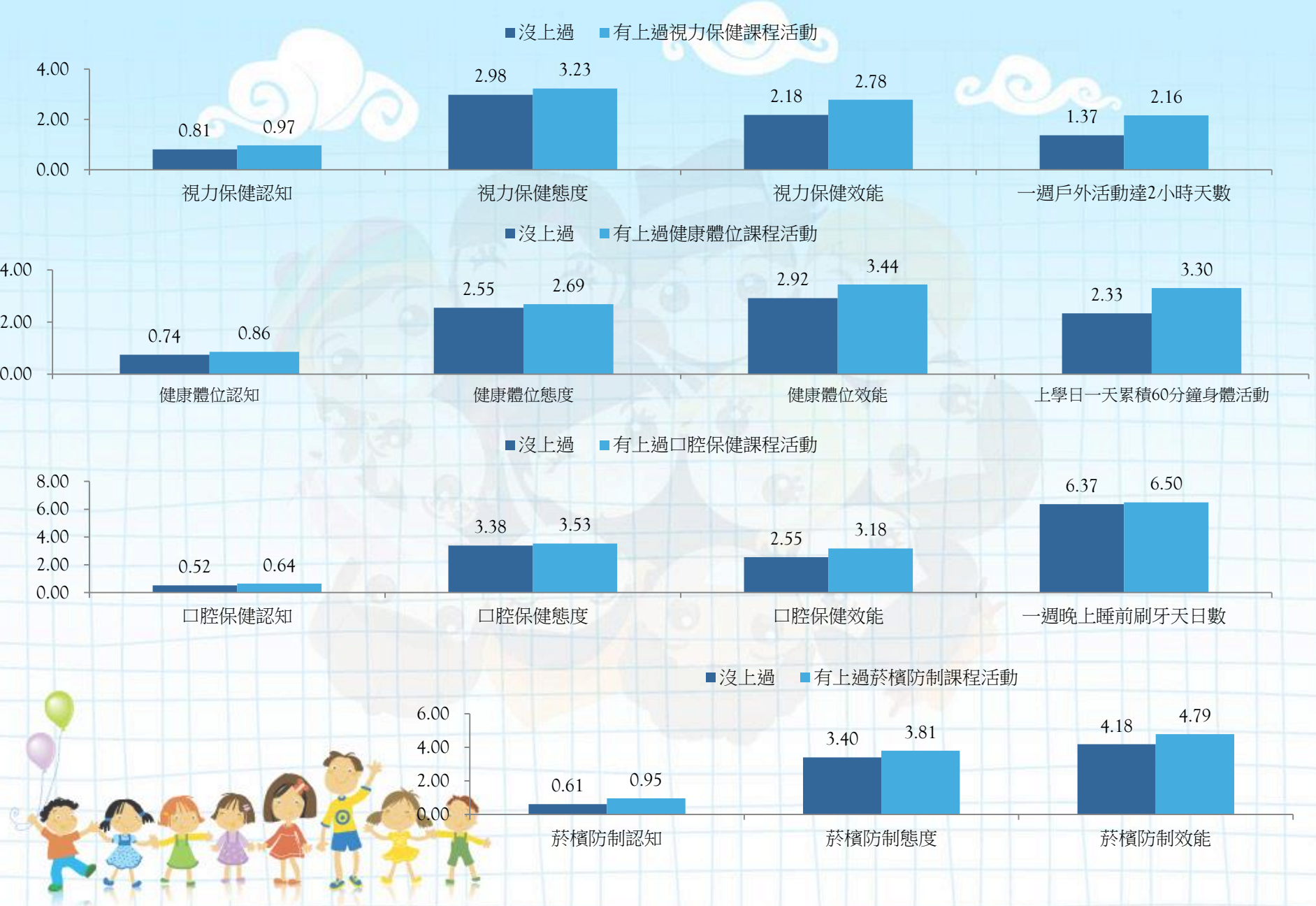
推動預防愛滋病毒(HIV)感染的課程
教學活動



推動保護自己、提升拒絕性行為能力
的課程教學活動



學校推動各健康議題課程教學活動顯著提升學生知識、態度、效能、行為



健康促進學校倡議



中央地方合作捍衛學童健康 媒體露出

中央地方合作捍衛學童健康 13縣市獲健康促進績優表揚



發佈單位：國教署 聯絡人：李修誼 電話：04-37061355 電子信箱：e-3338@mail.k12ea.gov.tw

為提升學童健康，教育部與衛生福利部、各縣市政府、專家學者及學校社區共同推動「健康促進學校計畫」，鼓勵結合資源提出多元措施，今（31）日於國立臺灣師範大學進行108學年度執行學校健康促進成果績優頒獎，共計13縣市，特優縣市為新北市、桃園市及彰化縣，優等縣市為基隆市、臺北市、新竹縣、新竹市、臺中市、嘉義縣、臺南市、高雄市、宜蘭縣、臺東縣。

特優獎新北市將健檢數據未達全國均標學校列為高關懷學校，找出校本健康問題，透過介入有效策略與跨局處及民間資源整合，共同推動健康促進工作，提供學童全方位健康服務；另推動全民健保校群桌遊師資研習，以遊戲傳達全民健保相關知能。桃園市以校際聯盟及藝文競賽等，全面性推動健康促進學校，並結合藥師公會辦理神農小學堂，增進親師生用藥素養。彰化縣推動「含糖飲料禁入校園」、「多喝水入課表」及「減糖校園」，並結盟牙醫師公會協助學校推動校本口腔保健計畫。

優等縣市部分，基隆市整合衛生局、牙醫師公會、大專院校等資源，協助學校推動健康促進議題，並推動學生視力存摺、口腔微電影等活動。臺北市結合產官學合作推動「珍食共享食安Food」、「田園綠活食農趣」等永續發展議題，培養學生惜食與健康飲食的觀念。新竹縣發展「健康攻略王」教具，利用冒險遊戲搭配六大議題的考驗讓學生寓教於樂。新竹市結合衛生局、藥師公會、牙醫師公會、醫療院所及民間資源，共同辦理健康促進議題活動。臺中市設計「無菸家(+)健康宣導手冊暨拼圖教材」，並辦理「健康小學堂」與全市班際跳繩比賽，增進親師生健康實踐。

嘉義縣推出「好習慣」、「重健康」等教育行動目標，以「用當地、吃當季」落實食農教育，培養學童均衡飲食觀念。臺南市強化校際策略聯盟，廣納衛生醫療與民間資源，推動口腔保健巡迴醫療車入校服務、菸檳防制、正確用藥等活動，並協助偏遠弱勢學童免費視力矯正。高雄市建置專屬「中小學學生體育健康照護管理系統」，發現高風險學童且即時提供協助，建立學校-醫院-社區健康學園模式。宜蘭縣首創「課間30」鼓勵孩子戶外活動，辦理親職健康促進增能課程外，也請牙醫師到校對一到九年級學童口腔檢查。臺東縣發展健康促進專業社群，並透過「家校合作」運用Line增進學生睡前潔牙習慣，並結合牙醫師公會辦理巡迴駐校塗氟。

媒體露出：
教育部即時新聞
台灣健康促進學校網站
僑務電子報
蒂思綠新聞
大成報 等

居家學習 守護親子身心健康 媒體露出



為了守護學生身心健康，教育部與衛生福利部、各縣市政府、專家學者以及學校社區共同致力推動「健康促進學校」。近來疫情升溫，部分家長居家辦公，孩子停課在家線上學習，家庭成為重要的健康促進場域，國教署列出7大健康生活策略，邀請家長與孩子一起在家防疫，促進身心健康。

一、飲食均衡少甜食：防疫居家天天五蔬果，避免甜食與含糖飲料攝取增加，而影響正常三餐飲食。

二、身體活動要維持：防疫期間建議在安全社交距離與戴口罩下，可多利用居家庭院、大樓頂樓、陽台或走廊等地方，維持每天120分鐘的身體活動量。

三、餐後睡前勤潔牙：除了持續進食後、睡前潔牙以預防齲齒外，搭配使用含氟量1000ppm以上的牙膏與喉嚨漱口，可減少口腔中病菌量，並降低上呼吸道感染機會，或縮短上呼吸道感染病程。

四、天天護眼好視力：居家辦公、學習增加3C使用時間，建議使用螢幕停歇軟體，提醒

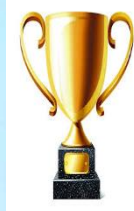
家人近距離用眼30分鐘、休息10分鐘。從窗外望遠、原地踏步與伸展等、與家人聊聊天、做做家事，都是眼睛放鬆的好方法。

五、遠離菸害好時機：脫下口罩抽菸，除讓自己處於染疫風險，二手菸霧也增加家人處於致癌與染疫風險，變成防疫破口。打造無菸家庭，鼓勵家人戒菸，贏得健康、成功抗疫。

六、網路訊息陷阱多：防疫居家期間會接觸更多的網路訊息，叮嚀孩子健康安全使用網路，包括：線上交友聊天保持警覺與理性、拒絕電子煙廣告誘惑等。建議可使用教育部「網路守護王」APP，防堵不良網站侵害。

媒體露出：
聯合新聞網
勁報
Yahoo新聞
Pchome新聞
Hinet新聞
大成報
新浪網
中時電子報
蕃薯藤新聞
數位網路報
教育廣播電台
工商時報 等





感謝師長 親師結盟 快樂孩童

健康促進學校讚出來

