創 意
活 力
科 技
教育

學校推動口腔保健之
實證支持性環境策略與教案分享

健康北勢-Do my best

報告者：北勢國小護理師

日期：108.03.08

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

學校推動健康促進活動

- 不只注重生理層面（沒有疾病），它將健康理念建置入學校生活與社區生活的所有層面
- 健康促進強調的是整體的健康以及全面的健康促進。
- 內容包括「學校衛生政策、學校物質環境、學校社會環境、個人健康技能、社區關係、健康服務」，這六個範疇並非彼此獨立的範疇，而是有部分相關且環環相扣的。

北勢國小口腔保健策略

創 意
活 力
科 技
心教育

【壹】學校衛生政策
【貳】學校物質環境
【叁】學校社會環境
【肆】個人口腔健康技能
－教師家長部分
－學生部分(健體課程計畫+衛教宣導+教學融入)
【伍】社區關係
【陸】健康服務
【柒】成效評價

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

學校現況

創 意
活 力
科 技
心教育

- 地理位置與口腔狀況
  - 本校位於麻豆區面積最大但**人口卻是最少**的北勢里，昔日為倒風內海浮覆地，本區居民以養殖漁業、畜牧業（養鵝、養雞）、務農（柚子文旦）為主，年輕人口多外移。
  - 超過一半的家庭，家中至少一人有抽菸習慣，約有 2 位咀嚼檳榔習慣，本學區內沒有牙科診所。從學校到最近的牙科診所約 15 分鐘車程。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

學校現況

創 意
活 力
科 技
心教育

- 目前學校規模及師資結構
  - 國小 6 班，學生 68 人，男生有 29 人，女生有 39 人。
  - 幼兒園 1 班，幼兒 28 位，大中小班 8 、10、 10 位。
  - 低收入戶 3+0 名，身心障礙學生 4 +2 名。
  - 有 2 個處室，教職員20 位 (含1 位護理師)。

- 口腔保健推動對象，從幼兒園到國小部，從校內到社區

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

【壹】學校衛生政策

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

委員會與家長會攜手合作

- 學校衛生委員會：跨處室合作，學校、社區、家庭共同參與。
  - 期初擬定政策
  - 期末檢討政策
- 口腔健康促進計畫：校方、家長、學生共同組成”口腔衛生校園推動小組”。
- 家長會提供每年1000-2000元，口腔保健專款專用經費。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

限糖政策

- 每學年開辦至少4小時口腔衛生保健訓練課程。
  - 週三下午教師進修
  - 週三全校綜合課宣導
- 學校訂定含糖飲料或零食管理政策
  - 未設立合作社，未設立零食及飲品自動販賣機。
  - 教職員不以零食及飲料作為獎賞。
  - 設置足夠飲水機，張貼鼓勵飲用白開水標語。
- 推動並落實健康飲食計畫

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

【貳】學校物質環境

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力

提供適當的口腔衛生設施

- 每班教室由導師規畫潔牙工具放置處。
- 潔牙工具有**專門擺放地點且通風良好**。
- 每學期至少 2 次使用**紫外線**消毒燈
  - 本校計有 3 台紫外線消毒燈
- 洗手台及水龍頭充足。
  - 設有管理辦法及清潔紀錄
  - 每個班級教室皆有洗手台，每座約有 3~4 個水龍頭

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

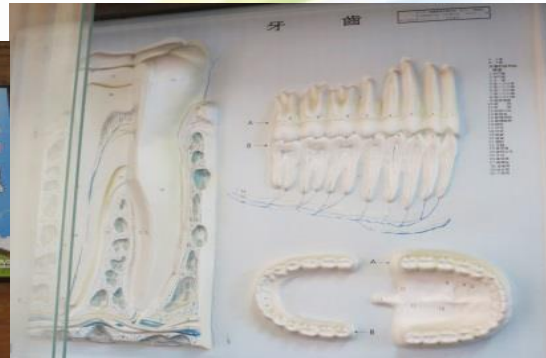
提供適當的口腔保健環境

- 飲用水設備充足，定期水質檢驗合格。
- 拒絕含糖飲料販售機進入校園。
- 依照年級身高安裝 潔牙用的鏡子。
- 張貼標語，提醒潔牙順序及技巧。

創 意
活 力
科 技
心教育

口腔衛生教材與教學設備

- 編列固定經費購買口腔衛生教學相關教材與耗材
  - 鏡子、牙刷、含氟牙膏、牙線
  - 牙菌斑顯示劑
  - 牙齒模型
- 學校備有口腔衛生教育教材與教具，提供老師或相關活動使用。
  - 牙牙齒模型與教學示範用牙刷
  - 口腔衛生保健的教學用影片
  - 乳齒石膏模型、乳齒保存小盒子
  - 牙齒健康櫥窗



臺南市麻豆區北勢
Bei Shi Elem

創 意
活 力
科 技
心教育

【叁】學校社會環境

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

獎勵制度

創 意
活 力
科 技
心教育

- 制訂健康生活守則，**獎勵制度**有助實踐健康行為。

學生護照集點標準，包括有正負增強方式。

【正增強】

- 每月衛生紀錄表完成填表：10點
- 每學期口腔檢查無齲齒者：20點
- 檢查回條於一週內繳回者：2點
- 每次潔牙乾淨者：1點

【負增強】

- 早刷牙時段未刷牙者得扣 1 點
- 午刷牙時段未刷牙者得扣 1 點
- 檢查回條超過二週未繳回者得扣 1 點。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

定期更換 不定期檢查

- **不定期檢查**學童餐後潔牙工具。包括：牙膏含氟量達1000ppm以上、刷頭小及刷毛軟之牙刷。
- **定期更換**潔牙工具，並紀錄之。
  - 學期末將牙刷帶回
  - 學期初更換新牙刷
  - 學期中視情況汰換牙刷
- 設有**潔牙老師**監督潔牙及牙線使用並自主記錄

北勢國小潔牙組織圖

潔牙小老師	牙齒寶寶		
陳家豪	李竑毅	邱牧恩	
唐正穎	邱政弘	陳祈璉	
邱柔敏	陳笠宣	蔡子榆	
蔡蕎安	陳鈺旻	曾歆甯	
陳重睿	邱傳翊	陳囿霖	姜泰榮
蔡志嘉	李舜文	莊淮盛	莊祥祿
陳羿嘉	林琮閔	陳盛寶	邱正彥
韓易丞	沈俊廷	沈俊傑	沈俊輝
李惠琴	吳晶瑩	翁瑋嬬	
王暐傑	張諺瑀	蔡幸恩	李智恆
邱夏恩	陳禹岑	陳羿岑	陳家涵
李珮伶	林靜雯	陳怡真	陳亞蕾
陳翊欣	陳怡瑄	林鈺玲	許郁玟
莊鈞卉	許恩臨	陳品妍	陳惠汝
林佳諼	林恬妤	黃美琪	邱筠柔
趙敬鈞	王冠今		
護士阿姨	陳威任	莊喬媗	莊子儀
	郭修齊	王暐閔	杜明俊
	郭晉銓	林禾豈	林咏頡

臺南市麻豆區北勢國民
Bei Shi Elementary

創 意
活 力
科 技
心教育

建立好榜樣

- 教職員率先執行口腔保健 相關措施，以**樹立楷模。**
- 健康中心**專業志工**，招攬護理師背景的家長擔任。
- 幼兒園及國小新生家長座談會**強力**宣導口腔保健。

創 意
活 力
科 技
心教育

締造制約環境

- 全校推動餐後潔牙，同時撥放中英文版潔牙歌提醒學童。
- 率先推動在校早刷牙及午刷牙，由護理師監督；在家自主管理晚刷牙，由家長監督。強調晚上睡覺前一定要潔牙。
- 幼兒園 全面汰換掉含氟量不足的兒童牙膏。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

【肆】個人口腔健康技能

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

教職員有充分準備教學

創 意
活 力
科 技
心教育

- 健康課教學方向乃參考重要教育議題課程一覽表。
- 口腔保健教育課程設計與社區或生活經驗相連結，利用學習單引導學童學習的方向。
  - 運用生活課參觀牙科診所。
  - 校外教學行程中安排參觀牙膏工廠。

北勢國小107學年度健康促進議題融入教學表（上）

議題	融入教學	教學內容	年級	預定日期
口腔	美術美勞	繪畫或勞作	一	12/31前
	本土	台語朗讀（潔牙用具介紹）	一	
	英語	認識潔牙用具的字首字母	一	
	生活	參觀牙科診所	一	10/9 10:00出發
	健康	潔牙大行動	二	
	生活	貝氏刷牙法	一二	健康中心10/16
	自然	牙菌斑顯示劑原理	三、四	
	健康	認識牙齒與口腔疾病	四	
	晨間時間	第一大臼齒窩溝封填說明會	一二家長	健康中心10/30
	課間時間	潔牙隊訓練	四、五、六	健康中心9/10-14
	綜合	弱勢塗氟及窩溝封填服務	全校+幼	健康中心11/7 上午
	綜合課（週三）	口腔保健宣導	全校	健康中心9/5
	生活	口腔衛生檢查及牙線指導	全校	健康中心9/17

創 意
活 力
科 技
心教育

家長獲得技能的學習機會

- 每學期利用班親會或新生座談會舉辦以技能為取向之口腔保健親職講座。例如：潔牙法、輔助工具使用方法（如牙線、牙間刷等）、口腔自我檢查、牙菌斑顯示劑監督等。
- 學童有佩戴矯正器者，教導家長使用牙間刷及牙線方法。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

學生課程設計多元化

創 意
活 力
科 技
心教育

- 教學策略以學生為中心，依年級提供合適的課程融入。
- 健康課教學方向乃參考課綱擬定之課程計畫表。
- 口腔衛生教育課程設計多元化，且與社區或生活經驗相連結。除了護理師宣導之外，另外融入於七大領域教學中。
- 每學年規畫口腔議題的教學融入時數至少 15 節課。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

教學模組圖示

創 意
活 力
科 技
心教育

融入於七大領域

創 意
活 力
科 技
心教育

- 除了健體課程外，另融入於各領域教學中。
  - 國語課（硬筆練習及作文書寫）
  - 數學課（口腔蛀牙顆數之加減法計算）
  - 英語課（讀劇，舞台劇表演及英文版潔牙歌教唱）
  - 電腦課（資訊軟體APP程式）
  - 自然課（牙菌斑顯示劑原理）
  - 綜合課（口腔衛生宣導）
  - 生活課（參觀牙科診所）
  - 本土課（台語朗讀）
  - 美勞美術課（繪畫或勞作創作）
  - 音樂課（中文版潔牙歌）
  - 體育課（口腔運動）

創 意
活 力
科 技
心教育

【伍】社區關係

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

讓社區進入校園

創 意
活 力
科 技
心教育

- 校慶或母親節活動辦理『健康促進藝文成果展』 。
- 參加牙醫師公會辦理之潔牙比賽，榮獲優等獎。
- 辦理含氟漱口水暑假執行計畫，讓家庭參與。
- 照顧鄰里幼兒:邀請北勢社區幼兒參與到校免費塗氟服務。

。 。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

與社區牙科院所結盟

創 意
活 力
科 技
心教育

- 與社區牙科醫療院所結盟，提供學童口腔保健專業服務與牙科醫療。
  - 小王子牙醫診所-楊佩玲醫師，每學期到校進行國小口腔檢查及牙線指導教學。
  - 鴻達牙醫診所-謝博丞醫師，每學期到幼兒園進行塗氟服務(包括國小弱勢學童)及幼兒潔牙宣導。
  - 名人牙醫診所提供學童就診齲齒矯治，免掛號費及免部分負擔。
  - 首嘉牙醫診所提供學童參觀牙科及診治過程體驗。

連結基層社區醫療資源

創 意
活 力
科 技
心教育

- 連結當地**基層社區醫療資源**推行口腔健康促進活動（健康促進關關活動）。例如：衛生局所、麻豆新樓醫院、首嘉牙醫診所。

- 學校辦理健康促進活動有運用麻豆衛生所及台南市衛生局所提供的各項資源（如：**手冊、單張、海報宣傳品**...）。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

與社區聯手

- 與社區聯手減少學童含糖飲料的購買誘因。
- 學校學區內社區內沒有連鎖飲料店，僅有一間舊式雜貨店。

  - 策略1. 要求店家禁止販售含糖飲料給北勢學童
  - 策略2. 店內張貼提醒標語於明顯處。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

善用媒體行銷

創 意
活 力
科 技
心教育

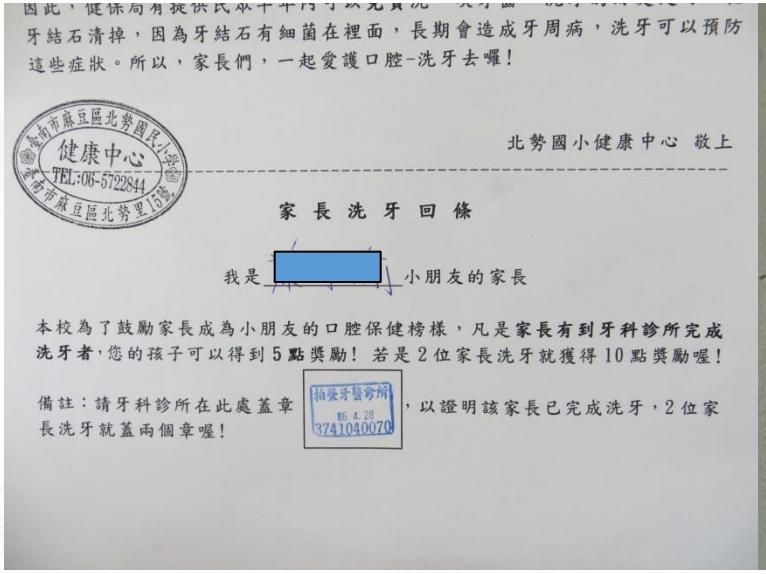
- 透過**媒體行銷**口腔保健觀念到社區。
  - 將健康促進訊息刊登於學校網頁
  - 標語及訊息登於學校LED跑馬燈
  - 活動訊息公告在學校臉書粉絲團
  - 活動成果或文章刊登於校刊
  - 地方報紙刊載獲獎事蹟
  - 利用學校班親會或親職教育講座或學校暨社區運動會等活動，以動、靜態及宣傳方式宣導健康促進議題。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

與家長連線

- 用獎勵學童的方式 來鼓勵家長**每半年洗牙**一次，每日刷牙 2 次以上，以提升家長本身口腔保健的行為。
- **與家長連線**，推動學童在家自主管理潔牙行為，並記錄之。



牙結石清掉，因為牙結石有細菌在裡面，長期會造成牙周病，洗牙可以預防這些症狀。所以，家長們，一起愛護口腔-洗牙去囉！

北勢國小健康中心 敬上

家 長 洗 牙 回 條

我是 ____ 小朋友的家長

本校為了鼓勵家長成為小朋友的口腔保健榜樣，凡是**家長有到牙科診所完成洗牙者**，您的孩子可以得到 5 點獎勵！ 若是 2 位家長洗牙就獲得 10 點獎勵喔！

備註：請牙科診所在此處蓋章，以證明該家長已完成洗牙，2 位家長洗牙就蓋兩個章喔！

Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

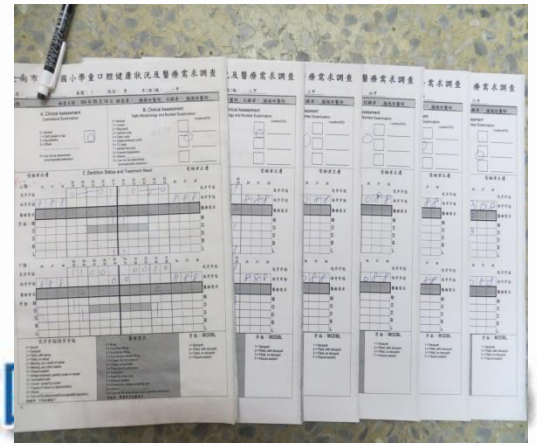
【陸】健康服務

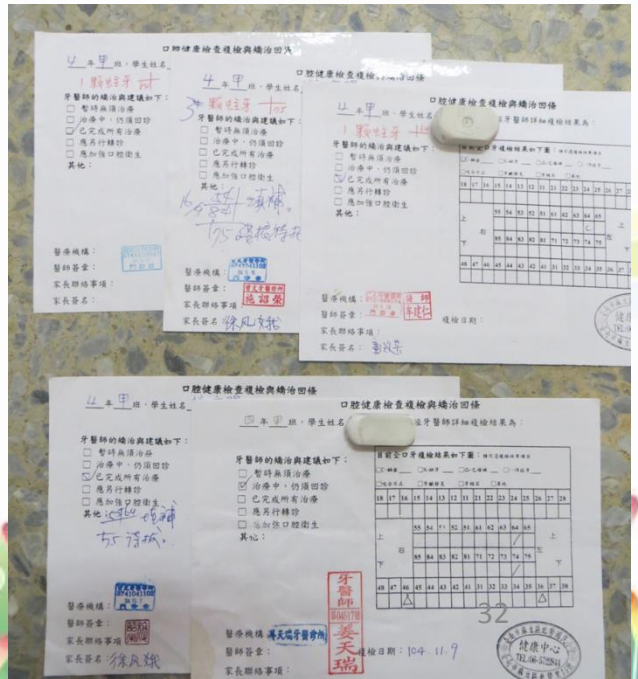
臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

每半年口腔檢查

- 每學期進行全校性口腔檢查。
- 編製成齲齒矯治名冊。
- 口腔矯治通知單，從白單到紅單到電洽。
- 餐後潔牙由護理師或潔牙隊協助檢查。





臺南市麻豆

Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技

督促與監督

- 定期使用**牙菌斑顯示劑**監測。
- 監督**牙齒護照**執行度。
- 協助學童乳牙脫落**保存紀念**。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

轉介服務

- 牙科外傷處理原則，恆牙採「找沖放送」SOP 。
- 加強與家庭的聯繫，擬訂出個別化之矯治策略。
- 校牙醫固定每學期到校進行口腔檢查、牙線指導及口腔衛生教育宣導。
- 健康中心護理師有參與口腔保健研習，每年至少4小時。
- 提供教職員生口腔醫療轉介服務，依據需求建議合適診所

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

【柒】成效評價

齲齒率與複檢率 / 潔牙用具使用率

社區資源使用率 / 畢業生口腔狀況

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

齲齒率與複檢率

創 意
活 力
科 技
教育

- 學童恆牙(乳牙) 齲齒盛行率低於全國平均值61.07%，低於台南市平均值53.74%，
- 複檢率維持100%。
- 107 學年度上學期
  - 一二年級齲齒率 0 % (80 % & 64 %)
  - 三年級齲齒率 29 % (71 %)
  - 四年級齲齒率 18% (45 %)
  - 五年級齲齒率 7 % (38 %)
  - 六年級齲齒率 0 % (10 %)

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

潔牙用具使用率

- 免費提供牙線棒及牙線在校使用，中高年級牙線使用率 80% 。
- 提供弱勢家庭學童之牙刷及牙膏使用，牙刷至少 3 個月更換率100% 。
- 1000ppm以上含氟牙膏使用率100%，才能有效預防齲齒。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

社區資源使用率

- 善用社區資源，**配合政府政策**。例如：含氟漱口水、塗氟、窩溝封填
- 推動全校教職員生使用含氟漱口水(99%)
- 全面推行**護齒塗氟**活動，幼兒園參與塗氟率達100%，國小部弱勢兒童塗氟率100%

座號	日期 / 姓名	參加含氟漱口水	過敏體質	8月29日	9月5日	9月12日	9月19日	9月26日	10月8日	10月11日	10月17日	10月24日	10月31日
				—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
校長		是	否	✓	✓	✓	△	✓	✓	✓	✓	✓	✓
主任		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
主任		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
主任		是	否	✓	✓	✓	△	✓	△	✓	✓	10/26✓	✓
組長		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
組長		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	△
導師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
導師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	△
導師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	△
導師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
導師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
教師		是	否	✓	✓	✓	10/5✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
教師		是	否	✓	△	✓	✓	✓	△	✓	✓	10/26✓	△
幼稚班		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
幼稚班		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
幼稚班		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
教師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
護理師		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
幹事		是	否	✓	✓	✓	✓	△	△	✓	△	10/26✓	✓
替代役		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
替代役		是	否	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	△	✓

臺南市麻豆區 北勢國小 弱勢兒童牙齒塗氟保健服務

學童姓名：李心怡　　學童身份：低收入戶

序號	預訂月份	實施日期	診所章戳	家長簽名
1	104.04.			
2	104.07.			
3	104.10.			
4	105.01			

社區資源使用率

創 意
活 力
科 技
心教育

- 全力推動窩溝封填預防第一大臼齒蛀牙活動
  - 早期的”弱勢學童窩溝封填計畫”：針對低收入、中低收入、身心障礙者、山地原住民鄉及離島地區國小一、二年級學童。本校符合施作對象完成率達100%。
  - 103年起推動的”國小學童臼齒窩溝封填”：針對一二年級第一大臼齒。本校符合施作對象完成率達**100%**。
- 施作後分析第一大臼齒的齲齒顆數僅有 **4 顆**，約為 **2%** 。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

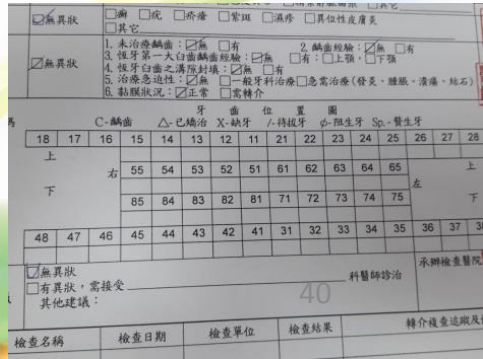
畢業生口腔狀況

創 意
活 力
科 技

- 畢業生口腔狀況良好

(7年級生健康檢查資料)

- 106年度－無人齲齒
- 105年度－無人齲齒
- 104年度－無人齲齒
- 103年度－無人齲齒
- 102年度－有1位齲齒 (門齒位置)



臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

創 意
活 力
科 技
心教育

結　語

- 每個孩子都有他的獨特性，會有他喜歡或專長的領域，當我們在各領域的教學融入，可以透過不同的面向幫助孩子多元學習，從容易接受的領域去學習到知識，進而轉成知能、情意、態度、行為、生活技能…. 等。
- 上台領獎 & 參與潔牙隊的機會 提升榮譽感。
- 發現：功課好的自律高，功課差的潔牙技能好。
- 健康促進的最終目標是自我管理。

臺南市麻豆區北勢國民小學
Bei Shi Elementary School

The End !

Thank you for your listening

臺南市麻豆區北勢國民小學

Bei Shi Elementary School