



嘉義縣義竹鄉南興國民小學



推動視力保健之實證支持性環境策略 與教案分享



報告人：蔡志榮校長



簡報大綱



一、學校簡介

二、實證支持性環境

三、教案分享



學校簡介



健康成長 多元學習



學校簡介

● 學校創校於民國四十一年，屬偏遠地區；共有國小部本校普通班6班，分校普通班6班，教職員工共26人；105學年度學生本校37人(幼生15人)，分校37人(幼生3人)。

● 學區涵蓋義竹鄉新店村、北華村、平溪村及後鎮村四個村落，學生家長多為漁、農及勞工階層。近年來社會變遷快速，年輕人口外移，單親家庭、**新移民及隔代教養**比例105學年度高達**40.54%**，**家庭健康照護知識**，因世代及文化差異**略顯不足**。

● 學校、家庭、社區中充斥著需要用眼的媒體、科技產品，加上不少學生因家長安排過重的課業壓力而造成用眼過度，無法有適量的睡眠及休息時間，學生視力不良率偏高。學區內無診所，家長又因工作輕忽了孩子的視力保健，學校透過**課程教學或觀摩活動**，強化學生**認知實踐**。



學校簡介

❁ 過去健康促進學校相關得獎紀錄

一、全縣性

1. 全縣97學年度學校衛生與健康促進訪視輔導評鑑特優
2. 全縣98學年度學校健康促進訪視輔導評鑑特優
3. 全縣99學年度健康促進學校績優掛牌學校
4. 全縣101學年度學校健康促進訪視輔導評鑑特優
5. 全縣103學年度學校健康促進訪視輔導評鑑特優
6. 全縣105學年度學校健康促進訪視輔導評鑑優等
7. 全縣105學年度視力保健教師教學模組教案甄選榮獲高年級組第二名（教學主題：我EYE健康行動派）
8. 全縣105學年度視力保健遴選特優學校



學校簡介

❁ 過去健康促進學校相關得獎紀錄

二、全國性

1. 97學年度榮獲全國健康促進績優學校
2. 101年度健康促進學校國際認證榮獲銅質獎
3. 103年度健康促進學校國際認證榮獲銅質獎
4. 103年度教育部視力保健教師教學模組競賽第三名
(教學主題：視力保護四部曲)
5. 105年度健康促進學校國際認證
榮獲銀質獎
6. 106年全國視力保健特優學校



本校蔡志榮校長全心投入及支持健康促進推動，並自104學年度起擔任嘉義縣健康促進輔導團輔導員，負責認真。

護理師施杏蓉自99學年度起擔任嘉義縣健康促進輔導團輔導員，迄今8年，服務熱心，表現優異。



嘉義縣政府
Chiayi County Government

聘書 府教體字第1060249312號

敦聘 南興國小 蔡志榮校長
擔任本縣學校健康促進輔導團輔導員
聘期自 106 年 8 月 1 日起至 107 年
7 月 31 日止

縣長張花冠

中華民國 106 年 12 月 25 日

嘉義縣政府
Chiayi County Government

聘書 府教體字第1000017490號函

茲敦聘 南興國小 施杏蓉 護理師
擔任99學年度學校健康促進輔導團 輔導員
聘期：自99年8月1日起至100年7月31日止

縣長張花冠

中華民國九十九年八月一日

敦聘 南興國小 施杏蓉 護理師
擔任本縣學校健康促進輔導團輔導員
聘期自 106 年 8 月 1 日起至 107 年
7 月 31 日止

縣長張花冠

中華民國 106 年 12 月 25 日

已經是學校的特色是學校的文化





一、學校衛生政策



健康成長 多元學習

一、學校衛生政策



標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

1-1-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度視力保健實施計畫

1-1-1-4 (105 學年度第一學期期初校務會議 105.08.31 通過)

1-2-1-1

壹、前言：

健康是人類的基本人權，也是生存競爭的要件，更是習及生活品質的重要因素，而學校在學生及教職員工的健康積極致力「健康促進學校」之推動，改善學校健康環

生知識與價值觀，養成良好之健康行為，減少日後疾病及本計畫旨在運用多元策略推動並結合現有體系及資源用校本行動研究，滾動修正解決學生健康問題之介入措施在「視力健康」方面，培育學生具備健康自主管理能力，規律運動、定時作息、3010 眼安康、戶外活動防近視、定期就醫來防盲、多元學習 美麗願景。

貳、依據：

- 一、教育部「加強學童視力保健計畫」。
- 二、嘉義縣 105 學年度學校健康促進實施計畫。
- 三、本校 105 學年度健康促進學校實施計畫。

參、目的：

- 一、制定完善的視力保健政策與組織，推動視力保健工作，以促進學童視力健康。
- 二、落實教育部視力保健重要政策：「兒少近視病」、「戶外活動防近視」、「3010 眼安康」、「控度來防盲」。

捌、經費來源及分配：

項目	數量	單位	單價	總價	備註
成果專輯製作	1	式	1500	1500	碟、標籤、照片沖洗
文具用品	20	份	50	1000	
雜支				500	
總計				3000	以上經費必要時得予以勻支

1. 視力保健計畫包含教育部重要政策：
a. 戶外活動防近視
b. 定期就醫來防盲
c. 3010 眼安康
d. 兒少近視病

經費表

陸、計畫內容：

六大標準	實施項目	具體執行策略	實施期程	執行單位
學校衛生政策	成立組織 擬定計劃	1. 由校長擔任召集人，各處室主任、體衛組長、導師、健體老師、護理師、家長會與學童代表等組成，共同擬定執行教育部視力保健重要政策之計畫方案。 2. 組織與職責分配： 如「嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度視力保健執行小組組織與職責」 3. 宣導教育部視力保健政策：「近視是疾病」、「戶外活動防近視」、「3010 眼安康」、「定期就醫控度來防盲」，強化全校教職員工生及社區家長了解。	105.08.01 106.07.31	校長室 學務處 體衛組 健康中心
	戶外活動防近視	1. 擬定本校「戶外活動防近視實施辦法」 2. 落實「下課教室淨空」 3. 研擬「戶外活動防護(戴帽與墨鏡)」措施。	105.09.01 106.07.31	學務處 體衛組 健康中心
	定期就醫來防盲	1. 擬定本校「定期就醫來防盲實施辦法」 2. 建構「提昇就醫率」機制。 3. 建立「高度近視高危險群個案管理」方式。 4. 研擬「視力不良弱勢族群輔導」措施。	105.09.01 106.07.31	學務處 體衛組 健康中心
	3010 眼安康	1. 擬定本校「3010 眼安康實施辦法」 3. 研擬「視力保健護眼生活自我管理檢核	105.09.01 106.07.31	學務處 教務處

	實施時間	健康中心
兒少近視病	1. 結合社區相關資源，定期辦理親師生視力保健衛教，加強近視是疾病的觀念宣導，從小做好視力保健。 105.09.01 106.07.31	學務處 體衛組 健康中心
電子化設備教學使用原則	訂定本校「電子化設備進行教學使用辦法」： 1. 請資訊組配合 3010 協助將學校電腦相關設備安裝定時控制程式。 2. 電子化設備使用年級及時間： ※低年級不建議使用。 ※中年級分上、下午，各最多使用 30 分鐘。 ※高年級隔節使用，且需符合 3010 原則。 3. 建議導師定期調整座位。 4. 實施下課教室淨空戶外活動。 105.09.01 106.07.31	學務處 教務處 資訊組
定期檢討改善策略	1. 定期檢討視力保健執行情形，並按照實證導向的精神推動及落實。 2. 依部頒及嘉義縣定指標，訂定本校視力保健管理標準及成效分析。 105.09.01 106.07.31	學務處 教務處 健康中心
	1. 依據「教育部中小學校建築設計規範」，擬定本校「教室課桌椅管理辦法」。	

一、學校衛生政策



標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

2. 健促實施計畫 經校務會議表決 通過

3. 健促實施計畫 成員涵蓋不同處 室成員、家長及 學生代表

1-1-1-2 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度第 1 學期期初校務會議

時間: 105 年 8 月 31 日下午 2:00 分
地點: 圖書室
主席: 蔡志榮 校長
紀錄: 姜穎娟
出席人員: 如簽到簿

- 一、主席致詞:
- (一) 期待學生皆能完成暑期閱讀目標。
 - (二) 把工作當作表現的機會, 各司其職。
 - (三) 建立良好的師生關係, 亦是培養出
 - (四) 期初校務會議有許多計畫需表決
- 二、工作報告:
- (一) 教務處報告:
 1. 補救教學 105 上學期規畫開設本校四甲 1 班。請採擇者落實個案資料的收集與整理, 方便未來訪視。預計 12 月底全校學生會進行成長測驗, 做為學校申請補救教學經費依據。本期自下週(9/5)開始上課。
 2. 本學年配合推動健康促進學校工作, 晨光時間規畫為: 星期一為全校升旗集會室等時間; 星期二、三為班級體能活動時間; 星期四為中年級輪流說故事及班級活動時間; 星期五為高年級輪流好書分享及全校共讀時間, 除語文競賽學生培訓外, 其餘學生集中於圖書室閱讀, 由導師老師協助指導。
 3. 本學期游泳課未獲補助, 暫時不實施。
 4. 課後才藝班自第二週開始實施, 麻煩值日人員協助放學事宜。
 5. 本學年度週三課後學習活動開設班別: 國小初階英語(1-3)、國小進階英語(4-6), 第三週(9/14)開始實施。
 6. 教師專業發展評鑑計畫本學年度持續推動, 請參與同仁按去年執行方式進行

- 三、提案討論:
- 提案一: 有關本校 105 學年度行事曆、第一學期行事簡歷及週三進修計畫已排定完成, 提請討論。
- 說明: 本校 105 學年度行事曆、第一學期行事簡歷及週三進修計畫已於八月初公布網路磁碟, 並經各處室協助補充修正; 決議: 無意見, 照案通過。

- 提案二: 本校 105 學年度學務處各項計畫: 計畫項目如下:
1. 105 學年度健康促進學校實施計畫
 2. 105 學年度視力保健實施計畫
 3. 105 學年度學生健康促進防治工作
 4. 105 學年度學生健康促進防治工作
 5. 105 學年度學生健康促進防治工作
 6. 嘉義縣義竹鄉南興國民小學性別
- 決議: 無意見, 照案通過。

1-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度健康促進學校實施計畫

1-1-1-3 (105 學年度第一學期期初校務會議 105.08.31 通過)

一、前言

健康是人類的基本人權, 也是生存競爭的要件, 更是一切學習的基礎。健康狀態是影響學習及生活品質的重要因素, 而學校在學生及教職員工的健康促進上則扮演極重要的角色, 因此本校積極致力『健康促進學校』之推動, 改善學校健康環境, 期望能小培養正確之健康衛生知識與價值觀, 養成良好之健康行為, 減少日後疾病之發生。

本計畫旨在運用多元策略推動並結合現有體系及資源, 透過親師生及參與, 運用校本行動研究, 滾動修正解決學生健康問題之介入措施, 以建構校園生活環境;

二、依據

- (一) 學校衛生法
- (二) 嘉義縣 105

十、學校健康促進委員會人力配置

計畫職稱	姓名	職稱	在本計畫
計畫主持人	蔡志榮	校長	綜理、主持整合
協同主持人	王明傳	教務主任	協助主持計畫
協同主持人	李桂花	學務主任	研究策劃, 督導計畫執行, 並協助行政協調, 彙整報告撰寫
協同主持人	李佳生	總務主任	1. 改善環境衛生與維護校區安全 2. 充實並維護各項衛生與體育設備
協同主持人	賀惠芳	分校主任	協助行政協調, 建構分校健康環境
研究人員	尤芝蘭	體衛組長	1. 協助執行學校衛生暨健康促進學校計畫工作 2. 辦理學校環境安全、衛生、體育競賽等宣導活動
研究人員	謝宜君	訓育組長	評估健康需求, 策劃執行與評值, 行政協調, 活動策略設計及效果評價, 社區及學校資源之協調整合
研究人員	施杏蓉	護理師	健康網路網頁製作及維護
研究人員	吳仲凱	資訊組長	推動學校衛生教育與各項健康活動, 督導學生健康行為養成
研究人員	各班導師及科任教師		協助各項活動之推展及整合社區資源, 協助推展健康服務
研究人員	家長會長	家長代表	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫
研究人員	林宜秀、蔡華家	學生代表、學生代表	
諮詢顧問	黃俊豪	前民雄國中校長	學校衛生保健工作諮詢與建議
	林裕珍	嘉義縣衛生局健康促進科科長	學校衛生保健工作諮詢與建議
	黃梅蘭	義竹鄉衛生所主任	學校衛生保健工作諮詢與建議
	顏麗如	嘉義長庚醫院眼科醫師	學校衛生保健工作諮詢與建議
	翁德育	義竹鄉翁牙醫診所醫師	學校衛生保健工作諮詢與建議
	洪金桃	義竹鄉新店社區發展協會理事長	學校衛生保健工作諮詢與建議

105 學年度第 1 學期期初校務會議簽到名冊

- 一、時間: 105 年 08 月 31 日 下午 2:00
- 二、地點: 圖書室
- 三、主席: 蔡志榮 校長
- 四、出席人員:

簽到表

校長: 蔡志榮	總務主任: 李佳生	學務主任: 李桂花	教務主任: 王明傳
分校主任: 賀惠芳	教學組長: 王盈瑋	資訊組長: 吳仲凱	體衛組長: 尤芝蘭
訓育組長: 謝宜君	教師: 李錦枝	教師: 洪麗煌	教師: 黃秀娟
教師: 趙鳳秋	教師: 黃幸惠	教師: 洪嘉林	教師: 邱耀德
教師: 方理晨	教師: 翁志妙	教師: 楊東榮	教師: 莊麗淑



一、學校衛生政策

標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

4.視力保健計畫包含教育部重要作法

a. 落實下課教室淨空

1-1-1-4 嘉義縣義竹鄉南興國小 105 學年度視力保健 3010 眼安康實施辦法

一、依據：本校 105 學年度健康促進學校實施計畫辦理。

二、目的：

- (一) 提高本校視力保健風氣。
- (二) 降低本校學童近視人數比率。
- (三) 增進本校師生對近視是疾病的認知並強化視力保健重要性的體認。

三、實施方式：

- (一) 推動 3010 眼安康活動：用眼 30 分鐘(看書、寫作業、看電視、看 3C 螢幕)，休息 10 分鐘，讓眼睛獲得充分的休息。
- (二) 落實下課教室淨空，讓學童進行多元化的戶外活動。
- (三) 學校電腦相關設備安裝 3010 定時控制程式，確實遵守教育部電子化教學設備使用規範。
- (四) 填寫「視力保健護眼生活自我管理檢核表」。
- (五) 減少並控管每日使用 3C 產品時間。



落實下課時間各班級教室淨空率達100%



各班級下課時間學生到戶外活動



一、學校衛生政策

標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

4.視力保健計畫包含教育部重要作法

b. 戶外活動防近視

1-1-1-4 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度戶外活動防近視實施辦法

一、依據：本校 105 學年度健康促進學校實施計畫辦理。

二、目的：

- (一) 落實下課教室淨空提供學生戶外活動。
- (二) 提供多元化戶外活動學習課程，延緩近視。
- (三) 培養正確用眼生活技能。

三、實施方式：

- (一) 推動規律用眼 3010 政策，要求學生於下課時間都能到戶外活動，讓眼睛獲得充分的休息。
- (二) 配合戶外活動 120 政策，推行班級體能活動，並於課間活動時間播放健康樂活音樂，鼓勵學生離開教室到戶外運動。
- (三) 請教師教學遵守教育部電子化設備使用注意事項。
- (四) 建議教師每天至少在戶外活動一節課。
- (五) 每天下課時間教室淨空到在戶外活動。
- (六) 週休二日會在戶外活動至少 2 小時。
- (七) 填寫「視力保健護眼生活自我管理檢核表」。
- (八) 戶外活動時戴帽與墨鏡配合防曬措施。



學生走路上
放學時戴帽
遮陽



在陰涼處進行活動



學生戶外活動
戴帽遮陽



一、學校衛生政策

標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

4.視力保健計畫包含教育部重要作法

C. 近視是疾病觀念宣導



張貼視力保健
衛教資料提供
師生參閱

1-1-1-4 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度定期就醫來防盲實施辦法

一、依據：本校 105 學年度健康促進學校實施計畫辦理。

二、目的：

- (一) 延緩或減少學童近視人數比率，並加強追蹤及矯治，以期早期發現早期治療。
- (二) 提供社區資源，提昇就醫率，延緩近視度數增加之速度。
- (三) 增進學童及家長對近視是疾病的認知，並培養正確用眼的生活技能。

三、實施方式：

- (一) 每學期初安排時間進行各班學生視力篩檢
- (二) 每學年新生健康檢查視力/辨色力/立體感
- (三) 視力不良檢查結果通知家長，就醫矯治進健康中心。
- (四) 對未矯檢或矯治學生，利用電話訪問家長詢問，請家長早日帶學生至合格眼科醫師接。
- (五) 高度近視學生或家長之衛生教育活動。
- (六) 建立高度近視高危險群個案管理機制。
- (七) 定期邀請嘉義長庚醫院眼科賴星如醫師視
- (八) 結合社區資源(牛爸爸社區健康促進關懷)之學童贊助眼鏡之服務。

四、實施時間：105.08.01~106.07.31

五、對象：本校一至六年級視力不良學童及

六、本辦法呈健康促進學校委員會會議通過

1-1-1-4 嘉義縣義竹鄉南興國民小學暨附設幼兒園視力保健宣導實施計畫

一、依據：105 學年度學校行事曆。

二、實施目標：

- (一) 強化學童視力保健相關知識並融入健康與體育領域教學。
- (二) 落實課間戶外活動等視力保健措施的實行。
- (三) 降低學童近視比率。
- (四) 持續追蹤視力不良學生矯治情形，防止視力惡化。

三、實施對象：全校師生及家長。

四、實施內容：

實施項目	實施時間	實施對象	主辦單位	備註
1. 戶外放鬆和體能活動	每日課間活動	全體學生	體衛組	
2. 視力檢查	105.9.5~ 105.9.30	全體學生	護理師	持續追蹤視力不良學生矯治情形。
3. 視力保健宣導(2場)	105.9.3~ 105.10.3	學生家長 全體師生	體衛組	利用親職教育宣導 利用學生朝會宣導 融入各年級健康與體育領域教學。
4. 視力保健融入教學	經常性	全體學生	各班級	

五、本計畫經呈請校長核定後實施，修正時亦同。



視力保健
宣導-護
眼六招

護眼行動第五招
均衡飲食要做到：
◎吃出明亮好眼睛：
維生素A、C、B群，是對眼睛健康相當重要的營養成分，因此，只要注重日常飲食類型的均衡，並配合正確作息與用眼習慣，就能擁有健康明亮的雙眼囉。



一、學校衛生政策

標準一

1-1-1依學校需求制訂健康促進計畫

4.視力保健計畫包含教育部重要作法

d. 落實教育部國小使用電子化設備進行教學注意事項

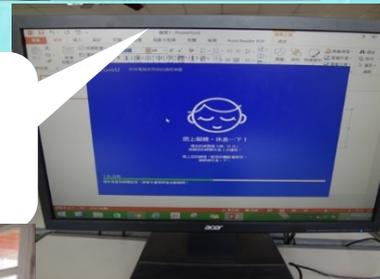
1-1-1-4 嘉義縣義竹鄉南興國小電子化設備教學使用辦法

- 一、依據：
教育部訂定「國民小學使用電子化設備進行教學注意事項」。
- 二、目的：
為維護學童視力健康，特訂定本校電子化設備進行教學使用辦法。
- 三、實施內容：
使用電子化設備(包括投影機、電子白板、液晶顯示器、行動載具等)進行教學之年級、時間及注意事項如下：
 - (一) 低年級不建議使用電子化設備進行教學。
 - (二) 中、高年級使用時間：
 1. 中年級：建議上下、午各最多使用 30 分鐘。
 2. 高年級：建議隔節使用，且需符合 3010 原則（螢幕注視每 30 分鐘休息 10 分鐘）。
 - (三) 字體大小：停止畫面教學時，螢幕字體大小至少 5 公分正方。
 - (四) 照明：除螢幕上方的燈可關外，其餘桌面照度至少 350 米燭光 (LUX)。
 - (五) 距離：使用大型電子設備教學時，第一排距離螢幕至少 2 公尺，並應定期調整學童座位。
 - (六) 下課時間，學生應至戶外活動，避免繼續使用電子化教學設備。
 - (七) 使用電子化教學設備時，應注意避免直射投影機光束。

中高年級學生使用電子化設備情形



電腦使用設定
30分鐘休息10分鐘



透過宣導要求學生3C使用每天少於1小時



標準一

1-1-2學校衛生委員會負責規劃、推動、協調及檢討學校的視力保健政策

1-1-2 嘉義縣義竹鄉南興國民小學105學年度第1學期

學校行政暨健康促進委員會第一次會議紀錄

- 一、時間：105年09月08日上午08時30分。
- 二、地點：校長室。
- 三、主席：蔡志榮 校長。
- 四、記錄：姜慧芬。
- 五、出席人員：糾察表。
- 六、主席致詞：
 - (一) 的兒童評鑑確定於12月15日舉行。
 - (二) 此次夏日樂學校外教學活動，經由學生自我要求以學生為主達到目標而參加，此舉開創學校可運用在場外自訂標準，有達到標準再舉辦校外教學。
 - (三) 即將到來之九九童陽節本校師生會至社區表演演劇。
 - (四) 依據府來文指示：本學年度本校有20節課需由教師另教課已有每週授課節數之標準，故如兼行政同仁亦數分派給兼課教師。
 - (五) 本學年度健康促進推動議題：以選一健康體位、口腔及全民健保、自選一安全教育與急救。請相關委員負責執行。
 - (六) 感謝健促中央輔導委員(聘任督學)蒞校指導。
 - 七、工作報告：
 - (一) 教學主任：
 - 1、為培養閱讀習慣，本學年度低年級之預備教育圖得刊刊。
 - 2、健康教育課程融入各領域教學，請教學內容融入「以學生為主」的體驗式實作活動教學模式。

1. 定期召開行政暨健康促進委員會會議規劃、推動、協調及檢討視力保健政策或其他健促議題

嘉義縣義竹鄉南興國民小學105學年度第2學期

學校行政暨健康促進委員會第四次會議紀錄

- 一、時間：106年04月26日 上午8時00分。
- 二、地點：校長室。

3. 105學年第2學期行政暨健促委員會會議

透過協調平台，可提供不同想法，集思廣益，議決定案後執
 行國小，期給不分本分校一起進步、努力。許多競賽學校皆
 但苦節都有本校分校一方派出選手實在辛苦，有些經費又分
 別又會有更多益助...身為行政人員希望大家各司其職一同

3、本校105學年度健康促進相關議題前測作業已完成，將根據前測結果並與
 上學年檢查結果統計比較，提供給各級老師在相關領域的教學參考，並作為
 下學年度擬定本校健康促進實施計畫及推行各項健促議題之重點目標。;

視力保健議題

項次	規律用眼 3010達成率	戶外活動120 達成率	視視篩檢 視力不良率	視視篩檢 就醫複檢率	高度近視 衛生教育 宣導達成率
前測	77.78% 104學年	92.06% 104學年	51.76% 104學年	100% 104學年	100% 104學年
後測	92.98% 105學年	96.49% 105學年	46.67% 105學年	100% 105學年	100% 105學年

4. 105學年第2學期健促委員會簽到表

嘉義縣義竹鄉南興國民小學105學年度學校衛生暨健康促進委員會第四次會議簽到表 1060426

序號	職務	職稱	姓名	簽到	備註
1	主任委員	校長	蔡志榮	蔡志榮	
2	副主任委員	學務主任	李桂花	李桂花	
3	委員兼執行秘書	體衛組長	尤定蘭	尤定蘭	
4	委員兼副執行秘書	護理師	姚雪馨	姚雪馨	
5	委員	教務主任	王明偉	王明偉	公假
6	委員	總務主任	李桂生	李桂生	
7	委員	分校主任	賀惠芬	賀惠芬	
8	委員	教學組長	王盈瑋	王盈瑋	
9	委員	低年級導師代表	翁志妙	翁志妙	
10	委員	中年級導師代表	黃秀娟	黃秀娟	
11	委員	高年級導師代表	蘇麗淑	蘇麗淑	
12	委員	午餐執軸	康惠萍	康惠萍	
13	委員	家長代表	李冠毅	李冠毅	
	諮詢委員	嘉義縣聘任督學	黃俊豪	黃俊豪	健促中央輔導委員 衛生保健

八、提案討論：

- (一) 提案一：本學年度第1學期為使學童順利就學，請領「財團法人愛心社會福利基金會」各項補助，請討論。
 說明：1、中、低收入戶共計10名，清寒家庭1名(檢附父親手腕骨折不工作醫師證明)。
 2、補助內容為學保、教科書及午餐費用。
 決議：通過11名學童補助案。

(二) 提案二：本學年度學校健康促進工作各議題相關實施辦法，請討論。

- 說明：視力保健：
 - 1. 教室課桌椅管理辦法。
 - 2. 視力保健3010視安實施辦法。
 - 3. 戶外活動防近視實施辦法。
 - 4. 定期就醫預防實施辦法。
 - 5. 電子化設備教學使用辦法。
- 口腔衛生：
 - 1. 口腔衛生保健實施計畫。
 - 2. 餐後潔牙實施辦法。
 - 3. 含氟漱口實施辦法。
- 健康體位：
 - 1. 課間活動SH150實施計畫。
 - 2. 健康體位不佳學生健康管理計畫。

決議：修正後通過。

九、臨時動議：(無)。

十、諮詢委員指導：

- 健促中央輔導委員(嘉義縣聘任督學)蒞校校長：
 - 1、恭喜 貴校榮獲全國105年健康促進實施計畫。
 - 2、世界衛生組織倡導「健康促進學校」顯示：執行健康促進學校計畫。
 - 3、本縣105學年度健康促進學校計畫確實執行，讓我們為孩子的健康。

十一、主席總結：

- 1. 本校的願景是「健康成長、多元相關辦法給予幫助；

七、工作報告：

- (一) 學務主任
 - 1、本週：2、5月5日
 - 2、5月5日
- (二) 總務主任
 - 1、本校自航的維修
 - 校長：請
- (三) 資訊組長
 - 1、相關
- (四) 體衛組長
 - 1、嘉義室協
 - 2、6月2而在

嘉義縣義竹鄉南興國民小學

序號	職務	職稱	姓名	簽到
1	主任委員	校長	蔡志榮	蔡志榮
2	副主任委員	學務主任	李桂花	李桂花
3	委員兼執行秘書	體衛組長	尤定蘭	尤定蘭
4	委員兼副執行秘書	護理師	姚雪馨	姚雪馨
5	委員	教務主任	王明偉	王明偉
6	委員	總務主任	李桂生	李桂生
7	委員	分校主任	賀惠芬	賀惠芬
8	委員	教學組長	王盈瑋	王盈瑋
		低年級導師代表	翁志妙	翁志妙
		中年級導師代表	黃秀娟	黃秀娟
		高年級導師代表	蘇麗淑	蘇麗淑
		午餐執軸	康惠萍	康惠萍
		家長代表	李冠毅	李冠毅
		嘉義縣聘任督學	黃俊豪	黃俊豪

2. 105學年第1學期健促委員會簽到表

口腔衛生議題

項次	學生午餐餐後潔牙比率	學生每日平均刷牙次數	學生使用牙刷牙法比率	學生初檢、複檢比率	學生鑲齒、植齒比率
前測	100% 104學年	3.75 104學年	70% 104學年	68.42% 104學年	100% 104學年
後測	100% 105學年	3.6 105學年	85% 105學年	48% 105學年	100% 105學年

健康體位議題

項次	課間八小時在課中 養理想 達成率	目標運動量平均 達成率	四電少於二 達成率	多喝少 達成率	每天吃早餐 達成率	體位過輕 比率	體位過重 比率	體位過重 比率	體位肥胖 比率
前測	95% 104學年	55% 104學年	45% 104學年	50% 104學年	90% 104學年	90% 104學年	3.53% 104學年	62.35% 104學年	12.94% 104學年
後測	95% 105學年	70% 105學年	45% 105學年	65% 105學年	85% 105學年	95% 105學年	5.4% 105學年	64.9% 105學年	8.1% 105學年

- 八、提案討論：(無)。
- 九、臨時動議：(無)。
- 十、諮詢委員指導：
 - 健促中央輔導委員(嘉義縣聘任督學)蒞校校長：
 - 1. 肯定貴校在健康促進方面長期的努力，希望「健康促進」不但是學校的文化特色，更能成為嘉義縣的典範學校。
 - 2. 針對學校本學年度在推動健康促進各議題的問題，各處室團隊合作擬定適當的改善策略，讓學校健康促進工作推行得更順利、完善。



標準一

1-2-1學校依教育部或縣市教育局規定的視力保健議題並照實證導向的精神推動及落實

1-1-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國民小學 105 學年度視力保健實施計畫

1-1-1-4 (105 學年度第一學期期初校務會議 105.08.31 通過)

1-2-1-1

壹、前言：

健康是人類的基本人權，也是生存競爭的要件，更是一切學習的基礎。健康狀態是影響學習及生活品質的重要角色，因此本校積極致力「健康知識與價值觀」之研擬視力保健計畫。本計畫旨在運用校本行動研究，在「視力健康」方面規律運動、定時作康成長、多元學習。

1. 依需求評估研擬視力保健計畫

貳、依據：

- 一、教育部「加強學童視力保健計畫」。
- 二、嘉義縣 105 學年度學校健康促進實施計畫。
- 三、本校 105 學年度健康促進學校實施計畫。

參、目的：

- 一、制定完善的視力保健政策與組織，推動視力保健工作，以促進學童視力健康。
- 二、落實教育部視力保健重要政策：「兒少近視病」、「戶外活動防近視」、「3010 眼安」、「控度來防盲」。
- 三、改善社會環境，這些聲音起點的學習環境。
- 四、

一、視力不良率偏高：

依據教育部學童健康資訊管理系統資料(103-105 學年度)結果，本校學童視力不良率(5-1-1)顯示，全校視力不良率均超過 40%，且隨著年級愈高視力不良率也有增加趨勢，此乃 3C 產品過度使用、家長重視孩子的升學、下課後安親班上課時間間短等因素影響下，造成學童視力不良情形每況愈下，孩子的視力問題已不容忽視。表 5-1-1 南興國小 103-105 學年度視視力不良統計表

學年度	103	104	105
不良率			
一年級	27.3%	16.7%	27.3%
二年級	42.1%	33.3%	42.1%
三年級	28.6%	47.4%	28.6%
四年級	60.0%	38.5%	60.0%
五年級	73.3%	65.0%	73.3%
六年級	42.1%	80.0%	42.1%
平均	46.93%	51.76%	46.60%

※資料來源：教育部學童健康資訊管理系統

值得一提的是，本校視力不良率在 105 學年有明顯下降，甚至均低於全國與全縣比率(表

a. 每月視力保健護眼生活自我管理檢核表

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健護眼生活自我管理檢核表 (月份) 班級: 姓名:

【近視是疾病 失明風險高】 (戶外防近視 3010 眼休息) (定期醫醫)

請小朋友配合下列視察項目及自我檢核各項目有無做到，空課家長協助督促孩子確實完成，讓我們共同守護孩子視力健康。

- 1 每天看電視及使用電腦時間不超過 30 分鐘(低於 1-2 小時)。
- 2 遵守 3010 原則，近距離閱讀 30 分鐘休息 10 分鐘。
- 3 看書或作業時，會保持 25 公分以上的距離。
- 4 在室內光線充足下閱讀、寫作、繪圖、看電視及打電腦。
- 5 非課餘之「3010 眼安」活動，如繪畫、讀書、寫字或看電視。
- 6 每日戶外活動時間至少 1 小時。
- 7 視力不良學生定期到指定醫院及專業人員驗眼點驗。

班級	姓名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
一甲	周利承 蔡昇和 陳瓊好																																		
一乙	張嘉音 李冠輝 張凱丞																																		
二甲	蔡佩琪																																		
二乙	洪曉庭 張凱壹																																		
三甲	黃芸嫻 江沛廷 陳亭均 紀沛好																																		
三乙	張愷倫、陳奕亘、李 捷、李振益、邱奕綺、江晏臻、吳羽																																		
四甲	李宏倫、蔡紹丞、黃麗蘭、黃渝芬、蘇沛直、陳蓋如、柯珩																																		
四乙	李宇祥、李欣恩、陳奕廷、李哲宇、鍾昕好																																		
五甲	蔡華家、周祐晨、蔡淑雅																																		
五乙	陳重慶、李宏銘、陳育倫、洪宗偉、林峻誠、陳益斌、張祐																																		

2. 視力保健計畫推動

b. 每月健康生活自我管理檢核~視力口腔體位三項皆表現良好學生名單

嘉義縣南興國小 106 年 4 月份健康生活自我管理檢核

視力口腔體位三項皆表現良好學生名單 敬銜級表：

班級	學生姓名
一甲	周利承 蔡昇和 陳瓊好
一乙	張嘉音 李冠輝 張凱丞
二甲	蔡佩琪
二乙	洪曉庭 張凱壹
三甲	黃芸嫻 江沛廷 陳亭均 紀沛好
三乙	張愷倫、陳奕亘、李 捷、李振益、邱奕綺、江晏臻、吳羽
四甲	李宏倫、蔡紹丞、黃麗蘭、黃渝芬、蘇沛直、陳蓋如、柯珩 芝伊
四乙	李宇祥、李欣恩、陳奕廷、李哲宇、鍾昕好
五甲	蔡華家、周祐晨、蔡淑雅
五乙	陳重慶、李宏銘、陳育倫、洪宗偉、林峻誠、陳益斌、張祐 黃秀、李承丞、黃家凱、陳佑勳、施長陞
	李建隆、謝長祐、張柏勳、張祐玲、蔡佩宸

南興的代誌報給你知

發行人：蔡志榮
主 編：王明傳、康惠萍
期 別：第 42 期
出版日期：106 年 09 月 30 日

淺談開學

九月到了，幼兒園大班學生變成一年級新生，一年級新生變成二年級，二年級學生變成三年級了，需要上整天課，中年級學生變成高年級學生，五年級學生變成全校的大哥哥和大姊姊了。這其中透露出何種玄機，每個人有不同的解釋，我則認為是成長和進步。所以我很關心孩子成長了嗎？進步了嗎？

106 學年上期健康生活-視力口腔體位三項皆表現良好 100 元健康禮物卡學生

班級	學生姓名
一乙	黃
二甲	周
二乙	張

學生自我健康管理檔案

c. 每學期初健康生活自我管理檢核三項皆表現良好學生頒發禮物卡並刊登於校刊於校刊和公佈欄表揚



標準一

1-2-1學校依教育部或縣市教育局規定的視力保健議題並照實證導向的精神推動及落實

3. 具體成果

嘉義縣教竹鄉南興國民小學102-106學年度各年級視力不良率統計表

學年度	年級	年級						平均
		一	二	三	四	五	六	
102	上	33.3	28.6	52.6	66.7	36.8	56.8	47.5
	下	38.9	28.6	57.9	73.3	31.6	56.8	49.2
103	上	27.3	42.1	28.6	60	73.3	42.1	46.9
	下	18.2	50	28.6	65	73.3	42.1	48.5
104	上	16.7	33.3	47.4	38.5	65	80	51.8
	下	33.3	25	52.6	46.2	65	86.7	55.3
105	上	14.3	20	9.1	68.4	46.2	65	46.7
	下	14.3	20	0	68.4	50	65	45.6
106	上	63.6	28.6	16.7	0	73.7	50	46.2
	下							

a.103-105學年度視力不良率呈現穩定控制趨勢

縣立南興國小103學年第1學期_裸視視力不良復檢率統計表(含戴鏡正常)

B: 裸眼視力不良人數(含戴鏡視力正常) A: 分母中有診斷的人數

年級	班	裸眼視力不良人數B	就診人數A	就診率(A/B)
一	甲	1	1	100.00%
	乙	2	2	100.00%
一年級小計		3	3	100.00%
二	甲	4	4	100.00%
	乙	4	4	100.00%
二年級小計		8	8	100.00%
三	甲	1	1	100.00%
	乙	3	3	100.00%
三年級小計		4	4	100.00%
四	甲	8	8	100.00%
	乙	4	4	100.00%
四年級小計		12	12	100.00%
五	甲	7	7	100.00%
	乙	5	5	100.00%
五年級小計		12	12	100.00%
六	甲	6	6	100.00%
	乙	6	6	100.00%
六年級小計		12	12	100.00%
全校合計		66	66	100.00%

縣立南興國小104學年第2學期_裸眼視力不良復檢率統計表(含戴鏡正常)

B: 裸眼視力不良人數(含戴鏡視力正常) A: 分母中有診斷的人數

年級	班	裸眼視力不良人數B	就診人數A	就診率(A/B)
一	甲	2	2	100.00%
	乙	2	2	100.00%
一年級小計		4	4	100.00%
二	甲	3	3	100.00%
	乙	3	3	100.00%
二年級小計		6	6	100.00%
三	甲	7	7	100.00%
	乙	3	3	100.00%
三年級小計		10	10	100.00%
四	甲	3	3	100.00%
	乙	3	3	100.00%
四年級小計		6	6	100.00%
五	甲	8	8	100.00%
	乙	5	5	100.00%
五年級小計		13	13	100.00%
六	甲	7	7	100.00%
	乙	6	6	100.00%
六年級小計		13	13	100.00%
全校合計		66	66	100.00%

縣立南興國小105學年第1學期_裸眼視力不良復檢率統計表(含戴鏡正常)

B: 裸眼視力不良人數(含戴鏡視力正常) A: 分母中有診斷的人數

年級	班	裸眼視力不良人數B	就診人數A	就診率(A/B)
一	甲	1	1	100.00%
	乙	1	1	100.00%
一年級小計		2	2	100.00%
二	甲	1	1	100.00%
	乙	1	1	100.00%
二年級小計		2	2	100.00%
三	甲	8	8	100.00%
	乙	5	5	100.00%
三年級小計		13	13	100.00%
四	甲	3	3	100.00%
	乙	3	3	100.00%
四年級小計		6	6	100.00%
五	甲	2	2	100.00%
	乙	4	4	100.00%
五年級小計		6	6	100.00%
六	甲	8	8	100.00%
	乙	5	5	100.00%
六年級小計		13	13	100.00%
全校合計		34	34	100.00%

b.103-105學年度視力不良復檢率達100%



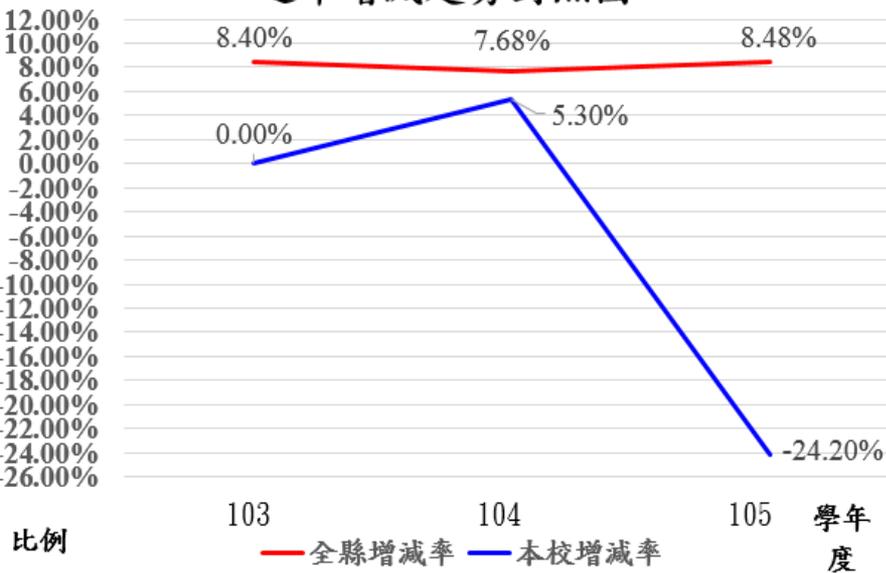
標準一

1-2-1學校依教育部或縣市教育局規定的視力保健議題並照實證導向的精神推動及落實

3. 具體成果

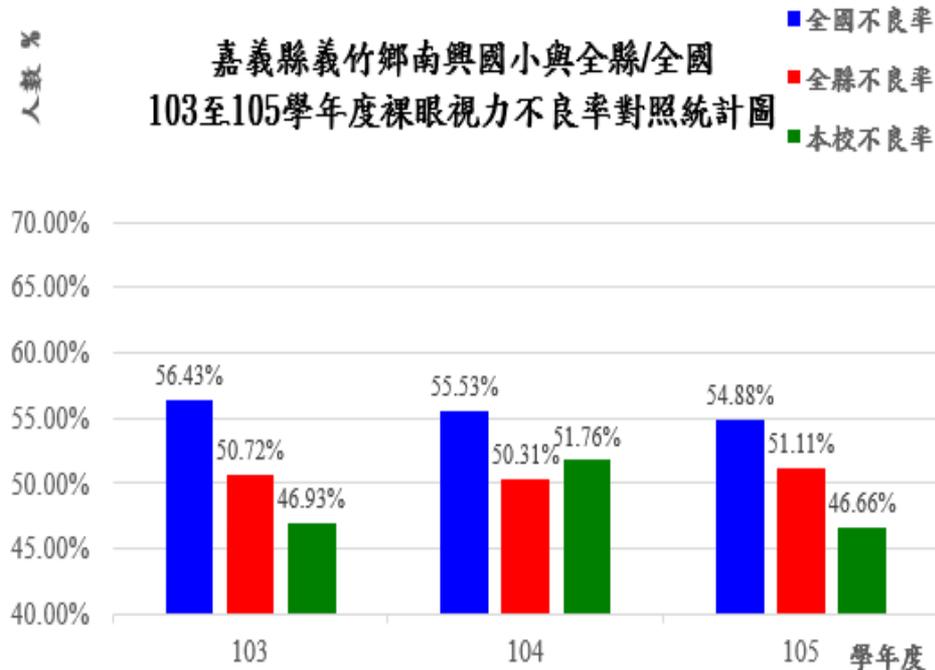
d. 全校視力不良率低於全國平均值

南興國小與全縣小二升小三視力不良率逐年增減趨勢對照圖



c. 小二升小三視力不良惡化率低於縣市

嘉義縣義竹鄉南興國小與全縣/全國 103至105學年度裸眼視力不良率對照統計圖





標準一

1-2-1學校依教育部或縣市教育局規定的視力保健議題並照實證導向的精神推動及落實

3. 具體成果

「前後測成效評價」策略與成效摘要表

研究對象	四年級 2個班	人數	19人(男:8女:11)			
執行策略摘要	1. 成立「視力保健執行小組」，並按照實證導向的精神推動及落實本校視力保健相關工作。 2. 配合 3010 規律用眼，將視力保健教育議題融入班級各領域教學。 3. 規劃多元戶外活動與課程教學策略，落實下課教室淨空，提高學生戶外活動時間。 4. 結合社區資源及校園活動，定期辦理視力保健相關宣導，提高本校親師生對視力保健重要性的認知。 5. 擬定視力保健護眼生活自我管理檢核表，讓學生學習自我視力健康管理，培養良好健康行為。					
量性分析成效重點摘要	(寫出所測之變項與相關數據，重點為主。若有推論統計，則請寫出推論統計 t 值、卡方值、備註使用之統計方法...等，若無則無須填)					
研究工具	嘉義縣 105 學年度健康促進網路問卷系統視力保健評量問卷					
前後測時距	例: 5 個月					
變項名稱	前測值 M(SD) 或 %	後測值 M(SD) 或 %	t 值 或 X ²	P 值	結果簡述	備註
視力保健知識	89.52%	97.37%	t=-0.438	p=0.667	後測值比前測值提高 7.85%	成對 t 檢定
視力保健態度	85.24%	97.89%	t=-2.111	p=0.049	後測值比前測值提高 12.65%	成對 t 檢定
視力保健行為	72.38%	87.89%	t=-1.564	p=0.135	後測值比前測值提高 15.51%	成對 t 檢定
規律用眼 3010	77.78%	92.98%	t=-2.364	p=0.030	後測值比前測值提高 15.20%	成對 t 檢定
戶外活動 120	92.06%	96.49%	t=0.567	p=0.578	後測值比前測值提高 4.43%	成對 t 檢定

4. 依分析結果提出改善策略

五、建議與改善策略

- (一) 本學年度視力保健議題網路問卷前後測對象為四年級學生，除了視力保健態度和規律用眼 3010 有顯著差異外，其他三個面向皆無顯著差異，建議擴大研究對象為全校學生，更容易了解並促進全校學童視力保健的知識、態度與行為。
- (二) 定期辦理視力保健相關宣導活動及融入教學領域，有助於強化本校親師生對視力保健重要性的認知，進而影響學童視力保健行為之養成。加上本校位處偏鄉，弱勢家庭的比較高，結合社區醫療資源及校園教育活動，規劃辦理促進視力保健相關工作仍須持續進行，透過學校-家庭-社區三者緊密結合，才能有效推動校園視力保健工作。
- (三) 持續加強親師溝通，請家長在家督導學童詳實紀錄「視力保健護眼生活自我管理檢核表」，落實學生學習自我視力健康管理，長期實施以建立良好

計畫內容:

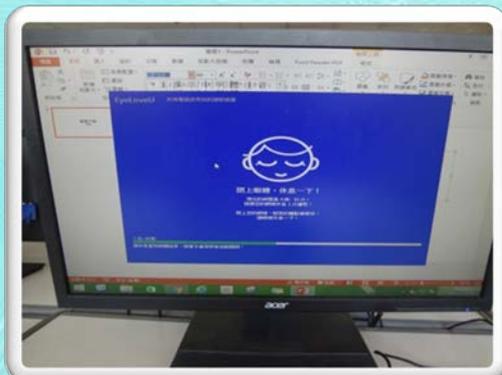
實施項目	具體執行策略	實施期程	執行單位
成立視力保健執行小組	1. 由校長擔任召集人，各處室主任、體衛組長、導師、健康教師、護理師、家長會幹事代表等組成，共同擬定執行教育部視力保健重要政策之計畫方案。 2. 組織與職責分配: 如「嘉義縣義竹鄉南興國小學童 105 學年度視力保健執行小組組織職責」。 3. 宣導教育部視力保健政策:「近視是疾病」、「戶外活動防近視」、「3010 視安樂」、「定期就醫及預防」，強化全校教職員工生及社區家長了解。 4. 擬定本校「定期就醫及預防」實施辦法。 5. 建議「視力不良弱勢族群輔導」措施。	105.08.01-106.07.31	校長室、體衛組、健康中心
戶外活動防近視	1. 擬定本校「戶外活動防近視」實施辦法。 2. 落實「下課教室淨空」。 3. 增設「課餘活動場(室)管理」措施。	105.09.01-106.07.31	學務處、體衛組、健康中心
定期就醫及預防	1. 擬定本校「定期就醫及預防」實施辦法。 2. 建議「視力不良弱勢族群輔導」措施。 3. 建立「高度近視高度眼軸管理」方式。 4. 擬定「視力不良弱勢族群輔導」措施。	105.08.01-106.07.31	學務處、體衛組、健康中心
3010 視安樂	1. 擬定本校「3010 視安樂」實施辦法。 2. 擬定「視力保健護眼生活自我管理檢核表」。	105.09.01-106.07.31	學務處、教師處

實施項目	具體執行策略	實施期程	執行單位
兒童近視病	1. 結合社區相關資源，定期辦理親師生視力保健教育，加強近視是疾病的觀念宣導，從小做好視力保健。 2. 電子化設備使用年級及時間: 張中年級分上午、下午，各最多使用 30 分鐘。 3. 建議導師定期調整座位。 4. 實施下課教室淨空戶外活動。	105.09.01-106.07.31	學務處、教師處、健康中心
電子化設備使用原則	1. 精實訊息配合 3010 協助學校電腦相關設備安裝時控制模式。 2. 電子化設備使用年級及時間: 張中年級分上午、下午，各最多使用 30 分鐘。 3. 建議導師定期調整座位。 4. 實施下課教室淨空戶外活動。	105.09.01-106.07.31	學務處、教師處、資訊組
定期檢討改善策略	1. 定期檢討視力保健執行情形，並按照實證導向的精神推動及落實。 2. 依網路及嘉義縣網路問卷，訂定本校視力保健管理標準及成效分析。	105.09.01-106.07.31	學務處、教師處、健康中心
學習環境	1. 依據「教育部中小學校建築設計規範」，擬定本校「教室課桌椅管理辦法」。 2. 依學童身高及視力狀況輪流調整座位。 3. 持續充實更新書櫃桌椅。 4. 加強校園綠美化，營造適合戶外活動之環境。	105.09.01-106.07.31	總務處、各班導師
教室照度環境	1. 定期檢查全校教室之照度設備，請教師隨時回報不良狀況，立即修繕。 2. 針對閃爍、昏暗的燈管，隨時維修、汰換以維持照光度(桌面照度不得低於 350 Lux、黑板照度不得低於 500 Lux)及避免眩光。 3. 每學年定期照度檢測二次。(開學前)	105.08.106.02	總務處
營造友善學習環境	1. 營造友善「視力保健」的學習氛圍環境。 2. 提供視力不良之弱勢學生適當的關懷與協助。	105.09.01-106.06.30	總務處、學務處、健康中心
推廣校園多元戶外活動及課程	1. 規劃學童「在校作息時間」實施辦法並調整作息時間表。 2. 規劃正式課程戶外化融入教學課程。	105.09.01-106.06.30	學務處、教師處

5. 視力保健計畫中提出具體工作策略



二、學校物質環境



健康成長 多元學習

2-2-1學校設置合適之設備及設施-實地訪視標準

1. 學校營造適合戶外活動的環境

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果一

學校營造適合戶外活動的環境照片



<照片 1> 各班放置運動器材方便學生下課使用-呼拉圈



<照片 2> 各班放置運動器材讓學生下課使用-扯鈴&跳

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果一

學校營造適合戶外活動的環境照片



<照片 3> 在戶外陰涼處規劃跳格子專區



<照片 4> 學生跳格子活動情形

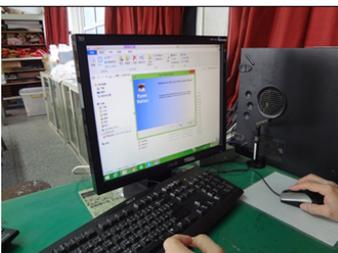
2. 電腦設備安裝護眼軟體及教學使用情形

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果一

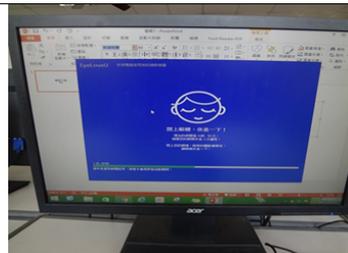
電腦設備安裝護眼軟體&教學使用情形照片



<照片 3> 護眼軟體定時程式安裝後教學使用情形



<照片 1> 請資訊組協助各班安裝護眼軟體定時控制程式



<照片 2> 電腦教室每台學生電腦皆安裝護眼軟體



<照片 4> 配合護眼軟體定時裝置讓學生閉眼休息



三、學校社會環境



健康成長 多元學習



三、學校社會環境

標準三

3-1-1 學校營造友善及支持之學習氛圍

1. 營造視力保健學習氛圍環境布置

3-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國小推動視力保健營造友善學習環境實施辦法

查、依據：
本校 105 學年度視力保健實施計畫。
貳、目的：
營造溫馨、友善及支持的視力保健學習氛圍，以促進學童健康生活。
參、推動重點：
一、營造「視力保健」學習氛圍的環境佈置。
二、營造支持性的環境，以推動校園內之多元化戶外活動。
三、營造支持性的環境，以推動校園內之多元化戶外活動。
四、推動支持性的環境，以推動校園內之多元化戶外活動。
五、針對

推動視力保健營造友善學習環境實施辦法

「視力保健」學習氛圍的環境佈置

1. 內供學生參閱。
2. 將視力保健納入班級健康公約中。
3. 校刊增闢「視力保健」專欄，加強親師生認知。
4. 健康中心提供視力保健書籍媒體，供老師教學參考。
5. 校園環境綠美化。
6. 按學童身高選用合適之課桌椅。
7. 10. 定期檢測全校各教室照度，照面亮度不低於 350 LUX，且燈光不閃爍，黑板照度不低於 500 LUX。
8. 11. 爭隔桌首照射窗裝設窗簾，掛單黑布反光。

教師處、學務處、總務處、健康中心、各級級



a. 穿堂布置視力保健相關資料供師生參閱

b. 透過行動劇演出加深學生視力保健知識

c. 學生視力保健藝文競賽

推廣正式課程戶外化

1. 請任教老師將「視力保健議題」融入各領域課程中，加強學生健康生活技能。
2. 依課程各單元特性，實施戶外教學，增進學習成效。如自然領域動物植物觀察、數學領域長度測量等。

教師處、學務處

家庭作業多元活動化

1. 利用家庭聯絡簿，請家長指導學童家庭作業。
2. 減少紙筆作業，增加動態作業，依領域課程設計活潑多元化的家庭作業。如與家人心情分享、剪報資料收集、共同做家事、跑步而回...

教師處

提供視力不良弱勢學童關懷協助與服務

1. 依規定進行視力檢查登錄結果，並在一個月內通知家長歸檢結果及矯治進取輔導等。
2. 健康中心提供親子視力保健諮詢服務，協助提供就醫資訊。
3. 安排牛爸爸健康促進關懷協會落實實施學童視力檢查服務。
4. 聘請嘉義長庚醫院眼科醫師羅且茲教授視力保健專題講座。
5. 整合社區公益組織團體，提供弱勢學童完善福利資源。

學務處、健康中心



d. 學生視力保健藝文競賽頒獎

伍、預期成效：
一、避免學童過早近視，降低學童視力不良比率。
二、能有效的減緩視力不良學生視力逐年惡化的程度。
三、增加學童「戶外活動 120」比率。
四、增加學童「規律用眼 3010」比率。
五、教師能將視力保健促進教育的相關指標融入教學領域中。
六、強化學童視力保健生活及健康環境。
陸、本實施辦法經校長核可後實施，如有未盡事宜得隨時修正公佈之。



三、學校社會環境

標準三

3-1-1 學校營造友善及支持之學習氛圍

2. 校園多元化戶外活動



a. 兒童節闖關活動



b. 開心農場種菜



c. 利用開心農場收成洛神花學習蜜餞製作

3. 正式課程戶外化



a. 綜合課到戶外認識校園植物



b. 藝術與人文課安排戶外畫作欣賞教學

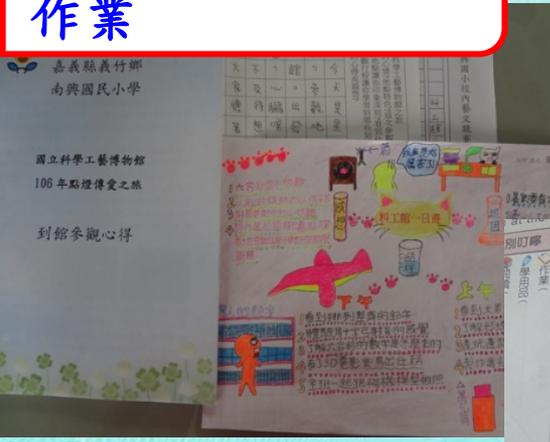


三、學校社會環境

標準三

3-1-1 學校營造友善及支持之學習氛圍

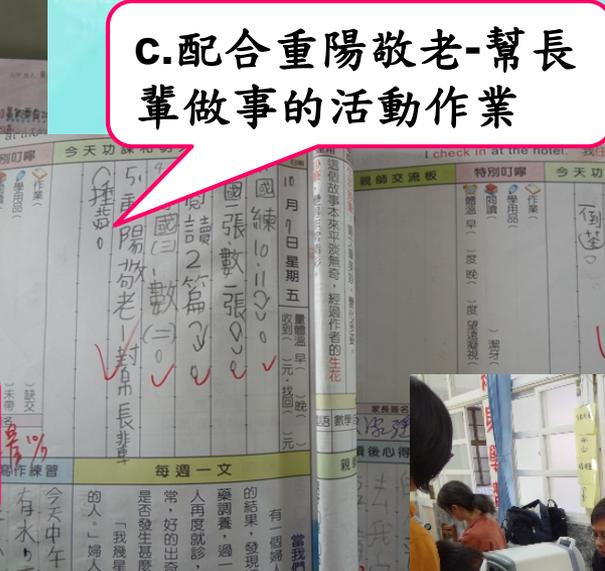
4. 活動形式之家庭作業



a. 配合校外教學完成心得學習單



b. 配合國語課文教學的分組討論架構圖



c. 配合重陽敬老-幫長輩做事的活動作業

5. 對視力不良弱勢學生提供關懷與協助



a. 對視力不良學生適時關懷協助



b. 牛爸爸健康促進關懷協會到校視力保健義診指導





標準三

3-1-2學校制訂**健康生活守則**或透過**獎勵制度**，鼓勵健康行為實踐

1. 班級健康生活守則實施計畫

3-1-2-1 嘉義縣南興國小班級健康生活守則實施計畫

一、依據：本校健康促進實施計畫

二、目的：

1. 透過健康生活守則訂定推動，培養學生良好的健康生活習慣。
2. 將兒童健康生活守則融入教學與活動中，加深學生對健康生活的認知，在日常生活中落實各項健康行為。

三、實施方式：

1. 參酌教育部提供之班級健康生活守則，由班級師生共同討論納入班級生活公約中。
2. 善用班親會、聯絡簿或電話 line 等通訊管道，讓家長知道班級健康公約，督促孩子養成健康生活好習慣。
3. 請導師利用課餘時間檢核學生執行成效，表現良好者登錄於學習護照。

四、獎勵方式：配合本校榮譽制度實施辦法，於每學期末結算，換取榮譽參加摸彩活動兌換獎品。

五、本計畫經校長核定後實施，修正時亦同。

承辦人： 主任： 校長： 校長蔡志榮

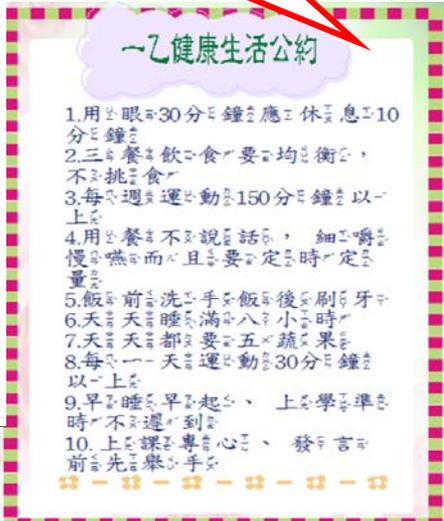


四甲班級健康生活公約



- 一. 我會正確的洗手—
(濕、搓、沖、捧、擦)
- 二. 我咳嗽或打噴嚏時會掩住口鼻
- 三. 我會早睡早起以增進身體健康
- 四. 我會每天刷牙—
(遵守 333 黃金刷牙法則)
- 五. 我會遵守 3010 規律用眼原則—
維護視力健康
- 六. 我會天天五蔬果—
(2 份水果, 3 份蔬菜)

2. 班級健康生活公約



3. 學校榮譽制度實施計畫

壹、依據：本校 105 學年度學務工作計畫。

貳、實施目標：

- 一、獎勵學生善行，激發學生自愛助人行為。
- 二、培養學生樂群互助之團隊精神。
- 三、增強學生學習動機，提高學習效能。
- 四、鼓勵學生參與各式活動，增強休閒活動能力。
- 五、涵養德、智、體、群、美五育均衡發展之學生。

參、實施原則：

- 一、行為改變技術原則：多用正面增強，少用負面增強。
- 二、整體配合原則：全體教師參與，以全體學生為對象。
- 三、時效原則：獎勵應具備即時性，不可延遲過久。
- 四、競爭成長原則：採自我競爭，由競爭促使個體及團體共同成長，且教師以平常心面對競爭。
- 五、配合班級經營原則：各班制訂班級健康生活公約。
- 六、階層性原則：有一套進階獎勵制度。

肆、實施辦法：

- 一、每位學生於學習護照中記錄有關各項榮譽事項滿五項後發給一張榮譽卡。
- 二、每學期會給其一次！榮譽榮譽卡學生於每學期末均可獲得摸彩機會！每獲得一張榮譽卡便可換取一次摸彩機會，摸彩獎品多、樣豐富，包含各式文具、飾品...等。(本分級分開舉行摸彩)
- 三、學生具有以下優良事蹟，可由相關處室或師長核章一次：
 1. 參加校內、外各項競賽，成績優異者。
 2. 定期評量成績優異（每班前三名）或成績進步顯著者。
 3. 學生行為表現符合班級健康生活公約(如視力保健、體位、口腔衛生...等)，每日確實做到健康生活檢核表各項要求，並能依檢核結果改善不佳之行為表現。
 4. 鑽石之星表揚：學生在視力保健、體位、口腔衛生保健方面，檢測結果皆符合學校標準或視力保健、體位、口腔衛生保健，檢測亦能改善，達到學校規定之標準者，於每學期初或學期末給予禮物卡獎勵。

4. 健促鑽石之星表揚



具體優良事蹟

- 一年甲班學生宣誠同學參與學校推行之健康促進計畫—視力保健、口腔衛生、健康體位等議題活動，皆表現優異，特予表揚，以資鼓勵！期望能持續落實在日常生活中，養成良好健康生活習慣。
1. 視力保健—做到「規律用眼 3010」(近距離用眼每 30 分鐘休息 10 分鐘)「天天戶外活動 120」(每天到戶外活動總時間超過 120 分鐘)。
 2. 健康體位—遵守「85210」健康生活原則：每天睡飽 8 小時、天天五蔬果、日電少於二(每天看電視、玩電動、打電腦、用電話的時間累計少於 2 小時)、每一天至少運動 30 分鐘、多喝白開水不喝含糖飲料。
 3. 口腔衛生—每日餐後及睡前刷牙、使用含氟水漱口、定期看牙醫。

中華民國 106 年 1 月 17 日



<照片 3> 每個人都希望能中六獎。



<照片 4> 領到獎真是太開心了！

5. 期末摸彩活動 (獎勵制度)



四、健康生活技能 教學與行動



健康成長 多元學習



標準四

4-1-2健康教育課程有多元教學策略之設計

1. 與生活經驗相連結教案-低年級

教學主題: 愛眼睛大作戰。	教學時間: 共3節。
實施年級: 低年級。	設計者: 趙鳳秋 翁俐俐 李錦枝 翁志妙。
參考資料:	<p>※國小學童視力保健手冊。</p> <p>※安全寶寶/保護眼睛不近視。 https://www.youtube.com/watch?v=npxU_YQzzA0。</p> <p>※護眼操。 https://www.youtube.com/watch?v=nq7WbaE8Y1M。</p>
統整領域:	<input checked="" type="checkbox"/> 國語 <input type="checkbox"/> 數學 <input checked="" type="checkbox"/> 生活 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然與生活科技 <input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術與人文。
十大基本能力:	<input type="checkbox"/> 瞭解自我與發展潛能 <input checked="" type="checkbox"/> 欣賞、表現與創新。 <input type="checkbox"/> 生涯規劃 <input type="checkbox"/> 尊重與負責任 <input checked="" type="checkbox"/> 尊重 <input type="checkbox"/> 團隊合作 <input checked="" type="checkbox"/> 規劃 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 主動學習
能力指標:	<p>1-1-4 才 1-2-2 才 1-2-3 才 2-1-3 才 2-1-4 才 2-2-1 才 4-1-4 才 5-1-4 才</p> <p>1. 認識 2. 瞭解 3. 能寫 4. 能畫</p> <p>學生們輪流體驗當眼睛生病了的情形(近視、老花……)。</p>

2. 教學過程記錄



3. 與生活經驗相連結教案-中年級

設計者:	黃秀娟、方瑾蕙、楊東榮、洪嘉林。	教學者:	黃秀娟、方瑾蕙、楊東榮、洪嘉林。
設計理念:	藉由課程設計，讓學生體驗近視所帶來的不方便，進一步愛惜自己的眼睛，知道視力保健的方法。		
教學目標:	<p>1. 能說出造成近視的原因。</p> <p>2. 能說出視力不良帶來的影響。</p> <p>3. 能舉例說明愛護眼睛的方法。</p> <p>4. 能積極實踐個人的視力保健。</p> <p>5. 能分享個人想法，關心自己的視力健康。</p>		
教學評量:	觀察評量、發表評量、實作評量。		
配合領域:	<input checked="" type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動		
相關能力指標:	<p>健1-1-4 養成良好的健康態度和習慣，並能表現於生活中。</p> <p>健2-1-4 辨識食物的安全性，並選擇健康的營養餐點。</p> <p>健2-2-1 了解不同的食</p> <p>健7-1-1 了解健康的自</p> <p>健7-2-1 表現預防疾病</p> <p>綜2-3-3 規劃改善自</p>		
教學流程:	<p>活動一：近視大遠望。</p> <p>一、引起動機。</p> <p>(一) 老師詢問班上有近視的學生</p> <p>(二) 請近視學生分享近視的原因便?</p> <p>二、發展活動。</p> <p>(一) 進行「近視了」活動，讓學</p> <p>1. 將投影片裝在鏡片上模擬(活)並將文字寫在黑板上。</p> <p>2. 摘下眼鏡，再重新看一遍文字，感受近視時視力模糊。</p> <p>三、綜合活動。</p> <p>(一) 請同學發表感想，假如不身</p>		
說明:	<p>戴上近視眼鏡，體驗近視所造成之視覺模糊感，進而了解護眼之重要性。</p> <p>請學生回家詢問家人或鄰居在生活上有益護眼的食物有哪些？並在課堂上發表。</p> <p>老師以實物介紹枸杞、菊花，並說明沖泡枸杞菊花茶的步驟。</p> <p>學生於教學活動後填寫學習單，並進行發表討論。</p>		

4. 教學過程記錄





標準四

4-1-2 健康教育課程有多元教學策略之設計

5. 與生活經驗相連結教案-高年級

主題	看見美麗世界	適用年級	高年級	實施學期	<input checked="" type="checkbox"/> 上學期 <input type="checkbox"/> 下學期
教材來源	自編	教學資源及準備事項	自製教學 PPT 校園網頁(漁鄉風情) http://www.nses.cyc.edu.tw/html/fish/		
設計及教學者	邱耀德	安排節數	健康與體育領域 1 節、語文領域(書法) 1 節		
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合校園常見留鳥及社區漁埕的冬季的候鳥生態，指導孩子了解視力保健的重要，也認識生態保育的重要。 2. 透過親子討論完成學習單填寫，並把視力保健相關知識傳達給家長了解。 3. 結合語文領域書法課程，進行視力保健宣導標語書寫。 				
能力指標	<p>【環境教育】</p> <p>2-3-1 瞭解基本的生態原則，以及人類與自然和諧共生的關係。</p> <p>3-3-1 關切人類行為對環境的衝擊，進而建立環境友善的生活與消費觀念。</p> <p>3-3-2 能主動親近並關懷學校與社區的環境，並透過創新活動增進環境議題的瞭解，體會環境權的意義。</p> <p>5-3-1 具有參與規劃校園環境的經驗。</p> <p>5-3-4 具有參與地區性環境保護活動的經驗。</p> <p>【健康與體育】</p> <p>1-2-3 體認健康行為的重要。</p> <p>2-1-1-1 體會食物在生理及心理上的重要性。</p> <p>7-1-5-5 體認人類是自然環境的一部分，應尊重自然環境，維護人類的健康。</p> <p>【語文】</p> <p>D 3-3 能透過臨摹或應用已習得之字，正確、美觀的硬筆書寫。</p>				
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解視力保健的重要。 2. 培養學生關心周遭環境議題。 				
教學活動流程	<p>引起動機</p> <p>從候鳥南遷談起…… (3分鐘)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 最近隨著天候改變，學區常見鳥類…… 				

6. 教學過程記錄



漁埕地區冬季候鳥尋跡踏查。



學生分享觀察心得。



透過校園漁鄉風情網頁來介紹學區常見鳥類。



教師進行護眼六招 PPT 教學。

7. 視力保健議題融入跨領域教學分類表

標準四、健康生活技能教學與行動

4-1-2 健康教育課程有多元教學策略之設計

實施年段	實施班級	教案名稱	配合領域
高年級	六甲	看見美麗世界	語文 健康與體育 綜合活動
	五甲	EYE 上綠色植物	健康與體育 綜合活動
	六乙、五乙	我的靈魂之窗	語文 健康與體育 綜合活動
中年級	四甲、四乙 三甲、三乙	護眼小妙招	健康與體育 綜合活動
低年級	二甲、二乙 一甲、一乙	愛眼睛大作戰	語文、生活 健康與體育 自然與生活科技 藝術與人文



標準四

4-2-1健康教育授課教師有參與專業在職進修，每二學年至少參加學校衛生相關研習18小時。

1. 105學年健康教育教師個人研習紀錄

教師姓名：邱麗淑
性別：男
身分證統一編號：R122975645
此表研習記錄期間：2016/5/16 至 2017/5/15

編號	研習名稱	資料來源	研習類型	依據文號	時數/學分	開始日期	結束日期	研習學校	實得時數
11	[性平教育]嘉義縣105年度友善校園學生事務與輔導工作性別平等教育種子教師研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.6.3嘉義縣府教學字第1050109289號	4.0	2016/10/28	2016/10/28	縣立和順國小	4.0
12	專業視力保健教學研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/02	2016/11/02	縣立南興國小	2.0
13	家庭教育教學研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/09	2016/11/09	縣立南興國小	2.0
14	兒少保護宣導研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/09	2016/11/09	縣立南興國小	2.0
15	性別平等教育宣導研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/09	2016/11/09	縣立南興國小	2.0

2. 105學年健康教育教師個人研習紀錄

教師姓名：洪嘉林
性別：男
身分證統一編號：Q120842071
服務單位：嘉義縣 縣立南興國小
此表研習記錄期間：2016/5/16 至 2017/5/16

編號	研習名稱	資料來源	研習類型	依據文號	時數/學分	開始日期	結束日期	研習學校	實得時數
12	精進教學-自由軟體研習與實作	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教字第1050172904號	3.0	2016/10/05	2016/10/05	縣立南興國小	3.0
13	教學與命題研討研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班 (校本研習)	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/10/12	2016/10/12	縣立南興國小	2.0
14	上網·不迷網	中正大學教育數位學習服務平台	非學分班	[委託辦理]財團法人中華民國國家資訊基本建設產業發展協會籌畫教育(三)1040130013號	1.0	2016/11/01	2016/11/30	教育部資訊及科技教育司	1.0
15	專業視力保健教學研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/02	2016/11/02	縣立南興國小	2.0
16	家庭教育教學研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/09	2016/11/09	縣立南興國小	2.0
17	兒少保護宣導研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/16	2016/11/16	縣立南興國小	2.0
18	105年度國民教育輔導團綜合活動學習領域國小組分區輔導計畫(海區)	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[委託辦理]105.10.27府教字第1050208979號	3.0	2016/11/17	2016/11/17	嘉義縣政府教育處	3.0
19	性別平等教育宣導研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教育處府教字第1050172904號	2.0	2016/11/30	2016/11/30	縣立南興國小	2.0
20	105年網路素養與資訊倫理研習	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]105.09.07嘉義縣政府教字第1050172904號	3.0	2016/12/07	2016/12/07	縣立南興國小	3.0

3. 健康教育教師研習時數統計

姓名	職稱	104學年 (小時)	105學年 (小時)	合計 (小時)	備註
莊麗淑	教師	35	29	64	
邱耀德	教師	33	32	65	
黃秀娟	教師	15	20	35	
方瑄晨	教師	24	20	44	
翁志妙	教師	26.5	32	58.5	
李錦枝	教師	25	22	47	
趙鳳秋	教師	15	20	35	一乙二乙混齡教學
楊東榮	教師	15	16	31	
洪嘉林	教師	37	30	67	
張敏娟	代理教師	9	9	18	五乙六乙混齡教學

健康教育教師，每二學年均符合至少參加學校衛生相關研習18小時



五、社區關係



健康成長 多元學習



五、社區關係

標準五

5-1-1學校舉辦並邀請家長及社區人士參與健康促進相關活動

5-1-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國民小學東華分校 105 年度教育優先區教育優異計畫補助項目名稱—推展親職教育活動實施計畫

壹、依據：教育部 105 年度推動教育優先區計畫。
貳、

1. 親職教育辦理視力保健活動實施計畫

參、參加對象：
一、低收入戶、隔代教養、單(寄)親家庭兒童家長為第一優先。
二、一般家長。
三、鄰近學區之教師及家長。
肆、辦理日期：於 105 學年度上學期 10 月 15 日(星期六)辦理一場次。
伍、活動地點：東華分校自然教室。

陸、活動內容及流程：
辦理教育部 105 年度教育優先區計畫—親職教育講座學員簽到名冊

活動時間:105.10.15 活動地點:東華分校 禮堂

姓名	類別	簽名	備註
張阿河	張阿河	張阿河	一乙區家長
杜玉全	杜玉全	杜玉全	一乙區家長
楊淑美	楊淑美	楊淑美	
蘇佩蓉	蘇佩蓉	蘇佩蓉	
吳芳英	吳芳英	吳芳英	
張仲壽	張仲壽	張仲壽	
張榮華	張榮華	張榮華	
李育英	李育英	李育英	
洪彩娥	洪彩娥	洪彩娥	
陳翁進	陳翁進	陳翁進	

活動內容	備註
親職健康衛教宣導時間	視力體位口腔議題衛教

辦理教育部 105 年度教育優先區計畫—親職教育講座學員簽到名冊
活動時間:105.10.15 活動地點:東華分校 禮堂

2. 親職教育活動簽到表

楊東榮	楊東榮
黃幸惠	黃幸惠
張敏娟	張敏娟
張嘉林	張嘉林
趙鳳秋	趙鳳秋
甘麗娟	甘麗娟
黃春娟	黃春娟
陳佩娟	陳佩娟

105 學年度
活動

3. 邀請家長參與視力保健活動

活動名稱	護眼六招式
活動時間	105 年 10 月 15 日
活動地點	東華分校禮堂
宣導講師	施杏蓉護理師



活動照片



105 學年度親職衛教宣導活動照片

健康生活 85210
105 年 10 月 15 日
活動地點:東華分校禮堂
宣導講師:施杏蓉護理師



活動照片





五、社區關係

標準五

5-1-1學校舉辦並邀請家長及社區人士參與健康促進相關活動

4. 校慶活動實施計畫

- 一、依據：本校106學年度學校行事曆。
- 二、目的：
- (一) 為慶祝校慶，推展體育活動及培養學童爭取榮譽與發揚團隊合作精神。
 - (二) 增進社區人士與學校互動機會，並提供親、師、生交流平台。
- 三、實施時間：
- (一) 才藝發表晚會：106年11月29日(星期三) 18:30-20:00。
 - (二) 運動會：106年12月02日(星期六) 08:30-
- 四、預演時間：
- 106年11月20日(星期一) 08:00-09:30。
- 五、實施地點：本校操場、穿堂。
- 六、參加對象：本分校學生和全體教職員工、學生家長
- 七、實施項目：

5. 社區人士參與視力保健活動

- 結合66週年校慶，社區視力保健宣導活動照片。
- (一) 學生學習成果才藝發表暨作品展示、健康促進。
 - (二) 創意進場(主題：健康促進議題-視力保健、家庭)。
 - (三) 社區健康生活促進服務站(視力保健宣導)。
 - (四) 表揚社區熱心協助學校推動健康促進活動社區。
 - (五) 本分校舞蹈、體操律動表演(本分校國小組)。
 - (六) 社區舞蹈表演。
 - (七) 運動競賽：
 1. 徑賽：40公尺賽跑(幼、低年級)；60公尺大隊接力(1-6年級分成三組)。
 2. 田賽：八人制拔河比賽；社區家長與教師、學生。
 3. 趣味競賽：分幼兒園、低、中、高及親子共五。
 4. 體能益智相關活動。
 - (八) 競賽規程及給獎辦法：
 - (一) 40、60公尺賽跑每位同學都要參加。40公尺賽組：二年級7人分2組；60公尺賽(三年級19人分5組；六年級12人分3組；家長部分人組取第一名)；其餘未進入名次者給予參加。
 - (二) 田賽：學生拔河部份(4-6年級混合，本分校互部分別依參加隊伍數量給獎，4隊取前2名)。
 - (三) 趣味大隊接力一至六年級3隊比賽(男女混合)。



<照片1>護理師進行社區視力保健衛教活動。



<照片2>社區與會民眾參與視力保健宣導情形。

6. 社區家長健康促進課程表

5-1-1-3 嘉義縣義竹鄉南興國樂齡學習中心社區家長健康促進課程表

活動查詢電話：05-3426194
聯絡人：南興國小東華分校賀惠芳主任

項次	活動名稱	日期(時間)	地點	講師	報名費用(如有收取報名費，請註明收取金額)
1	樂西歌詠—萬物政策徵集加(預防失智)	106.12.06 08:30-10:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	林明春	無
2	社區環境行進(樂齡學習服務課程)	106.12.13 08:00-12:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	王明傑	無
	居家安全—安全防範心起點(生活安全)	106.12.20 08:00-12:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	蔡名蓉	無
	預防一生—健康教師健壯心起點(健康視力保健)	106.12.27 08:00-12:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	蔡名蓉	無

項次	活動名稱	日期(時間)	地點	講師	報名費用(如有收取報名費，請註明收取金額)
1	冬天養生叫水(含視力保健講座)	107.01.03 08:30-10:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	王明傑	無
2	社區環境行進(樂齡學習服務課程)	107.01.10 08:00-10:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	賀惠芳	無
3	居家安全—安全防範心起點(生活安全)	107.01.17 08:00-10:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	蔡名蓉	無
	預防一生—健康教師健壯心起點(健康視力保健)	107.01.24 08:00-10:00	義竹鄉樂齡學習中心(嘉義縣義竹鄉新店村77號)	蔡名蓉	無

7. 家長參與視力保健課程

樂齡學習中心社區家長健康促進視力保健課程表



<照片1>銀髮族視力保健課程-穴道按摩指導。



<照片2>銀髮族視力保健課程-對視力保健有幫助的蔬果。



<照片2>銀髮族視力保健課程-大家練習按摩穴道。





標準五

5-1-2學校學區內有安全維護網絡及友善安全輔助措施

1. 學生參加校外補習班&安親班統計表 (占30%)

卜-1-2 嘉義縣南興國小 105 學年學生參加校外補習班&安親班統計表

編號	業者	電話/地址	參加學生
1	夏恩英語	05-3418556 義竹鄉仁里村 396 號	陳宥倫 趙子寬 黃珮瑜 李哲宇 蔡華家 陳亨均 陳冠廷
2	琳達英語	05-3415936 義竹鄉仁里村 398 號	陳則賢 陳則閎 黃渝芳 蔡淑宜 張凱壹 張惟倫 邱奕敏 吳瑛蓉
3	快樂地球村	05-3472269 布袋鎮龍江里 264 號	葉鑫 鍾婉婷
4	洪老師才藝教室	0935476199	李欣恩
5	芝麻街提組	05-3791029 嘉義縣朴子市口 維路一段 635 號	洪宗睿 洪睦庭
6	真日文理補習班 (夏思英語)	06-6325777 台南市新營區中 正路 20 號	張嘉
7	佳明文理補習班 (佳音英語)	06-6379933 台南市新營區三 民路 28 號	林芸伊
8	正達	義竹村 102 號	周婉婷
共計	8 家安親班/補習班業者		23 人參加校外安親/補習

備註：轉發「安親班視力保健宣導」單給各業者，請業者配合維護

學童視力健康相關措施

2. 視力保健宣導單請安親班協助宣導配合

【安親班視力保健宣導】

親愛的安親班業者：

眼睛是靈魂之窗，視力不良不僅造成日常生活如運動、遊戲、學習一等諸多不便，且學童視力不良大部分隨年紀增加而逐漸惡化，故學童視力保健，是刻不容緩的課題。

引起近視的原因包括遺傳與生活環境等因素，其中「長時間的距離視力不良」是近視的主因。為了孩子眼睛的健康請業者協助與家長一起注意保護視力重點(如下)並共同督促孩子護眼。您的用心，將使孩子們的視光看的更遠、更清晰，讓我們共同努力！

以下是保護視力重點：

- 一、環境設備-定期照度檢測-黑板 500LUX 桌面 350 LUX。
- 二、孩子身姿選擇合適桌椅。
- 三、注意正確坐姿與執筆姿勢(如下圖)。
- 四、戶外活動-安排下課時間，讓孩子們有戶外活動或走動的機會。
- 五、課間 2010 原則-用眼 20 分鐘休息 10 分鐘。
- 六、多媒體教學-選擇資料由大螢幕輸出，可避免近距離用眼。



感謝您的合作及用心

南興國小敬啟

【安親班視力保健宣導】

親愛的安親班業者：

眼睛是靈魂之窗，視力不良不僅造成日常生活如運動、遊戲、學習一等諸多不便，且學童視力不良大部分隨年紀增加而逐漸惡化，故學童視力保健，是刻不容緩的課題。

引起近視的原因包括遺傳與生活環境等因素，其中「長時間的距離視力不良」是近視的主因。為了孩子眼睛的健康請業者協助與家長一起注意保護視力重點(如下)並共同督促孩子護眼。您的用心，將使孩子們的視光看的更遠、更清晰，讓我們共同努力！

以下是保護視力重點：

- 一、環境設備-定期照度檢測-黑板 500LUX 桌面 350 LUX。
- 二、孩子身姿選擇合適桌椅。
- 三、注意正確坐姿與執筆姿勢(如下圖)。
- 四、戶外活動-安排下課時間，讓孩子們有戶外活動或走動的機會。
- 五、課間 2010 原則-用眼 20 分鐘休息 10 分鐘。
- 六、多媒體教學-選擇資料由大螢幕輸出，可避免近距離用眼。



感謝您的合作及用心

南興國小敬啟

【安親班視力保健宣導】

親愛的安親班業者：

眼睛是靈魂之窗，視力不良不僅造成日常生活如運動、遊戲、學習一等諸多不便，且學童視力不良大部分隨年紀增加而逐漸惡化，故學童視力保健，是刻不容緩的課題。

引起近視的原因包括遺傳與生活環境等因素，其中「長時間的距離視力不良」是近視的主因。為了孩子眼睛的健康請業者協助與家長一起注意保護視力重點(如下)並共同督促孩子護眼。您的用心，將使孩子們的視光看的更遠、更清晰，讓我們共同努力！

以下是保護視力重點：

- 一、環境設備-定期照度檢測-黑板 500LUX 桌面 350 LUX。
- 二、孩子身姿選擇合適桌椅。
- 三、注意正確坐姿與執筆姿勢(如下圖)。
- 四、戶外活動-安排下課時間，讓孩子們有戶外活動或走動的機會。
- 五、課間 2010 原則-用眼 20 分鐘休息 10 分鐘。
- 六、多媒體教學-選擇資料由大螢幕輸出，可避免近距離用眼。



感謝您的合作及用心

南興國小敬啟

【安親班視力保健宣導】

親愛的安親班業者：

眼睛是靈魂之窗，視力不良不僅造成日常生活如運動、遊戲、學習一等諸多不便，且學童視力不良大部分隨年紀增加而逐漸惡化，故學童視力保健，是刻不容緩的課題。

引起近視的原因包括遺傳與生活環境等因素，其中「長時間的距離視力不良」是近視的主因。為了孩子眼睛的健康請業者協助與家長一起注意保護視力重點(如下)並共同督促孩子護眼。您的用心，將使孩子們的視光看的更遠、更清晰，讓我們共同努力！

以下是保護視力重點：

- 一、環境設備-定期照度檢測-黑板 500LUX 桌面 350 LUX。
- 二、孩子身姿選擇合適桌椅。
- 三、注意正確坐姿與執筆姿勢(如下圖)。
- 四、戶外活動-安排下課時間，讓孩子們有戶外活動或走動的機會。
- 五、課間 2010 原則-用眼 20 分鐘休息 10 分鐘。
- 六、多媒體教學-選擇資料由大螢幕輸出，可避免近距離用眼。



感謝您的合作及用心

南興國小敬啟

3. 請安親班協助共同推動視力保健

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果一
邀請安親班參與學童視力保健活動照片



<照片 1> 製作看板到安親班宣導學童視力保健措施



<照片 2> 請安親班業者配合學童視力保健措施



標準五

5-2-1學校連結社區資源推行學校健康促進活動

1. 運用衛生單位資源實施計畫

5-2-1-1 嘉義縣義竹鄉南興國小 105 學年度推動健康促進議題
運用衛生單位資源實施辦法

- 一、依據：
 (一) 嘉義縣 105 學年度辦理學校健康促進實施計畫。
 (二) 本校 105 學年度健康促進學校實施計畫。
- 二、目的：
 (一) 落實學校健康促進計畫。
 (二) 建構校園健康促進資源網路，發展具體合作關係。
 (三) 推廣衛生單位健康促進議題各項資源，達到宣導效果，增進師生生活知能。
- 三、資源提供單位：義竹鄉衛生所、嘉義縣衛生局、衛福部國民健康署。
- 四、實施對象：本校親師生及社區民眾。
- 五、日期：105 年 8 月 1 日至 106 年 7 月 31 日
- 六、實施方式：
 (一) 宣導品使用：
 1. 收集善用衛生單位資源：單張、摺頁。
 2. 利用空等時間進行宣導健康促進議題（視力保健、口腔衛生、健康飲食、營養教育）。

嘉義縣南興國小運用衛生單位資源照片



<照片 1> 運用衛生單位資源進行視力保健宣導。



2. 運用衛生單位提供各項資源

3. 結合社區資源推動學校健促活動實施計畫

5-2-1-2 嘉義縣義竹鄉南興國小
5-2-1-3 結合社區資源推動學校健康促進活動實施計畫

壹、依據：本校健康促進實施計畫辦理。
 貳、目的：
 一、經由社區專業人員指導，提升本校親師生健康、安全觀念與行動力。
 二、結合社區衛生及消防單位、醫療診所或健康團體組織(含非營利組織)之資源，以推動各項健康促進活動。
 參、對象：全校教職員工生與社區家長。
 肆、內容：

實施項目	活動內容	實施時間	主辦單位	備註
健康諮詢	請社區衛生所、鄰近醫院協助提供健康體位、視力保健、口腔衛生、全民健保及正確用藥等各項健康議題醫療諮詢。	經常性	學務處健康中心	
健康飲食營養教育	邀請專業營養師參與指導健康飲食營養教育。	每學年上學期	學務處午餐執事	1. 105.11.07 講師：義竹鄉衛生所 護理長曾慈貞擔任。 2. 106.11.09 講師：嘉義長庚醫院 營養師陳怡寧擔任。 1. 105.11.15&106.09.07
	與社區衛生所、醫院跨部合作			

嘉義縣義竹鄉南興國民小學
健康促進視力保健結盟同意書

我們基於維護國民身心健康與促進學童視力保健的目標，並經雙方充分溝通與討論，共同允諾成立策略聯盟，攜手倡議國民視力健康議題，保障師生身心健康、增進師生健康素養、推動學童視力保健、致力提升教育品質，培養身心健全發展的國民。我們承諾：

- 一、資源共享：透過交流與教育宣導活動，彼此分享健康議題與教學資源。
- 二、互助合作：發揮彼此專業並相輔相成，提供專業意見與協助以共同成長。
- 三、攜手並進：創新學習活動與專業成長，共同為促進國民健康的目標努力。

立約代表人
 嘉義長庚醫院
 眼科醫師：賴麗如
 嘉義縣義竹鄉南興國民小學
 校長：李吉寧
 中華民國 105 年 0

結盟同意書

4. 學校與長庚賴醫師簽訂視力保健結盟同意書

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果—
 與嘉義長庚眼科賴麗如醫師(牛爸爸健康促進關懷協會總幹事)結盟



<照片 1> 校長與賴麗如醫師簽署視力保健結盟同意書



<照片 2> 頒發聘書-邀請賴麗如醫師擔任本校健康促進



標準五

5-2-1學校連結社區資源推行學校健康促進活動

5. 牛爸爸健康促進關懷協會總幹事賴醫師到校做視力保健宣導

嘉義縣竹竹鄉南興國民小學 105 學年度視力保健成果照片
 嘉義長庚眼科賴麗如醫師(牛爸爸健康促進關懷協會總幹事)宣導



說明：分校師生進行視力保健講座。
 講師：嘉義長庚眼科醫師賴麗如。



說明：分校師生進行視力保健講座。
 講師：嘉義長庚眼科醫師賴麗如。



說明：分校師生進行視力保健講座。
 講師：嘉義長庚眼科醫師賴麗如。



說明：分校師生進行視力保健講座。
 講師：嘉義長庚眼科醫師賴麗如。

嘉義縣政府 函

地址：61249嘉義縣太保中祥和一路東段1號
 承辦人：黃燕月
 電話：05-3620123轉316
 傳真：05-3620161
 電子郵件：anyueh@mail.cyg.gov.tw

受文者：嘉義縣竹竹鄉南興國民小學

發文日期：中華民國106年9月25日
 發文字號：府教體字第1060195053號
 類別：嚴遵件
 簽奉日期：106年9月25日
 附件：見主目(0195053A00_ATTCH1.xlsx、0195053A00_ATTCH2.xlsx、0195053A00_ATTCH3.doc、0195053A00_ATTCH4.doc)

主旨：檢送「長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院眼科賴麗如醫師到校檢查」日程表乙份，請受文學校配合辦理，請查照。

- 說明：
- 一、依據嘉義長庚106年8月16日(106)長庚院嘉字第00649號函辦理。
 - 二、該院本著良善公益服務照顧偏遠地區醫療資源不足學童，於103年與本縣六腳鄉中小進行「2014嘉義長庚紀念醫院辦理嘉義縣六腳鄉中小學童健康促進(視力、骨骼發育、體重及心理)」公益醫療活動，辦理成效斐然，該計畫分3年實施，106學年度繼續與本府合作辦理占揭計畫。
 - 三、106學年度該院服務偏遠地區醫療資源不足及矯治視力不良率偏高之學校如下：
 (一)東石鄉：東榮、過溝國中、東石、三江、龍港、下楓、

檢查日期	學校名稱	聯絡人	連絡電話	學校住址
106/12/14(四)上午	大有國小	傑沛蓉	05-2531561	嘉義縣中埔鄉福民村石頭厝17之1號
106/12/21(四)上午	成功國小	林子誠	05-2393485#118	嘉義縣水上鄉三界村153號
106/12/18(一)上午	南興國小	施小姐	05-3427394#15 0911-870-879	嘉義縣竹竹鄉新厝村77號
106/12/28(四)上午	鹿寮國小	王香子	05-3796309#14	嘉義縣六腳鄉鹿寮村19號
下午	北英國小	陳宏儒老師	05-7811430	嘉義縣六腳鄉善隆村123號
107/01/08(一)上午	中和國小	黃小姐	05-2561013	60497嘉義縣竹竹鄉中和村奮起湖215號
下午	頂頂國小	蘇淑惠	05-2588218#4施純	602嘉義縣番路鄉公田村頂頂40號

7. 眼科團隊&醫師到校做視力義診

6. 縣府來函通知長庚醫院到校視力檢查



<照片2>本校師生專心聆聽



<照片1>電腦驗光儀檢測學童遠/近視、散光及散光軸度



<照片2>學校測量



六、健康服務



健康成長 多元學習



標準六

6-1-1學校學生健康檢查機制之管理

6-1-1學校接受視力檢查的完成率

高雄縣南興國小 105學年度第一學期學生視力檢查完成率統計表

班級	總人數	視力檢查人數	視力檢查之視力人數										視力不良人數	視力不良百分比	
			0.1-0.3		0.4-0.5		0.6-0.8		0.9-1.0		1.1-1.5				合計
			男	女	男	女	男	女	男	女	男	女			
一年級	88	75	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
二年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
四年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
五年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	440	400	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

6-1-1學校接受視力檢查的完成率

一年級	88	75	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
二年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
四年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
五年級	88	80	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	440	400	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

1. 學生接受視力檢查完成率達100%

6-1-1-2有提供複診率及家長通知書

依教育部訂健康指標：視力篩檢視力佳（眼視力）0者為視力不良，應通知家長帶往眼科檢查

學童視力健康檢查結果通知單

親愛的家長：貴子女◎年◎班◎號◎◎◎◎

本學期學校健康檢查結果為：視力不良

(視力不良者未使用任何輔助工具，包括眼鏡、隱形眼鏡、角型型等)視力保健建議事項：

1. 遠視是近視，學童每年度數易增加100度，500度以上即為高度近視，失明風險高。
2. 戶外活動每天至少2小時可預防近視，用眼時間每30分鐘休息10分鐘，3C電子產品每天使用總時數不超過1小時。
3. 當接到本通知單時，需至眼科醫師處接受複檢，遵照醫師指示配合矯治，並定期回診追蹤治療。
4. 高度近視已是國人失明原因第一位，家長應協助孩童控制近視度數，預防未來失明風險高。

下次回診日期：年 月 日

縣立南興國小 健康中心 醫師 年 月 日

學務處

2. 視力檢查家長通知書及複診回條

3. 建立視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

班級	姓名	視力	矯治日期	矯治地點	矯治醫師	矯治結果
一年級	張國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	張國祥	0.3
二年級	陳國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	陳國祥	0.3
三年級	高國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	高國祥	0.3
四年級	林國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	林國祥	0.3
五年級	黃國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	黃國祥	0.3
六年級	王國祥	0.1	105.09.09	南興醫院	王國祥	0.3

各級南興國小 105 學年度第一學期學生視力不良複診單回收紀錄表

各級南興國小 105 學年度第一學期學生視力不良複診單回收紀錄表

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

序號	班級	姓名	視力	複診日期	第一次回收	第二次回收	第三次回收	備註
1	一年級	張國祥	0.1	105.09.09	√			
2	二年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
3	三年級	高國祥	0.1	105.09.09	√			
4	四年級	林國祥	0.1	105.09.09		√		
5	四年級	黃國祥	0.1	105.09.09	√			
6	四年級	王國祥	0.1	105.09.09	√			
7	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
8	四年級	何國祥	0.1	105.09.09	√			
9	四年級	何國祥	0.1	105.09.09	√			
10	四年級	林國祥	0.1	105.09.09		√		
11	四年級	林國祥	0.1	105.09.09	√			
12	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
13	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
14	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
15	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			
16	四年級	陳國祥	0.1	105.09.09	√			

4. 視力不良複診單回收紀錄

視力不良人數：35人，完成複檢人數：35人，複檢完成率：100%

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊

視力不良缺點矯治名冊



標準六

6-1-1 學校學生健康檢查機制之管理

5. 學生視力不良改善計畫

6-1-1-4

嘉義縣義竹鄉南興國民小學105學年度視力不良學生改善計畫

- 一、依據：
 - 本校105學年度視力保健實施計畫。
- 二、目的：
 - (一) 了解與協助視力不良學生擬定改善措施，降低視力不良惡化率。
 - (二) 落實本校健康教育正常化教學，透過教學活動提升本校教師健康教育之教學效能與學生學習成效，達到降低視力不良的比率。
 - (三) 落實教育部視力保健重要政策：「兒少近視病」、「戶外活動防近視」、「3010 眼安康」、「定期就醫控度來防盲」。

三、現況分析：

根據本校105學年學生視力不良率分析統計結果如下表：

年級	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	合計
視力不良人數	1人	1人	1人	13人	6人	13人	35人
總人數	7人	5人	11人	19人	13人	20人	75人
百分比	14.28%	20.00%	9.09%	68.42%	46.15%	65.00%	46.66%

四、檢討：

- (一) 學生離開學校後的視力保健學習環境較難掌握。
- (二) 在學校與假日執行「天天戶外活動 120」的成效仍有一些落差。
- (三) 許多學生可能因家長工作忙碌，無法給予正常的早餐與晚餐而養成不良的飲食習慣。
- (四) 本校學生仍有不少學生因家長安排過重的課業壓力而造成用眼過度，無法有適量的睡眠及休息時間。
- (五) 學校、家庭、社區中充斥著需要眼用的媒體、科技產品。

五、視力不良矯治執行小組職掌

職別	原任職務	姓名	職責	備註
召集人	校長	蔡志榮	督導執行小組確實執行各項工作。	
委員兼執行秘書	學務主任	李桂花	擬訂健檢矯治改善執行計畫，並推動實施。	
委員	教務主任	王明傳	將視力保健及良好生活作息養成教育，透過課程教學或觀摩活動，強化學生認知實踐。	

六、改善策略

- (一) 學校衛生政策：
 - 1. 訂定符合學校特色、內容完整且具體有效及可行的視力保健政策。
 - 2. 辦理視力保健相關增能研習：結合社區醫療資源，辦理校園視力保健及增能研習，提昇教職員工健康知能，並鼓勵老師將視力保健相關生活技能，落實於班級經營與教學中。
- (二) 學校物質環境：
 - 1. 定期調整學生課桌椅以符合學生身高，及定時變換學生座位。
 - 2. 定期檢查全校教室之照明設備，請教師隨時回報不良狀況，立即修繕。
 - 3. 針對閃爍、昏暗的燈管，隨時維修、汰換以維持照光度(桌面照度不得低於 350L.U.X、黑板照度不得低於 500L.U.X)及避免炫光。
 - 4. 每學年定期照度檢測二次。(開學前)。
 - 5. 訂定本校「電子化設備進行教學」使用辦法，並符合3010規律用眼原則。
- (三) 學校社會環境：
 - 1. 增加學生從事戶外運動的時間，規劃多樣化的課間活動增進學童戶外活動的意願，以達每日戶外活動120分鐘。
 - 2. 正式課程戶外化，規劃多元、動態、接近大自然的教學活動。

6. 學生視力不良改善計畫於會議中提出討論議決



7. 導師向視力不良學生家長宣導正確觀念





標準六

6-1-1學校學生健康檢查機制之管理

10. 視力不良個案管理資料

嘉義縣南興國小學童家長視力保健問卷調查表

填表日期：102年 12月 1日

第一部分 人口統計

以下關於您個人基本資料，除了其他調查採填入文字或數字外，其餘請在表格內的情況格內打勾。

- (1) 年齡：1 20以下 2 21-30歲 3 31-40歲 4 41-50歲 5 50歲以上
- (2) 性別：1 男 2 女
- (3) 教育程度：1 不識字 2 國小/小學畢業 3 國中/初中 4 高中/高職 5 大學/大學 6 研究所及以上
- (4) 子女數：1 一位 2 二位 3 三位 4 四位 5 五位及以上
- (5) 填寫者與學生的關係：1 父子(女) 2 母子(女)

嘉義縣南興國小學童視力不良個案管理

學年	視力不良個案數	視力不良個案數	視力不良個案數
一年級	1	1	1
二年級	1	1	1
三年級	1	1	1

嘉義縣南興國小學童視力不良個案管理紀錄(一)

學年	一年級				二年級				三年級			
	男	女	合計	視力不良	男	女	合計	視力不良	男	女	合計	視力不良
視力不良	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
視力不良	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

11. 視力不良個案/家長視力保健認知問卷

親愛的小朋友你好：

請你填寫以下問卷共五題，填寫完後，請家長協助填寫右側的問卷，再交回卷卷中心囉！

() 1. 年紀越小得到近視，變成高度近視的機會就越大。

() 2. 近視是疾病，高度近視會導致失明。

() 3. 近視達到500度以上，就是高度近視。

() 4. 視力不良的人，一定要定期去看眼科醫師。

() 5. 近視只要配戴眼鏡就好，不需要視力保健。

12. 視力不良個案/家長視力保健認知問卷統計表

題目	視力不良個案	視力不良家長	視力不良師資	視力不良家長	評值
1. 年紀越小得到近視，變成高度近視的機會就越大。	74%	83%	100%	100%	滿意
2. 近視是疾病，高度近視會導致失明。	31%	37%	100%	100%	滿意
3. 近視達到500度以上，就是高度近視。	83%	77%	100%	100%	滿意
4. 視力不良的人，一定要定期去看眼科醫師。	91%	91%	100%	100%	滿意
5. 近視只要配戴眼鏡就好，不需要視力保健。	94%	94%	100%	100%	滿意



對視力不良學生加強視力保健衛教



標準六

6-1-2學校提供教職員工健康服務

1. 學校週三進修實施計畫

2. 教師視力保健增能研習

4. 教職員工視力關懷追蹤紀錄表

6. 提供教職員工視力保健服務

- (一) 嘉義縣立國民中小學教師進修研習作業委員會。
(二) 本校 105 學年度教務工作計畫。
- 二、目的：
(一) 建構國語學習型組織，提升教師專業知識。
(二) 培養學校語言人才資源，落實學校本位課程。
(三) 安排多元學習活動，凝聚成員向心力。
- 三、實施時間：每週三下午 1:30-4:30
- 四、實施對象：全體教師(編員)。
- 五、進修內容：
(一) 課程領域教學研究。
(二) 行政業務教育宣導。
(三) 文康活動。
- 六、實施辦法：
(一) 教務處於學期初調查同仁研習內容意見表，根據教師意見與學校行事曆，編製進修項目表。
(二) 校務會議討論校內教師之專長或能力輸送擔任或聘請校外專家到校指導。
(三) 研習時間 13:30-16:30。
(四) 區域策略聯盟進修，列入進修項目。
- 七、經費來源：辦公費、支農活動費、上課補助。
- 八、預期成效：透過團隊學習，增加教師教學知識，提供成員互動機會，凝聚成員對學校的向心力。
- 九、本計畫依據 校長核可後實施，修正亦同。



<照片 3> 研習互動情形。



3. 教師扯鈴社群研習活動



圖一：扯鈴社團討論今年進修與目標。



圖二：教師社的教學影片欣賞。



圖三：教師社的初階形式練習。



圖四：教師社的進階形式練習。



圖五：導師示範指導學生技巧。



圖六：教師彼此教學及練習心得討論分享。

嘉義縣立南興國民小學 105 學年度教職員工視力關懷追蹤紀錄表

姓名	進鏡	數光	遠光	主學前驗光內容	追蹤視力	備註	下學期驗光內容	追蹤視力	備註	
潘善忠	500	400		1. 標準驗光 2. 電腦驗光 3. 電腦驗光 4. 電腦驗光 5. 電腦驗光 6. 電腦驗光 7. 電腦驗光 8. 電腦驗光 9. 電腦驗光 10. 電腦驗光 11. 電腦驗光 12. 電腦驗光 13. 電腦驗光 14. 電腦驗光 15. 電腦驗光 16. 電腦驗光 17. 電腦驗光 18. 電腦驗光 19. 電腦驗光 20. 電腦驗光 21. 電腦驗光	500	400		1. 標準驗光 2. 電腦驗光 3. 電腦驗光 4. 電腦驗光 5. 電腦驗光 6. 電腦驗光 7. 電腦驗光 8. 電腦驗光 9. 電腦驗光 10. 電腦驗光 11. 電腦驗光 12. 電腦驗光 13. 電腦驗光 14. 電腦驗光 15. 電腦驗光 16. 電腦驗光 17. 電腦驗光 18. 電腦驗光 19. 電腦驗光 20. 電腦驗光 21. 電腦驗光		
王繼博	500	400		1. 標準驗光 2. 電腦驗光 3. 電腦驗光 4. 電腦驗光 5. 電腦驗光 6. 電腦驗光 7. 電腦驗光 8. 電腦驗光 9. 電腦驗光 10. 電腦驗光 11. 電腦驗光 12. 電腦驗光 13. 電腦驗光 14. 電腦驗光 15. 電腦驗光 16. 電腦驗光 17. 電腦驗光 18. 電腦驗光 19. 電腦驗光 20. 電腦驗光 21. 電腦驗光	500	400		1. 標準驗光 2. 電腦驗光 3. 電腦驗光 4. 電腦驗光 5. 電腦驗光 6. 電腦驗光 7. 電腦驗光 8. 電腦驗光 9. 電腦驗光 10. 電腦驗光 11. 電腦驗光 12. 電腦驗光 13. 電腦驗光 14. 電腦驗光 15. 電腦驗光 16. 電腦驗光 17. 電腦驗光 18. 電腦驗光 19. 電腦驗光 20. 電腦驗光 21. 電腦驗光		
黃善清	1000	1000	250	250						

5. 教職員工視力保健諮詢紀錄表

105.09.13	王○○	最近不知道為什麼常常覺得眼睛澀澀的很不舒服。	1. 提供視力保健常識資訊。 2. 建議至眼科視診，讓眼科醫師詳細檢查評估。
105.09.30	邱○○	請問為什麼最近常感到眼睛刺痛，今天早上起床感覺左眼上眼皮一處不舒服會痛，怎麼會這樣到底要如何預防呢？	1. 提供視力保健常識資訊。 2. 建議至眼科視診，讓眼科醫師詳細檢查評估。
105.11.03	李○○	最近不知道為什麼常常覺得眼睛澀澀的很不舒服。	1. 提供視力保健常識資訊。 2. 建議至眼科視診，讓眼科醫師詳細檢查評估。
106.01.12	顏○○	我的二年前女兒因眼科診所視力檢查，醫生說她不是近視是散光性近視，現在每星期上學前都要配戴隱形眼鏡。	1. 提供視力保健常識資訊。 2. 建議至眼科視診，讓眼科醫師詳細檢查評估。

嘉義縣南興國小 105 學年度視力保健成果

高關懷教職員工及視力保健諮詢健康服務活動照片



<照片 1> 護理師對高度近視教職員工持續關懷個案管理。



<照片 2> 提供視力保健諮詢健康服務並協助點眼藥治療。

嘉義縣立南興國民小學 105 學年度第一學期週三校內進修實施項目

序次	日期	進修內容	講師或主持人	地點	備註 (週次)
1	08.31	期初校務會議	校長	圖書室	第1週
2	09.07	環境教育校外參訪	李善清	義軒亭	第2週
3	09.14	家庭教育	李宜奇	第3週	第3週
4	09.21	轉進教學研習-桌球5	李宜奇	第4週	第4週
5	09.28	轉進教學研習-桌球6	李宜奇	第5週	第5週
6	10.05	轉進教學研習-自由軟體在教學上的應用	孫仲凱	電腦教室	第6週
7	10.12	轉進教學研習-桌球7	李宜奇	第7週	第7週
8	10.19	轉進教學研習-桌球8	李宜奇	第8週	第8週
9	10.26	轉進教學研習-桌球9	李宜奇	第9週	第9週
10	11.02	健康講座-視力保健專題(長庚醫院)	健康中心	第10週	第10週
11	11.09	家庭教育研習	李宜奇	第11週	第11週
12	11.16	兒童保護研習	校長	第12週	第12週
13	11.23	教學與命題研討	李宜奇	第13週	第13週
14	11.30	人際溝通教育研習	李宜奇	第14週	第14週
15	12.07	急救教育研習	健康中心	第15週	第15週
16	12.14	資訊安全研習	孫仲凱	電腦教室	第16週
17	12.21	品德教育研習	李宜奇	第17週	第17週
18	12.28	環境教育研習	李宜奇	第18週	第18週
19	01.04	教師專業發展研習(外聘)	李宜奇	第19週	第19週
20	01.11	教學與命題研討	李宜奇	第20週	第20週
21	01.18	期末校務會議	校長	圖書室	第21週



標準六

6-2-1 學校健康中心設施基準 符合教育部訂定

健康中心視力檢查器材設備均符合教育部規定

添購新式視力檢查設備

- 查、依據
- 一、教育部 98 年 5 月 25 日台教(三)字第 0980068967C 號令(中華民國 100 年 8 月 3 日教育部台體(二)字第 1000119047C 號令修正)，為落實學校衛生法第六條第二項及其施行細則第四條規定，特訂定本基準。
 - 二、學校應結合家庭與社區人力及資源，運用健康中心設施提供健康檢查與管理、緊急傷病處理、衛生諮詢、協助健康教學，並辦理健康促進活動。
 - 三、本基準係依學生數訂定最低設備需求量，特殊教育學校依學生特性予補充，以符合實際需求。
 - 四、健康中心設備應由專業人員負責妥善管理。
 - 五、學校聘有校醫與藥師駐診時，依相關規定另行增加所需空間、器材及藥品等設施。
 - 六、特殊疾病有緊急用藥之虞者，應依據醫師開立之診斷書及醫囑，由學生家長(監護人)主動提供藥品(含相關用品)備用。突發重大傷病者，應依緊急醫療救護相關法令為之。
 - 七、各級主管教育行政機關應逐年編列預算，充實學校健康中心設備。
 - 八、一般環境及內部設計：

- (一) 一般環境：
 1. 健康中心應設於校園中心，地點適中、環境幽靜、採光及通風良好，為便利傷病師生使用及救護車、擔架、輪椅進出，應位於一樓，並設置無障礙空間。
 2. 考量處理緊急傷病時應有清潔環境，及事後避免造成污染，並於施行健康檢查時確保個人隱私，健康中心應為獨立空間。
 3. 健康中心面積以一間普通教室大小(約六十三平方公尺)為原則，並視學校總學生數酌予增減。

1	閱覽用桌椅	○	套	1	1	1	可用
2	儀表簿冊存放櫃	○	座	1	1	1	可用
3	健康記錄卡片櫃	○	座	1	1	1	可用
4	物品儲存櫃	○	座	1	1	1	可用
5	傷病處理器材櫃	○	座	1	1	1	可用
6	健康櫥窗	○	座	1	1	1	可用
7	鏡子	○	面	1	1	1	可用
8	冰箱(雙門含冷凍庫)	○	台	1	1	1	可用
9	開水機	○	台	1	1	1	可用
10	時鐘	○	座	1	1	1	可用
11	直撥手機的專線電話	○	台	1	1	1	可用
12	個人電腦(含網路設施及周邊設備)	○	台	1	1	1	可用
13	印表機	○	台	1	1	1	可用
14	數位相機	△	台	1	0	0	可用

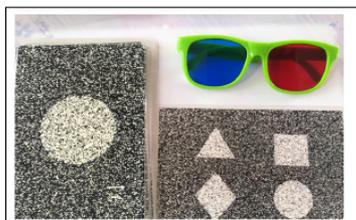
(二) 保健、傷病處理器材：

編號	項目	單位	設置數量及備註			
			<1000人	設置情形	備註	可用狀態
1	休息、候診用椅	○	座	2	2	可用
2	血壓計	○	台	1	1	可用
3	聽診器	○	台	1	1	可用
4	布質捲尺	○	把	1	1	可用
5	身高測量器	○	座	1	1	可用
6	體重測量器	○	座	1	1	可用
7	體溫測量器具	○	盒	2	3	可用
8	視力檢查圖	○	冊	2	2	可用
9	亂點立體圖(國小設置)	○	冊	2	2	可用
10	辨色力檢查本	○	冊	2	2	可用
11	站燈(檢査用燈)	○	座	1	1	可用
12	隱私屏障物	○	面	1	1	可用
13	不銹鋼換藥車組	○	台	1	1	可用
14	醫盆	○	個	1	1	可用
15	治療盤(含清潔治療巾)	△	盒	1	0	可用
16	抗折放大鏡尖錐	△	盒	1	0	可用
17	有齒鑷	△	盒	1	1	可用
18	無齒鑷	△	盒	1	2	可用
19	繃帶剪	○	盒	1	1	可用
20	一般剪刀	○	盒	1	1	可用

參照第十一點規定配置							
25	攜帶式人工聽醒器(如圖一)	○	組	1	1	1	可用
26	活動式抽吸器(如圖二)	○	組	1	1	1	可用
27	攜帶式氧氣組(如圖三)	○	組	1	1	1	可用
28	氧氣隨身包	△	包	1	0	0	可用
29	口袋型面罩(學校護理人員專用)	○	組	1	1	1	可用
30	軀幹固定器(如圖四)	○	組	1	1	1	可用
31	可調式頸圈	○	個	2	2	2	可用
32	骨折(肢體)固定器(板)	○	套	2	2	2	可用
33	輪椅	○	台	1	1	1	可用
34	拐杖	△	根	1	0	0	可用
35	擔架	○	組	1	1	1	可用
36	三角巾(90x90x150公分)	○	打	4	4	4	可用
37	觀察床(含床墊)	○	套	2	2	2	可用
38	棉被、枕頭、被套、床單	○	套	4	4	4	可用
39	吹風機	○	臺	1	1	1	可用
40	酒精比重計 50-100%	△	個	1	0	0	可用
41	聽覺安枕	○	具	1	1	1	可用

品名	數量	規格	備註		
健枕	1 張	簡易編(0x編)	20 片 塑膠袋	2 個	
生食食鹽水 20cc	5 瓶	剪刀	1 把	手套	1 付
滅菌紗布	2 包	壓舌板 10 片/包	1 包	口罩	1 個
三角巾	2 條	仰冷冰袋	1 個	清涼劑	1 瓶
滅菌棉籤 10 支/包	2 包	體溫測量器具	1 支	止血帶	2 條
彈性繃帶	1 捲	透氣膠帶	1 捲		

- 十二、補充規定：
- (一) 本基準所列一般環境及內部設計係以單一校區作規劃，學校有分校或多校區，應個別設置。
 - (二) 本基準所列相關器材，得視實際需要，適時更新與補充，並隨時維護及注意有效期限，以發揮功能。
 - (三) 除本基準所列之項目外，學校得視實際需求自行添購其他項目。
 - (四) 本基準所附相關器材圖片提供參考。
 - (五) 採購之藥物應有行政院衛生署核准字號，且藥物之供應或儲放等事項，除學校衛生法或其他法律有特別規定者外，應符合藥事法及藥師法之相關規定。



亂點立體圖



辨色力檢查本

教案分享

教學主題：我EYE健康行動派



教案分享

單元一我EYE健康知能大補帖



教案分享

單元二我EYE健康創意家



教案分享

單元三我EYE健康行動劇場



結語

支持



陪伴

- * 近視防治治本之道，應自學齡前幼童階段做起，密切監測視力變化，嚴謹配合護眼措施，從小養成健康用眼行為。
- * 本校運用多元策略推動並結合現有體系及資源，透過親師生及社區民眾的參與，培育學生具備健康自主管理能力，認知近視是疾病，並養成均衡飲食、規律運動、定時作息、3010眼安康、戶外活動防近視、定期就醫控度來防盲的好習慣，達成「健康成長、多元學習」美麗願景。

感謝 大家的凝聽

