

嘉義縣布袋鎮貴林國民小學 100 學年度健康促進學校成果報告

壹、健康需求評估及校內達成共識情形

一、健康需求評估：

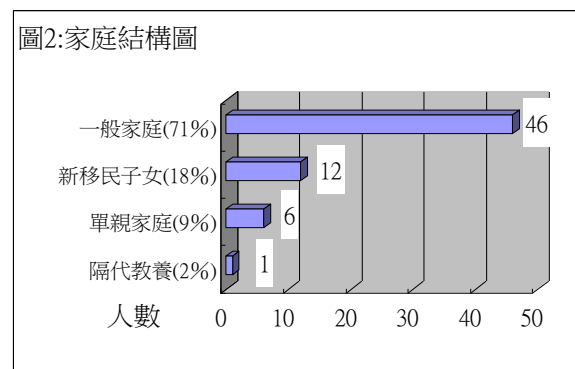
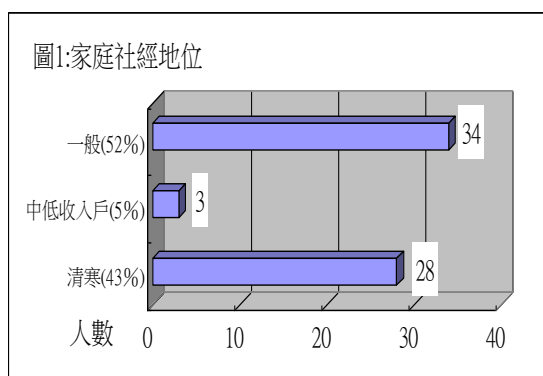
依學校背景、家長社經地位、全校健康檢查結果、上學年健康促進執行成效、導師及家長日常觀察，進行現況分析與需求評估。

(一) 學校背景分析：

1. 本校坐落於嘉義縣布袋鎮、朴子市及東石鄉的交界，學校教職員工 15 人，國小部 6 班、學生 73 人；幼稚園 1 班、學生 11 人，為偏遠小學。
2. 學區內無診所，就醫需至隔壁的朴子市，路程遠，造成家長意願不高，學生就醫診治率偏低。
3. 學校規模雖小，師生感情融洽，與社區家長互動密切，親師生配合程度高，對健康促進議題更是全面投入推動，共同建構『健康』『永續』『陽光貴林』學校願景。

(二) 家長社經地位分析：

學區家長多屬農漁工勞動階級，社經地位較低，缺乏健康生活型態相關知識（如圖 1）。又本校單親家庭、新移民子女及隔代教養學童比例高達 29%（如圖 2），家庭健康照護效能不佳。



(三) 全校健康檢查結果分析：

根據 100 學年度學生健康檢查結果，視力保健、口腔衛生及健康體為三項指標（如表一）：

表一 100 學年度學生健康檢查指標

項目	指標名稱	100 學年度 平均數	嘉義縣 平均數	全國 平均數
視力 保健	學生裸視視力不良率	28.77	50.38	60.31
	學生視力不良就醫率	100	86.87	68.18
	學生矯視視力不良率	0	6.84	8.81
	學生視力不良複檢率	100	85.79	55.35
口腔 衛生	學生初檢齲齒率	60.87	52.74	43.75
	學生齲齒複檢率	100	83.92	71.6
健康 體位	學生體位過輕比率	16.44	16.25	19.99
	學生體位肥胖比率	13.7	15.96	13.63

從表 1 中顯示，學生「初檢齲齒率」高於全縣平均數及全國平均數，顯示學生口腔衛生有待加強；「體位肥胖比率」略高於全國，但低於全縣，需加注意。其他，如視力保健各方面表現都遠低於全國或全縣，就醫率及複檢率都達到 100%，顯示學校護理人員之用心。

(四) 上學年健康促進執行成效分析：

需求評估 (前測)	推動 議題	預訂績效指標	成效評估 (後測)	學生具體行為改變
體位適中率：60.81% 體位過輕率：12.16% 過重肥胖率：27.03%	健康 體位	體位適中率達到 60% 過重肥胖率下降 2%	體位適中率：60.81% 體位過輕率： 15.38% 過重肥胖率：21.54%	了解營養飲食，減少喝含糖飲料
吸菸學生數：0	菸害 防制	至少辦理宣導活動 2 場次；達到零吸菸。	宣導場次 4 場次 吸菸學生數：0	了解菸害新規定。能影響家中成員減少吸菸及二手菸危害。
初檢齲齒率 一年級：73.33% 四年級：83.33% 複檢率：100%	口腔 保健	降低初檢齲齒率 2% 或達到複檢率 95%。	初檢齲齒率 一年級： 75% 四年級：42.86% 複檢率：100%	能知道含糖飲料對身體危害。校園內亦未發現學生飲用含糖飲料。能主動餐後潔牙。
裸視視力不良率：17.57% 複檢率：84.61%	視力 保健	降低裸視視力不良率 1% 或達到複檢率 90%。	裸視視力不良率： 20.31% 複檢率：100%	下課都能到室外活動。都能明瞭「輕鬆遠眺」要領。

急救教育認知正確率：75.4% 溺水事件： <u>0</u> 件	安全 教育 急救	至少辦理宣導活動 2 場次；減少意外事故 5%，急救教育認知正確率至 92%，溺水事件維持零發生。	急救教育認知正確率：95% 溺水事件： <u>0</u> 件 都能正確的使用遊樂器材。 校安通報意外事故 <u>0</u> 件。 清楚辨別危險地區並遠離。
-------------------------------------	-------------------------	---	---

(五) 導師及家長日常觀察分析：

1. 學生未養成規律運動，造成身體活動量不足。
2. 正確飲食習慣未落實，偏愛高熱量零食及含糖飲料。
3. 閱讀寫字姿勢不良，眼睛未充份休息。
4. 刷牙方法未見落實，造成學生齲齒罹患率偏高

二、校內達成共識情形：

凝聚學校、社區成員共識，學校透過下列策略執行，讓學校教職員工、學生、家長、社區能共同營造健康永續環境。

- (一) 將健康促進推動小組提升至學校衛生委員會並定期召開會議，進行校內健康需求評估，確立議題及處理之優先順序，擬定健康促進學校工作實施策略及達成指標，並落實追蹤評量與輔導機制。
- (二) 召開課程發展委員會，結合學校本位課程，擬定學校健康課程。
- (三) 召開校務會議，將健康促進執行細項納入行事曆，落實執行。
- (四) 於每週四召開行政會議及每週五全校教師朝會，辦理健康促進學校理念說明，建立全校教職員工之共識。
- (五) 透過家長會、家長日、班親會說明及配合節慶活動，辦理健康議題宣導及成果發表，建立社區支持環境。

三、確立 100 學年度健康促進學校推動議題：

綜合上述現況分析，考量縣級指標及學校現況，經學校衛生委員會決議通過本學年度推動議題：

- (一) 必選議題：健康體位、口腔保健、視力保健、菸害防制、性教育及正確用藥。
- (二) 自選議題：安全教育急救。

貳、具體有效作為

一、學校衛生政策具體可行-善用會議溝通觀念、數字管理達成願景：

- (一) 依學校傳統特色、師生特質、家長期望及社區資源，凝聚「健康永續·陽光貴林」願景共識，彰顯學校推動健康決心。
- (二) 定期召開學校衛生委員會，決定「健康促進學校工作小組」及年度執行計畫，評估學校健康問題現況與需求，討論健康促進學校推動計畫，將課程、活動納入行事曆。
- (三) 不定期上傳學校健康促進成果至「台灣健康促進學校」輔導網路及縣網，連續3年互動積分皆名列全國10名內。
- (四) 制定教師獎勵制度及貴林兒童生活護照，鼓勵教師參與，獎勵學生優良成長表現，在期末結業式公開表揚落實健康行為學生。
- (五) 推動安全校園，依學校安全檢核表進行各項檢核。

二、健康服務積極主動---強化優質保健諮詢、促進成員身心健康：

- (一) 健康中心設置適當寬敞、設備充足、並有專人管理；護理人員差假亦確立職務代理順序(→訓導組長→教導主任)。
- (二) 學生健康資訊化管理，建立體位不良個案管理，實施飲食、身體活動之前測、後測等調查，成立體控班，協助改善體位。
- (三) 提供衛生保健書籍，供師生參閱及提供保健諮詢服務，且不定期提供師生簡易健康檢查，如身高體重、血壓及血糖測量。
- (四) 邀請牙醫師公會蒞校進行學生口腔齲齒檢查及治療。
- (五) 學年度指導學生正確使用新型課桌椅，依新型課桌椅對號入座。
- (六) 結合護眼行動、營養教育，設置健康步道，提高學生運動樂趣。

三、課程活動多元融入 ---發展課程融入教學、提升健康促進效能

- (一) 提昇教職員生對於健康議題的認知及認同，指派參加研習，將健康議題納入週三進修，舉辦各項議題學藝競賽及宣導活動。
- (二) 發展學校本位課程，研發健康促進議題教學方案，進行實證型行動研究，並參加健康促進國際研討會發表。
- (三) 訂定體育教學計畫，並推動體育教學正常化，每學年進行一次體適能檢測，推展體適能活動。
- (四) 依教師專長及學生需求成立運動社團、實施游泳教學、舉辦班際體

育競賽、參與校際競賽，規劃寒暑假營隊，辦理健康促進嘉年華，規劃多元化闖關活動，讓親子及民眾共同參與。

- (五) 課間進行望遠凝視及健康操，增進師生眼睛休息時間、午餐後統一實施餐後潔牙、週二由小天使帶領實施含氟漱口水漱口。
- (六) 將健康議題納入校刊徵文，融入語文教育及閱讀運動。

四、物質環境力求完善---建構完善學習環境、營造健康永續校園

- (一) 定期檢查各項校園設施並進行維護工作，清查校園危險角落及繪製學區校園危險區域圖，建構完善、安全的校園學習環境。
- (二) 設置健康專欄，在校園門口等明顯處張貼禁菸標誌，校園全面禁菸，加強宣導菸害防制。
- (三) 充實水源設備，每班教室後皆有洗手台，置放肥皂及洗手步驟；整備保健室設施器材，寬列經費購置急救設備，以備不時之需。
- (四) 全面進行教室照度檢測，增設電子式照明設施，減少眩光機會，保護師生視力。
- (五) 裝設太陽能光電板，落實節能減碳，推動無紙運動，全面實施垃圾分類、資源回收、廢電池回收作，為地球環保盡一份心力。
- (六) 定期水塔清洗與飲水設施檢修，提供師生安全飲用水。
- (七) 落實安全設施—裝置保全系統、監視系統、無障礙設施、火災廣播及疏散圖、危險角落警告標語並設置緊急求救按鈕。

五、精神環境天人合一---尊重人性關懷接納、建立互信和諧氛圍

- (一) 結合現有教育重點，如友善校園、校園核心文化價值，善用聯絡簿、班親會等機制，共同提醒親師生落實健康生活。
- (二) 建立獎勵辦法，制定生活教育實施計畫，藉由具體的日常要求，改善學生生活習慣。
- (三) 檢修學校現有法令規章，落實教師輔導管教辦法，強調自主人性管理，營造溫馨氣氛。
- (四) 配合家長日辦理講座或座談，加強健康觀念及健康行為，獲得支持性環境之共識。
- (五) 強化導師功能，落實家訪工作，建立學生背景資料，熟練危機處理

流程，以消弭危機於無形。

(六) 建立楷模學習--每週遴選禮貌小天使、學年辦理模範生競選，並遴選衛生小天使。

六、社區關係共榮共享---結合社區資源網絡、達成全面健康防護

(一) 利用班親會、家長委員會、運動會、親職講座..宣導學校辦理健康議題訊息，達成推動健康議題共識與推動決心。

(二) 結合學術單位、轄區衛生所、醫療院所等資源，提供校園豐富的健康促進資訊，辦理相關活動。

(三) 利用學校網頁建立相關資訊，配合校刊或期刊行銷健康理念，提供健康促進資訊。

(四) 與他校建立夥伴關係，進行健康議題的交流觀摩與經驗分享。

(五) 開放學校場地提供假日親子的活動空間，鼓勵家長陪伴學生進行課後體能或休閒活動，增進健康與親子關係。

(六) 與派出所保持密切聯繫，遴選優良商店，建立安全上學通道。

參、計畫預期達成指標及成效評估

需求評估問題 (前測)	推動 議題	▲縣本預訂指標 ●校本預訂指標	成效評估 (後測)	學生具體行為改變
體位適中率： 46.3% 過重肥胖率： 31.3% 體位過輕率： 22.4%	健康 體位	▲提高健康體位適 中率 2%或達到 60 % ▲降低過重肥胖比 率 2%或低於 28% ●降低過輕比率 2 %	體位適中率： 56.9% 過重肥胖率： 26.4% 體位過輕率： 16.7%	學生對自己體型的 重視。 能主動運動並注意 飲食。
初檢齲齒率 一年級：75% 四年級：42.86% 平均：58.93% 複檢率：100%	口腔 保健	▲降低初檢齲齒率 2%或達到複檢率 95% ▲每日平均潔牙次 數達 2.5 次 ●就醫率達到 95%	初檢齲齒率 一年級：75% 四年級：41.67% 平均：58.34% 複檢率：100% 每日平均潔牙次數： 3.3 次 就醫率 100%	學生能主動餐後潔 牙。含氟漱口水學 生達 95%
矯視視力不良率： 1.5% 複檢率：100% 視力保健行動平 均達成率：75%	視力 保健	▲降低矯視不良率 1% ▲學生視力保健行 動平均達成率 85 %	矯視視力不良率：0% 視力保健行動平均達 成率：90%	下課都能到室外活 動。 都能明瞭「輕鬆遠 眺」及「護眼操」 要領。

吸菸學生數：0	菸害防制	▲至少辦理宣導活動 2 場次 ▲達到零吸菸	宣導場次 4 場次 吸菸學生數：0	能勸導家中成員減少吸菸及避免二手菸危害。
性教育認知正確率：32%	性教育	▲至少辦理宣導活動 2 場次 ▲性教育認知正確率提升至 90%	性教育認知正確率： 79%	學生知道自我保護。
五大能力認知正確率：89%	正確用藥	▲五大能力認知正確率達到 90% ●遵醫囑率達到 80%	五大能力認知正確率：92% 遵醫囑率達到 84%	學生都能知道「用藥問藥師」基本概念。
急救教育認知正確率：75.4% 溺水事件： <u>0</u> 件	安全教育急救	▲至少辦理宣導活動 2 場次 ▲急救教育認知正確率達到 90% ▲溺水事件維持零發生。 ●意外傷病發生率下降 10%	宣導場次 6 場次 急救教育認知正確率：95% 溺水事件： <u>0</u> 件 意外傷病發生率下降 21%	都能正確的使用遊樂器材。 校安通報意外事故 <u>0</u> 件。 能清楚辨別危險地區並遠離。

肆、檢討及改進：

一、檢討方面：

(一) 本學年度各項健康議題大都達到縣本或校本指標，但因前後測問卷改為網路填報，學生認知率有偏低現象。另如性教育問卷因題目過於深奧，超出學生理解範圍，故未達成預定指標，未來將著重於學生自我保護教育。

(二) 健康體位方面，由於期初轉入多位學生，體位皆屬肥胖，讓學校過重肥胖比率一直無法有效下降。

二、改進方面：

(一) 一年級初檢齲齒率高達 75%，遠遠超過全國平均數，未來應加強附幼學生口腔衛生教育。

(二) 未來應善用現有健康數據指標，隨時提醒親師，隨時改進介入策略，以做到有的放矢，有效解決學生健康問題。



召開校務會議執行細項
納入行事曆.jpg



建立社區支持環境營造
健康氛圍.jpg



加強水上技能實施游泳
教學.JPG



加強家長知能舉辦口腔
教育.jpg



全面照明檢測保護學童
視力.JPG



定期飲水檢測提供安全
用水.jpg



建立獎勵機制表揚健康
行為.jpg



健全學習楷模遴選校模
範生.jpg



強化危機處理落實防災
演練.jpg



強化教師技能實施急救
訓練.jpg



期初桌椅調整依身高入
坐.jpg



結合社區資源關懷弱勢
學童.jpg



結合營養視力教育設置
健康步道.JPG



落實友善校園營造溫馨
氛圍.jpg



落實垃圾減執行資源回
收.jpg



落實健康服務強化健康
中心功能.jpg



運用社會資源提供健康
資訊.jpg



遊樂器材指導落實安全
教育.jpg



實施多元閭關辦理體適
能嘉年華.JPG



實施營養教育指導均衡
飲食.jpg



融入多元活動辦理學藝
競賽.jpg



辦理全校反毒拒菸拒檳
宣示.JPG



辦理禁菸宣導校園全面
禁菸.JPG



辦理體適能檢測評估身
體適能.jpg



遴選健康天使實施健康
教育.jpg