

# 高雄市立中崙國民中學 106 學年度「健康促進學校」計畫

## 一、計畫緣起：

健康是人生最重要的財富，有健康的身體與心裡，才有美好的未來。教育部因應世界潮流新觀念，發起「健康促進學校計畫」，其目的不但利於學生健康成長，學校的教職員工、家長及社區居民皆能蒙受其利，享有健康的觀念與生活。

本校主要學生來源為中崙社區，社區家長以勞工階級居多，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知能。此外，中崙社區單親及隔代教養家庭比率稍多，家長忙於生計，對於學童健康關心有餘，照料不足。

本計畫期望藉由學校團隊基礎擴大推展，引導學生關心自己的健康，產生健康風氣後繼而推廣到家庭、社區，使社區民眾獲得正向的健康態度、健康知能，養成健康行為，營造健康的社區氣氛。

## 二、依據：

依據高雄市政府103.10.27 高市教健字第10337440200號函辦理。

## 三、健康議題：

- (一) 健康體位
- (二) 健康飲食
- (三) 健康運動
- (四) 菸害防治
- (五) 正確用藥
- (六) 性教育含愛滋病防治

## 四、實施對象：本校教職員工、學生、社區家長

## 五、執行期間：106.08.01-107.06.30

## 六、計畫目標：

第一階段：將健康促進的觀念推展至全校教職員工，組織健康促進推動小組，凝聚共識，擬定政策與行事曆，發展推動健康促進學校的行動力。

第二階段：將健康促進的觀念推展至全校學生，讓學生具備關心自己健康的知能、培養重視身體健康的態度，養成健康生活的技能。

第三階段：將健康促進的觀念由學生推展至社區家長，讓社區家長發展出較優質的健康生活模式，營造健康家庭、健康社區。

七、計畫內容：

目的	執行內容	執行時間	辦理單位
一、健康體位	1-1 成立健康促進委員會，組成健康促進工作團隊。	106.09	健促委員
	1-2 依學校之現況及特色，擬定本校健康促進實施計畫，並列入行事曆。	106.08	體衛組
	1-3 建立學生健康檔案。	106.08-107.07	健康中心
	1-4 辦理健康檢查，建置體位異常學童資料並定期追蹤其健康狀況。	106.09-107.07	健康中心
	1-5 成立體位班。	106.09-107.05	體衛組
	1-6 配合健康教育課程，將健康體位議題融入課程中。	106.09-107.06	教務處
	1-7 透過衛教資料提供學生、家長正確健康體位觀念，並於校園內張貼海報或衛教資料，或利用校網進行宣導。	經常性	體衛組
	1-8 週會時間辦理辦理健康體位相關議題講座。	經常性	體衛組
	1-9 朝會時間辦理健康體位相關議題宣導活動。	經常性	體衛組
二、健康飲食	2-1 週會時間辦理辦理健康飲食相關議題講座。	經常性	體衛組
	2-2 朝會時間辦理健康飲食相關議題宣導活動。	經常性	體衛組
	2-3 透過衛教資料提供學生、家長正確健康飲食觀念，並於校內張貼海報或衛教資料，或利用跑馬燈進行宣導。	經常性	體衛組
三、健康運動	3-1 配合健體領域及綜合領域教學，將健康體位議題融入教學課程。	106.09-107.07	教務處
	3-2 落實體育正常教學活動，並辦理體適能檢測，對於體能待加強學生給予適當運動處方及輔導。	106.09-107.07	體衛組
	3-3 辦理學生跑步認證運動社團。	每天	體衛組
	3-4 辦理全校性班際運動競賽（兩人三腳接力賽、三對三籃球賽、跳繩比賽、大隊接力等）。	106.09-107.07	體衛組

四、 菸 害 防 治	4-1 週會時間辦理辦理菸害防治相關議題講座。	經常性	學務處
	4-2 朝會時間辦理菸害防治相關議題宣導活動。	經常性	學務處
	4-3 校園內張貼海報或衛教資料，或利用校網進行宣導。	經常性	學務處
	4-4 辦理菸害防治學藝競賽。	106.09-107.06	學務處
	4-5 辦理學生社區服務-走入社區宣導。	106.09-107.12	學務處
五、 正 確 用 藥	5-1 週會時間辦理辦理正確用藥相關議題講座。	106.09-107.12	學務處
	5-2 朝會時間辦理正確用藥相關議題宣導活動。	106.09-107.12	學務處
	5-3 配合健體領域，將正確用藥議題融入課程中。	106.09-107.12	教務處
	5-4 辦理防制藥物濫用相關學藝競賽。	106.09-107.12	學務處
	5-5 辦理社區清潔服務暨健康路跑活動，進入社區宣導。	107.03	學務處
六、 性 教 育 含 愛 滋 病 防 治	3-1 配合健體領域及綜合領域教學，將性教育議題融入教學課程。	106.09-107.07	教務處
	3-2 週會時間辦理辦理性教育暨愛滋病防治相關議題講座。	經常性	體衛組
	3-3 朝會時間辦理性教育暨愛滋病防治相關議題宣導活動。	經常性	體衛組
	3-4 班親會時間辦理性教育暨愛滋病防治家長宣導。	106.09 107.02	學務處 輔導室
	3-5 辦理藝文競賽與活動，提升師生基本正確愛滋病防治觀念。	106.12	學務處
	3-6 配合愛滋病防治月，辦理系列宣導活動。	106.12	學務處

## 八、人力配置

職 稱	姓 名	職 稱	主要工作項目
主任委員	陳金燈	校 長	策劃督導本校健康促進相關業務之推行。
副主任委員	家長會長	家長會長	策劃督導相關業務之推行，協助家長協調。
副主任委員	蘇美利	教務主任	綜理促進健康之課務活動，協助行政協調。
副主任委員	林家豪	輔導主任	綜理促進健康之學生輔導，協助行政協調。
副主任委員	陳俊呈	總務主任	綜理促進健康相關活動後勤支援，協助行政協調。
總幹事	方美惠	學務主任	綜理促進健康之師生相關活動，協助行政協調。
副總幹事	李佩綺	衛生組長	執行承辦健康促進相關活動。
教學組	顏孝樵	教學組長	執行承辦健康議題融入教學相關課程。
生教組	黃尉豪	訓育組長	執行承辦學生健康生活行為、習慣之輔導。
健康組	林嘉英	護理師	執行承辦追蹤全校教職員工生之健康情形及相關宣導活動。

## 九、獎勵辦法：

承辦本案相關活動，克盡職責圓滿完成任務之人員，依高雄市立各級學校及幼稚園教職員工獎懲標準補充規定辦理敘獎。

十、本計劃經校長核定，修正時亦同。

承辦人：

主 任：

校 長：

## 八、人力配置

職 稱	姓 名	職 稱	主要工作項目
主任委員	陳金燈	校 長	策劃督導本校健康促進相關業務之推行。
副主任委員	家長會長	家長會長	策劃督導相關業務之推行，協助家長協調。
副主任委員	蘇美利	教務主任	綜理促進健康之課務活動，協助行政協調。
副主任委員	林家豪	輔導主任	綜理促進健康之學生輔導，協助行政協調。
副主任委員	陳俊呈	總務主任	綜理促進健康相關活動後勤支援，協助行政協調。
總幹事	方美惠	學務主任	綜理促進健康之師生相關活動，協助行政協調。
副總幹事	李佩綺	衛生組長	執行承辦健康促進相關活動。
教學組	顏孝樵	教學組長	執行承辦健康議題融入教學相關課程。
生教組	黃尉豪	訓育組長	執行承辦學生健康生活行為、習慣之輔導。
健康組	林嘉英	護理師	執行承辦追蹤全校教職員工生之健康情形及相關宣導活動。

## 九、獎勵辦法：

承辦本案相關活動，克盡職責圓滿完成任務之人員，依高雄市立各級學校及幼稚園教職員工獎懲標準補充規定辦理敘獎。

十、本計劃經校長核定，修正時亦同。

承辦人：

教師兼任 李佩綺  
衛生組長

主任：

教師兼任 方美惠  
學務主任

校長：

高雄市立校長 陳金燈