

教育部國民及學前教育署
111 學年度健康促進學校輔導計畫
「前後測成效評價」成果報告

研究題目：

有健保足好！乎你健康快樂免煩惱！——
「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」
以「支持性環境與素養導向課程」介入之成效探討

研究機構：嘉義縣太保市新埤國民小學

研究人員：陳怡君校長、侯淑菁組長、吳汶憲老師

嘉義縣聘任督學
指導者：前民雄國中校長 黃俊豪
中央輔導委員

中華民國 112 年 04 月 11 日

品閱新埤花園學校

目 錄

「前後測成效評價」策略與成效摘要表.....	04
摘要.....	08
壹、前言.....	10
一、研究源起.....	10
二、需求評估—SWOT 分析.....	10
三、文獻探討.....	11
貳、研究目的.....	14
一、總目標.....	14
二、量性目的.....	14
三、質性目的.....	14
參、研究設計.....	15
一、設計理念.....	15
二、研究架構.....	17
肆、研究方法.....	18
一、研究對象.....	18
二、研究工具.....	18
三、研究過程.....	20
四、實際介入研究策略—健康素養融入生活技能教學.....	21
五、實際介入研究策略—其它推動策略.....	22
伍、研究結果.....	27
一、活動介入後的量性成效.....	27
二、活動介入後的質性成效.....	34
陸、結論與建議.....	39
一、結論.....	39

二、建議	39
柒、參考文獻	41
附件 1 學校衛生暨健康促進委員會紀錄	42
附件 1-1 嘉義縣新埤國小 111 學年度推動全民健保(含正確用藥)實施計畫	50
附件 2-1 校長公開授課—素養導向課程教案	66
附件 2-2 校長公開授課—素養導向課程 PPT	78
附件 2-3 校長公開授課—課前會談紀錄表	90
附件 2-4 校長公開授課—課中觀察紀錄表	94
附件 2-5 校長公開授課—課後回饋訪談紀錄表	112
附件 3 正向心理健康教案	115
附件 4 健康促進學習單	129
附件 5 校長簽署「新埤有愛 健康宣言」	133
附件 6 嘉義縣 111 學年全民健保議題中心學校計畫	134
附件 7 新埤國小 111 學年度辦理學校健康促進實施計畫	138
附件 8 校長給家長的一封信	150
附件 9-1 學校衛生政策成果照片	151
附件 9-2 學校物質環境成果照片	153
附件 9-3 學校社會環境成果照片	156
附件 9-4 健康生活技能與教學成果照片	169
附件 9-5 社區關係成果照片	173
附件 9-6 健康服務成果照片	179
附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片	183

有健保足好！乎你健康快樂免煩惱！—
 「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」
 以「支持性環境與素養導向課程」介入之成效探討
 「前後測成效評價」策略與成效摘要表

研究對象	四、五、六年級	人數	93人(男:47 女:46)
執行策略 摘要	<p>善用巧推(Nudge)結合行為改變的方法，以健康促進學校六大範疇進行：</p> <p>1. 學校衛生健康政策：</p> <p>(1) 成立並召開學校衛生暨健康促進委員會，將「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」議題納入全校性活動。</p> <p>(2) 校長簽署「新埤有愛 健康宣言」帶領全體同仁一同推動健康快樂校園。</p> <p>(3) 本校承攬嘉義縣全民健保及正確用藥議題中心學校任務，校長獲聘擔任嘉義縣學校衛生委員會委員及健康促進輔導團輔導委員，積極任事，擔任火車頭角色，協助全縣推動作業。</p> <p>2. 學校物質環境：</p> <p>(1) 設置健康促進「愛惜健保正確用藥暨正向心理」宣導專欄。</p> <p>(2) 學校官網首頁連結健康促進正向心理與愛惜健保、正確用藥等相關網站。</p> <p>(3) 學校 FACEBOOK 粉絲專頁進行宣導正向心理健康與愛惜健保正確用藥等健康議題。</p> <p>(4) 穿堂電子看板進行「愛惜健保 正確用藥」影音宣導。</p> <p>(5) 設置校園「樂活香草園區」與「老幼共學快樂農場」。</p> <p>3. 學校社會環境：</p> <p>(1) 制定班級健康生活守則及學生獎勵辦法，鼓勵學生實踐健康行為，並鼓勵表揚健康兒童。</p> <p>(2) 每週總導護於週一學生朝會進行品德教育與健康促進議題行為準則宣導。</p> <p>(3) 學生朝會進行健康促進正向心理、全民健保(含正確用藥)議題宣導，並辦理寓教於樂之有獎徵答活動。</p> <p>(4) 執行每日健康生活行為實踐檢核表(含寒假)。</p> <p>(5) 寒假健康促進營隊與食農園療課程，認識校園草藥植物，並結合手作藝術課程。</p> <p>(6) 成立健康促進主題書展專區，融入閱讀自主學習健康知能。</p> <p>(7) 健康促進藝文活動：書道藝術、海報創作。</p> <p>4. 健康生活技能與教學：</p> <p>(1) 辦理校長公開授課「健康課程-珍惜健保聰明就醫5知道8行</p>		

動」之教學活動。

- (2) 推動健康素養課程「正向心理健康促進全民健保(含正確用藥)」跨領域教學介入。
- (3) 辦理《生活技能與健康教育教學-以全民健保議題說起》教師增能研習(週三進修、社群)，增強教師教學技能。
- (4) 全校之學校行事時間進行健康促進議題主題宣導。
- (5) 體育教學正常化，積極推展各類學生運動社團與戶外教學活動，倡導樂活、樂食、樂動觀念，辦理校內或參與全縣運動競賽。
- (6) 結合「與校長有約話家常」關懷學子之健康狀況，提供弱勢學子及時關懷與資助。
- (7) 「火車叔叔說故事」晨光活動進行健康促進議題繪本教學。

5. 社區關係：

- (1) 規劃校慶「健康促進議題」創意進場活動，凝聚全校親師生對健康生活行為的重視，並向家長與社區民眾倡議全民健保、正確用藥等相關觀念。
- (2) 印發「校長給家長的一封信—全民健保篇」文宣。
- (3) 親師座談會宣導健促相關知能—全民健保含正確用藥、正向心理健康、健康體位、口腔保健、視力保健。
- (4) 結合社區衛生所進行健康促進議題講座活動。
- (5) 結合社區牙醫診所進行口腔保健講座活動。
- (6) 參訪社區保健藥局：太保市大樹藥局。
- (7) 結合藥師公會分送宣導品:宣導珍惜健保，遵從用藥指示。

6. 健康服務：

- (1) 健康中心諮詢與就醫關懷。
- (2) 前後測、成效檢測與統計分析。
- (3) 辦理醫院到校為教職員、家長會、志工提供全套健康檢查服務。

7. 其它特色：

- (1) 規劃「新埤之星」活動，提供學生正向參與、正向成就之表演舞台。
- (2) 落實 SH150 計畫、落實課間活動運動時間，推動正向心理健康樂動好時光：晨跑、跳繩、健身操。
- (3) 辦理多元運動性暨服務性社團，鼓勵學生建立正向情緒與關係，了解活動正向意義。
- (4) 建立老幼共學食農園療課程，促進代間五正四樂發展。
- (5) 規劃健促藝文活動：書道藝術、海報設計，有益身心發展。

<p>(6)設計執行跨議題正向心理健康生命教育教學活動，教案獲嘉義縣111學年度生命教育教學活動設計賽優等。</p> <p>(7)參加嘉義縣111學年度「英語樂學開口說」(ICRT)徵稿，拍攝學生英語口說討論含糖飲料課徵稅主題影片榮獲入選。</p> <p>(8)拍攝《食農在新埤》影片參加嘉義縣111學年度特色英語影片徵選比賽，榮獲「特優」。</p> <p>(9) 拍攝《品閱新埤 eye 家鄉-Let' s do(讀)it!》影片參加嘉義縣111學年度特色英語影片徵選比賽，榮獲「優等」。</p> <p>(10)榮獲議長盃、中小運、全縣運之桌球賽、跆拳道、角力、健身操多項個人項目冠軍及團體榮譽。</p> <p>(11)屢獲媒體報導與認同的服務學習、幸福校園、快樂共學：「新埤國小老幼共享食代 從土地到餐桌的食農教育」。</p>
--

本研究採量性統計，實施教學前後測問卷調查

研究工具： 正向心理健康全民健保含正確用藥成效評量問卷

前後測時距： 五個月

變項名稱	前測值 M(SD)或%	後測值 M(SD)或%	t 值	P 值	結果簡述	備註
對全民健保有正確認知比率	48.60 (22.15)	91.40 (12.99)	19.874	.000	對全民健保有正確認知比率成績 達顯著水準 。(P<0.05)	成對樣本 t 檢定
正確使用門急診比率	52.33 (21.65)	91.04 (22.06)	12.608	.000	正確使用門急診比率成績 達顯著水準 。(P<0.05)	
建立良好醫病關係比率	84.41 (23.29)	98.39 (8.88)	5.424	.000	在建立良好醫病關係比率成績 達顯著水準 。(P<0.05)	
正確用藥比率	91.40 (21.65)	94.62 (17.23)	1.097	.276	正確用藥比率，前後測成績未達顯著差異。	
倡議珍惜健保比率	72.04 (45.12)	90.32 (29.73)	3.202	.002	倡議珍惜健保比率 達顯著水準 。(P<0.05)	
正向心理健康 正向情緒 比率	59.14 (29.54)	91.76 (18.16)	9.145	.000	保持正向情緒比率已大幅提升， 達顯著水準 。(P<0.05)	
正向心理健康 正向關係 比率	95.70 (20.40)	97.85 (14.58)	0.815	.417	與人保持正向關係比率 些微提升 ，表現維持良好。	

質性分析成效摘要

研究工具： 嘉義縣111學年度健康促進學校全民健保(含正確用藥)議題問卷、**校長公開授課「珍惜健保正確就醫5知道8行動」之教學模組、全民健保桌遊課**

程—「醫觸即發」、課程討論單、學習單、訪問記錄單、歸納表

研究成效：

1. 學生在全民健保認知、珍惜健保行為比率，經 paired t-test 分析，**均達顯著成效**。
2. 學生能**加強重視**全民健保及如何正確用藥的能力。
3. 學生透過課程參與討論學習，**提升**對健康管理、珍惜健保資源、正確用藥的認知能力。
4. 學生擁有自我察覺的**正向情緒**，在就醫時，能清楚表述自身病症。
5. 學生會尊重與體諒醫療人員，與其建立**正向關係**。
6. 學生與家長提升自我對全民健保認知，且會反思個人使用健保行為，進而**珍惜健保資源**。
7. 學校與社區關係更緊密，能建立**正向關係**，使家長更願意**正向參與**學校辦理的各項健康促進活動。
8. 親師生與社區民眾藉由巧推(Nudge)結合行為改變的方法，推動之活動體會幸福校園、快樂學習之真義，達成「**五正四樂正向心理**」提升身心發展。

有健保足好!乎你健康快樂免煩惱!



「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」以「支持性環境與素養導向課程」介入之研究架構圖

有健保足好，乎你健康快樂免煩惱！—

「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」

以「支持性環境與素養導向課程」介入之成效探討

摘要

研究背景：

自 102 學年度起，將全民健保議題融入健康促進學校應推廣部分，希冀及早讓學生深內化「珍惜健保資源」及「正確用藥觀念」，培養學生健康生活技能素養，實踐珍惜健保、聰明就醫在日常生活上的應用，裨益全民健保能永續經營。本校推動健康促進學校計畫多年，日常觀察中，發現學生在面對全民健保暨正確用藥議題時，明顯較口腔保健、視力保健與健康體位生澀。因此，本校擬定推動全民健保（含正確用藥）實施計畫，經健康促進推行委員會決議，校務會議通過後達成共識共同善用巧推(Nudge)結合行為改變的方法執行推動，貫徹於健康促進六大範疇（學校健康促進衛生政策、健康教學與活動、健康服務、學校物質環境、學校社會環境、學校與社區結合等），並於五教（言教、身教、動教、境教、制教）中營造辦理。期待藉由辦理全民健保含正確用藥相關計畫與知能教育推行，全面提升師生與家長珍惜醫療資源、正確就醫之健康素養，讓學生及家長一同參與營造健康快樂校園，從小建立正確的知識與態度，以增加健康生活的行為，利己利他利健保。

研究目的：

一、量性目的：

1. 對全民健保有正確認知比率：後測問卷提高 10%或超過 80%
2. 正確使用門急診比率：後測問卷提高 10%或超過 80%
3. 建立良好醫病關係比率：後測問卷提高 5%或超過 90%。
4. 正確用藥比率：後測問卷提高 10%或超過 95%
5. 倡議珍惜健保比率：後測問卷提高 10%或超過 90%

二、質性目的：

1. 提高學生對全民健保及醫療資源的重視。
2. 透過健康素養課程參與討論學習，提升學生對管理健康、正確用藥的認知能力。
3. 學生能學會正確使用門急診資源。
4. 學生會在就醫時，清楚表述自身病症，並尊重與體諒醫護人員，與其建立良好關係。

5. 增強學生願意珍惜全民健保的內在實踐力。

研究方法：

本研究採前後測問卷調查法，受試者為四、五、六年級學生（6 個班，共 93 人），以網路填答方式填寫「嘉義縣 111 學年度健康促進學校全民健保(含正確用藥)議題問卷」，研究者根據兩次填答結果進行前後測成對樣本 t 檢定分析。本問卷內容分為對全民健保有正確認知、正確使用門急診、建立良好醫病關係、正確用藥、倡議珍惜健保等五大部分。

本計畫實施期間為 111 年 11 月至 112 年 3 月，為期共 5 個月。受試者於 111 年 11 月份進行網路問卷前測，於 112 年 3 月份進行網路後測，期間並接受「珍惜健保正確就醫 5 知道 8 行動」健康素養課程教學及多元活動等介入策略。網路問卷根據收集的有效樣本資料進行前後測分析，以成對樣本 t 檢定(t-test)分析樣本在前後測是否達顯著差異。同時，也根據前後測正確率的百分比變化，探討學生在特定題目的成長表現。此外，本研究也針對研究過程中收集的學習單、回饋單、訪談紀錄等資料，進行質性的分析與探討，以做為後續推動之參考依據。

研究發現：

分析本校以巧推(Nudge)結合行為改變方法之多元策略，做為推動健康促進學校六大範疇作為與全民健保（含正確用藥）教育之成效，探討此研究對象學生之全民健保知識、正確使用門急診、建立良好醫病關係、正確用藥與倡議珍惜健保行為在統計上是否有差異。研究發現：使用「珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動」教學模組、就醫六步驟、「醫觸即發」桌遊、五正四樂等支持性環境與素養導向課程內容，進行介入多元化教學與活動策略後，學生在全民健保含正確用藥、正向心理健康的量性與質性成效皆達顯著的提升，且親師生與社區民眾皆能藉由參與之活動體會幸福校園、快樂學習之真義，達成「五正四樂」正向心理，提升身心發展。

關鍵字：全民健保、正確用藥、聰明就醫、正向心理健康

聯絡人：陳怡君 (e-mail: q38789@gmail.com) 0955 - 540941

61242 嘉義縣太保市新埤里 214 號

壹、前言

一、研究源起

本校位於嘉義縣嘉 64 號縣道旁，高鐵大道附近，位嘉南平原上、傍新埤大排的新埤社區。學區家長大部分以務農或打零工為主，近年來年輕人口外移日趨嚴重，新住民家庭增加，導致家庭結構多所改變，本校學童隔代教養及單親家庭比例偏高，高達 34.2%，依此相對弱勢的家庭結構看來，照顧者對於學童健康促進及衛生習慣的養成，可能較無時間建立及指導。另外，新埤社區距離嘉義市中心有一段距離，鄉鎮內雖有大型醫療院所、診所、藥局就醫便利，但家長大多習慣到需車程 30 分鐘以上的嘉義市醫療院所，因此，不管是學生或家長對於珍惜健保資源及正確就醫觀念仍有進步空間。

擴大到學校的層面，本校既不在山區、也不在市區，資源不如市區多，關愛亦不如山區多，屬於補助雙峰現象中的弱勢谷底之「非山非市」的學校，往往比偏鄉學校更易被忽略，因此學童之生活、學習與成長乃至於健康促進的觀念建立相當值得教育相關人員投入心力，在這樣的文教環境之下，學童之生活、學習、健康與成長頗值得學校端多予全面關照，發揮鄉村教育創價功能。

本校擔負嘉義縣全民健保（含正確用藥）議題中心學校之責，以培育健康活力、敦品勵學、在地參與、卓越創新的身心靈健全之 HOPE 兒童為願景圖像，期望營造校園成為一個溫馨、健康、安全、快樂的學習環境。健康，是個體追求美滿生活的基本要素，希望透過學校善用巧推(Nudge)結合行為改變的方法推行的健康促進策略及活動，建立學童正確的就醫觀念及用藥行為，並結合社區及家長的多方資源，將珍惜全民健保資源及正確用藥觀念落實到社區家長的日常生活中實踐，讓學生及家長一同參與營造健康快樂校園，從小建立正確的知識、態度與技能，養成健康生活行為與型態，進而達成珍惜醫療資源及促進家庭整體健康。

二、需求評估—SWOT 分析

根據本校所處社區特性，提出校本之全民健保（含正確用藥）實施計畫，並以 SWOT 分析模式，探討實施本計畫的內在優勢、劣勢及外在環境之機會、可能之威脅（見表 2-1）。

表 2-1 全民健保（含正確用藥）議題推動之 SWOT 分析表

因素	內部環境		外部環境	
	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)
學校衛生政策	1. 為健康促進議題中心學校有積極作為。	學校專案多，事務龐雜。	行政整合化繁為簡，發揮綜效，帶動六大範疇面推行。	中央推動單位應先行整合，避免多頭馬車。

	2. 校長進行課程領導。			
學校物質環境	1. 積極爭取資源，校園場館與設施陸續更新。 2. 校園生態環境優美設置獨有之香草生態園與食農場域	1. 非山非市學校爭取相關設備經費不易。 2. 教師在各領域融入健康教學能力尚待加強。	1. 透過民間資源與可靠管道爭取資源 2. 引入志工養護校園環境與專業機構共同發展生態食農、健康促進特色課程。	1. 校地大、部分設備老舊，維護與修繕費用大。 2. 課程發展需配合校園物質環境發展，亟待社區與學校共同合作。
學校社會環境	1. 配合議題中心學校，加強活動辦理。 2. 境教布置積極充分配合。	家庭教育與學校教育配合不易。	行政動能強，積極引入機關團體共同辦理活動，促進親師生參與動能。	所需經費龐大造成學校負擔。
健康生活技能教學與行動	1. 生活技能健康課程列入校本課程。 2. 教師資深肯負責，流動率低。	教師習於舊式教學模式，缺乏生活技能健康課程概念。	1. 參訓教育部健康教育種子教師。 2. 引入跨領域教學與新課綱社群。	建構體驗性、操作性課程較耗時費力。
社區關係	廣邀社區公私單位進入結盟共推。	1. 家長忙於工作，缺乏健康意識。 2. 部分家長疏於教養，對校園活動冷漠。	社區有藥局、醫院締結合作同盟。	1. 居民文化刺激不足，不重視健康促進議題。 2. 社區政治意識紛雜，恐因人設事，影響配合度。
健康服務	校護資深有經驗，有動能。	部分學生家庭對健康促進教育配合度不高。	引入公私資源協助健康服務。	1. 推行議題多元。 2. 推展時間與人力不足。

三、文獻探討

全民健保在台灣已邁入第 28 年，28 年來守護民眾健康，在 2020 到 2022 年 COVID-19 疫情席捲全球的期間，也不例外，更是協助防疫的重要制度。近年來由於人口老化、醫療新科技發展、醫療費用逐年上升，對健保財務產生壓力，為了健

保永續，健保署推動改革，以「分級醫療」及「負擔公平」為主軸，並強化使用者付費精神。如果全臺灣每人都減少一次就醫，就可省下三百七十八萬點數，讓真正需要新藥、新科技、新特材等治療的病人獲得照顧，醫學中心回歸緊急重症照護之角色，醫療資源更有效率運用，全民共同珍惜健保資源，讓健保永續經營。(李伯璋, 2022.12)

回顧全民健保推展的歷程，就是本著利己利人的初衷熱情，一路面對問題、解決問題的健康促進經典：

●全民有保 就醫平權

政府開辦全民健康保險的初衷，即在透過自助、互助制度，將全體國民納入健康保障。1995年3月1日全民健康保險實施前僅59%的民眾有健康保險的保障，最需要醫療照護的老人和兒童，多數並未有健康保險保障。也隨著社會客觀環境的改變，在人權與公平的考量下，歷經數次修法，逐步擴大加保對象，實踐全民有保，就醫平權。2020年底99.84%民眾在保，醫療院所特約率一直維持93%以上，2020年滿意度達90.2%。(衛生福利部疾病管制署, 2021-2022)

●財務平衡 永續經營

全民健保自1995年整合各社會保險系統以來，以財務自給自足、隨收隨付為原則。目前保險收入主要來自於保險對象、雇主及政府共同分擔的保險費收入，少部分來自保險費滯納金、公益彩券盈餘分配收入、菸品健康福利捐分配收入等補充性財源。

然而，隨著整體環境與社會人口結構等影響，醫療支出增加速度遠較於保費收入成長速度為快，健保署除積極開源節流外，分別於2002年、2010年及2021年三次調高保險費率，更以量能負擔的精神，陸續調整投保金額分級表上下限與級距及最高付費眷屬人數、逐年將軍公教人員由本薪改以全薪投保、將未列入投保金額的六項所得計收補充保費、明確規範政府負擔比率下限等，積極穩固財務，維持全民健保系統運作及平衡。(2022-2023全民健康保險年報, 2022.12)

●家庭醫師及社區藥局在地照顧

為使民眾獲得在地完整持續的醫療照護，2003年3月起推動「全民健康保險家庭醫師整合性照護計畫」，由同一地區5家以上的特約西醫診所結合社區醫院，組成社區醫療群提供醫療服務。只要透過居家附近的基層診所醫師做為家庭醫師，民眾就可獲得第一線的健康照護。

●調整部分負擔 落實使用者付費

為避免保險對象認為已交繳健保費，就可以隨意使用健保資源，同時不致影響真正有需要的人就醫，自開辦後，門、急診之部分負擔已經調整多次，同時也藉以導正醫療資源利用，使不同層級醫療院所各司其職。為鼓勵民眾小病到當地診所就醫，需要進一步檢查或治療時再轉診到區域醫院、醫學中心等大醫院，健保署自2005年7月15日起推出若配合轉診則不加重部分負擔之設計，門診基本部分負擔亦配合修正。健保部分負擔新制原訂111年5月上路，因新冠疫情延宕至今，在以照顧弱勢為前提、不影響多數民眾權益，以及落實分級醫療的原則下，預計於2023年4月實施率先調整門診藥品及急診就醫的部分負擔。(2023/02/17聯合報)

全民健保護所有民眾均享有健康保障，不因年齡、性別、職業及收入的不同產生差別待遇。為了讓全民健保更加完善，自 2013 年 1 月 1 日起開始實施二代健保財務新制。「全民納保」讓人人享有平等就醫的權利。

●照顧弱勢 守護偏鄉

為讓民眾獲得更好的醫療品質，健保署除不斷改進支付制度外，並辦理多項醫療品質提升計畫，針對不同需求給予適當照顧，2021 年為提升山地、離島、偏鄉地區民眾專科門診之可近性，實施遠距離醫療給付計畫，充實在地醫療資源，讓健康照顧，觸及每一角落。全民健保的核心價值，在於透過社會互助，以社會保險的方式分擔保險對象生病時的財務風險。全民健保實施以來，不斷面臨引進新醫療科技與新藥研發的推陳出新、人口快速老化以及多重慢性病患者等民眾就醫需求增加影響，使醫療費用逐年增加。(衛生福利部疾病管制署，2021-2022)

●民眾滿意 國際肯定

臺灣的全民健保採行集中、統籌資源且適用層面廣的單一保險人體制，相較於其他國家健康照護體制，行政成本較低並可達保險費公平性及一致性的優點，也是許多國家取經的重點，每年均吸引大量國外專家學者或官方代表前來我國考察健保制度，在疫情期間亦持續以視訊方式與國際交流。

全民健康覆蓋 (Universal Health Coverage) 為聯合國永續發展目標的重要項目之一，其宗旨是為了保障每個人都能獲得基本的醫療照護服務，而我國自 1995 年開辦健保至今，即是為了讓全體國民均享有平等就醫的權利，提供民眾高可近性且低負擔的就醫環境。根據 CEOWORLD 雜誌 (世界著名商業雜誌) 在 2021 年針對世界 89 個國家的「健康照護指標」評比中，臺灣名列世界第二，2022 年全球資料庫網站 Numbeo 公布的健康照護指標 (Health Care Index) 評比，臺灣在 95 個國家當中亦排名第一，展現我國醫療衛生軟實力。(2022-2023 全民健康保險年報，2022.12)

臺灣全民健康保險經過多年的耕耘，獲得國際的肯定與讚譽，創造「全民享有健保」、「就醫公平便利」、「醫療品質有保障」與「民眾滿意度高」四大成就，全民健保是臺灣的驕傲。醫界辛勤的付出，是成功的基石。

健保署原訂 111 年 5 月 15 日施行「部分負擔新制」，對臺灣醫療改革是十分關鍵的時刻，期盼在尊重醫療專業的前提下，積極與醫界及民眾溝通，持續推動醫療資訊共享，減少重複用藥及檢驗檢查，並共同改變就醫行為，減少浪費、提升用藥安全，珍惜醫療資源，促進醫療服務效率，使健保效益極大化。

臺灣 2022 年推動重點與策略-聰明就醫(Choosing Wisely)是美國醫學學會 2012 年提出的概念，鼓勵醫師、病人及家屬之間共同討論醫療決定，避免無必要或是對人體產生傷害的醫療服務。透過充分的醫病溝通，珍惜健保資源，促使健保永續經營發展。未來，環境及社會結構變動的議題，在醫療資源有限的情況下，全民健保將持續滾動式檢討改善，朝珍惜健保資源、加強分級醫療與擴大家庭醫師整合照護計畫等方向推動革新措施。(2022-2023 全民健康保險年報，2022.12)

●正向心理 社會和諧

心理健康與個人解決生活問題的能力息息相關，有良好的心理素質和健全的

人格品質，能幫助一個人健康的成長和發展，為自己所處的社會帶來貢獻。因此，學生的心理健康是社會和諧及生活品質提升的重要關鍵。(陳李綢，教育研究與發展期刊，2014.12) 呼應聯合國永續發展 SDGs 目標 3「確保及促進各年齡層健康生活與福祉」，學校透過領導層級支持正向心理健康的觀點，並參與正向心理健康實踐的設計與實施，落實「政策」；強化社區與學校的「夥伴關係與服務」，家庭成員參與學校改進計劃或擔任學生學習活動的志工；建立符合學生學習偏好和需求的「教育與學習」方法，將素養導向健康教學；運用「社會與物質環境」，創造安全和關懷學校環境的全校性措施，鼓勵學生參與實踐。將學校作為促進正向心理健康的場域，依據《渥太華健康促進憲章》的指導原則，以及世界衛生組織(1998)的「健康促進學校計畫」，動員整個學校促進學生心理健康，強化幸福感與增進學生功能運作的環境因素，進而衍生全民健保的正確認知、分級與珍惜。

此刻，「對全民健保有正確認知」、「正確使用門急診」、「建立良好醫病關係」、「正確用藥」與「倡議珍惜健保」，正是健康促進學校在全民健保(含正確用藥)議題致力向下紮根、對症下藥，助益我國健保永續的教學目標。

貳、研究目的

一、總目標

- (一) 透過教育方式建立學生對全民健保與正確用藥的認知、技能與態度。
- (二) 提升師生瞭解全民健保與正確用藥的教學目標與內涵。
- (三) 落實學校全民健保與正確用藥的教育宣導，結合社區相關資源，培養親師生珍惜全民健保資源。
- (四) 設計全民健保與正確用藥融入各學習領域，強化學生全民健保含正確用藥健康素養能力，並能家校合作推廣至社區。

二、量性目的：

- (一) 對全民健保有正確認知率：後測問卷提高 10%或超過 90%
- (二) 正確使用門急診比率：後測問卷提高 10%或超過 90%
- (三) 建立良好醫病關係比率：後測問卷提高 5%或超過 90%。
- (四) 正確用藥比率：後測問卷提高 10%或超過 95%
- (五) 倡議珍惜健保比率：後測問卷提高 10%或超過 90%

三、質性目的：

- (一) 提高學生對全民健保及醫療資源的重視。
- (二) 透過健康素養課程參與討論學習，提升學生對管理健康、正確用藥的認知

能力。

- (三) 增強學生願意珍惜全民健保的內在實踐力。
- (四) 學生擁有自我察覺的正向情緒，在就醫時，能清楚表述自身病症。
- (五) 學生會尊重與體諒醫療人員，與其建立良好關係。

參、研究設計

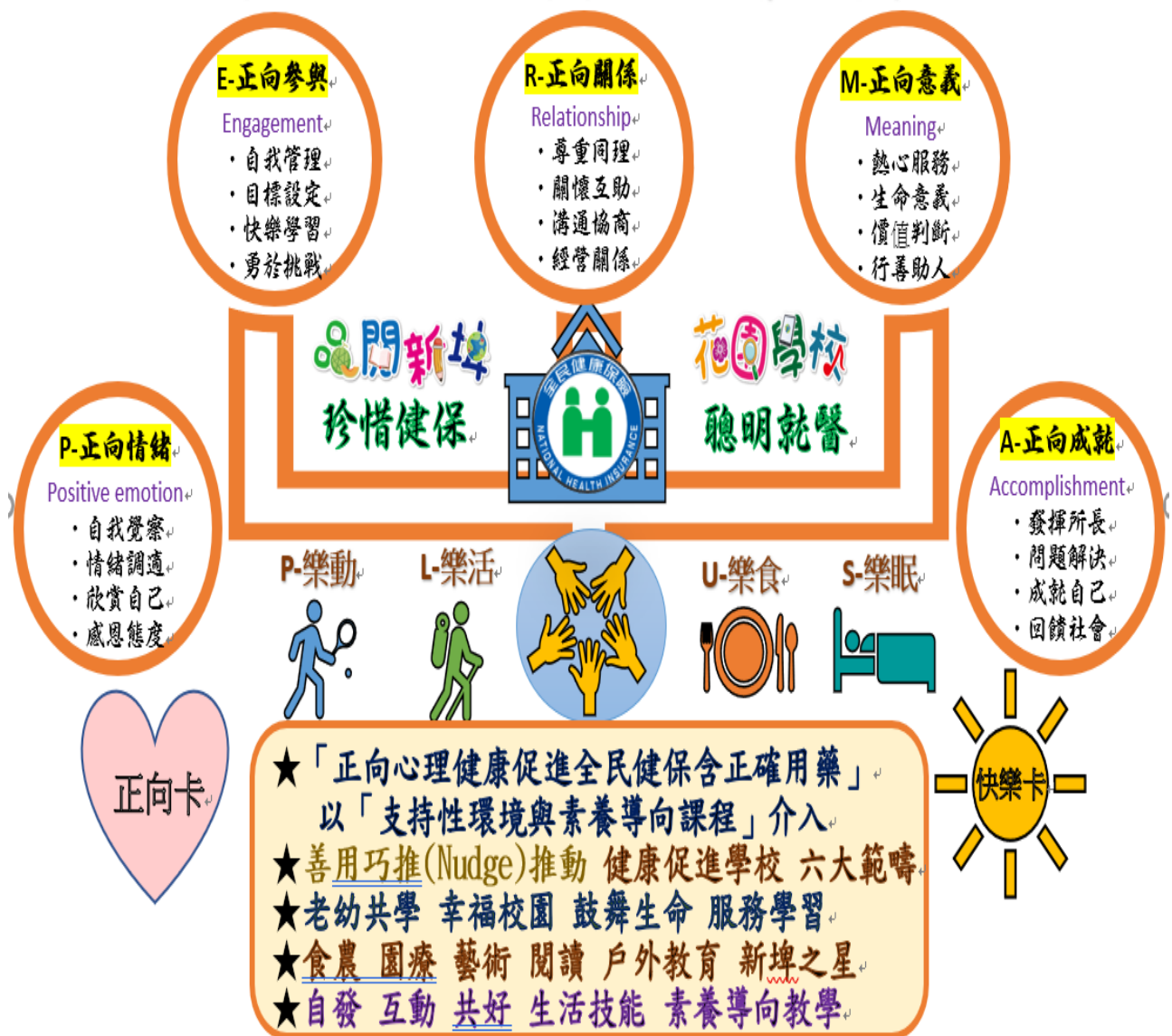
一、設計理念

1986 年世界衛生組織(WHO)於加拿大渥太華舉行的第一屆健康促進全球會議中，發布了渥太華健康促進憲章(Ottawa Charter for Health Promotion)開始，健康促進的觀念以緩慢而穩健的腳步深植人心。WHO 在 1996 年將健康促進學校(Health promoting school)定義為「學校社區的全體成員共同合作，為學生提供整體性與積極性的經驗和組織，以促進並維護學生的健康(A health-promoting school is where all members of the schoolcommunity work together to provide students with integrated and positive experiences and structures which promote and protect their health)」(WHO Regional Office for the Western Pacific, 1996)。由定義我們可以看出，健康促進學校是一種永續經營的概念，且健康是人類生活的根基，所以我們要透過教育來促進學生對於自身健康管理之能力。國小階段在一生中是可塑性極高的學習時期，許多行為習慣的養成、認知能力的建立與正確態度的培養皆奠基於此階段。透過衛生教育讓學童習得正確用藥的知識觀念與維護全民健保的制度，可進而確保我國全民健保制度的永續發展，與增加下一代孩子們自我健康管理的意識。我們期望，不僅只使學童提升自身健康管理的相關素養，還期待能透過「後囑教育」影響其家人能擁有正確用藥與就醫行為。

教育部在 2010 年開始推動「二代健康促進學校計畫」；近年各國健康促進學校計畫也呼應世界衛生組織健康融入所有政策(Health in All Policy, HiAP)強調教育部門、衛生部門及相關單位的合作，即透過生活技能(life-skill)為基礎健康教育，共同增能教職員工生之健康素養(Health literacy)。再來，結合十二年國民教育推動重點，因應素養導向新課綱是將學生的生活經驗與各學習領域相結合，讓學生不再覺得學習的課程內容與生活脫節，而健康與體育不但是很重要之課程領域，也是與生活經驗最息息相關的學習領域。我們將藉由精進教學精神及生活技能親子共學融入健康促進學校推動策略，深化現代化健康教育學習成效並強化「社區組織行動結盟」(Community Coalition Action Theory)、「家長參與」(Parental engagement)、「支持環境」(Supportive environment)、「素養導向」(Literay/competence-based)等策略，透過學校與社區及家長建立夥伴結盟互惠關係，促成臺灣健康學校的資源整合及永續發展。本校即以此四大策略跟健康促進六大範疇進行推行全民健保與正確用藥議題。但如今的國小課程中，「正確用藥教育」、「全民健保制度」並未單獨設立學科，而是分散在「健康

與體育」的學習領域裡，因此與其相關之內容較不完整，且有關全民健保的議題更是幾乎沒有。於是，由學校負起健康促進學校的重任，執行「校園正向心理健康促進全民健保含正確用藥」教育宣導活動與課程規劃，建立全民「永續健保、人人有責」之觀念，並教育民眾正確的醫療保健知識與良好的醫療態度，進而減少社會的醫療浪費，強調建構支持性環境與發展實證策略模式，進行成效分析以營造健康校園與社區。

有健保足好！乎你健康快樂免煩惱！



「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」以「支持性環境與素養導向課程」介入之研究架構圖

二、研究架構

新埤國小推動健康促進學校-全民健保含正確用藥行動研究架構。



肆、研究方法

本部分共呈現包括健康促進相關推動小組之成員工作項目資料、健康促進學校模式推動全民健保含正確用藥之策略等。

一、研究對象

研究對象共計 93 人，為本校四、五、六年級學生共 93 人，作為本次全民健保含正確用藥教學及活動介入研究對象。(表 4-1)

採用嘉義縣健康促進學校訂定之地方指標「嘉義縣 111 學年度學校健康促進計畫-全民健保暨正確用藥」網路問卷，題目共 13 題，問卷內容分為五部份，第一部份為對全民健保有正確認知 5 題，第二部分為正確使用門急診 3 題，第三部分建立良好醫病關係 2 題，第四部份正確用藥觀念 2 題，第五部分倡議珍惜健保行為 1 題。網路問卷根據收集的有效樣本資料進行前後測分析，以成對樣本 t 檢定(t-test)分析樣本在前後測是否達顯著差異。同時，也根據前後測正確率的百分比變化，探討學生在特定題目的成長表現。此外，本研究也針對研究過程中收集的學習單、回饋單、訪談紀錄等資料，進行質性的分析與探討。(以 PASW 22.0 for windows 統計套裝軟體進行資料處理及分析。)

表 4-1 研究對象基本資料

		人數		
		男	女	合計
年級	六年級	12	14	26
	五年級	18	10	28
	四年級	17	22	39
合計		47	46	93

二、研究工具

(一) 量性研究工具

本研究採前後測問卷調查法，採用嘉義縣健康促進學校訂定之地方指標「嘉義縣 111 學年度學校健康促進計畫-全民健保暨正確用藥」網路問卷，題目共 13 題，問卷內容分為五部份，第一部份為對全民健保有正確認知 5 題，第二部分為正確使用門急診 3 題，第三部分建立良好醫病關係 2 題，第四部份正確用藥觀念 2 題，第五部分倡議珍惜健保行為 1 題。將問卷內容與成效指標的各項內涵進行對照，其對照如下(表 4-2)：

表 4-2 內涵與問卷題號對照表

成效指標	指標內涵	問卷題號
對全民健保有正確認知比率	1. 全民納保	一、1
	2. 發揮自助互助精神	一、2
	3. 量能付費	一、3
	4. 照顧弱勢	一、4
	5. 醫療費用大於保費收入會導致虧損破產	一、5
正確使用門急診比率	1. 正確使用分級醫療	二、1
	2. 正確使用急診醫療	二、2
	3. 不重複就醫	二、3
建立良好醫病關係比率	1. 清楚表述病症	二、4
	2. 尊重與感謝	二、5
正確用藥比率	1. 用藥前看標示	二、6
	2. 遵醫囑用藥	二、7
倡議珍惜健保比率	1. 說明健保的優點以珍惜健保	二、8

問卷內容分為七部份，以下分別敘述之：

1. 對全民健保有正確認知

健保計畫發展的認知教學目標題項，選擇適合國小學生，包括全民納保、自助互助、量能付費、照顧弱勢及資源有限等。題數為 5 題，皆為單選選擇題，每題答對者給 20 分，答錯不計分，總分 100 分，分數愈高代表健保認知愈好。

2. 正確使用門急診

問卷內容為「正確使用分級醫療」、「正確的使用急診醫療」以及「不重複就醫」。題數為 3 題，皆為程度題；第一題，勾選「總是」、「經常」者得 33.3 分，勾選「有時」、「不常」、「從不」者得 0 分；第二、三題為反向題，勾選「不常」、「從不」者得 33.3 分，勾選「有時」、「經常」、「總是」者得 0 分。總分 100 分，分數越高，代表受試者越清楚如何選擇醫療場所就醫。

3. 建立良好醫病關係

問卷內容為「清楚表述病症」和「對醫護人員的尊重與感謝」。題數為 2 題，皆為程度題，總分 100 分；勾選「總是」、「經常」者得 50 分，勾選「有時」、「不常」、「從不」者得 0 分；分數越高，代表受試者能與醫護人員互動十分融洽。

4. 正確用藥

以正確用藥核心能力為概念，問卷內容為「用藥前看標示」和「遵醫囑用藥」。題數為 2 題，皆為程度題，總分 100 分；勾選「總是」、「經

常」者得 50 分，勾選「有時」、「不常」、「從不」者得 0 分；分數越高，代表受試者擁有較正確用藥的觀念。

5. 倡議珍惜健保

問卷包括向家人或朋友說明全民健保的好處，一起珍惜健保。題數為 1 題，此題為程度題，勾選「總是」、「經常」得 100 分，勾選「有時」、「不常」、「從不」者給 0 分，總分 100 分。分數越高，代表受試者越會與親友分享健保的優點。

(二) 質性研究工具

利用正式課程介入「**珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動**」教學，於健康課 5 節時間，運用簡報、影片結合跨領域與資訊課合作，帶領師生認識全民健保暨正確用藥議題。透過團隊合作的方式以及講座、提問、發表，提升學生珍惜健保資源的知識以及實踐不浪費急診資源行為。適時加入學習單、討論單及完成健促校內外活動的學習單，增進學生對於珍惜健保的認知，期望學生能以身作則並將觀念帶回家中傳遞給家長共同倡議，一起為永續全民健保而努力。

三、研究過程

成立「促進正向心理健康全民健保含正確用藥行動研究」推動小組之成員，藉由健康促進六大範疇的介入措施，進行前後測成效評價研究。

表 4-3 正向心理健康促進全民健保含正確用藥 行動研究推動小組之成員

計畫職稱	姓名	職稱	在本計畫之工作項目
計畫主持人	陳怡君	校長	綜理、主持計畫、協助行政協調與資源整合。
協同主持人	韓增愛	教導主任	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。
協同主持人	蘇玲賀	總務主任	研究策劃，並協助行政協調。 相關預算與經費之控制、申請及採購事宜。
委員兼 執行秘書	侯淑菁	訓導組長/ 社會領域教師	督導計畫執行並協助行政協調、活動策略設計及效果評價、成果整理成冊、帶領 SH150 健身操、跳繩、晨跑活動。
委員	羅俞琄	教務組長/ 藝術領域教師	研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調； 準備相關健康促進書展資料。
委員	陳惠娟	護理師	身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合、相關成果整理成冊。
委員	葉哲銘	網管行政/ 資訊科技教師	活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合、指導體能訓練；健康網路網頁製作及維護，相關資料活動相片上網。
委員	吳汶憲	三年級導師/	活動策略設計及效果評價，社區及學校資源

		健體領域教師	之協調聯繫、指導體能訓練、帶領健身操、羽球活動。
委員	曲靜慧	五年級導師/ 綜合領域教師	活動策略設計及效果評價，帶領健身操、跳繩活動。
委員	楊雅雯	六年級導師/ 健康領域教師	心理健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價、協助社團活動。
委員	許暉承	桌球隊教師/ 健體領域教師	活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫、指導桌球隊、體能訓練。
社區代表	陳志忠	家長會長	提供參與意見、協助推動與倡議
學生代表	洪采珣 陳禹翔	高年級健康兒童	提供參與意見、協助推動與倡議
諮詢委員	黃俊豪	健促輔導委員 嘉義縣聘任督學	提供指導、諮詢等服務。
合作諮詢 專業人員 (單位)	嘉義縣太保市衛生所		協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。
	嘉義縣藥師公會		協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。
	嘉義縣太保市大樹藥局		協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。
	嘉義基督教醫院		協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。
	高雄市建佑醫院		協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

四、實際介入研究策略—健康素養融入生活技能教學

(一)教學課程設計

針對本校學生進行介入教學課程，來提升行動研究成效評價。前測實施時間於111年11月11日；前測測驗完畢後，設計「珍惜健保正確就醫5知道8行動」素養導向課程並加入討論單及學習單介入教學，於112年3月3日完成後測，與完成所有校內活動繳交心得報告，以下分別敘之。

(二)教學課程內容

實施一門課程：「健康-珍惜健保聰明就醫5知道8行動」(附件2-1 教案)，利用改編臺灣健康促進網路的公版教案。校長透過五節的全民健保素養導向課程，來提升學生對健保知識認知，並強化珍惜健保資源的概念。

1. 第1~2節「珍惜健保5知道」：

以新聞影片導入本次主題，指導學生理解台灣醫療費用支出受外國人讚許的事實與原因，進而了解台灣之光的全民健保制度的好處與特性，並認同全民健保自助互助、照顧弱勢的精神，全民納保、量能付費、收支平衡，具備珍惜健保資源人人有責的態度。帶領學生完成學習單，教師做最後歸納統整。課程結束後請同學利用網路、學校圖書室、或健促布告欄等資源來完成課後學習單(附件3-1 學習單)。

2. 第3~4節「聰明就醫8行動」：

引導學生發表生病的經驗和就醫的流程，指導學生能正確說出就醫的注意事項，正確使用分級與急診醫療，不重複就醫，說出就醫前、中、後要注意的事項，利用口訣完整表述病情，懂得尊重與感謝醫療人員並能遵醫囑用藥於用藥前看清標示，並參與「就醫達人」闖關活動，讓學生更深刻的了解就醫的流程與所需的注意事項。

3. 第5節「醫觸即發桌遊趣」：

指導學生能了解「醫觸即發」桌遊分類題目卡而回答有關全民健保的相關問題，能根據遊戲規則正確參與醫觸即發桌遊重溫「珍惜健保聰明就醫-5知道8行動」知識內容，藉由題目卡釐清迷思概念，與夥伴互動一同完成健保知識桌遊，並完成課後學習單與家長們倡議珍惜健保行為。(附件3-2學習單)。

五、實際介入研究策略—其它推動策略

各策略執行內容及各面向實際執行說明如下：

(一) 推動學校支持性健康政策

1. 定期召開學校衛生暨健康促進委員會，將健康促進議題納入全校性活動。

111年8月31日召開學校衛生暨健康促進委員會(附件1會議紀錄)，推動小組成員計11人，由校長主持。主要規劃「正向心理健康促進全民健保含正確用藥」執行時，學校活動整體規劃的策略方向及行動研究班級參訪的安排、課程進度、確定授課老師及各項活動執行的負責人。會中並將學校各項健促重點活動排入校務行事曆。(表4-4研究期程)

表 4-4 健康促進行動研究期程

	111年 08月	111年 09月	111年 10月	111年 11月	111年 12月	112年 01月	112年 02月	112年 03月
參與健康促進委員會與工作團隊								
撰寫研究背景和資料探討								
進行前測問卷								
介入教學活動								
進行後測問卷								
資料分析與撰寫報告								

2. 校長簽署「新埤有愛 健康宣言」：

WHO於2004年倡議「每位孩童都擁有活在健康、安全的家庭、學校及

社區中……。」故校長代表本校全體師生簽署「新埤有愛 健康宣言」，且擴大對象範圍至本校師長，並積極帶領全校同仁推動健康校園，讓本校學童、師長們擁有健康、安全、快樂的學習與工作環境，以及建立良好的健康生活習慣。

3. 校長擔任嘉義縣學校衛生委員會委員及健康促進輔導團輔導員。
4. 與指導專家、教師討論本校行動研究計畫，依據前測結果討論及修正執行計畫，將生活技能融入全民健保含正確用藥教案設計討論，後測完成後結果分析與報告指導。
5. 於學校衛生推動委員會會議中通過附件 1-1「嘉義縣新埤國小 111 學年度推動全民健保(含正確用藥)實施計畫」

(二) 營造物質支持性環境

1. 設置正向心理健康促進健保用藥校園宣導專欄：

在教導處公佈欄張貼正向心理健康、全民健保含正確用藥宣傳海報，學生於下課時可進行瀏覽相關資訊，提升全民健保及用藥正確知能與正向心理技巧。

2. 學校校網首頁連結正向心理健康、健保用藥等健康議題網站：

校網首頁提供連結至臺灣健康促進學校網頁、教育部學校衛生資訊網、衛生福利部中央健康保險署網站及兒童保健園地的網址，讓親師生可以更便利的獲得正向心理健康、全民健保含正確用藥等相關健康訊息。

3. 學校 Facebook 粉絲專頁發布正向心理健康、健保用藥等相關知識：

在學校的 Facebook 粉絲專頁「嘉義縣新埤國民小學」提供相關健促知識與疾病防治知能，讓家長與學生可以更便利的獲得正向心理健康、全民健保、正確用藥等相關訊息。

4. 穿堂電子看板進行影音宣導：

在穿堂電子看板播放正向心理健康、全民健保含正確用藥宣傳影片，學校師生、家長、社區人士與訪客可於下課時、接送等候時或蒞校時能觀看相關資訊，提升全民健保及用藥正確知能與正向心理技巧。

5. 設置校園園療樂活香草園區與老幼共學快樂農場：

設立校園香草植物區，藉由境教方式，讓學生在校園散步時，能隨時自主觀察學習簡易中草藥的相關知能。學校教師也會根據課程需求，帶孩子認識校園植物，或將校園植物當作手作素材進行創作。推動新埤國小老幼共享食代，從土地到餐桌的食農教育，讓五正四樂融入日常學習。

(三) 建置社會支持性環境

1. 制定班級健康生活守則：

依據健康促進四大必選議題健康體位、口腔保健、視力保健、全民健保含正確用藥，以及自選議題正向心理健康等議題內容，由各班訂定健康生活守則，隨時提醒學生要關心自身健康狀況。

2. 學生朝會宣導正向心理健康促進健保用藥等議題並舉辦有獎徵答活動：

校長利用全校集會宣導時間，向全校師生進行正向心理健康促進健保用藥等相關議題解釋說明，並提供相關知識網站，讓學生能利用課餘時間尋找相關所需資料。宣導結束後進行健促常識有獎徵答。

3. 每週總導護於週一學生朝會進行品德教育與健康促進議題行為準則宣導：

學校規劃每週品德教育中心德目實踐規條與健康促進行為實踐準則，提供正向心理健康、全民健保、正確用藥、口腔保健，視力保健、健康體位、藥物濫用防制等健促議題內容。由輪值總導護於週一上午 8:00 至 8:30 學生朝會時間宣導，以說故事、日常生活行為舉例或搭配有獎徵答活動方式，向學生宣導做人做事的道理，以及正確的健康促進生活好習慣。幫助學生能清楚知道如何尋找相關資源解決自身健康問題，並在進行後測時正確填答問卷。

4. 執行每日健康生活行為實踐檢核表：

設計健康促進生活行為實踐檢核表(含寒假)，敦促學生每日檢視自我健康生活行為，自我覺知個人健康生活習慣良窳，能從小養成健康生活好習慣。

5. 辦理寒假健康促進營隊與香草藝術營：

本校於 112 年 2 月 6 日~2 月 10 日上午舉辦「寒假草藥藝術營」，外聘園藝治療師，及帶領其教學團隊指導本校 15 位學生。本次活動透過認識校園花園中的香草植物，來瞭解香草植物，並學習香草對身體醫療之相關認知。接著將香草植物與生活藝術做結合，除了透過自己動手製作的過程把香草學知識更深入內化於日常生活中，也藉由製作過程達到正向參與、正向成就、樂活的指標。課程將健促知識融入美感教育與生活做結合，讓學生在做中學習將素養能力變成軟實力。

6. 設置健康促進主題書展專區：

本校將健康促進結合閱讀活動，依據健促四大必選議題購置相關圖書，並於圖書室設置健促主題書展專區，讓學生能從健促主題書展專區尋找課後學習單所需之圖書資料。

7. 鼓勵表揚健康兒童：

各班選拔實踐健康生活守則及視力保健、口腔保健、健康體位等表現皆優良的學生一名，為「健康兒童」。藉由楷模學習的方式，鼓勵所有學童要維持良好的健康狀態。各班健康兒童接受校長頒獎表揚。表揚健康兒童的過程，希冀讓學生們發覺，除了課業表現好會被表揚外，原來將自己的身體、心情照顧好，也會被讚許。因此，正向鼓勵了學生留意關心自身健康與情緒狀況。當學生開始重視自身健康時，就會提高運動的意願，並達到五正四樂的樂動、正向參與等指標，也進而增加學生自身的免疫力與自信，降低生病與跑醫療院所的次數，使健保獲得喘息的機會。

(四)整合「家長參與」、「社區結盟」社區系統

1. 印發「校長給家長的一封信-全民健保篇」文宣：

利用親師座談會發放夾頁—校長給家長的一封信《家校攜手愛健保 新埤學子增健康》以搭配親師座談全民健保含正確用藥宣導，當日未能出席的家長則隔日請學生夾聯絡簿帶回，親子共同閱讀文宣資料。另外也將電子版放置於本校 Facebook 粉絲專頁上，供家長下載。

2. 親師座談進行健康促進相關知能宣導：

家長的部份於 112 年 2 月 24 日利用親師座談進行宣導，用以提升家長的全民健保知能，也期望透過家長的影響力來擴大宣導效能，增強社區居民對正向心理健康的重視，擁有健保資源運用及用藥的正確觀念。

3. 學生參訪社區保健藥局：

學生於 112 年 2 月 16 日參訪太保市大樹藥局，並邀請吳翊綸藥師為同學們介紹如何正確用藥，進到藥局後需向藥師清楚表述自己的症狀、對什麼藥物過敏、須注意藥袋上的詳細資料、藥物的種類、藥物使用之注意事項、藥物的保存方式等。參訪前，先請學生自行擬定要詢問藥師的問題，接著到社區保健藥局進行實地參訪活動，透過藥師解說讓學生更瞭解藥品種類、用藥安全與避免重複用藥，並請學生回家轉知家中長輩正確用藥的觀念。此外，學生能很有禮貌的詢問藥師自身問題，也同時達成五正四樂—正向關係之指標。

4. 結合社區牙醫診所進行口腔保健講座活動：

規劃週三教師進修時間邀請太保市鴻欣牙醫診所呂尚奇醫師到校進行口腔保健宣講，提供教師口腔保健、貝氏刷牙法、牙線使用等增能學習活動。

5. 結合藥師公會發送宣導品：

宣導品上印製珍惜健保、遵從用藥指示等標語，來提醒與邀請民眾一同愛護我國健保與醫療資源。禮品為房屋造型的便條紙盒，除了提供便條紙外，還提供標籤貼紙與小型月曆。

(五) 提供健康服務支持

1. 健康中心諮詢與個案服務：

學校健康中心提供全民健保諮詢服務，例如：協助學生個人健康檔案管理，視力、齙齒複檢追蹤統計及結合衛生所對學生自主健康管理流感、新冠疫苗的施打。還提供教師就醫科別建議、就診應注意事項、年度身體健康檢查，與日常飲食運動健康資訊提供等。

2. 前後測、成效檢測與統計分析：

藉由健康促進前測結果瞭解本校學生的健康生活狀況，並根據此結果進行各項介入策略來提升學生各項健康指標與保健知能。而提高學生各方面的身心健康狀態的同時，也能提升學生的學習專注度與學業成就。

3. 邀請高雄市建佑醫院到校為教職員、家長會、志工提供健康檢查服務：

規劃 112 年 2 月 24 日邀請高雄市建佑醫院到校為教職員、家長會、志

工合計 25 人提供健康檢查服務。檢查項目有一般(身高、體重、腰圍、血壓)、眼科、聽力、血糖、尿液、紅血球分析、白血球分析、血小板分析、肝腎功能系統篩檢、心血管功能篩檢、超音波檢查、X 光檢查、醫師理學檢查等。提升親師生健康意識與關注健康促進議題。

(六) 健康生活技能與教學：

1. 辦理校長公開授課「健康課程-**珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動**」之教學活動。
2. 推動健康素養課程「**正向心理健康促進全民健保(含正確用藥)**」跨領域教學介入。
3. 辦理《**生活技能與健康教育教學-以全民健保議題說起**》教師增能研習(週三進修、社群)，增強教師教學技能。
4. **全校之學校行事時間**進行健康促進議題主題宣導。
5. 體育教學正常化，積極推展各類學生**運動社團與戶外教學活動**，倡導樂活樂食、樂動觀念，辦理校內或參與全縣運動競賽。
6. 結合「**與校長有約話家常**」關懷學子之健康狀況，提供弱勢學子及時關懷與資助。
7. 「**火車叔叔說故事**」晨光活動進行**健康促進議題繪本教學**。

(七) 其它特色：

1. 規劃「**新埤之星**」展演活動，提供學生正向參與、正向成就之**表演舞台**。
2. 落實 SH150 計畫、落實**課間活動**運動時間，推動正向心理健康樂動好時光：晨跑、跳繩、健身操。
3. 辦理多元運動性暨服務性社團，鼓勵學生建立**正向情緒**與關係，了解活動正向意義。
4. 建立**老幼共學**食農園療課程，促進**代間**五正四樂發展。
5. 規劃健促藝文活動：書道藝術、海報設計，有益身心發展。
6. 設計執行跨議題**正向心理健康生命教育教學活動**，教案獲嘉義縣 111 學年度生命教育教學活動設計賽優等。
7. 參加嘉義縣 111 學年度「**英語樂學開口說**」(ICRT)徵稿，拍攝學生英語口說討論**含糖飲料課徵稅**主題影片榮獲入選。
8. 拍攝《**食農在新埤**》影片參加嘉義縣 111 學年度特色英語影片徵選比賽，榮獲「**特優**」。
9. 拍攝《**品閱新埤 eye 家鄉-Let' s do(讀)it!**》影片參加嘉義縣 111 學年度特色英語影片徵選比賽，榮獲「**優等**」。
10. 榮獲議長盃、中小運、全縣運之桌球賽、跆拳道、角力、健身操多項個人項目冠軍及**團體榮譽**。
11. 屢獲**媒體報導**與認同的**服務學習、幸福校園、快樂共學**：「新埤國小老幼共享食代 從土地到餐桌的**食農教育**」。

伍、研究結果

一、活動介入後的量性成效

(一) 學生基本資料分析

分析受測學生基本資料，在性別分布四、五、六年級以男生稍多（50.54%），女生略少（49.46%）。家庭狀況各組均以雙親家庭（69.89%）居多，其次則為單親家庭（18.28%），新住民子女家庭（10.75%）次之，原住民家庭（1.08%）最少。（表 5-1）

表 5-1 受測學生基本資料分析(單一身份計算)

變 項		四、五、六年級	
		人數	比率
性別	男	47 位	50.54%
	女	46 位	49.46%
家庭狀況	單親家庭	17 位	18.28%
	雙親家庭	65 位	69.89%
	新住民子女家庭	10 位	10.75%
	原住民家庭	1 位	1.08%

(二) 學生前後測答對分布情形：

1. 全民健保認知前後測分析

(1) 學生對全民健保有正確認知題答對分布情形(表 5-2)

分析學生前測平均答對率為 48.60%，多數題目答對超過半數，其中又以「2. 有關爸爸媽媽幫你繳的健保費，何者正確？(1)需支付所有病人的醫療費用；(2)只能用在自己家人的醫療費用；(3)只能用來支付自己生病時的醫療費用；(4)用來支付自己年老時的醫療費用；(5)不知道。」與「3. 有關每個人繳交的健保費的敘述，何者正確？(1)不常生病的人繳的比較少；(2)年紀越大的人繳的比較多；(3)收入比較高的人繳的比較多；(4)每個人繳交的健保費用都一樣；(5)不知道。」答錯率較高，兩題答對率是 36.56% 及 10.75%。

分析學生後測平均答對率為 91.40%，進步 42.80%，多數題目均有近 90% 或以上的答對率。

表 5-2 學生對全民健保有正確認知題答對分布情形表

題目	前測	後測
	答對率	答對率
1. 有關加入健保的敘述，何者正確？	62.37%	96.77%

(1)健康的人可以選擇不要加入健保；(2)沒有工作的人可以不要加入健保；(3)有其他醫療保險就可以不用加入健保；(4)以上皆非；(5)不知道。		
2. 有關爸爸媽媽幫你繳的健保費，何者正確？ (1)需支付所有病人的醫療費用；(2)只能用在自己家人的醫療費用；(3)只能用來支付自己生病時的醫療費用；(4)用來支付自己年老時的醫療費用；(5)不知道。	36.56%	73.12%
3. 有關每個人繳交的健保費的敘述，何者正確？ (1)不常生病的人繳的比較少；(2)年紀越大的人繳的比較多； (3)收入比較高的人繳的比較多；(4)每個人繳交的健保費用都一樣；(5)不知道。	10.75%	93.55%
4. 有關全民健保的照顧，哪一個選項錯誤？ (1)即使住在偏遠地區，也可以加入全民健保獲得保障；(2)低收入戶可以申請政府補助，免繳健保費；(3)住在離島的民眾，只能使用當地的醫療資源；(4)繳不起保費的人，也可以得到全民健保的照顧；(5)不知道。	67.74%	95.7%
5. 當沒有全民健保之後，生病時？ (1)由政府全部支付醫療費用；(2)由爸爸媽媽全部負擔；(3)由學校幫你負擔；(4)由醫院幫你負擔；(5)不知道。	65.59%	97.85%
對全民健保有正確認知比率	48.60%	91.40%

2. 正確使用門急診前後測分析

(1) 學生對正確使用門急診題答對分布情形(表 5-3)

分析前測得分率，學生正確使用門急診比率為 52.33%，其中以「1. 我或家人感到身體或心理不舒服的時候，會先到附近的診所看病，必要時才會透過醫生轉診到大醫院。」「2. 為了讓病趕快好，生病的時候會先去急診就醫。」得分率分別為 32.26%及 48.39%最低。

分析後測得分率，學生正確使用門急診比率為 91.04%，其中得分率最低以「1. 我或家人感到身體或心理不舒服的時候，會先到附近的診所看病，必要時才會透過醫生轉診到大醫院。」得分率為 86.02%。**總體成績對比前測進步 38.71%，成效相當顯著。**

表 5-3 學生對**正確使用門急診**題答對分布情形表

題 目	前測	後測
	答對率	答對率
1. 我或家人感到身體或心理不舒服的時候，會先到附近的診所看病，必要時才會透過醫生轉診到大醫院。《 正向心理健康-正向情緒 》	32.26%	86.02%

(1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)		
2. 為了讓病趕快好，生病的時候會先去急診就醫。 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	48.39%	94.62%
3. 需要就醫時，我會重複看好幾個醫生。 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	76.34%	92.47%
正確使用門急診比率	52.33%	91.04%

3. 建立良好醫病關係前後測分析

(1) 學生對建立良好醫病關係題答對分布情形(表 5-4)

分析前測得分率，學生對建立良好醫病關係比率為 84.41%，其中以「4. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。」得分率 73.12%最低。

分析後測得分率，學生對建立良好醫病關係比率為 98.39%，**總體成績對比前測進步 13.98%成效相當顯著。**

表 5-4 學生對建立良好醫病關係題答對分布情形表

題 目	前測	後測
	答對率	答對率
4. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。 《正向心理健康-正向情緒》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	73.12%	98.92%
5. 看病時我會尊重、信任醫護人員，並適時表達感謝。《正向心理健康-正向情緒》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	95.70%	97.85%
建立良好醫病關係比率	84.41 %	98.39 %

4. 正確用藥比率前後測分析

(1) 學生對正確用藥題答對分布情形(表 5-5)

分析前測得分率，學生正確用藥題比率為 91.40%。其題目「6. 使用藥品前，我會先看清楚藥袋或藥盒標示。」與「7. 我會聽醫生或藥師的話服用藥物，不自行調整藥量或停藥。」得分率分別為 92.47%與 90.32%。

分析後測得分率，學生正確用藥題比率為 94.62%，總體成績對比前測進步 3.22% 成效相當顯著。

表 5-5 學生對正確用藥題答對分布情形表

題 目	前測	後測
	答對率	答對率
6. 使用藥品前，我會先看清楚藥袋或藥盒標示。 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	92.47%	96.77%
7. 我會聽醫生或藥師的話服用藥物，不自行調整藥量或停藥。 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	90.32%	92.47%
正確用藥比率	91.40%	94.62%

5. 倡議珍惜健保比率前後測分析

(1) 學生對倡議珍惜健保題答對分布情形(表 5-6)

分析前測得分率，學生倡議珍惜健保比率為 63.63%。

分析後測得分率，學生倡議珍惜健保比率為 90.90%，總體成績對比前測進步 27.27%，成效相當顯著。

表 5-6 學生對倡議珍惜健保題答對分布情形表

題 目	前測	後測
	答對率	答對率
8. 我會向家人或朋友說明全民健保的好處一起珍惜健保。《正向心理健康-正向關係》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	72.04%	90.32%
倡議珍惜健保比率	72.04%	90.32%

6. 正向心理健康-保持正向情緒前後測分析

(1) 學生對保持正向情緒題答對分布情形(表 5-7)

分析前測得分率，學生保持正向情緒比率為 59.14%。

分析後測得分率，學生保持正向情緒比率為 91.76%，總體成績對比前測進步 32.62%，成效相當顯著。

表 5-7 學生對正向心理健康-保持正向情緒題答對分布情形表

題 目	前測	後測
-----	----	----

	答對率	答對率
1. 我或家人感到身體或心理不舒服的時候，會先到附近的診所看病，必要時才會透過醫生轉診到大醫院。《正向心理健康-正向情緒》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	32.26%	86.02%
4. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。《正向心理健康-正向情緒》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	73.12%	98.93%
8. 我會向家人或朋友說明全民健保的好處一起珍惜健保。《正向心理健康-正向情緒》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	72.04%	90.32%
正向心理健康正向情緒比率	59.14%	91.76%

7. 正向心理健康-建立正向關係前後測分析

(1) 學生對建立正向關係題答對分布情形(表 5-8)

分析前測得分率，學生建立正向關係比率為 95.70%。

分析後測得分率，學生建立正向關係比率為 97.85%，總體成績對比前測進步 2.15%，有進步趨勢。

表 5-8 學生對正向心理健康-建立正向關係題答對分布情形表

題 目	前測	後測
	答對率	答對率
5. 看病時我會尊重、信任醫護人員，並適時表達感謝。《正向心理健康-正向關係》 (1)總是(100%) (2)經常(75%) (3)有時(50%) (4)不常(25%) (5)從不(0%)	95.70%	97.85%
正向心理健康正向關係比率	95.70%	97.85%

(三) 學生前後測答題分布：

1. 學生對全民健保正確認知的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 48.60 分，後測為 91.40 分，代表課程介入後學生對全民健保有顯著的瞭解並反映於分數上。(表 5-9)

表 5-9 對全民健保有正確認知的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	48.60	22.15	91.40	12.99	19.874	.000

2. 學生對正確使用門急診的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 52.33 分，後測為 91.04 分，代表課程介入後學生對正確使用門急診有顯著的瞭解並反映於分數上。(表 5-10)

表 5-10 正確使用門急診的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	52.33	21.65	91.04	22.06	12.608	.000

3. 學生對建立良好醫病關係的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 84.41 分，後測為 98.39 分，代表課程介入後學生對建立良好醫病關係有顯著的瞭解並反映於分數上。(表 5-11)

表 5-11 建立良好醫病關係的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	84.41	23.29	98.39	8.88	5.424	.000

4. 學生對正確用藥的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 91.40 分，後測為 94.62 分，代表課程介入後學生對正確用藥雖然未有顯著的差異效果，但分數上略有提升。(表 5-12)

表 5-12 正確用藥的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	91.40	21.65	94.62	17.23	1.097	.276

5. 學生對倡議珍惜健保的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 72.04 分，後測為 90.32 分，代表課程介入後學生對倡議珍惜健保有顯著的瞭解並反映於分數上。(表 5-13)

表 5-13 倡議珍惜健保的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	72.04	45.12	90.32	29.73	3.202	.002

6. 學生對保持正向情緒的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 59.14 分，後測為 91.76 分代表課程介入後學生對保持正向情緒有顯著的瞭解並反映於分數上。(表 5-14)

表 5-14 保持正向情緒的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	59.14	29.54	91.76	18.16	9.145	.000

7. 學生對建立正向關係的想法

根據數據分析結果顯示，前測平均數為 95.70 分，後測為 97.85 分代表課程介入後學生對建立正向關係的瞭解跟之前相比較為清楚，也反映於分數上。(表 5-15)

表 5-15 建立正向關係的得分

組別	前測		後測		t 值	P 值
	平均數 M	標準差 SD	平均數 M	標準差 SD		
四五六 年級學生	95.70	20.40	97.85	14.58	0.815	.417

二、活動介入後的質性成效

(一) 學生健康素養課程學習成效

規劃一門課：「**珍惜健保正確就醫~5 知道 8 行動**」茲分 5 節進行敘述。

1. 第 1-2 節【珍惜健保 5 知道】：

讓學生觀看影片「急診帳單嚇壞美國人」後，並讓其思考探討國內外就醫醫療現況與費用支出狀況對照。

再來，介紹健保標誌義含，閱讀課文「亞洲最受讚譽的健康照護制度」，進為何能在世界上成為各國稱羨的台灣之光，而歸納介紹全民健康保險的制度 5 知道。學生雖聽過健保，但不是很清楚知道健保的特性，老師設計學習單張利用簡報介紹健保制度，學生在老師帶領下將手上學習單完成。進而瞭解健保的**五大特性**，分別為：**全民納保、自助互助、量能付費、照顧弱勢、收支平衡**。

最後，教導學生進行小組「台灣的健保制度為何被稱為台灣之光」簡報發表，並歸納醫療分級，小病去診所，大病去醫院；不重複就醫，避免醫療資源浪費；**倡議健保優點**，是利用互助方式共同分擔醫療資源。。

2. 第 3-4 節【聰明就醫 8 行動】：

利用「正確就醫衛教影片」影片引導學生發表生病的經驗和就醫的流程，透過討論後發現，有些學生對於就醫的流程並不是非常了解，經過老師介紹：「家庭醫師」、「分級醫療」與「正確使用急診資源」、「不重複就醫」、「病症表述口訣」、「聰明就醫六要素」。

接著播放「**正確用藥 麥黑白吃藥喔**」影片，請小組討論後分享「家人正確與不正確用藥的經驗」，帶入教師總結聰明就醫 8 行動。

最後，安排「**就醫達人闖關趣**」闖關遊戲，學生們的印象更為深刻，也學習到更多相關的就醫知識。這個教學過程，也讓學生較清楚就醫時，正確使用門急診、建立良好醫病關係、正確用藥、倡議珍惜健保。

3. 第 5 節【「醫觸即發」桌遊趣】：

透過「醫觸即發」的桌遊，請同學進行課堂遊戲。學生利用異世界攻擊事件的桌遊故事引導破除學生常見的健康迷思概念，遊戲非常能引起學生的興趣，也容易將迷思概念釐清。最後請學生完成《醫觸即發》學習單，鼓勵學生課後能向家人分享珍惜健保聰明就醫課程內容，藉由倡議課

程內容，對珍惜健保發揮實際影響。

(二) 其它支持性環境成效

1. 規劃「新埤之星」活動，提供學生表演的舞台。

規劃學校行事時間隔週二 14:20~班級輪流登台表演，形式自由，是學生培養、展現表演能力與觀摩學習的活動課程，頗受學生歡迎與期待。

2. 推行正向心理健康 SH150、落實課間活動運動時間，桌球、跆拳道、游泳樂動好時光：

規劃 SH150 零時運動計畫，每週三上午 8:00 到 8:30 與每週二四 10:10 至 10:30 進行「慢跑」與「跳繩」運動，每週一五 10:10 到 10:30「健身操」。進行方式為先暖身再跑走兩圈操場，「跳繩」則跳 200 下；每週一五 10:10 至 10:30 的課間運動進行健身操。零時運動活動，使學童達成樂動指標。經長時間執行下，學生個性隨之開朗，耐力也比過去增加不少，並達到五正四樂之樂動指標。游泳活動課程，每學期安排高年級八週 16 節課，來提升學生適應水性的能力。

(1) 桌球隊：

在善款的贊助下，規劃每週一二四五課後 16:00 至 17:00、週三六 13:30 至 15:30 為練球時間，學生保持勤練態度，並積極參與縣內各項競賽，屢獲佳績。

(2) 跆拳道社：

每週三課後 13:00 至 15:00 為練習時間，幫助學生強身健體，保護自己、增強專注力，不但培養了學生自信、堅毅的精神，更增強了肌肉和力量。參與縣內各項競賽，亦屢獲得好成績。

(3) 武術舞蹈班：

透過地區太保祥和文化藝術基金會贊助成立民俗體育社團—武舞社，社團利用每週六 9:30~11:30 進行練習課程，並參加校慶與太保祥和文化藝術基金會每一年度歲末聯誼會表演節目，展現平日練習成果。今年 111 年 12 月 17 日表演曲目《猛龍過江》，舞曲設計有古代出征的軍事操練-刀槍，有威武有力的旗舞，有典雅的飄扇等動作，小朋友們活潑、生動、活力的肢體動作表演，氣勢恢宏且威武雄壯，獲得與會貴賓、家長、學生熱烈好評。武舞表演課程，除了增加學生的律動感外，也促使學童之間必須相互合作才能完成表演活動，也達到五正四樂之正向參與、正向關係、正向成就之指標。

(4) 幼兒足球隊

(5) 體適能運動社

(6) 游泳課程

3. 健康促進藝文活動：

(1) 書道藝術的結合：

透過簡單聰明就醫六要素和孩子們一起創作出健康促進標語。老師與孩子討論好想要的標語後，利用毛筆將標題寫在春聯紙上。此課程，除了讓學生體驗中華文化的書道藝術之美，更使學童對全民健保的認知更加深刻。

(2)海報設計的結合：

利用珍惜健保的八行動，提供學生們參考進行創作全民健保海報，老師先講解海報的基本構圖，接著由學生去創作出內容與上色。珍惜健保的八行動，分別為：正確使用分級醫療、正確使用急診、不重複就醫、清楚表述病症、尊重與感謝、用藥前看標示、遵醫囑用藥、倡議珍惜健保。透過海報設計的運思過程，幫助學生更瞭解如何珍惜倡議健保。

4. 設計執行**跨議題正向心理健康生命教育教學活動**，幫助學生體驗學習珍愛自己，尊重他人的素養，教案獲嘉義縣 111 學年度生命教育教學活動設計賽優等。

5. 開辦**服務性社團**，透過**農藝園療老幼共學**，讓學生與自己、他人、環境建立正向關係與情緒，達成幸福校園快樂共學：

新埤國小以「**農藝老幼共學 服務學習**」為課程主軸，學生利用課後時間成立「農藝小尖兵」社團，充分利用校園內的閒置空間結合學校旁的社區老人日照中心的「老勢大」們共同開墾農地、種植蔬果菜葉，除了綠化環境外，更與食農教育環環相扣，讓老幼共學認識「食農教育」的真義。除此之外更利用花台種植舒心香草，透過園藝植物治療，導入**五正四樂**意涵之**樂活利他課程**，老幼一同學習的過程更是互相激起良好的互助動能，經由親自參與農作從生產、處理，至烹調之完整的過程，發展出簡單的耕食技能培養學習者了解食物來源，增進食物的選擇能力，並促進健康習慣與生活倫理的養成。另外，透過照顧農作物的勞動體驗，可培養學習者對食物，生產者和環境的尊重與感恩，並激發其**生命韌性、自癒能力和堅毅性格**。

6. 拍攝學生英語口說討論含糖飲料課徵稅主題影片：

配合縣府鼓勵各校學生收聽 ICRT 製播節目-News Lunchbox 及 Newsbites, 由英雙中心公告**含糖飲料課徵稅主題**的開放式討論問題, **News Bites Special-Have Your Say! 聽聽你怎麼說!** 請學生錄製一段 30 秒至 1 分鐘的英語口說討論回答影片進行投稿, 作品獲選於嘉義縣教育處臉書粉絲專頁進行刊登。

7. 參加嘉義縣 111 學年度特色英語影片徵選比賽：

拍攝學生《**食農在新埤**》與《**品閱新埤 eye 家鄉-Let' s do(讀)it!**》特色英語影片，幫助學生認識在地優質食材，重視營養均衡，友善大地與關懷長者、社區文化的正向**正確健促生活態度與習慣**，分別榮獲「**特優**」與「**優等**」。

8. 屢獲媒體報導與認同的服務學習 幸福校園快樂共學：「新埤國小老幼共享食代 從土地到餐桌的食農教育」。

中華民國112年1月31日/星期二 國語日報 校園新聞 16

嘉新埤菜園收成 老幼開心吃火鍋

李榮茂／嘉義報導

嘉義縣新埤國小推動食農教育，以「老幼共學農藝服務學習」為課程主軸，低年級學生闢建「食農菜園」，與日照中心長者一起農作，近日蔬菜收成，學童與長者共同烹煮享用美味火鍋，其樂融融。

學生黃敏禎說，她最喜歡上食農課，每天到菜園幫忙澆水、抓蟲，看著青菜一天天長大，採收後還可享用美味火鍋，覺得很開心。學生李維倫說，食農課程老師帶大家調配適合種植的土壤，讓他學到土壤有營養，蔬菜才能長得好；與長者一起赤腳踩踏土壤，感受好特別。

日照中心阿媽陳好說，和這群像自己孫子的小朋友一起上課、種菜，每次見面嘘寒問暖，「阿媽天氣轉涼要多添加衣服」等，覺得好窩心，精神也變得更好。

食農課程教師張花環表示，課程設計透過親近土地、熱愛自然、感受植物的生長過程，啟發老幼的生命歷程，體驗植物成長帶來的美，在無形中達到放鬆身心靈的作用。

校長陳怡君表示，食農教育強調親手做的體驗教育，老幼一同學習的過程更是激起良好的互助，經由親自參與從生產、處理至烹調的完整過程，落實從農場到餐桌，培養學生惜食敬天的精神。




►嘉義縣新埤國小推動食農教育，學生與日照中心長者一起採收蔬菜、煮火鍋，場面溫馨。

圖片提供／新埤國小

幼老同樂 嘉新埤附幼逗趣演繪本

李榮茂／嘉義報導

嘉義縣新埤國小附設幼兒園日前結合太保日照中心推動幼老共學，幼童在「校園大樹下表演《擁抱慢慢猴》繪本，將劇情演得活靈活現，十分逗趣。阿公阿媽觀賞這群「孫子輩」的活力演出，興奮之情溢於言表。幼老也一起著色創作，歡度美好時光。

幼童楊旻傑、龔于恩表示，阿公阿媽看到他們精彩演出，露出滿意燦爛笑容，覺得很有成就感。幼



►嘉義縣新埤附幼學童在長輩面前進行繪本表演。

圖片提供／新埤國小



與小學生合作

45分鐘前 · 🌐

嘉義新埤國小的孩子們 有一群特殊同學，他們是來自太保日照中心、平均年齡70歲的阿公阿嬤們。小朋友會跟長輩們... 查看更多



原本坐在椅子上發呆的阿公阿嬤們

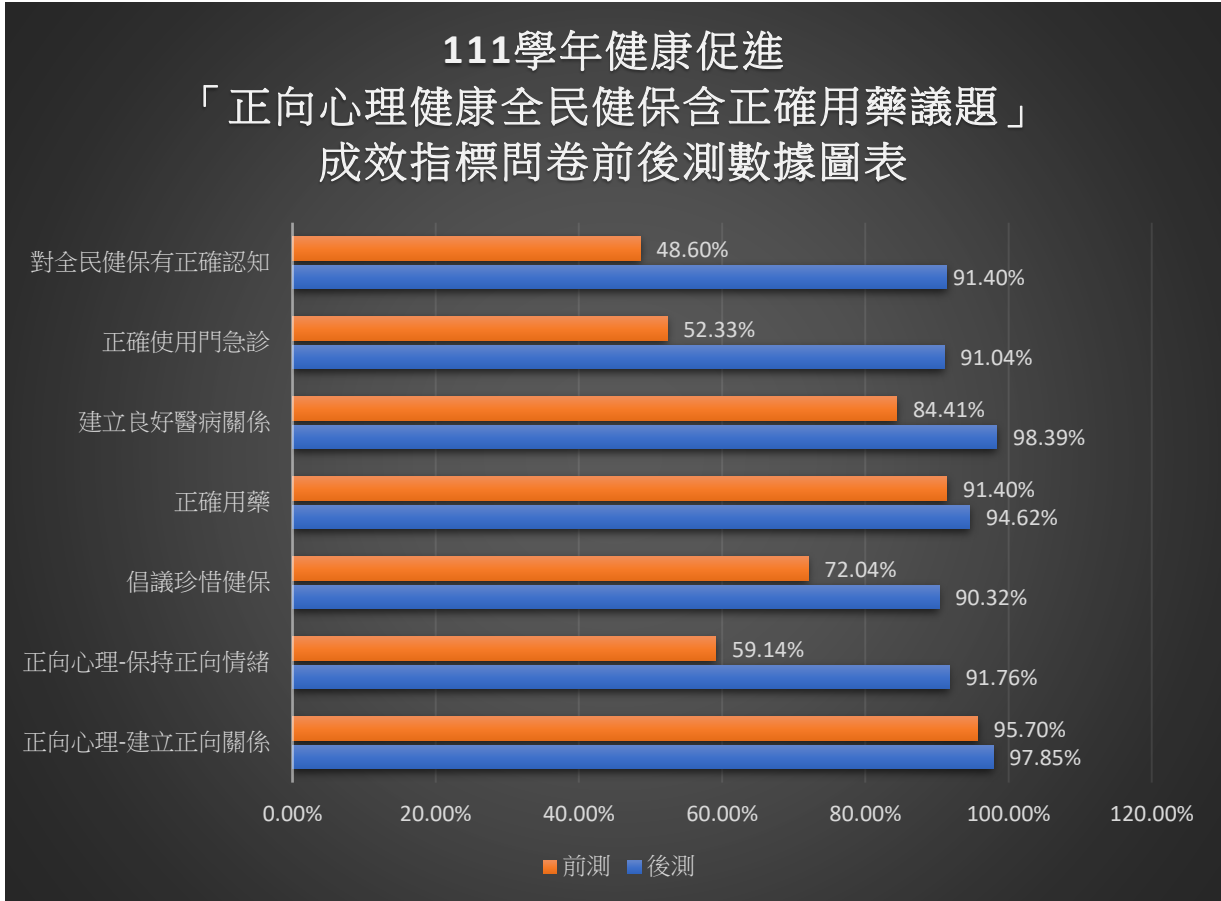
news.cts.com.tw

老幼共學 行不行? 拆掉圍牆 我的同學70歲 - 華視新聞網

陸、結論與建議

一、結論

(一)在量性目標方面，學生於正向心理健康促進全民健保（含正確用藥）各項指標皆已達成目標並達到顯著進步。



1. 全民健保（含正確用藥）議題面向

- (1) 本次前測對全民健保有正確認知是全部項目答對率最低，正確使用門急診答對率次低，可見學校學生對全民健保之相關特性與優點並不確實清楚。因此，在介入策略中，特別將健保制度五大特色利用各主要活動與管道讓學生能夠瞭解。當學生對健保有一定認知瞭解時，其才會願意去提倡與珍惜健保。我們從後測的結果發現，經過活動策略的介入學生對全民健保有正確認知之知識有非常明顯相對提高。
- (2) 分析對全民健保有正確認知 5 題答對率狀況，其中單選題 3「有關每個人繳交的健保費的敘述，何者正確？」前測答對率僅 10.75%；單選題 2「有關爸爸媽媽幫你繳的健保費，何者正確？」前測答對率 36.56%，由此二題前測結果可以得知，學生並不知道健保費量能付費、自助互助特點，不清楚自身所繳納的保費，是提供有生病的患者先使用；絕大多數學生認為自身繳的保費只會用在自身身上。於是在介入課程教學策略

中，我們特別介紹健保五大特性中的**自助互助**、**量能付費**，來說明予學生學習理解。因此，學生在後測的作答情況，**單選題3**答對率是93.55%，有極明顯的提升；**單選題2**答對率73.12%，亦有進步。

- (3) **本次測驗進步最多的題目是單選題3「有關每個人繳交的健保費的敘述，何者正確？」**。顯然，學校在一些介入策略中，特別教導如何向醫師表述自身的身體情況，而學生在接受健保五大特性中的自助互助、量能付費相關課程後，認知正確情況**能明顯提升**。

2. 正向心理健康議題面向

本次測驗進步最多的項目是**保持正向情緒**。正向情緒的重點目標為能自我察覺情緒原因、能情緒調適與紓壓、能欣賞自己優點、能以感謝態度面對人事物。我們知道人的生理狀態與心理健康互為表裡、互相影響，因此在指導學生能敏覺自身身體狀況的同時，也能表達予醫護人員，使醫師、藥師能知道如何正確幫助解決生理問題，有效促使學生身心健康。此外，教導學生們懷抱感謝態度來面對醫療人員與健保體制，除了告訴學生醫療人員的辛勞，以及健保體制所帶來的好處外，也鼓勵學生要時常察覺並說出他人的優點，於此同時能使自己的心情更加愉悅。利用前述的介入策略，我們能從後測結果看出，整大題作答情況是有所提升。

(二) 質性目標方面：

1. 藉由**正向心理健康促進全民健保與正確用藥**等生活技能課程，透過學生參與討論、講座分享、營隊學習、**健保桌遊**以及**學習單**等方式，提升學生對正向心理發展、全民健保及用藥能力資源的重視，並進而增強學生願意珍惜全民健保與檢視自我心理的內在實踐力。
2. 親師生與社區民眾皆能藉由參與本校辦理之活動體會幸福校園、快樂學習之真義，達成「**五正四樂**」正向心理，提升身心發展。

二、建議

- (一) **本次研究對象著重學生方面的介入與其倡議之「後囑教育」**，未來可加強家長、教師方面的介入，如家長、教師在接受相關演講、課程或宣導活動後，進行評量測驗來探究介入成效如何。
- (二) **本校推動正向心理健康促進全民健保教育議題時**，除了結合學校活動邀請更多家長參與，與持續利用家長日或親師座談日辦理相關宣導講座外，**或許開放其他有興趣的社區人士參加校內活動，以及與他校聯合舉辦相關議題活動，增加高度曝光率，可進而提升宣導成效。**
- (三) 推行正向心理健康，大多數的介入策略必須有具體行為或例子，較容易被學生理解，本研究對象為四、五、六年級的學生，可以嘗試讓他們去理解事情背後的原因增強**意義性**探討之**哲學課程**，來增加其願意用**五正四樂**的態度來面對人生，使成效有更向上進步提升。

柒、參考文獻

一、論文與期刊：

- (一)劉宜君。(2009)。從民眾觀點建構健保評量指標第二年研究。桃園市：元智大學。
- (二)張家臻、施淑芳、董貞吟、劉潔心、殷蘊雯、戴若蕾。(2016)。我國九年一貫課程全民健康保險教材內容分析:以國中小健康與體育領域為例。教育科學研究期刊，第六十一卷(1)。頁 136-167。
- (三)生活技能融入健康體位教學-健康體位特攻隊教學手冊。衛福部國健署。
- (四)兒童近視防治資源寶典。衛生福利部國民健康署

二、圖書：

- (一)衛生福利部中央健康保險署。(2022)。2022-2023 全民健康保險年報。臺北市：李伯璋。
- (二)衛生福利部中央健康保險署。(2018)。2018-2019 全民健康保險年報。臺北市：李伯璋。

三、網路資料：

- (一)李伯璋。(2020年02月28日)。醫病平台／「使用者付費」的「部分負擔」改革構想。擷取自元氣網：
<https://health.udn.com/health/story/6001/4375555>
- (二)陳如頤。(2020年03月10日)。健保財務狀況入不敷出 擬分3段實施「使用者付費」。擷取自NOW健康：
https://healthmedia.com.tw/main_detail.php?id=45223
- (三)衛生福利部心理及口腔健康司。(2015年12月04日)。促進全民心理健康 衛生福利部大步走。擷取自衛生福利部：<https://www.mohw.gov.tw/cp-2651-19693-1.html>
- (四)衛生福利部疾病管制署。(2020年11月25日)。全民健康保險對象如國外染疫，可申請健保自墊醫療費用核退。擷取自衛生福利部疾病管制署：
https://www.cdc.gov.tw/Category/ListContent/EmXemht4IT-IRAPrAnyG9A?uaid=7e4cJ_pc3vjM2NJ81p6J5Q

嘉義縣新埤國民小學 111 學年度
學校衛生暨健康促進委員會第一次會議紀錄

開會時間：111 年 8 月 31 日（星期三）下午 15：00

開會地點：會議室

主 席：陳怡君 校長

紀錄：侯淑菁

一、主席報告：

1. 本學年健康促進計畫，以「健康體位、口腔保健、視力保健、全民健保含正確用藥」為必選議題，自選議題是「藥物濫用」。
2. 感謝健康促進中央輔導委員/聘任督學黃俊豪校長擔任本校諮詢委員，期盼為本校健康促進相關計畫及執行層面提供意見，以提升健康促進推動成效。
3. 本校 111 學年度健康促進計畫已在 8 月 31 日校務會議通過，請各位委員針對健康促進計畫內容及實施策略，提出詳細的報告。

二、工作報告：

(一)韓增愛主任(教導處):

1. 本學期 111 年 9 月 9 日(五)晚上 7:00 親師座談會，將對家長宣導學童健康成長密碼 85110、規律用眼 3010、健保用藥等健康促進議題相關的觀念宣導。這個學年度希望更落實「健康體位、口腔保健、視力保健」議題的工作。
2. 教導處擬定視力保健「戶外活動防近視」、「3010 眼安康」實施辦法，敬請各位委員提供寶貴意見。
3. 本學年度仍定期於校刊分享健康促進議題資訊。

(二)羅俞琄組長(教學組):

1. 健康教育課程需融入「生活技能」健康素養導向課程設計教案，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育教學。期末併同學習單及教學活動實施成果（含教學心得反思、教學成效及成果照片）等資料繳交。
2. 本學年規畫舉辦各項健康促進議題相關藝文活動。

(三)蘇玲賀主任(總務處):

1. 班級若有需要修繕，請至總務處填寫維修申請，總務處會盡快處理。
2. 照度檢核每學期實施乙次，期全校均符合教室照明標準原則。
桌面部份照度不低於 500LUX。 黑板部份照度不低於 750LUX。

(四)侯淑菁組長(訓導組):

1. 加強宣導落實「85110」健康體位密碼活動，天天睡滿八小時、三蔬二果、四電少於一、每天至少運動 1 小時、多喝白開水（拒喝含糖飲料）。
2. 本學年度健康促進前後測成效評價成果報告以「全民健保含正確用藥、正向心理健康」為研究主題。
3. 為健康校園永續經營，在運動方面舉辦相關活動：
 - (1) 辦理特色運動課程：民俗體育課程，以練舞獅為主，除了增強學生體能外，也訓練孩子學習正向參與活動、維持正向關係的團隊合作。
 - (2) 另外推廣正式課程戶外化。如：戶外教育、食農教育課程、多元營隊、等。
 - (3) 本學期持續落實下課教室淨空，以達到用眼 3010，並配合課間活動安排，進行跳繩、操場大跑步、健康操等各項運動，以達到天天戶外運動 120。
4. 週五8：00健促相關議題宣導活動：。

(五)陳惠娟護理師:

1. 健康中心備有口罩，如各班有身體不適的學生需戴口罩，並請盡速就醫。
2. 每日午餐後撥放潔牙歌曲，督導學生利用牙刷、牙線進行飯後潔牙確實落實餐後潔牙。
3. 預計於 110 年 9 月 17 日(五)利用親師座談進行健康促進相關知能宣導，以提升家長的健保用藥、視力保健、健康體位、口腔保健等知能。

三、提案討論：

案由一：本校 111 學年度推行全民健保(含正確用藥)工作實施計畫「校園零食管理實施辦法」，提請討論。

說明：如附件。

決議：通過。

案由二：本校 111 學年度推行健康體位與口腔保健工作實施計畫「校園零含糖飲料管理實施辦法」，提請討論。

說明：如附件。

決議：修正後通過。

案由三：「本校「111 學年度戶外活動防近視實施辦法」乙案，提請討論。

說明：如附件。

決議：修正後通過。

案由四：本校「111 學年度視力保健 3010 眼安康實施辦法」乙案，提請討論。

說明：如附件。

決議：通過。

四、臨時動議：無

五、諮詢委員指導：

中央輔導委員/聘任督學黃俊豪校長：

1. 「健康促進學校」是促進學童與教職員最有效策略。WHO 實驗研究顯示：執行健康促進學校計畫可增進學生健康行為、健康與堅韌度等。
2. 感謝貴校在陳怡君校長帶領下擔任健康促進學校全民健保含正確用藥議題中心學校，協助本縣 111 學年度健康促進學校各議題工作重點，請貴校納入**健康促進學校計畫**確實執行，根據貴校去年各項統計資料，可看出學校在健促方面的努力，期待大家持續改善學童健康行為！

六、主席結論：

1. 感謝聘任督學/中央輔導委員俊豪校長百忙中蒞臨指導，提供本校健康促進推動具體有效策略。
2. 防疫方面仍須確實定期進行校園消毒、落實師生勤洗手及戴口罩，盡少人員移動及減少人與人間的接觸與聯結，做好各項防疫措施。
3. 決議事項及相關辦法請各處室列入行事確實執行，期待能改變全校親師生健康生活好習慣。

七、散會：下午 16：00

嘉義縣新埤國民小學 111 學年度 學校衛生暨健康促進委員會第二次會議紀錄

開會時間：112 年 01 月 18 日（星期三）下午 15：00

開會地點：會議室

主 席：陳怡君校長

紀錄：侯淑菁

一、主席報告：

1. 感謝各處組這學期的協助與配合，特別是**武術舞蹈部分**，我們參加**太保市祥和文教基金會期末成果發表**，獲得與會理事長、來賓讚許。
2. 我們參加**嘉義縣 111 年度中小學運動會桌球賽**榮獲國小高年級女單第一名，這邊也再次感謝各處室的幫忙協助。
3. 今年健康促進議題很注重「五正四樂」，五正為：正向情緒、正向參與、正向關係、正向意義、正向成就；而四樂為：樂動、樂活、樂食、樂眠。再請各處室加強相關議題宣導。

二、工作報告：

（一）韓增愛主任（教導處）：

1. 本學期於 111 年 9 月 9 日（五）親師座談會，對家長宣導學童健康成長密碼 85110、規律用眼 3010、健保用藥等健康促進議題相關的觀念宣導。
2. 本校於將於 **112 年 2 月 1 日~2 月 3 日下午**舉辦「**寒假健促育樂營**」，再請各處室協助。

（二）蘇玲賀主任（總務處）：

1. 本學期定期實施各項遊具安全檢查，均符合規定。
2. 定期檢測飲水設備（每三個月一次），使師生有乾淨、衛生及安全的飲用水。
3. 本學期執行廁所美化及健康促進標語張貼，感謝大家的協助。

（三）羅俞珺組長（教務處）：

本學年結合週六書道藝術社團規畫**健康促進議題相關作品製作**。

（四）侯淑菁組長（訓導組）：

1. **健康促進前後測成效評價**已由教導處著手進行，研究主題為：「**有健保足好！乎你健康快樂免煩惱，抵健康的所在—『正向心理健康全民健保含正**

確用藥』以支持性環境與素養導向課程介入之成效探討」，並邀請健康促進輔導委員黃俊豪校長指導。

2. 民俗體育社團運作順暢。
3. 健康促進議題網路填答前測於 111 年 11 月進行，而 112 年 2 月 17 日~3 月 3 日進行後測。
4. 落實課間自主慢跑、跳繩、健身操等戶外活動。
5. 全校游泳課程於 111 年 10 月 24 日~11 月 11 日，在嘉義縣南新國小泳池授課完畢，本校應屆畢業生僅 3% 通過國小基本游泳門檻，門檻標準為民國 110 年修訂「全國中小學學生游泳與自救能力基本指標三級」。

(五)陳惠娟護理師：

1. 請各班導師均能持續指導學生正確洗手習慣，特別注意指甲修剪，確保個人衛生。
3. 各班及專科教室每週均進行漂白水消毒，預防腸病毒。
4. 健康中心提供教職員工生健康議題相關資源及諮詢服務。
5. 對於本校師生體位過輕及肥胖比率之降低請討論相關作為。

三、提案討論：無。

四、臨時動議：無

五、主席結論：

1. 感謝各位用心規畫，各項活動均能順利推展。
2. 下學期即將有健康促進學校的初評，希望在全校師生努力下能進入複評，大家一起加油!在此祝福大家寒假愉快，新年快樂!

七、散會：下午 15：40



嘉義縣新埤國民小學 111 學年度 學校衛生暨健康促進委員會第三次會議紀錄

開會時間：112 年 2 月 10 日（星期五）下午 13：30

開會地點：視聽教室

主 席：陳怡君校長

紀錄：侯淑菁

一、主席報告：

- (一) 新學期開始，第二學期延續上學期健康促進議題，請各位委員提出這一學期預計要辦理的工作，討論活動的細節，及各處組該配合的相關業務，以期讓活動能順利進行。
- (二) 配合健康促進成效報告，以及公開授課之規定，校長會進行公開授課之活動，主題為「正向心理健康促進全民健保(含正確用藥)」。

二、工作報告：

(一)韓增愛主任(教導處):

1. 本學期健康促進計畫擬於 112 年 2 月 16 日參訪太保市大樹藥局，請社區專業藥師-吳翊綸藥師為孩子解說用藥安全。
2. 擬邀請高雄市建佑醫院到本校對教職員、家長會、志工進行健康檢查服務，舉辦時間於 112 年 2 月 24 日。

(二)蘇玲賀主任(總務處):

1. 本學期校舍各項遊具已於寒假期間完成安全檢查。
2. 開學進行各班教室及專科教室照度檢核，適時更換老舊燈管以維護教室照明標準。
3. 寒假開學前已完成飲用水、水塔保養、清洗。

(三)羅俞琄組長(教務組):

1. 已於圖書室設置健康主題書展，供孩童們借閱。
2. 週三書道藝文社團教師林姿吟老師已指導同學書寫全民健保宣導標題。

(四)侯淑菁組長(訓導組):

1. 健康促進前後測成效評價健康體位議題已完成前測，目前正進行六大範

疇的介入策略，後測預計於 112 年 3 月 3 日前完成。

2. 持續落實下課教室淨空，鼓勵下課自主慢跑、跳繩、健身操活動。
3. 請班級導師持續宣導「多喝白開水（每日至少喝 1500 cc 白開水），不喝含糖飲料」
3. 規劃由怡君校長於 3 月 8 日週三進修時間進行「健康教育教學與生活技能-以全民健保議題說起」教師增能研習，利用五正四樂之技巧協助教師健康教育教學與自我調適心理狀態生活技能，藉此快樂教學。

(五)陳惠娟護理師：

1. 持續提醒各班導師指導學生正確洗手，檢查指甲修剪，確保個人衛生。
2. 針對體位不良學生健康管理監控，協助學生改善體位狀況，健康體位輔導班學生均定期實施照護紀錄。
3. 各班及專科教室每周進行漂白水消毒，預防腸病毒。

三、提案討論：

案由一：「嘉義縣太保市各國中小校推派一名健康模範兒童代表」乙案，提請討論。

說明：嘉義縣太保市公所，請太保市各國中小推派一名學生代表各校健康模範兒童，而本校六年級的陳○翔同學，因其體位、視力、口腔等健康指標十分良好，故推派他擔任本校健康兒童代表，並代表本校參加嘉義縣太保市健康兒童頒獎典禮。

決議：經討論後通過。

案由二：審議本校制定之「嘉義縣新埤國小 111 學年度推動全民健保(含正確用藥)實施計畫」，提請討論。

說明：本校擬透過六大範疇與公私部門資源結合各處室與家長會、社區力量共同推動，讓健康促進實施效果擴大層級與深化。

決議：經討論後通過。

四、臨時動議：無

五、諮詢委員指導：

健康促進輔導委員/聘任督學黃俊豪校長：

1. 防疫工作不能鬆懈，請大家隨時留意中央指揮中心及縣府的相關訊息，以利進行及時的因應策略。
2. 感謝陳校長帶領團隊認真推動健康促進學校計畫各項工作，盼新埤孩子改變健康行為。

六、主席結論：

1. 感謝聘任督學/健康促進輔導委員俊豪校長百忙中蒞臨指導。
2. 感謝各位承辦人員用心規畫，很多事情需要大家協助，請依工作分配即早準備，並提早與相關單位確認時間和辦理方式。
3. 各項活動進行前如有修正調整事宜，再另行討論。

七、散會：中午 15：50



附件 1-1

嘉義縣新埤國小 111 學年度推動全民健保(含正確用藥)

實施計畫

壹、前言

台灣全民健保自 1995 年 3 月 1 日開辦至今，是一種強制性的社會保險，政府為照顧經濟弱勢族群，和提供更便利優質就醫環境，提供醫療保健服務，以自助、互助為精神，朝民眾可接受、負擔得起的制度努力，民眾就醫也日趨便利，從原本的 59%臺灣人民納入保障，至 110 年已經高達 99.96%以上的國人納入健保，並且有高達八成以上的社會大眾對該制度表示滿意。台灣全民健保制度的「普及、方便、自由、經濟、滿意度高」深為世界各國讚揚不已。

然自 1998 年健保開始出現財務危機後，當時衛生署（現為衛生福利部）曾調整部分負擔及開拓財源，卻未見效果。2009 年夏天，黃煌雄監察委員開始進行全民健保總體檢案，2011 年 1 月 18 日四十餘萬字的全民健保總體檢報告終於出爐，直指健保存在嚴重的「三多」問題，「看病多」「拿藥多」「檢查多」都為健保財務帶來沉重壓力，主張改革應「重振四大科」、「守護社區醫院」、「無效醫療要有效調整」來健全健保永續經營。同年（2011）二代健保亦在遭受虧損下推出實施，雖暫時解決財務赤字，但人民就醫習慣與觀念並無太大改變，健保基礎仍不穩固。於是啟動教育向

下扎根於 102 學年度將全民健保教育議題融入健康促進學校應推廣部分，及早讓學生深植珍惜健保資源及正確用藥觀念，才是健保永續經營之道（衛生福利部中央健康保險署，2018）。

我國的醫療院所普及，加上全民健保制度的實施，臺灣的民眾和其他國家人民相比，就醫算是十分方便。然而，部分民眾卻是身體稍感不適，就到醫院掛急診；又或是前次就醫所領取的藥品還沒發揮效果，也尚未服完療程，就因症狀未獲明顯改善，就心急再度就醫。也有不少跑醫院像逛菜市場的頻繁就醫者，或喜愛囤積各式藥品的民眾等皆時有所聞。國人不良的就醫習慣和不正確的用藥觀念，不僅浪費醫療資源，更有可能因為捨不得將藥物丟棄，而被家人誤食或重複用藥而危及生命與健康。然國小階段在一生中是可塑性極高的學習時期，許多行為習慣的養成、認知能力的建立與正確態度的培養皆奠基於此階段。正確用藥知識觀念的習得與全民健保制度的了解與維護，不僅只是個人健康的基礎，更能透過「後囑教育」影響家人的用藥就醫行為，透過衛生教育進而確保我國全民健保制度的永續發展。

現今的十二年國教國小課程中，「正確用藥教育」與「全民健保制度」並未單獨設立學科，而是分散於「健康與體育」的學習領域裡，內容較不完整，教科書中包含相關議題整理如下：康軒版第 10 冊健康與體育第六單元【健康防護罩】、翰林國語課本第十冊亞洲最受讚譽的健康照護制度、南

一版國語課本第九冊第一課健康存摺。因此，需由學校負起健康促進學校的重任，執行「校園正確用藥與全民健保」教育宣導活動，建立全民「全民健保、人人有責」之觀念，並教育民眾正確的醫療保健知識減少醫療浪費，強調建構支持性環境與發展實證策略模式，進行成效分析以營造健康校園與社區。

貳、學校現況與 SWOT 分析

一、學校現況

本校位於嘉義縣嘉 64 號縣道旁，高鐵大道附近，位嘉南平原上、傍新埤大排的新埤社區。學區家長大部分以務農或打零工為主，近年來年輕人口外移日趨嚴重，新住民家庭增加，導致家庭結構多所改變，校內隔代教養學童及單親家庭比例偏高，高達 34.2%，依此相對弱勢的家庭結構看來，照顧者對於學童健康促進及衛生習慣的養成，可能較無時間建立及指導。另外，新埤社區距離大型醫療院所或嘉義市中心有一段距離，學區內雖有診所、藥局就醫便利，但家長大多習慣到需車程 20 分鐘以上的嘉義市醫療院所，因此，不管是學生或家長對於珍惜健保資源及正確就醫觀念仍有進步空間。

擴大到學校的層面，學校既不在山區、也不在市區，資源不如市區多，關愛亦不如山區多，屬於補助雙峰現象中的弱勢「非山非市」的學校，往往比偏鄉學校更易被忽略，因此學童之生活、學習與成長乃至於健

康促進的觀念建立相當值得教育相關人員投入心力，在這樣的文教環境之下，學童之生活、學習、健康與成長頗值得學校端多全面關照，發揮偏鄉教育創價功能。

校內以培育健康活力、敦品勵學、在地參與、卓越創新的身心靈健全之 HOPE 兒童為願景圖像，期望營造校園成為一個溫馨、健康、安全、快樂的學習環境。健康是個體追求美滿生活的基本要素，希望透過學校推行的健康促進策略及活動，建立學童正確的就醫觀念及用藥行為，並結合社區及家長的多方資源，將珍惜全民健保資源及正確用藥觀念落實到社區家長的心中，讓學生及家長一同參與營造健康校園，從小建立正確的知識、態度與技能，養成健康生活行為與型態，進而達成珍惜醫療資源及促進家庭整體健康。

二、SWOT 分析

根據校內所處社區特性，提出全民健保（含正確用藥）實施計畫，並以 SWOT 分析模式，探討實施本計畫的內在優勢、劣勢及外在環境之機會、可能之威脅（見表 27-1）。

表 27-1 全民健保（含正確用藥）議題推動之 SWOT 分析表

因素	內部環境		外部環境	
	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)
學校衛生政策	3. 為健康促進議題中心學校有積極作為。 4. 校長進行課程領導。	學校專案多，事務龐雜。	行政整合化繁為簡，發揮綜效，帶動六大範疇面推。	中央推動單位應先行整合，避免多頭馬車。

健康服務	校護資深有經驗，有動能。	部分學生家庭對健康促進教育配合度不高。	引入公私資源協助健康服務。	3. 推行議題多元。 4. 推展時間與人力不足。
健康教學與活動	1. 生活技能健康課程列入校本課程。 2. 教師資深肯負責，流動率低。	教師習於舊式教學模式，缺乏生活技能健康課程概念。	1. 參訓教育部健康教育種子教師。 2. 引入跨領域教學與新課綱社群。	建構體驗性、操作性課程較耗時費力，。
學校物質環境	3. 積極爭取資源，校園場館與設施陸續更新。 4. 校園生態環境優美設置獨有之香草生態園與食農場域	3. 非山非市學校爭取相關設備經費不易。 4. 教師在各領域融入健康教學能力尚待加強。	3. 透過民間資源與可靠管道爭取資源 4. 引入志工養護校園環境與專業機構共同發展生態食農、健康促進特色課程。	1. 校地大、部分設備老舊，維護與修繕費用大 2. 課程發展需配合校園物質環境發展，亟待社區與學校共同合作。
學校社會環境	3. 配合議題中心學校，加強活動辦理 4. 境教布置積極充分配合。	1. 家庭教育與學校教育配合不易。	行政動能強，積極引入機關團體共同辦理活動，促進親師生參與動能。。	所需經費龐大造成學校負擔
社區關係	廣邀社區公私單位進入結盟共推。	3. 家長忙於工作，缺乏健康意識。 4. 部分家長疏於教養，對校園活動冷漠。	社區有藥局、醫院締結合作同盟	3. 居民文化刺激不足，不重視健康促進議題。 4. 社區政治意識紛雜，恐因人設事，影響配合度。

參、計畫目標

一、總目標

- (一) 透過教育方式建立學生對全民健保與安全用藥的正確認知、技能與態度。
- (二) 提升師生瞭解全民健保與安全用藥的教學目標與內涵。
- (三) 落實學校全民健保與安全用藥的教育宣導，結合社區相關資源，培養親師生珍惜全民健保資源。
- (四) 結合課程融入正確用藥議題，強化學生正確用藥能力，並能家校合作推廣至社區。

二、具體目標-前後測問卷填答

- (一) 全民健保正確認知率提高 10%或超過 85%
- (二) 珍惜全民健保行為率提高 5%或超過 80%。
- (三) 遵醫囑服藥率提高 5%或超過 90%。
- (四) 看清藥袋藥盒標示比率提高 3%或超過 90%。

肆、實施策略

一、學校衛生政策

- (一) 召開學校衛生委員會下置全民健保(含正確用藥)推動工作小組，依據需求評估與資源盤點擬定推行工作內容與工作分配，負責統籌規劃、推動及檢討相關學校衛生政策。
- (二) 規劃與訂定全民健保與安全用藥計畫，健康促進活動排入校務行事

曆，依進度執行計畫、討論與解決相關執行問題。

(三) 辦理教師增能研習與親師健康促進主題座談會，徵詢校內外（包括專家學者）相關人士意見進行滾動修正，解決實務推動問題。

(四) 各處室溝通協調，建立共識，結合社區資源共同推動計畫。

二、健康服務

(一) 建立歷年學生健康檢查數據表，了解學生健康數據改變之意義，建置推動依據資料庫。

(二) 健康中心諮詢與個案服務：學校健康中心提供全民健保正確用藥諮詢服務，例如：協助學生個人健康檔案管理，視力、齲齒複檢統計與就醫追蹤及結合社區醫院對學生自主健康管理流感疫苗的施打、就醫科別建議、就診應注意事項、年度身體健康檢查、日常飲食運動健康資訊提供等。

(三) 佈置全民健保正確用藥保健櫥窗、網站提供衛生教育資料。

(四) 結合校外資源至學校辦理健康促進營隊。

三、健康教學與活動

(一) 生活技能融入健康教學，規劃健康素養導向課程－全民健保融入生活技能之高年級教學活動設計介入教學課程並加入討論單及學習單，針對校內實驗組進行教學，來推廣行動研究成效評價。

(二) 教學內容

「珍惜健保聰明就醫-5 知道 8 行動」(如附件 2-1)，透過三個單元的正確用藥課程，喚醒學生珍視全民健保制度進而認同全民健保資源有限的概念。明白自己就醫的需求，學習聰明就醫與保健技巧方法，正確且合理使用醫療消費，並能倡議珍愛健保、聰明就醫，減輕健保負擔。

1. 第一單元【珍惜健保 5 知道】：指導學生理解台灣醫療費用支出受外國人讚許的事實與原因，進而了解台灣之光的全民健保制度的好處與特性，並認同全民健保自助互助、照顧弱勢的精神，全民納保、量能付費、收支平衡，具備珍惜健保資源人人有責的態度。
2. 第二單元【聰明就醫 8 行動】：指導學生能正確說出就醫的注意事項，正確使用分級與急診醫療，不重複就醫，說出就醫前、中、後要注意的事項，利用口訣完整表述病情，懂得尊重與感謝醫療人員並能遵醫囑用藥於用藥前看清標示，並參與「就醫達人」闖關活動。
3. 第三單元【醫觸即發桌遊趣】：指導學生能了解「醫觸即發」桌遊分類題目卡而回答有關全民健保的相關問題，能根據遊戲規則正確參與醫觸即發桌遊重溫「珍惜健保聰明就醫-5 知道 8 行動」知識內容，藉由題目卡釐清迷思概念，與夥伴互動一同完成健保知識桌遊，並完成學習單倡議珍惜健保行為。

四、學校物質環境

- (一) 佈置健康促進議題宣導專欄：在教導處公佈欄張貼全民健保(含正

確用藥)宣傳海報,學生於下課時可瀏覽相關資訊,提升全民健保及用藥正確知能。

(二)中走廊路透社進行影音宣導:於中走廊路透社大型液晶螢幕,循環播放健康促進議題相關訊息及繪本、影片等,提供親師生多元的健康促進知識管道。

(三)學校校網首頁連結相關網站:校網首頁提供連結至臺灣健康促進學校網頁、衛生福利部健康保險署網站及兒童保健園地的網址,並於聯絡簿張貼單張、學校粉絲頁讓親師生可以更便利的獲得全民健保(含正確用藥)保健相關訊息。

五、學校社會環境

(一)健康促進議題宣導及有獎徵答:全校利用宣導時間向全校師生進行相關議題解釋說明,提供有獎徵答問題的解答方向及獲得相關知識的網站介紹,宣導結束後進行健康促進常識有獎徵答。

(二)校園健康主播戲劇營:利用課餘時間進行劇本構思、道具製作、以及演員訓練,讓學生在自然歡樂的氣氛中,獲得全民健保及正確用藥的相關常識,加強學生對藥物使用的正確觀念及實踐行動力。營隊結束後錄製影片並參加比賽。

(三)帶領師生實地參訪社區藥局,和藥師做朋友。

六、社區關係

(一) 發放家長「給家長的一封信-全民健保篇」、「厝邊好醫師、社區好醫院」文宣：利用親師座談發放夾頁—「給家長的一封信-全民健保篇」—「厝邊好醫師、社區好醫院-正確就醫及用藥」，以搭配親師座談全民健保(含正確用藥)宣導。當日未能出席家長，隔日請學生夾聯絡簿帶回，親子共同閱讀文宣資料後簽名。

(二) 校慶暨社區聯合運動會健康促進運動員創意進場：校慶置入健康促進議題，進行親子趣味競賽活動(代代相傳-全民健保永相傳)，並進行健康促進運動員創意進場。

(三) 與衛生所於運動會時設置專攤，提供全民健康保險與正確用藥諮詢與衛生教育服務：結合竹崎鄉衛生所於運動會時設置專攤，提供全民健康保險與正確用藥等相關諮詢與衛生教育服務。

(四) 親師座談進行全民健保(含正確用藥)相關知能宣導，以提升家長的全民健保知能，透過家長的影響力擴大宣導效能，增強社區居民對健保資源運用及用藥的正確觀念。

(五) 期初志工會議辦理全民健保(含正確用藥)相關研習。

(六) 結合在地醫療院所進行參訪及闖關活動，透過醫師、藥師及行政人員擔任關主，解說醫院全民健保運作及正確用藥觀念，期望增進珍惜全民健保資源意識。

(七) 社區張貼全民健保(含正確用藥)宣傳海報，到社區停車場、超

市、藥局及公園等張貼兩種標語海報「愛健保、珍惜健保資源」、「正確用藥、多份用心、健康安心」。

伍、實施步驟與進度(甘特圖)

全民健保(含正確用藥)計畫本年度預定進度甘特圖見圖 27-1。

推動內容	預定執行月份										
	7.8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6.7 月
召開學校衛生委員會會議訂定計畫	■										
健康促進活動排入行事曆	■										
教師健保用藥增能講座						■					
親師座談健保用藥宣導		■	■	■			■	■	■		
前後測成效檢測分析									■	■	■
健康中心健康諮詢個案管理		■	■	■	■		■	■	■	■	
佈置衛生教育櫥窗與資料提供		■	■	■			■	■			
結合資源辦理健保營隊					■	■	■				
各年級依課程進度融入教學		■	■	■	■		■	■	■	■	
自編教案介入班級教學				■	■	■	■				
辦理志工家長健保用藥宣導					■	■	■	■	■	■	
繪本導讀學習單			■	■	■	■	■	■	■	■	
佈置健保用藥宣導專欄		■	■	■							
中走廊路透社影音宣導			■	■	■	■		■	■	■	
學校首頁連結相關網站			■	■	■	■		■	■	■	
社區張貼海報			■	■	■	■	■	■	■	■	
朝會時進行議題			■	■	■	■					

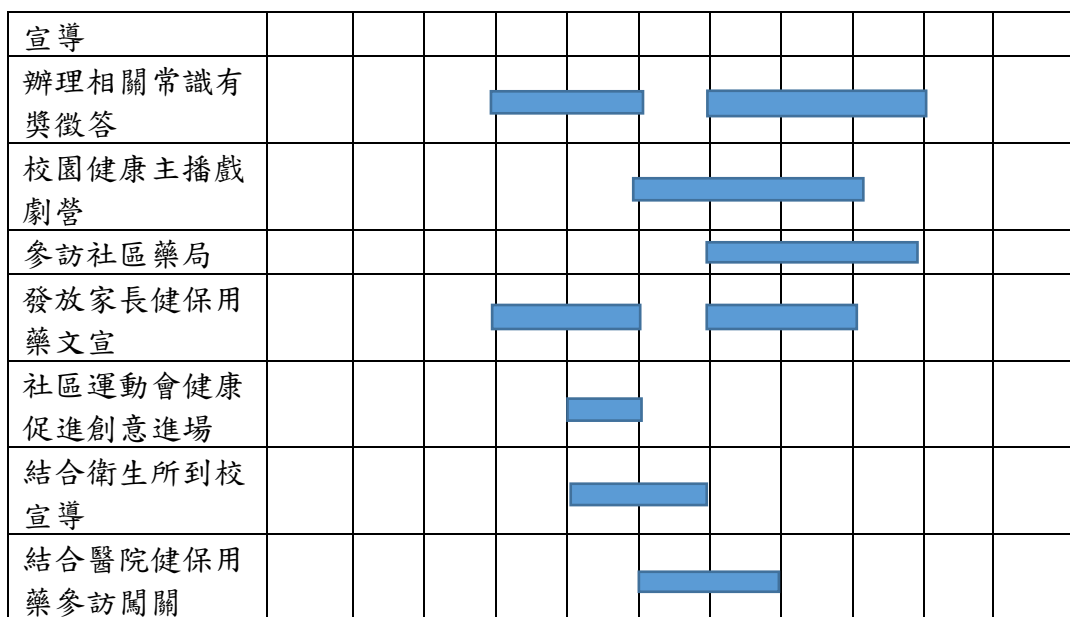


圖 27-1 全民健保(含正確用藥)計畫本年度預定進度甘特圖

陸、人力配置(含計畫職稱、工作任務)

成立學校全民健保(含正確用藥)計畫工作小組，組織成員職掌見表 27-2：

表 27-2 全民健保(含正確用藥)計畫學校工作小組職掌

計畫職稱	所屬職稱	姓名	在本計畫之工作項目
計畫主持人	校長	陳怡君	綜理全民健保/正確用藥推行督導事宜，整合資源，統籌調度。
協同主持人	教導主任	韓增愛	研擬全民健保/正確用藥計畫、協調各項活動、管控進度、彙整成果。
協同主持人	總務主任	蘇玲賀	研究策劃，督導計畫執行，並協助總務相關行政業務協調。
委員兼執行秘書	訓導組長	侯淑菁	全民健保/正確用藥計畫執行，協助推展計畫內的各項活動、成效評值及撰寫成果報告。
委員	導師代表	鄭雅琪	協助推動全民健保/正確用藥各項相關活動及教師與行政間的聯繫。
委員	健體領域教師代表	吳瑋承	實施健康議題融入教學，配合計畫指導學童全民健保/正確用藥生活形態，隨時反映教學問題。
委員	護理師	陳惠娟	1. 擬訂、執行並檢視評價各項全民健保/正確用藥議題之教學與活動。 2. 紀錄、分析、監控歷年學童全民健保/正確用藥健康狀況資料，提供各種保健知識。 3. 身體健康狀況及需求評估，活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調整合。

委員	家長代表	陳志忠	整合家長會人力，運用家長資源，協助學校推展各項全民健保/正確用藥活動與健康服務至學童家庭與社區。
委員	安親班代表	林義信	配合全民健保/正確用藥計畫，協助推展計畫內的各項活動。
委員	學生代表	林千惠	反應學生需求與意見，提出建議，支援調查、宣導活動之人力。
諮詢委員	中央輔導委員	黃俊豪	提供全民健保/正確用藥指導、諮詢等服務。
諮詢委員	嘉義基督教醫院藥師	趙坤賢	提供全民健保/正確用藥義診、矯治、諮詢等服務。
諮詢委員	社區藥師	吳翊綸	提供全民健保/正確用藥義診、宣導、諮詢等服務。

柒、經費編列

一、經費來源：教育部專款、教育局補助款、學校配合款、家長會捐款與校務發展基金。

二、預算表

全民健保(含正確用藥)計畫本年度總經費概算如表 27-3。

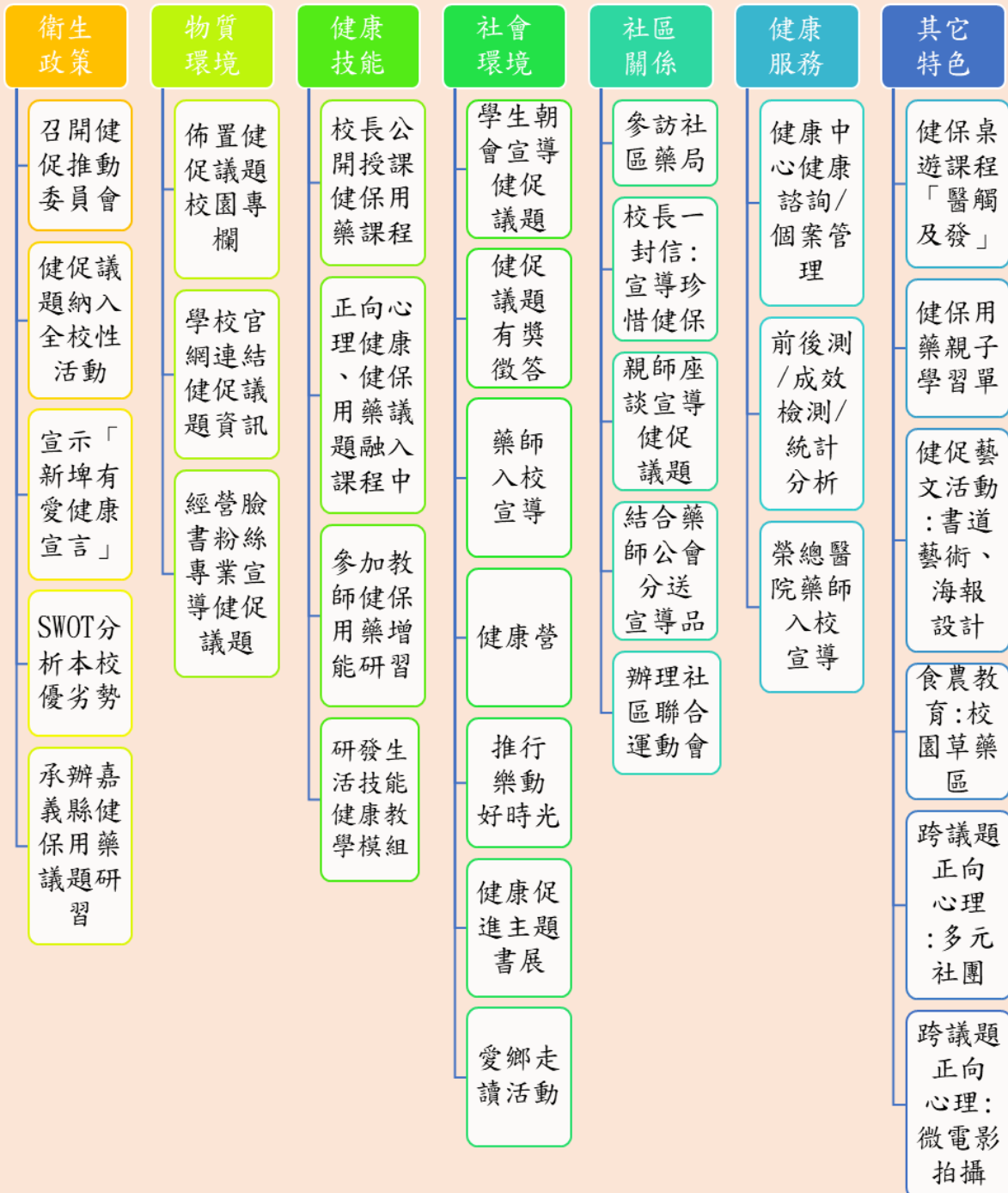
表 27-3 全民健保(含正確用藥)計畫經費概算表

活動項目	金額	說明	備註
營隊講師費	400 元×12 = 4,800	辦理研習或營隊	
輔導費	2000×6 = 12,000		
膳費	80 元×200 = 16,000		
教材費	100 元×400 = 40,000		
印刷費	50 元×400 = 20,000		
交通費	8000 元×1 = 8,000	交通運輸用	
合計	100,800		
本概算業務費部份可依實際執行狀況進行彈性調整			

◆新埤國小健康促進學校-學校衛生政策制定流程



◆全民健保含正確用藥融入六大範疇架構與學校課程示例



捌、成效評價

配合計畫執行進度，進行過程評量，並於計畫執行前、後收集前、後測資料以評價計畫成效，說明如下：

一、形成性評價

依據表 27-4 全民健保(含正確用藥)計畫檢核表就六大範疇的工作內容逐一檢核其實施情形。

表 27-4 全民健保(含正確用藥)計畫工作項目檢核表

評價項目	評價要點	執行程度自評					備註
		4	3	2	1	0	
學校衛生政策	設有學校衛生委員會並定期召開會議	4	3	2	1	0	
	訂有全民健保正確用藥實施辦法	4	3	2	1	0	
	編列全民健保正確用藥計畫預算並充實軟硬體設備	4	3	2	1	0	
	設有全民健保正確用藥資源中心	4	3	2	1	0	
健康服務	前後測成效檢測統計分析	4	3	2	1	0	
	健康中心健康諮詢個案管理	4	3	2	1	0	
	佈置衛生教育櫥窗與資料提供	4	3	2	1	0	
	結合資源辦理健保營隊	4	3	2	1	0	
健康教學與活動	能收集、研發全民健保正確用藥教材	4	3	2	1	0	
	將全民健保正確用藥融入健康課程並辦理評量	4	3	2	1	0	
	辦理全民健保正確用藥研習、文藝競賽或講座等校內活動	4	3	2	1	0	
學校物質環境	建置文藝走廊社會環境	4	3	2	1	0	
	充實軟硬體設備，建置多媒體衛生教育宣導管道	4	3	2	1	0	
學校社會環境	營造全民健保正確用藥友善校園	4	3	2	1	0	
	辦理正確用藥推廣活動	4	3	2	1	0	
社區關係	家長參與	4	3	2	1	0	
	社區資源引入	4	3	2	1	0	

註：執行程度代碼使用說明：

4 代表優，指有執行且成效良好，佐證資料豐富完善。

3 代表佳，指有執行且成效良好，可提出佐證資料。

- 2 代表可，指有執行但成效尚可，佐證資料不完善。
1 代表差，指有執行但成效不佳，且無法提出佐證資料。
0 代表完全未執行。

二、總結性評價

(一) 全民健保認知正確率提升 10%、態度正向的改變量提升 5%，遵醫囑服藥率增加 5%。

(二) 珍惜全民健保行為率提高 5%。

(三) 看清藥袋藥盒標示比率提高 3%或超過 90%。

(四) 全民健保專題講座之整體滿意度需達 90%。

玖、本計畫經校務會議通過後公告施行，修正時亦同。

健康素養導向課程

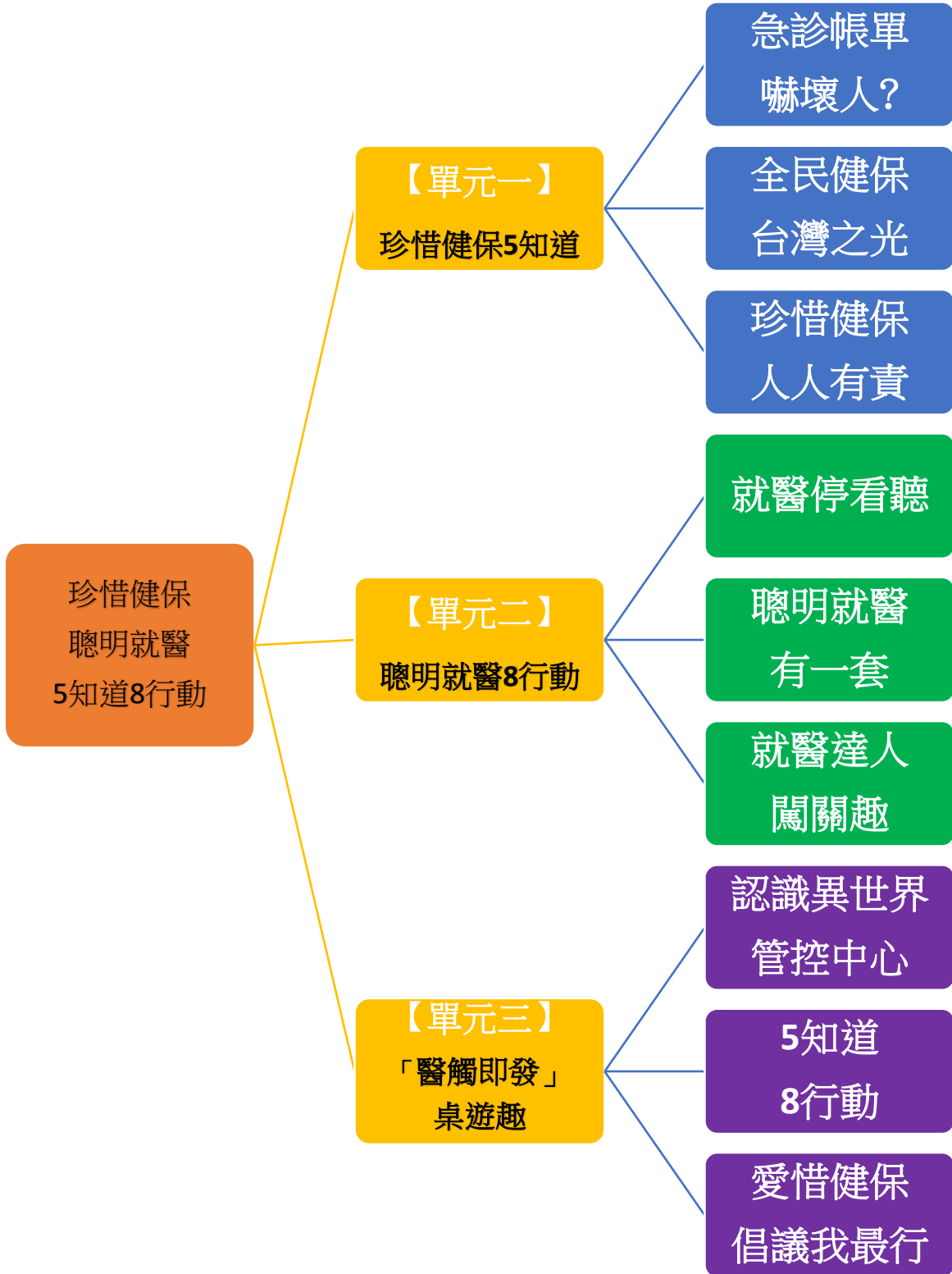
全民健保融入生活技能 四五六年級教學活動設計

教學主題	珍惜健保 聰明就醫 - 5 知道 8 行動		
領域/科目	健康與體育/健康教育	教學設計者	陳怡君
教學班級	五年級、六年級	教學時間	共 5 節 200 分鐘
設計理念	<p>全民健保乃由大家共同繳納保費給健保署，並由健保署和醫療院所簽約提供健康醫療服務的保險制度。</p> <p>但近年濫用健保資源情形嚴重與防疫工作加重導致健保虧損，期許本課程能喚醒與教導學生珍惜全民健保制度進而認同本國之全民健保制度、妥適使用健保資源的知能。明白自己就醫的需求，學習聰明就醫與保健技巧方法，正確且合理使用醫療消費，並能倡議珍愛健保 5 知道、聰明就醫 8 行動，全民來減輕健保負擔。</p>		
設計依據			
學習重點	學習表現	<p>1b-III-1 理解健康技能和生活技能對健康維護的重要性。</p> <p>1b-III-3 對照生活情境的健康需求，尋求適用的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-III-1 關注健康議題受到個人、家庭、學校與社區等因素的交互作用之影響。</p> <p>3a-III-2 能於不同的生活情境中，主動表現基礎健康技能。</p> <p>3b-III-3 能於引導下，表現基本的決策與批判技能。</p> <p>4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。</p> <p>4a-III-3 主動地表現促進健康的行動。</p>	<p>領域核心素養</p> <p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。</p>

	學習內容	Bb-III-1 藥物種類、正確用藥核心能力與用藥諮詢。 Da-III-1 衛生保健習慣的改進方法。 Eb-III-2 健康消費相關服務與產品的選擇方法。 Fb-III-4 珍惜健保與醫療的方法。		
議題融入	實質內涵	資訊教育 資 E6 認識與使用資訊科技以表達想法。 資 E9 利用資訊科技分享學習資源與心得。		
	所融入之單元	康軒版第 10 冊健康與體育第六單元 【健康防護罩】 翰林國語課本第十冊 亞洲最受讚譽的健康照護制度 南一版國語課本第九冊第一課健康存摺		
與其他領域/科目的連結		語文教育 資訊教育 家庭教育 品德教育		
學習目標		生活技能指標		
單元一【健保知識站 5 知道】 1. 能了解台灣健康醫療保險優勢。 2. 能認同台灣之光的全民健保制度。 3. 能了解全民健保的好處與 5 特性。 4. 能認同全民健保自助互助、照顧弱勢的精神。 5. 能具備珍惜健保資源的態度。		批判思考		
單元二【就醫有一套 8 行動】 1. 能正確說出就醫的注意事項，正確使用分級與急診醫療。 2. 能說出就醫前、中、後要注意的事項。 3. 能利用口訣完整表述病情。 4. 能懂得尊重與感謝醫療人員。 5. 能遵醫囑用藥於用藥前看清標示。		解決問題		

<p>單元三【醫觸即發】</p> <p>1. 能了解醫觸即發桌遊分類題目卡而回答有關全民健保的相關問題。</p> <p>2. 能根據遊戲規則正確參與醫觸即發桌遊。</p> <p>3. 能藉由題目卡釐清迷思概念，與夥伴互動完成健保知識桌遊。</p> <p>4. 完成學習單倡議珍惜健保行為。</p>	<p>解決問題、倡導能力</p>				
<p>教學所需 資源與設備</p>	<p>■含健保教育桌遊「醫觸即發」</p> <p>1、教學簡報</p> <p>2、Microsoft Office Power Point 簡報製作軟體</p> <p>2、學習單</p> <p>3、個人電腦</p> <p>4、投影機(或電腦教室廣播系統)</p> <p>5、臺灣健康促進學校增能教材</p> <p>https://hps.hphe.ntnu.edu.tw/topic/insurance/promote/list/page-2</p>				
<p>學習目標 (以學生為中心)</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="341 904 855 965">領域學習目標</th> <th data-bbox="855 904 1414 965">符合健保教育指標概念</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="341 965 855 1583"> <ul style="list-style-type: none"> ●能說明全民健保 5 知道、8 行動的意涵 ●能說出對於全民健保 5 知道、8 行動的感受 ●能瞭解全民納保的意義 ●能說出正確用藥應注意事項 ●能製作簡報整合全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能與他人分享全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能運用所學的知識，潛移默化力行實踐於生活 </td> <td data-bbox="855 965 1414 1583"> <ul style="list-style-type: none"> ■知道 1_全民納保 ■知道 2_自助互助 ■知道 3_量能付費 ■知道 4_照護弱勢 ■知道 5_收支平衡 ■行動 1_正確使用分級醫療 ■行動 2_正確使用急診醫療 ■行動 3_不重複就醫 ■行動 4_清楚表述病症 ■行動 5_尊重與感謝 ■行動 6_用藥前看標示 ■行動 7_遵醫囑用藥 ■行動 8_倡議珍惜健保 </td> </tr> </tbody> </table>	領域學習目標	符合健保教育指標概念	<ul style="list-style-type: none"> ●能說明全民健保 5 知道、8 行動的意涵 ●能說出對於全民健保 5 知道、8 行動的感受 ●能瞭解全民納保的意義 ●能說出正確用藥應注意事項 ●能製作簡報整合全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能與他人分享全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能運用所學的知識，潛移默化力行實踐於生活 	<ul style="list-style-type: none"> ■知道 1_全民納保 ■知道 2_自助互助 ■知道 3_量能付費 ■知道 4_照護弱勢 ■知道 5_收支平衡 ■行動 1_正確使用分級醫療 ■行動 2_正確使用急診醫療 ■行動 3_不重複就醫 ■行動 4_清楚表述病症 ■行動 5_尊重與感謝 ■行動 6_用藥前看標示 ■行動 7_遵醫囑用藥 ■行動 8_倡議珍惜健保
領域學習目標	符合健保教育指標概念				
<ul style="list-style-type: none"> ●能說明全民健保 5 知道、8 行動的意涵 ●能說出對於全民健保 5 知道、8 行動的感受 ●能瞭解全民納保的意義 ●能說出正確用藥應注意事項 ●能製作簡報整合全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能與他人分享全民健保 5 知道、8 行動觀念 ●能運用所學的知識，潛移默化力行實踐於生活 	<ul style="list-style-type: none"> ■知道 1_全民納保 ■知道 2_自助互助 ■知道 3_量能付費 ■知道 4_照護弱勢 ■知道 5_收支平衡 ■行動 1_正確使用分級醫療 ■行動 2_正確使用急診醫療 ■行動 3_不重複就醫 ■行動 4_清楚表述病症 ■行動 5_尊重與感謝 ■行動 6_用藥前看標示 ■行動 7_遵醫囑用藥 ■行動 8_倡議珍惜健保 				

教學設計架構



教學活動流程

生活技能	教學活動內容及實施方式	教學資源	學習評量
<p>批判思考</p> <p>自我覺察</p> <p>合作與團隊作業</p> <p>解決問題</p>	<p>-----第一節開始-----</p> <p>單元一：珍惜健保 5 知道</p> <p>一、引起動機-急診帳單嚇壞人？</p> <p>觀看新聞影片「急診帳單嚇壞美國人」 https://www.youtube.com/watch?v=Z6DVXmys-SI</p>  <p>提問:1. 影片中的美國人為何生病了就不就醫? 2. 急診帳單為何嚇壞這位美國人? 3. 請小組討論①生病了你也像影片中的美國人遲就不就醫嗎? ②分享自己的就醫經驗與過程?</p> <p>二、發展活動-全民健保台灣之光</p> <p>1. 教師出示健保卡。請小組用海報發表剛剛討論的內容: ①如何使用健保卡? ②就醫經驗與過程。</p> <p>2. 討論與認識全民健保的特質 (1) 由全民健保標誌認識全民健保的精神</p>  <p>教師總結：健保小綠人標誌的「3H：Help、Healthe、Happy」特殊涵意，並介紹分級醫療、健康存摺等內容，從小養成正確就醫觀念。</p> <p>(2) 一起閱讀「翰林國語課本第十冊 亞洲最受讚譽的</p>	<p>影片</p> <p>簡報</p> <p>PPT</p> <p>健保卡</p> <p>學習海報</p> <p>互評表</p>	<p>小組討論</p> <p>完成海報</p> <p>舉手發言</p> <p>完成海報</p> <p>認真參與</p>

健康照護制度」

亞洲最受讚譽的 健康照護制度

二〇一〇年，榮獲美國時代雜誌評選為「全球百大影響人物第八名」的臺東萊萊廠陳樹菊女士，無私大愛撼動了全球人們的心。她一生勤儉刻苦，卻對於需要幫助的人慷慨捐獻，背後是一段又一段讓人鼻酸的故事。



陳樹菊女士在十三歲時，因為家裡貧困，湊不出給醫院的五千元保證金，導致母親因延遲送醫而難產過世；後來，她的三弟突然生了一場怪病，家裡一時間湊不出醫藥費，錯過最佳搶救時機而回天乏術。即使事隔多年，陳樹菊女士每每憶起這些往事，還是忍不住紅了眼眶：「因為我們太窮了，如果我們有錢的話，家人就不會因為湊不齊醫藥費而離開……」這是陳樹菊女士家中既悲慘又無奈的真實故事，也是那個沒有健保制度的年代裡，許多貧困家庭的類似寫照——有病無錢醫。



曾經苦過，才真正明白苦的味道。陳樹菊女士因此願意無償為「全民健康保險」代言，在健保，有你真好」的短片中，她有感而發的說：「以前生病沒有健保，都要去跟別人借錢，……那種沒錢救命的痛苦，當你遇到，你就知道。」的確，如果沒有經歷過「沒錢救命的痛苦」，確實很難真正體會，身處臺灣當今完善健保制度下的國民，我們應該對全民健康保險有更多的認識與支持。

全民健康保險標誌

拿出健保卡，你可以在晶片上方，發現有個圓形標誌，標誌中間有兩個「小綠人」，這可不是協助我們過馬路的小綠人交通標誌，而是「全民健康保險標誌」呵！仔細瞧瞧，標誌以「男」女握手表示「互相

幫助、互相照顧，大家都健康」的意思。再進一步聯想，這個男女握手圖案很像哪個英文字？沒錯，就像英文字母「H」！你知道嗎？

這個「H」隱含三個特殊的意義呵！分別是互相幫忙 (Help)、健康 (Health)、快樂 (Happy)，也就是說：「如果大家都能互相幫忙，就能健康又快樂！」這個標誌，是不是很有意思，也很有意義呢？



3. 請小組討論課文中：陳樹菊阿嬤為什麼要挺身為全民健保拍攝廣告？
4. 教師說明「珍惜健保五知道」：說明全民健保的精神與內涵，包括全民納保、自助互助、量能付費、照顧弱勢、收支平衡等。

珍惜健保聰明就醫 5 知道

全民納保	自助互助	量能付費	照顧弱勢	收支平衡
全民納保	發揮自助互助精神	量能付費	照顧弱勢	醫療費用大於保費收入 會導致虧損破產

批判
思考
自我
覺察
人際
溝通
能力

人際
溝通

5. 請小組利用平板電腦上網尋找台灣全民健保制度相關資料或新聞，小組討論「台灣的健保制度為何被稱為台灣之光」，並完成學習簡報 ppt。

<p>能力</p> <p>合作與團隊作業</p>	<p>三、總結活動-珍惜健保人人有責</p> <p>小組發表簡報:健保制度為何是台灣之光與如何珍惜醫療資源的做法。</p> <p>教師統整說明:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小病應該先到基層診所看病，大病才去大醫院就診。 2. 重複看病拿藥，會浪費全民共有的醫療資源。 3. 正確應用健保醫療資源，讓需要的病患享有社會健康保險。 <p>★小組互評表</p> <p>-----第二節結束-----</p> <p>-----第三節開始-----</p>	<p>板</p> <p>互評表</p>	<p>動參與活動</p> <p>踴躍舉手發言</p>
<p>批判思考</p>	<p>單元二：聰明就醫 8 行動</p> <p>一、引起動機-就醫停看聽</p> <p>播放「正確就醫衛教影片」</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=IGXFkcQzlvE</p> 	<p>影片</p>	<p>完成簡報</p>
<p>做決定</p>	<p>【衛教】正確就醫的方式</p> <p>提問:影片中的六孀婆就醫時有哪些行為不恰當?</p> <p>教師歸納: 1. 就醫時有哪些注意事項? 2. 如何說明病情以利身體早日康復。</p> <p>二、發展活動-聰明就醫有一套</p> <p>【就醫經驗談】</p> <p>提問:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 就剛才的「正確就醫」衛教影片引導學生發表自身或家人生病就醫的經驗和就醫的流程並完成小組討論與發表： <ol style="list-style-type: none"> (1) 是否有固定看病的醫師？生病時會到哪裡就醫？ <p>教師說明：「家庭醫師」、「分級醫療」與「正確使用急診資源」、「不重複就醫」。</p> (2) 影片中的六孀婆和醫生說明病症的內容適合嗎？如何說明身體不舒服的症狀比較好？ <ol style="list-style-type: none"> ① 病症表述口訣教學 	<p>教學簡報</p>	<p>參與活動進行後囑教育</p> <p>參與討論</p> <p>舉</p>

能用口訣完整告知醫生病情

▶ 口訣A「那不就好說了」：

哪裡不適、不適感受、不適多久、
怎麼變好、說出疑慮、了解治療

② 聰明就醫六要素

Now What [要素一]觀察病症的情形
【就醫前】

掌握就醫資訊 [要素二]優先選擇一家醫

Now What [要素三]詳述病症用口訣
【就醫中】

良好醫病溝通 [要素四]合理期待最和諧

Now What [要素五]正確用藥愛健保
【就醫後】

遵照醫療囑咐 [要素六]如期回診要記牢

2. 正確用藥 麥黑白吃藥喔！

播放「正確用藥 麥黑白吃藥喔」衛教影片/衛生福利部國民健康署

<https://www.youtube.com/watch?v=PAsk2vC3wvQ>



長者正確用藥·麥黑白吃藥喔！B 動畫 6

(1)請小組討論後分享「家人正確與不正確用藥的經驗」各兩則。

(2)教師總結：聰明就醫八行動

珍惜健保聰明就醫8行動

正確使用門急診		建立良好醫病關係		正確用藥		信賴 珍惜健保	
正確使用分級醫療	正確使用急診醫療	不重複就醫	清楚表述病症	尊重與感謝	用藥前看標示	遵醫囑用藥	說明健保的優點珍惜健保

影片

小組討論

簡報

踴躍發表

三、總結活動～就醫達人闖關趣（小組合作完成）

由老師挑選 5 位同學擔任關主，其他同學進行闖關

*第一關：請說出你生病時會帶什麼東西去？先去看病的醫療院所名稱，它屬於基層院所還是其他醫療院所呢？

*第二關：就診前，你會檢查醫師證書和看診醫師本人是否一致嗎？就醫注意事項？

*第三關：看病時你能清楚陳述病情，有問題時也會當場請教醫師嗎？請用口訣舉例說明。

*第四關：領藥時要注意甚麼事？

*第五關：說明何謂聰明就醫六要素。

教師統整說明：聰明的醫療服務使用者知道自己的權利和義務，也會在生活中實踐，以達到健康生活的目的。

-----第四節結束-----

-----第五節開始-----

單元三：「醫觸即發」桌遊趣

一、引起動機～認識「異世界管控中心」

教師說明：透過桌遊來學習珍惜健保的各項行動，播放一段「醫觸即發」說明影片，請同學專心觀看。

（播放說明影片至 4 分 48 秒暫停）



影片故事背景介紹：皮斯人是有完善健保制度的國度；凱阿斯人則無，當異世界攻擊事件發生時，大家都受到不同程度的傷害，皮斯人因為有健保而能讓社會秩序慢慢恢復；凱阿斯人則陷入混亂，轉而求助皮斯人。請學生分享前段影片的攻擊事件可能造成什麼樣的結果並帶領學生加入救援的行列。

（繼續播放該影片至結束）

桌遊玩法同大富翁，玩家挑選任一角色卡，並擲骰子決定步數，移動角色棋至指定位置讀取對應之卡片，大聲唸出題目進行作答，其他玩家幫忙對答案正確與否。挑戰／機會／命運卡，每組共有 30 枚救援幣。

參與闖關文成任務

闖關題目海報

參與桌遊

桌遊電腦單槍

影片

發表



1. 答對挑戰卡題目可救出對應的凱阿斯人數，答錯需將卡片放回，換下一位玩家進行。
2. 機會／命運卡有不同情境及指令，須完成情境並按指令行動，若抽到扣除救援幣則需將救援幣放回桌遊盒子裡，象徵扣除大家共有的資源。
3. 遊戲結束情況有 3 種：
 - (1) 整組救援幣扣光，則宣告整組救援失敗，沒有贏家。
 - (2) 挑戰卡全部抽完，則救援行動完成，計算個人救援人數，救出最多凱阿斯人的玩家即為贏家。
 - (3) 遊戲時間 20 分鐘結束，計算個人救援人數，救出最多凱阿斯人的玩家即為贏家。

二、發展活動～

醫觸即發遊戲/珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動

(1) 【醫觸即發遊戲】

1. 各組學生拿出已經發下的桌遊。
2. 依據遊戲規則進行《醫觸即發》遊戲。
3. 教師可觀察學生的遊戲狀況，適時給予指導及協助。

(2) 【珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動】

遊戲結束後，教師播放「醫觸即發」情境解密影片，透過影片介紹全民健保的 5 知道及 8 行動及提問。

1. 提問一：遊戲中，要怎麼做才會救到凱阿斯人呢？
 2. 提問二：資源有限，要怎麼做才不會浪費皮斯幣呢？
- 統整並引導學生能夠完整說出 5 知道 8 行動，不浪費醫療資源，引導學生答題澄清健保迷思。

三、綜合活動～愛惜健保倡議我最行

1. 請學生拿出《醫觸即發》學習單，完成第一、二題。鼓勵學生課後能向家人分享珍惜健保聰明就醫課程內容，藉由倡議課程內容，對珍惜健保發揮實際影響。
2. 第三、第四題為課後任務，邀請家人一起熟悉居家附近的藥局、診所及醫院，正確使用分級醫療；理解全民健保 5 知道 8 行動的意涵，願意一起做到並簽名以

示承諾。

回家親子作業：情境倡議學習單

醫觸即發學習單

____年____班 姓名：_____

一、你知道全民健保的「5知道」嗎？請在□中打✓。

<input type="checkbox"/> 全民納保	<input type="checkbox"/> 3010	<input type="checkbox"/> 照顧弱勢
<input type="checkbox"/> 量能付費	<input type="checkbox"/> 喝足白開水	<input type="checkbox"/> 收支平衡
<input type="checkbox"/> 85110	<input type="checkbox"/> 自助互助	<input type="checkbox"/> 健康五蔬果

二、你可以做到全民健保的「8行動」嗎？請在□中打✓。

<input type="checkbox"/> 正確使用分級醫療	<input type="checkbox"/> 正確使用急診醫療
<input type="checkbox"/> 不重複就醫	<input type="checkbox"/> 清楚表述病症
<input type="checkbox"/> 尊重與感謝	<input type="checkbox"/> 用圖前看標示
<input type="checkbox"/> 遵醫囑用藥	<input type="checkbox"/> 倡議珍惜健保

三、請標示出你家附近有那些藥局、診所或醫院。

四、跟五位家人、朋友分享5知道、8行動的概念後，請他們在愛心裡簽名，表示願意一起做到！

王小明

完成倡議學習單

學習單

教學
資源
與
媒材

單元一：珍惜健保5知道

1. 新聞影片「急診帳單嚇壞美國人」

<https://www.youtube.com/watch?v=Z6DVXmys-SI>

2. 「翰林國語課本第十冊 亞洲最受讚譽的健康照護制度」

3. 健康促進學校網站

	<p>5 知 8 行全民健保如影隨形/08. 跨議題身心健康活動之全民健保(含正確用藥)校本策略推動簡報</p> <p>https://hps.hphe.ntnu.edu.tw/plan/meeting/download/id-73</p> <p>4. 小組互評表</p> <p>單元二：聰明就醫 8 行動</p> <p>1. 「正確就醫衛教影片」大林慈濟醫院教學研發組-正確的就醫方式 https://www.youtube.com/watch?v=IGXFKcQz1vE</p> <p>2. 「正確用藥 麥黑白吃藥喔」衛教影片 https://www.youtube.com/watch?v=PAsk2vC3wvQ</p> <p>3. 自製闖關趣海報</p> <p>單元三：「醫觸即發」桌遊趣</p> <p>1. 醫觸即發桌遊模組與教學影片</p> <p>2. 回家親子作業:情境倡議學習單</p>
<p>參考 資料</p>	<p>1. 健康促進學校網站</p> <p>2. 大林慈濟醫院教學研發組</p> <p>3. 衛生福利部中央健康保險署</p>

1



2




 **引起動機** 珍惜健保 5 知道

急診帳單嚇壞人?
觀看新聞影片「急診帳單嚇壞美國人」
<https://www.youtube.com/watch?v=Z6DVXmys-SI>






 **急診帳單嚇壞美國人** 珍惜健保 5 知道

提問

- 1.影片中的美國人為何生病了不就醫?
- 2.急診帳單為何嚇壞這位美國人?
- 3.請小組討論

①生病了你也像影片中的美國人遲不就醫嗎? ②分享自己的就醫經驗與過程?




發展活動 珍惜健保5知道

全民健保台灣之光

請小組用海報發表剛剛討論的內容：

①如何使用健保卡？ ②就醫經驗與過程。



發展活動 珍惜健保5知道

教師出示健保卡。

討論與認識全民健保的特質
(1) 由全民健保標誌認識全民健保的精神

健保小綠人標誌的
[3H: Help、Healthe、Happy]
特殊涵意，並介紹分級醫療、健康存摺等內容，從小養成正確就醫觀念。





發展活動

珍惜健保5知道

「翰林國語課本第十冊 亞洲最受讚譽的健康照護制度」

亞洲最受讚譽的健康照護制度

二〇一〇年，榮獲美國時代雜誌評選為「全球百大影響人物家八名」的陳樹菊阿嬤，無私大愛感動了全球人們的心。她一生勤儉刻苦，對於需要幫助的人慷慨解囊，曾發表一段又一段讓人尊敬的故事。

陳樹菊女士在十三歲時，因為家裡貧困，流不出給醫院的五千元保證金，導致母親因起運運葬而難產過世；後來，她的三弟又生了一場怪病，家裡一時湊不出醫藥費，她過最危險的時機而回天之術。即使事隔多年，陳樹菊女士每每憶起這些往事，還是忍不住红了眼眶：「因為我們太窮了，如果我們有錢的話，家人就不會因為湊不出醫藥費而離開！」這是陳樹菊女士家中既悲慘又無奈的真實故事，也是那個沒有健保制度的年代裡，許多貧困家庭的類似寫照——有病無錢醫。

曾歷苦過，才真正明白苦的味道。陳樹菊女士因此願意無償為「全民健康保險」代言。在健康，有您美好的願景中，她有感而發的說：「以前生而沒有健保，都要去跟別人借錢……那種沒救命的痛苦，當你遇到，你就知道。」的確，如果沒有經過「沒錢救命的痛苦」，確實很難真正體會，身體這筆生命完善健保制度下的國民，我們應該對全民健康保險有更多的認識與支持。

全民健康保險標誌

李洪傑博士，你可以在品月上方，發現有個圓形標誌，標誌中間寫著兩個「小大人」，這可不是幫助我們過馬路的小大人交通標誌，而是「全民健康保險標誌」！仔細細認，標誌以一男一女握手表示「互相幫助、互相照顧，大家都健康」的意念，再進一步聯想，這個男女握手圖案很像哪個英文字？沒錯，就像英文字母「H」！你知道嗎？這個「H」隱含三個特殊的意義：呵！分別是互相幫忙 (Help)、健康 (Health)、快樂 (Happy)。合起來說：「如果大家都能互相幫忙，既能健康又快樂！」這個標誌，是不是很有趣呢？



請小組討論課文中：陳樹菊阿嬤為什麼要挺身為全民健保拍攝廣告？



珍惜健保五知道

珍惜健保5知道

珍惜健保聰明就醫 5 知道

全民納保



全民納保

自助互助



發揮自助互助精神

量能付費



量能付費

照顧弱勢



照顧弱勢

收支平衡



醫療費用大於保費收入
會導致虧損破產

 **總結活動-珍惜健保人人有責**



小組發表簡報：
健保制度為何是台灣之光
與如何珍惜醫療資源的做法。



 **總結活動-珍惜健保人人有責** 珍惜健保 5 知道

教師統整說明：

1. 小病應該先到基層診所看病，大病才去大醫院就診。
2. 重複看病拿藥，會浪費全民共有的醫療資源。
3. 正確應用健保醫療資源，讓需要的病患享有社會健康保險。

★小組互評表



11



12


Slide 12 has a blue background with a white scalloped border. In the top right corner, the text '聰明就醫8行動' is written in brown. On the left, there is a red heart icon and the text '引起動機-就醫停看聽' in black. Below this, the text '播放「正確就醫衛教影片」' is written in black. A blue URL is provided: <https://www.youtube.com/watch?v=IGXFKcQz1vE>. To the right of the text is a video player thumbnail showing a building with the text '佛教大林慈濟綜合醫院' and '正確看病 撇步'. Below the thumbnail, the text '【衛教】正確就醫的方式' is written in black.

聰明就醫8行動

📖 提問

影片中的五嬭婆就醫時有哪些行為不恰當?
教師歸納:

1. 就醫時有哪些注意事項?
2. 如何說明病情以利身體早日康復。



聰明就醫8行動

📖 發展活動 - 聰明就醫有一套

【就醫經驗談】


提問:

1. 就剛才的「正確就醫」衛教影片引導學生發表自身或家人生病就醫的經驗和就醫的流程並完成小組討論與發表：
(1) 是否有固定看病的醫師？生病時會到哪裡就醫？

教師說明：「家庭醫師」、「分級醫療」與「正確使用急診資源」、「不重複就醫」。

聰明就醫8行動	
2點原則	
講清楚	問詳細
有何症狀？	問病情
哪裡不舒服？	1.嚴重程度 2.治療方法
做什麼會不舒服？	問檢查或治療
不舒服持續多久？	1.有何幫助 2.配合事項 3.檢查結果

聰明就醫8行動

 發展活動 - 聰明就醫有一套

提問
(2)影片中的五嬸婆和醫生說明病症的內容適合嗎?
如何說明身體不舒服的症狀比較好?

① 病症表述口訣教學

能用口訣完整告知醫生病情

▶ 口訣A「那就好說了」：

哪裡不適、不適感受、不適多久、
怎麼變好、說出疑慮、了解治療

聰明就醫8行動

 發展活動 - 聰明就醫有一套

① 聰明就醫六要素

Now What 【就醫前】 掌握就醫資訊	[要素一]觀察病症的情形 [要素二]優先選擇一家醫
Now What 【就醫中】 良好醫病溝通	[要素三]詳述病症用口訣 [要素四]合理期待最和諧
Now What 【就醫後】 遵照醫療囑咐	[要素五]正確用藥愛健保 [要素六]如期回診要記牢

聰明就醫8行動

 **正確用藥 麥黑白吃藥喔!**

播放「正確用藥 麥黑白吃藥喔」衛教影片/
衛生福利部國民健康署
<https://www.youtube.com/watch?v=PAsk2vC3wvQ>




長者正確用藥·麥黑白吃藥囉! B 動畫 6

●請小組討論後分享「家人正確與不正確用藥的經驗」各兩則。


 (2) 教師總結：聰明就醫八行動

珍惜健保聰明就醫8行動

正確使用門急診	建立良好醫病關係	正確用藥	倡議 珍惜健保
			
正確使用分級醫療	清楚表述病症	用藥前看標示	說明健保的優點珍惜健保
正確使用急診醫療	尊重與感謝	遵醫囑用藥	
不重複就醫			

 **總結活動 - 就醫達人闖關趣** 聰明就醫8行動

由老師挑選 5位同學擔任關主，
其他同學進行闖關



- * 第一關：請說出你生病時會帶什麼東西去?先去看病的醫療院所名稱，它屬於基層院所還是其他醫療院所呢?
- * 第二關：就診前，你會檢查醫師證書和看診醫師本人是否一致嗎? 就醫注意事項?
- * 第三關：看病時你能清楚陳述病情，有問題時也會當場請教醫師嗎? 請用口訣舉例說明。
- * 第四關：領藥時要注意甚麼事?
- * 第五關：說明何謂聰明就醫六要素。

教師統整說明：聰明的醫療服務使用者知道自己的權利和義務，也會在生活中實踐，以達到健康生活的目的。

 **03** 

「醫觸即發」
桌遊趣

引起動機 ~ 認識「異世界管控中心」 「醫觸即發」桌遊趣

教師說明 : 透過桌遊來學習珍惜健保的各項行動, 播放一段「醫觸即發」說明影片, 請同學專心觀看。
(播放說明影片至4分48秒暫停)

桌遊故事背景說明



跟自己的家人分享

桌遊故事介紹 「醫觸即發」桌遊趣



30張救援幣

討論問題

1. 提問一：遊戲中，要怎麼做才會救到凱阿斯人呢？
2. 提問二：資源有限，要怎麼做才不會浪費皮斯幣呢？



教師統整



醫觸即發桌遊模組

- 完整說出 5知道 8行動
- 不浪費醫療資源
- 澄清健保制度迷思

★ 珍惜健保

5知道 ★ 8行動

- 全民納保
- 自助互助
- 量能付費
- 照顧弱勢
- 收支平衡

聰明就醫

- 正確使用分級醫療
- 正確使用急診醫療
- 不重複就醫
- 清楚表述病症
- 尊重與感謝
- 用藥前看標示
- 遵醫囑用藥
- 倡議珍惜健保

♥嘉義縣全民健保議題中心學校~新埤國小關心您♥



綜合活動 ~ 愛惜健保倡議我最行

《醫觸即發》學習單





倡議行動 承諾力行



醫觸即發學習單

____年____班 姓名: _____

一、你知道全民健保的「5知道」嗎？請在□中打✓。

<input type="checkbox"/> 全民納保	<input type="checkbox"/> 3010	<input type="checkbox"/> 照顧弱勢
<input type="checkbox"/> 量能付費	<input type="checkbox"/> 喝足白開水	<input type="checkbox"/> 收支平衡
<input type="checkbox"/> 85110	<input type="checkbox"/> 自助互助	<input type="checkbox"/> 健康五錢菜

二、你可以做到全民健保的「8行動」嗎？請在□中打✓。

<input type="checkbox"/> 正確使用分級醫療	<input type="checkbox"/> 正確使用急診醫療
<input type="checkbox"/> 不重複就醫	<input type="checkbox"/> 清楚表述病症
<input type="checkbox"/> 尊重與感謝	<input type="checkbox"/> 用藥前看標示
<input type="checkbox"/> 遵醫囑用藥	<input type="checkbox"/> 倡議珍惜健保

三、請標示出你家附近有哪些藥局、診所或醫院。



四、跟五位家人、朋友分享5知道、8行動的概念後，請他們在愛心裡簽名，表示願意一起做到！

王小明













100

嘉義縣新埤國小 111 學年度教師專業發展實踐方案

嘉義縣新埤國小公開授課課前會談紀錄表

表 1:教學觀察前會談紀錄表（教學者填寫）：

觀課人員	許暉承老師	任教年級	四五	任教領域	健康、體育
授課教師	陳怡君校長	任教年級	四、五、六	任教領域/科目	健康
教學單元	健康-珍惜健保聰明就醫 5 知道 8 行動				
觀察前會談(備課)日期	112 年 2 月 13 日	地點	校長室		
預定入班教學觀察/公開授課日期	112 年 2 月 14 日	地點	精緻樓 3 樓集會所		
<p>一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)：</p> <p>詳如所附之教案內容</p> <p>期許本課程能喚醒學生藉由「五知道」「八行動」珍視全民健保制度進而認同全民健保資源有限的概念。明白自己就醫的需求，學習聰明就醫與保健技巧方法，正確且合理使用醫療消費，並能倡議珍愛健保、聰明就醫，減輕健保負擔。</p> <p>* 此教學設計達成之核心素養與學習重點：</p> <p>自發:了解自己身體情況，懂得醫療資源的可貴。</p> <p>互動:培養良好就醫素養，對於醫護人員要尊重。</p> <p>共好:理解健康保險概念，我好你也好的意義性。</p> <p>* 本教學設計學習重點與健保教育議題（指標概念）的關聯性：</p> <p>理解五個知道與八項行動。</p> <p>* 重要的教學策略與學習評量：透過口語評量、學習單</p>					

與發表活動以及桌遊操作，了解學生認知情形以及對於概念內化的程度。

- * 預期之學習表現或學習成果：學生能夠運用到自己的生活，並且有機會對於家人進行倡議宣導，另外落實正確用藥的生活技能(Life skills)。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性...等)：

本校四年級學生已在上學期完成的全民健保（含正確用藥）前測，但對部分全民健保（含正確用藥）內涵觀念仍模糊混淆，擬透過此次公開授課介入策略聚焦在教導學生「認識全民健保5知道8行動」，但囿於校長無正式之教學時間並擴大本校在此議題之教學效益，故將於學校行事時間對全校一至六年級學生一併進行一節課之教學，並安排參訪藥局之活動，讓四年級學生能有效提高後測分數，達成教學目的。

三、教師教學預定流程與策略：

●發展活動-全民健保世界之光

1.教師出示悠遊卡、金融卡、信用卡、電話卡、健保卡等卡片，詢問哪一張卡從出生就有，生病時會用到，而且幾乎每個在台灣的國民都有。

2.討論與認識全民健保的特質？

(1)詢問學生是否有健保卡？知道健保卡的用途和使用方式嗎？

(2)由標制認識全民健保的精神？

3.教師說明：說明全民健保的精神「健保特性之五知道」，包括全民納保、自

助互助、就醫方便、量能付費、照顧弱勢、收支平衡等。

4.請全班分成小組利用平板，上網尋找其他相關健保卡的資料或新聞，進行「台

灣全民健保為何是世界之光」小組學習海報寫作。

●總結活動-珍惜健保人人有責

小組發表健保為何是世界之光、珍惜醫療資源的做法。

教師統整說明：

1. 「正確使用健保資源之八行動」。

小病應該先到基層診所看病，大病才去大醫院就診。

2. 重複看病拿藥，會浪費全民共有的醫療資源。
3. 正確應用健保醫療資源，讓需要的病患享有社會健康保險。

● 小組互評表

四、學生學習策略或方法：

關鍵字學習、小組互評、參與討論、網路資料蒐集、小組發表、師生問答、完成學習單、發表

五、教學評量方式（請呼應學習目標，說明使用的評量方式）：

實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。）

1. 能了解全民健保的好處與特性。參與聽講與討論、經驗分享
2. 能認同全民健保自助互助、照顧弱勢的精神，成為世界之光。網路資料蒐集、小組發表
- 3 能了解「健保特性之五知道」與「正確使用健保資源之八行動」。參與聽講與討論、經驗分享
4. 能具備珍惜健保資源的態度。小組合作討論與發表

六、觀察工具(可複選)：

- 表 2-1、觀察紀錄表 表 2-2、軼事紀錄表
- 表 2-3、語言流動量化分析表 表 2-4、在工作中量化分析表
- 表 2-5、教師移動量化分析表
- 表 2-6、佛蘭德斯(Flanders)互動分析法量化分析表
- 其他：_____

七、回饋會談預定日期與地點：（建議於教學觀察後三天內完成會談為佳）

日期：_112_年 2 月 15 日上午

地點：_校長室_____

嘉義縣新埤國小公開授課 - 觀察前會談照片 -

教學主題「珍愛健保 聰明就醫 5 知道 8 行動」



教學者（校長）為觀課許暉承老師介紹「珍愛健保聰明就醫 5 知道 8 行動」教案內容



教學者與觀課教師討論觀課之重點與觀課紀錄表指標

嘉義縣新埤國小健康課公開授課觀察紀錄表

觀課人員	許暉承 老師	任教年級	四、五年級	任教領域/科目	健康與體育/健康.體育		
授課教師	陳怡君 校長	任教年級	四	任教領域/科目	健康與體育/健康教育		
教學單元	珍惜健保 5 知道 聰明就醫 8 行動	教學節次		共 <u>5</u> 節 本次教學為第 <u>2</u> 節			
教學觀察/公開授課日期	112 年 02 月 14 日	地點		新埤國小精緻樓禮堂			
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)			評量 (請勾選)		
		優 良	滿 意	待 成 長			
A 課 程 設 計 與 教 學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。				V		
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 引導學生藉由舊經驗帶出新經驗，引導學生進入課程。 2. 運用圖表展示讓學生理解健保標誌的各項意義內涵。 3. 採用分組獎勵教學模式，讓學生積極參與回答，引發學生互動討論。 					
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。						
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。						
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。						
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。				V		
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 結合生生有平板的政策，讓學生運用網路科技的方式，從中學習如何搜尋學習資源。 2. 利用多元教學方式引導學生思考及回答問題。 					
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。						
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。						
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。				V		
A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。							

	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。	1. 利用平板.口語問答方式來測驗與評估學生學習成效。 2. 讓學生根據評量結果發表組員想法，培養口語表達能力，教師再分析評量結果。 3. 根據評量結果加以補充，讓學生更加了解全民健保。			
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。				
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)	評量 (請勾選)		
			優 良	滿 意	待 成 長
B 班 級 經 營 與 輔 導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。		V		
	B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。	1. 適時引導學生發言，再根據學生問題延伸舉例說明。			
	B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。				
	B-2 安排學習情境，促進師生互動。		V		
	B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。	1. 準備平板.學習單.分組記分板.PPT，充分讓學生達到自我學習和清楚了解教學內容的學習成效。			
B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。					

公開授課活動照片（觀課者協助拍攝）

活動：健康課全校公開授課

日期：112年02月14日



授課者陳怡君校長為學生說明分組競賽規則與上課前注意事項



授課者陳怡君校長請學生說明台灣健保制度與標誌義涵

公開授課活動照片



公開授課時融入平板數位教學，請各組學生利用平板電腦搜尋台灣健保制度之優點與為何是台灣之光。



公開授課時校長為學生說明如何於就診時說明病情，學習善用口訣。

公開授課活動照片



跨領域教學引用國語課文「陳樹菊阿嬤的故事」說明以前沒有健保的時代容易因病而窮、因窮而無法就醫的困難。並請學生回家：問問家人有沒有經歷沒有健保卡的時代？訪問家人那時的就醫狀況與收費。

◆ 學生教案學習單與素養導向教學照片示例

27/10/20

全民健保為何是世界之光?

小組學習海報

★ 台灣健保的特性與好處? 請舉 5 點

編號	特性	好處 (請簡述)
1	全民納保	健全財務! 錢齊下!
2	自助互助	揭露醫療資訊~ 提升民眾知道的權益~
3	就醫方便	錢有保! 就醫便利!
4	照顧弱勢	照顧弱勢族群~
5	收支平衡	合理調整藥價! 提升用藥品質

★ 親愛的小朋友你認為台灣健保能獨步全球的原因?

答案: 1. 錢有保! 就醫方便!
 2. 照顧弱勢族群!
 3. 合理調整藥價~ 提升用藥品質~

★ 親愛的小朋友你認為台灣健保有什麼隱憂嗎?

答案: 可能有一天錢會不夠, 就會沒有健保了



醫觸即發學習單

六年忠班 姓名：梁宇程 超棒！用心完成

A+

一、你知道全民健保的「5知道」嗎？請在□中打✓。

- | | | |
|--|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 全民納保 | <input type="checkbox"/> 3010 | <input checked="" type="checkbox"/> 照顧弱勢 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 量能付費 | <input type="checkbox"/> 喝足白開水 | <input checked="" type="checkbox"/> 收支平衡 |
| <input type="checkbox"/> 85110 | <input checked="" type="checkbox"/> 自助互助 | <input type="checkbox"/> 健康五蔬果 |

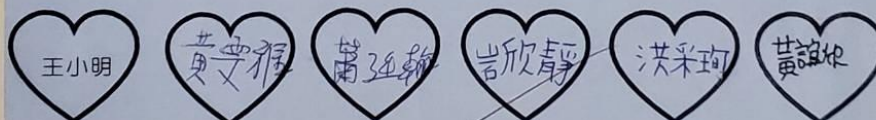
二、你可以做到全民健保的「8行動」嗎？請在□中打✓。

- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 正確使用分級醫療 | <input checked="" type="checkbox"/> 正確使用急診醫療 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 不重複就醫 | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表述病症 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 尊重與感謝 | <input checked="" type="checkbox"/> 用藥前看標示 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 遵醫囑用藥 | <input checked="" type="checkbox"/> 倡議珍惜健保 |

三、請標示出你家附近有哪些藥局、診所或醫院。



四、跟五位家人、朋友分享5知道、8行動的概念後，請他們在愛心裡簽名，表示願意一起做到！



新埤國小公開授課觀察後回饋會談紀錄表

觀課人員	許暉承老師	任教年級	四、五年級	任教領域/科目	健康與體育/健康.體育
授課教師	陳怡君校長	任教年級	四年級	任教領域/科目	健康與體育/健康教育
教學單元	珍惜健保 5 知道 聰明就醫 8 行動	教學節次		共 <u>5</u> 節 本次教學為第 <u>2</u> 節	
回饋會談日期	112 年 2 月 15 日	地點		<u>校長室</u>	

請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：

一、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

1. 引導學生藉由舊經驗帶出新經驗，引導學生進入課程。
2. 運用圖表展示讓學生理解健保標誌的各項意義內涵。
3. 採用分組獎勵教學模式，讓學生積極參與回答，引發學生互動討論。
4. 結合生生有平板的政策，讓學生運用網路科技的方式，從中學習如何搜尋學習資源。
5. 利用多元教學方式引導學生思考及回答問題。
6. 利用平板.口語問答方式來測驗與評估學生學習成效。
7. 讓學生根據評量結果發表組員想法，培養口語表達能力，教師再分析評量結果。
8. 根據評量結果加以補充，並致贈桌遊讓學生多家透過遊戲認識全民健保。

二、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）：

配合本縣前後測線上問卷之調整全民健保議題施測對象由五年級換成四年級，雖本次公開授課的對象為四五六年級 93 位學生，然觀課者與授課教師皆認為全民健保議題有許多專業名詞對中年級學生而言太難理解，擬透過議題中心反映相關單調整施測對象。

三、回饋人員的學習與收穫：

在本次觀課中能學習到授課教師如何運用「多元的教學策略」引導學生進入課程，並且讓學生在整個過程中皆能不斷的踴躍發表，比起以往傳統教學方式老師在台上賣力講，學生在台下安靜聽，更能讓學生從發表的過程中也營造出班級的學習氣氛與師生互動，讓學生能夠加以思考和學習口語表達能力；另外看到授課教師運用生生有平板的教學資源，結合網路科技，1.因為 3C 產品進而引起學生對課程的注意力與參與度 2.除了增加學生對課程興趣外，也進而讓學生學會如何自己運用便利的網路科技搜尋學習資源，再藉由分組學習讓學生達到思考.討論.實作 3 項指標。綜觀以上觀課結果，也讓我在教學上有了新的想法，如果能將授課教師的教學方針帶入我的課堂，結合原先我個人的教學策略，或許能讓學生在學習上產生更大的興趣和學習效率，進而看見 1+1 大於 2 的教學品質。

健康課公開授課後觀察後回饋會談照片



教學者與觀課教師進行觀課後回饋會談，彼此針對教學時的教案內容討論是否達成教學目標。



校長為曄承老師介紹「醫觸即發-全民健保」桌遊遊戲，可做為學生課後之延續自主學習之教具，增進學生課程學習效果。

嘉義縣 111 學年度國小教師

生命教育融入多元課程素養導向教案研發

《花花世界》

設計人:新埤國小侯淑菁 曲靜慧老師

一、內容說明

(一)設計理念與規劃：

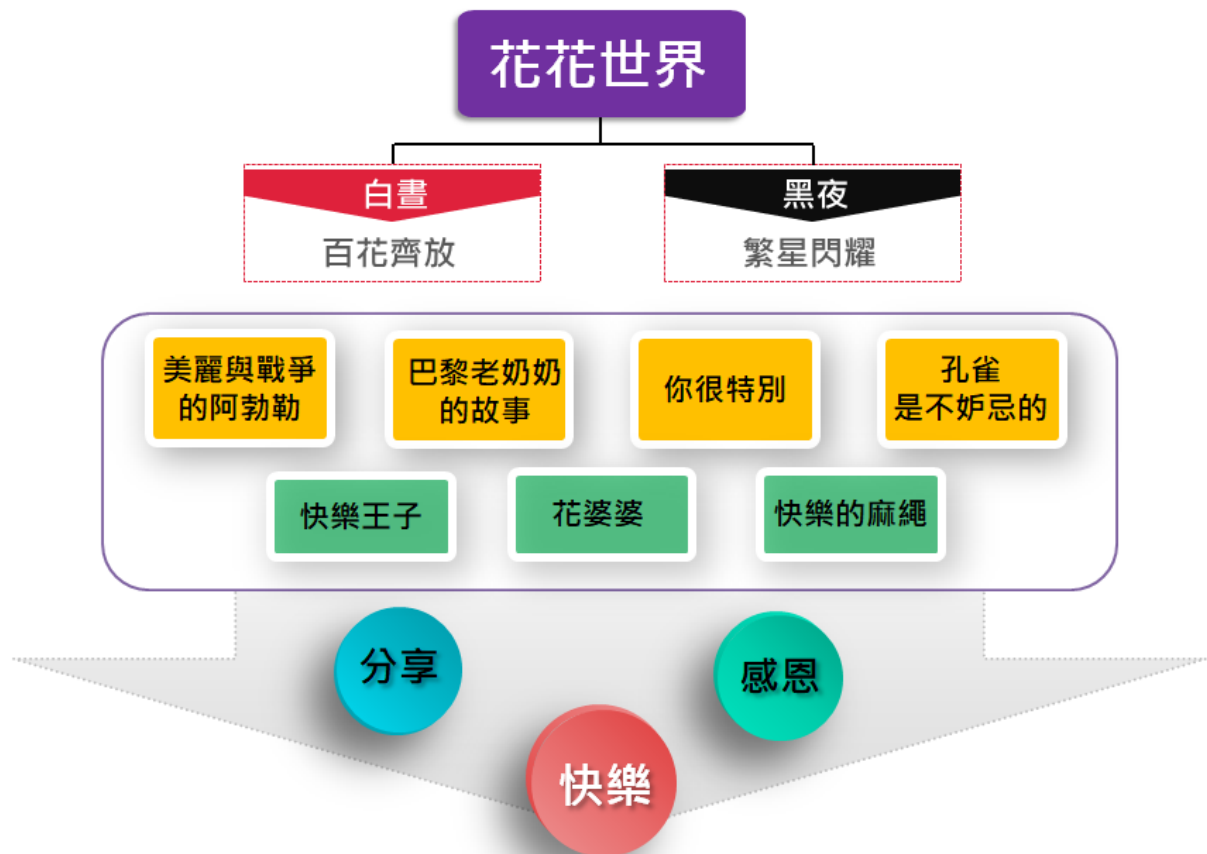
思考「人生三問」的首問「人為何而活？」3C時代，五光十色、聲光影音刺激誘惑多，但繁華熱鬧喧囂過後，其實平靜的生活才是日常。每個人在不斷探詢世界、實現自我的成長過程中，能找到一個明確的人生方向，才能安定自己，穩步前行，實踐生命的意義。

本單元的主題《花花世界》，基本理念首先是希望引領學生從每日可見的校園環境景物去觀察發想學習，透過閱讀文章、書本的字裡行間去「閱讀世界」、「閱覽生命」，發現生活的實質真相、生命的意義，明白在花花世界，寧靜致遠，唯有身心得以寧靜，情緒安定，才能安身立命，生活有方向並且快樂，處事有策略、遠見。再者，課程教學目標是引導學生去思考「人應如何生活？」的命題，能認識明白人要知足常樂，懂得感恩、懂得助人才是快樂之道，予人玫瑰手留餘香。最後，能期勉自己熱愛生命，認真生活，以感恩心照顧好自己並幫助他人，努力成為一個有價值的人。

《花花世界》主題課程透過動畫、影片、PPT多元方式讓學生一起閱讀四本繪本、三篇文章，加上一項體驗活動的學習規劃，目標是幫助學生能正向積極的珍愛生命，向陽而生；教導學生發現～心美，眼睛所見皆美，懂得分享，懂得感恩，生活中的高低經歷與所到之處皆是美好、皆留美好，此即是教育基本理念自發、互動、共好的實踐策略。

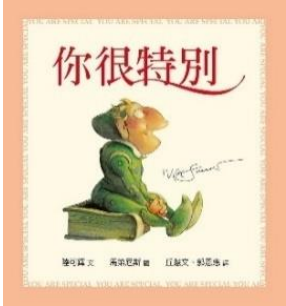
(二)活動架構圖：

品閱新埠花園學校



(三)單元內容：

活動名稱	花花世界	設計者 (行政/任課老師)	侯淑菁 曲靜慧
實施時間	<input type="checkbox"/> 領域/科目 <input type="checkbox"/> 校訂必修/選修 <input type="checkbox"/> 團體活動時間 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間 <input type="checkbox"/> 朝會/晨光時間 <input type="checkbox"/> 聯課活動/班會 <input type="checkbox"/> 其它	實施年級/ 對象	第三學習階段/五、六年級學生
活動節數/時數	3 節/9 節(360 分鐘)	教學節數	3 節/9 節(360 分鐘)
設計依據			
核心素養	總綱 核心素養	面向：A自主行動 B溝通互動 項目：A1身心素質與自我精進 A2系統思考與解決問題 B1符號運用與溝通表達	
	領域 核心素養 具體內涵	國-E-A2 透過國語文學習，掌握文本要旨、發展學習及解決問題策略、初探邏輯思維，並透過體驗與實踐，處理日常生活問題。 綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。 綜-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜 ¹ 的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	
(領域) 學習 重點	學習表現	5-III-11 大量閱讀多元文本，辨識文本中議題的訊息或觀點。 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 1d-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。	
	學習內容	Bb-III-5 藉由敘述事件與描寫景物間接抒情。 Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納。 Ad-III-1 自然界生命現象與人的關係。	
生命 教育 議題 融入	學習主題	終極關懷 靈性修養	
	實質內涵	生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 生 E5 探索快樂與幸福的異同。 生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的 ability，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。	

教材來源	<ol style="list-style-type: none"> 張文亮(2013)：美麗與戰爭的阿勃勒。河馬教授說故事。天下雜誌股份有限公司。 文化部 兒童文化館 閱讀花園。巴黎老奶奶的故事。2020-08 月主題動畫 https://children.moc.gov.tw/book/231392 蘇西·摩根斯特恩(Susie Morgenstern) (2018)。譯者：劉沁穎。巴黎老奶奶的故事 (Une Vieille Histoire)。玉山社/星月書房。 芭貝·柯爾著，黃迺毓譯。精采過一生。三之三出版社。1999。 陸可鐸(2017)。你很特別 (You Are Special)。財團法人基督教台灣信義會附設道聲出版社。 繪本內容 https://www.youtube.com/watch?v=G3E3Z51e4hY 林良(2013)：孔雀是不妒忌的。爸爸的十六封信。國語日報社出版。 奧斯卡·王爾德著，徐世棠譯。快樂王子(The Happy Prince)。和英文化事業有限公司。2020。 奧斯卡·王爾德著。快樂王子(The Happy Prince)影片 https://www.youtube.com/watch?v=njl79p6mkLM 奧斯卡·王爾德原著，間所壽子改編。《快樂王子》(The Happy Prince)。大穎文化事業股份有限公司。2020。 奧斯卡·王爾德原著，梅希·派樂地·薛林改寫。《快樂王子》(The Happy Prince)。聯經出版事業股份有限公司。2022。 芭芭拉·庫尼(Barbara Cooney Porter)，方素珍譯。花婆婆。三之三出版社(1998)。 林美琴等編(2012)：《快樂的麻繩》。閱讀，越聰明。翰林出版。 		
教學設備	繪本 電腦 投影機 閱讀學習單 教學 ppt		
學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> 閱讀生命議題的文本與故事，體會生命的意義與價值。 理解感恩心和主動分享美好的人事物，是生活的快樂之道。 探討生命生老病死的歷程變化，表現對不同階段的生命個體有同理心並尊重。 欣賞並接納自己與他人的特質。 			
學習活動設計			
學習活動內容及實施方式(含教學策略)	進行時間	學習評量	備註 (準備事項)
<p>第一節 獨一無二的自己</p> <p>一、引起動機：你很特別</p> <div data-bbox="405 1653 691 1957" style="text-align: center;">  </div> <p>故事導讀 教師播放《你很特別》繪本內容 https://www.youtube.com/watch?v=G3E3Z51e4hY</p>			



二、發展活動：

教師提問，學生反思與回饋：

- (一)你覺得往別人身上貼點點的行為好嗎？為什麼？
- (二)故事中大家都希望被貼上金色星星，金色星星代表什麼呢？
- (三)故事中大家都害怕被貼上灰點點，灰點點代表什麼呢？
- (四)你喜歡被貼上金色星星或是灰點點？為什麼？
- (五)貼上金色星星就真的代表你很棒嗎？貼上灰點點你就真的很差勁嗎？
- (六)你有資格幫別人貼上星星或點點嗎？
- (七)露西亞身上為什麼乾乾淨淨的，沒有星星也沒有灰點點？
- (八)故事最後，原本被貼滿灰點點的胖哥要怎樣做才能讓身上的點點掉落？

三、綜合活動

教師總結與學生回饋：

- (一)每個人都是獨一無二的。
- (二)我們都不希望被別人貼點點。
- (三)我們要尊重個別差異，不要給別人貼點點。
- (四)故事最後，我們發現只要你不在乎別人給你點點，點點也就自然脫落，生命也是如此，每個人都很特別，不必在意他人。

第二節 接納自己，尊重他人

一、引起動機：接納自己(配合學習單進行活動)

- (一)請在學習單的 A 欄位寫上自己的特質。
- (二)邀請其他組員分別在 B C 欄位上回饋自己有何特質，並請組員簽名。
- (三)當組員給你回饋的同時，請說聲：謝謝。
- (四)分享你認為自己具備的特質和別人所回饋的你，有何不同？
- (五)教師歸納與總結：

每個人都是自己的主角，認識、接納自己的特質，

10

25

5

10

口語評量：能說出答案

繪本
電腦
教學 ppt
投影機

能完成學習單

學習單

採取正確的行動，發揮自己的長處，欣賞自己；化缺點為優點，充實、提升自己，做一個更優秀、更有內涵的人。



二、發展活動：《ok 不 ok，尊重你》

(一) 體驗活動說明：

1. 小朋友圍成圓圈，每人輪流當領袖。
2. 每位小朋友要試圖接近領袖，但每次要接近領袖時，必須開口詢問：我可以向前一步嗎？
3. 當領袖回應：你可以向前一步，小朋友就可以往前一步，但一定要說：謝謝。
4. 如果沒有開口問，或是忘了說謝謝，就必須回到原點，從頭開始。
5. 遊戲結束後，最靠近領袖的小朋友獲勝。

(二) 教師提問：

1. 遊戲中，身為組員的你是否急著要接近領袖，而忘了開口詢問：我可以接近你嗎？
2. 遊戲中，身為組員的你是否急著要接近領袖，而忘了對領袖願意讓你接近而道聲謝謝
3. 遊戲中，身為領袖的你，對於別人尊重自己的決定，有何感覺？

(三) 教師總結：生活中，尊重他人是很重要的美德。



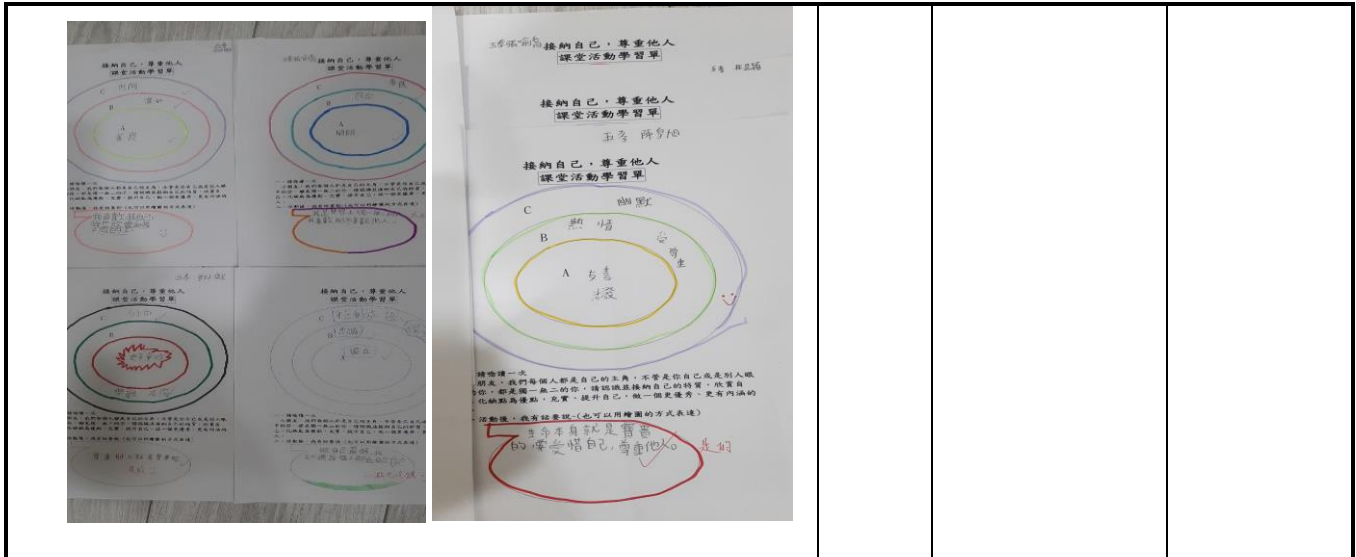
三、綜合活動

完成課堂學習單《接納自己，尊重他人》。

能正確體驗遊戲

25

5



一、引起動機

教師展示「鳳凰」、「孔雀」的圖片，探討差異性。

- (一) 鳳凰，為中國古代神話傳說中的一對鳥類神獸組合，分有雌雄之別，雄為「鳳」，雌為「凰」，合稱為鳳凰。
- (二) 孔雀是能飛行的鳥類，雄鳥有會開屏的長的尾上覆羽，雌鳥沒有。



二、發展活動

- (一) 教師發予學生《孔雀是不妒忌的》一文，讓學生獨自安靜閱讀文章，回答問題，進行自我思考。



口語評量：能說出答案

5

電腦教學 ppt 投影機

閱讀學習單

20

<p>(二)教師逐題與學生進行探討:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 依據文意推想，為什麼孔雀不會妒忌其他動物呢？ (1)自以為是 (2)充滿自信 (3)井底之蛙 (4)性情溫和。 2. 根據文章內容，關於「妒忌」的敘述何者錯誤？ (1)來自於人類競爭的天性 (2)是出身高貴家庭的壞孩子 (3)輕微的妒忌，能使個人更加努力，不需要特別謹慎處理 (4)過分的妒忌，會使人痛苦，再也沒有興致去從事正當的努力。 3. 根據文章內容，下列敘述何者錯誤？ (1)這是一封爸爸寫給女兒的信 (2)真誠讚美他人的人是心胸開闊的快樂人 (3)每個人會對什麼事情產生妒忌，都是相同的 (4)作者認為每個人真正想達到的目標跟世界上任何人的目標都不一樣。 4. 根據文章內容的先後排列順序，下列何者正確？ (甲)妒忌是什麼 (乙)「發脾氣」和「妒忌」使人不快樂 (丙)做一個「發現了自己」的人 (丁)真誠讚美人的好處 (戊)人會產生妒忌的原因 (1)甲乙丁戊丙 (2)甲乙戊丁丙 (3)乙甲戊丁丙 (4)乙甲丁戊丙。 5. 根據文章內容，下列哪一件事真正發生過？ (1)<u>李秀芬</u>得到老師稱讚，一些同學馬上跑過去向<u>李秀芬</u>道賀 (2)<u>李秀芬</u>得到老師稱讚，受到一些同學妒忌 (3)<u>櫻櫻</u>功課很好，常常得到老師的稱讚 (4)老師稱讚<u>黃麗娟</u>，引起<u>櫻櫻</u>的妒忌。 6. 本文的主旨為何？ (1)妒忌是一種人性的自然現象，只要不過分，就不必處理它 (2)人們要學習孔雀不妒忌的表現 (3)一個人如果能發現自己獨特的目標，建立自信，就能遠離妒忌 (4)養成真誠讚美人、向人道賀的好習慣，就能得到快樂。 <p>三、歸納活動</p> <p>教師歸納《孔雀是不妒忌的》文中的生命教育意涵：</p> <ol style="list-style-type: none"> (一)人對自己要有自信。每個人都有自己的優、缺點，都有適合自己的步伐，只要有耐心，別讓他人打亂你人生前行的節奏，目標終會抵達。 (二)生活中，競爭，無法避免，但是人要明白： <ol style="list-style-type: none"> 1. 在團體生活中要良性競爭、君子之爭，讓「競 	<p>10</p>	<p>口語評量：能說出答案</p>	
---	-----------	-------------------	--

<p>爭」成為激勵自己努力進步的目標。</p> <p>2. 競爭的對象是「自己」，與自己競跑，讓自己每日精進，生活越來越好。</p>	5		
--	---	--	--

二、活動設計提醒(或省思)

(一)教學叮嚀

1. 閱讀，是可以自己一個人，可以一個班級，可以一群人一起進行的活動；教學的時間可以利用班級課堂、社團時間或全校性主題宣導活動時間…。

2. 故此生命教育融入閱讀課程素養導向教學設計，每一個教學活動都可以視時間長短規劃去獨自運用，或一系列完整的長期進行；教學老師可以是級任導師、科任老師或行政教師。

3. 就教學活動先後次序規劃上是可以靈活調整使用的；行政與教學可以互相溝通協調合作方式去落實。

(二)教學省思

在花園，花種多樣，才能順應時序，四季開花。

花園裡，百花齊放，各自綻放美麗，賞心悅目。

新埤國小有花園學校美稱，閱讀花園、生態花園、藝術花園、心靈花園是學校營造花園學校的四大方向。每個學生，就像花，牡丹花嬌貴，茉莉花清雅，玫瑰花熱情，荷花脫俗清新，...，各有各的美，透過生命教育融入閱讀課程素養導向教學活動，期待學子們一起學習成長，一起綻放美麗，成就新埤花園學校的美好。做好現在，展望未來，希望學子們現在與未來，本著分享與感恩之心，分享美好，幫助他人，在花花世界裡，都是一朵朵在陽光中、風中、雨中美麗綻放的生命之花。此教學信念，是教師教學時須時刻謹記與教導予學子們的。

三、參考資料(活動設計參考教材)

(一)書籍

1. 陸可鐸(2017)。你很特別 (You Are Special)。財團法人基督教台灣信義會附設道聲出版社。

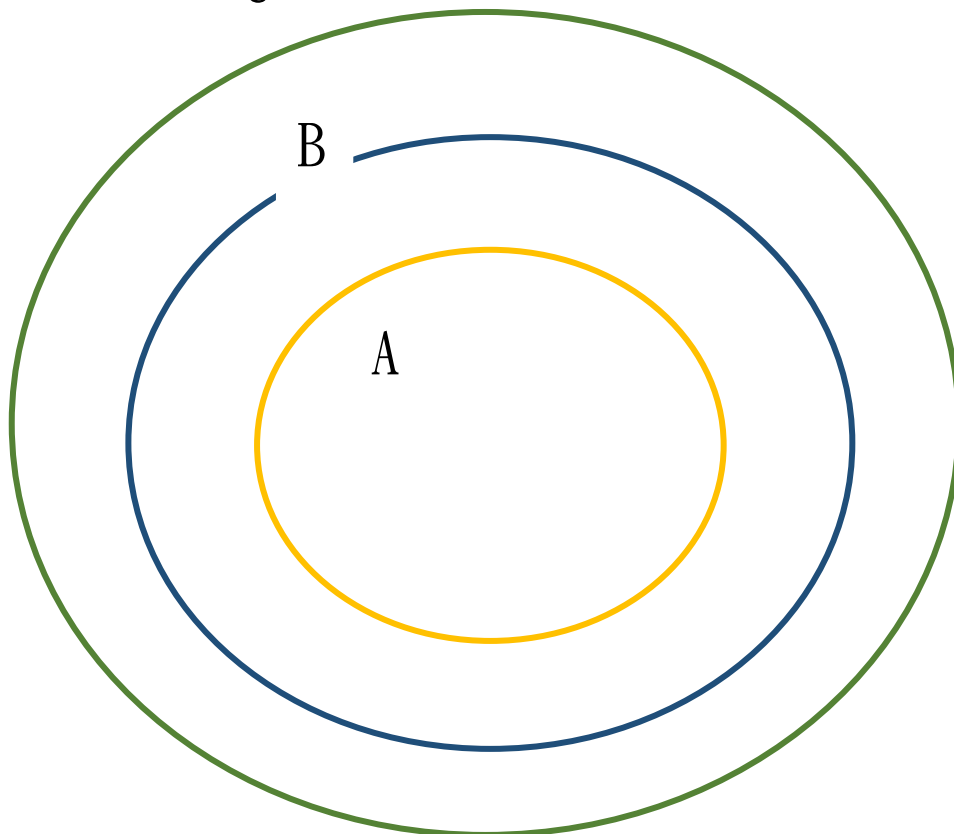
2. 林良(2013)：孔雀是不妒忌的。爸爸的十六封信。國語日報社出版。

(二)影片

1. 陸可鐸(2017)。你很特別 (You Are Special)。財團法人基督教台灣信義會附設道聲出版社。繪本內容 <https://www.youtube.com/watch?v=G3E3Z51e4hY>

四、附錄

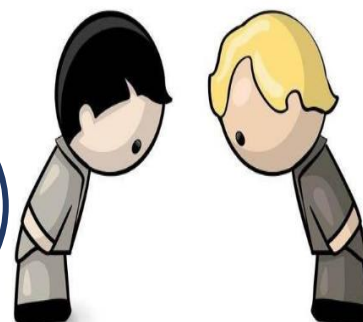
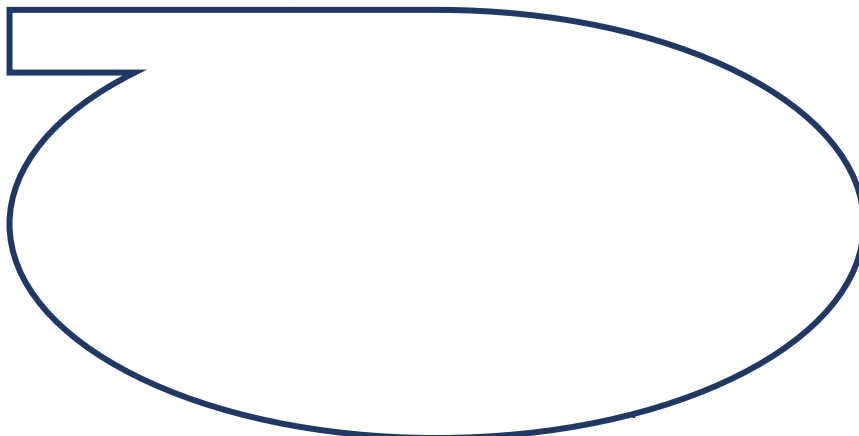
附錄一：《接納自己，尊重他人》學習單



一、請唸讀一次

小朋友，我們每個人都是自己的主角，不管是你自己或是別人眼中的你，都是獨一無二的你，請認識並接納自己的特質，欣賞自己；化缺點為優點，充實、提升自己，做一個更優秀、更有內涵的人。

二、活動後，我有話要說~(也可以用繪圖的方式表達)





《ok 不 ok，尊重你》體驗活動！
你說 OK，我才向前



《ok 不 ok，尊重你》輪流當領袖，體驗尊重和被尊重的感覺



《你很特別》繪本賞析

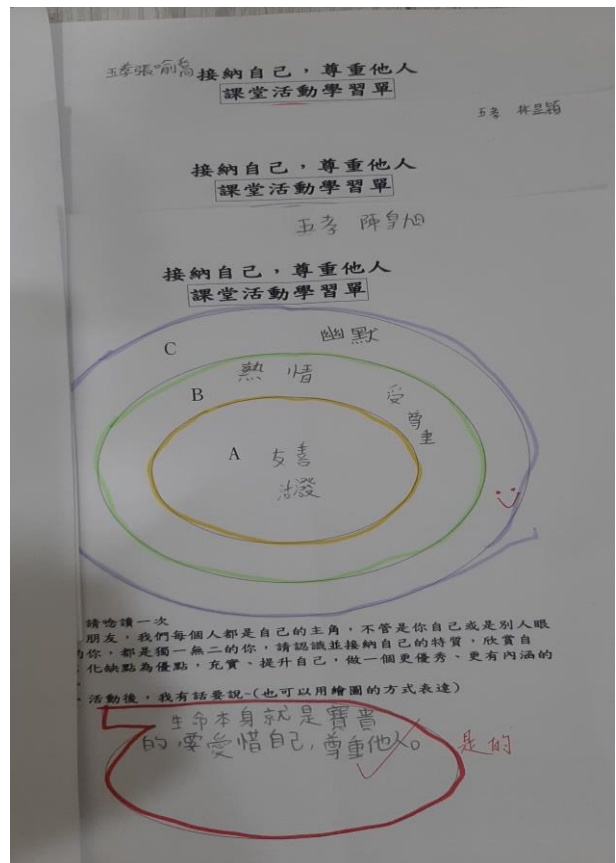
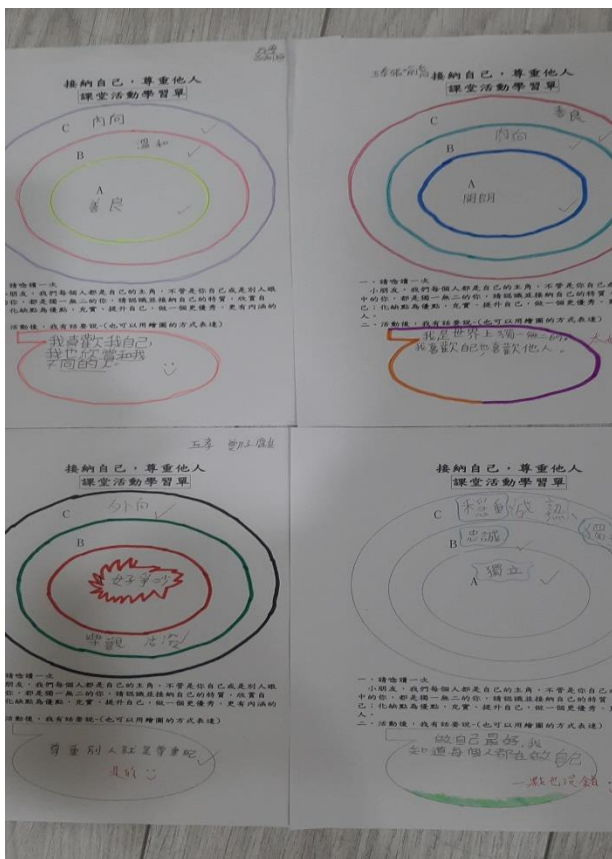


「我不在乎，你也不應該在乎，給你星星或點點的是誰？」因為自己是特別的



《接納自己，尊重他人》課堂活動
學習單書寫

《接納自己，尊重他人》不管是
你自己或是別人眼中的你，都是
獨一無二的。



小朋友們的《接納自己，尊重他人》
學習單內涵

「生命本身就是寶貴，要愛惜自己，
尊重他人」5號小朋友的回饋

附錄二：《孔雀是不妒忌的》學習單

班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

櫻櫻：

有一個英國作家，說過一番很有趣的話。他說他在動物園觀察了很久，發現孔雀是不妒忌的。孔雀開屏的時候，那種神氣，表現出牠深信自己是世界上最美麗的動物。因為牠對這一點完全不懷疑，所以牠根本用不著妒忌。

記得我跟你說過，「發脾氣」是使人不快樂的敵人。其實，使我們不快樂的敵人很多，除了「發脾氣」以外，還有「妒忌」。妒忌不但能使人痛苦，並且會使人再也沒有興致去從事正當的努力。

有一次你問我：「人為什麼會妒忌？」

「怎麼啦？」我說。

你回答：「上課，老師稱讚李秀芬幾句。下課，就有一些人不理李秀芬。」

我很高興，你懂得妒忌是什麼。「等我有時間，一定跟你討論妒忌。」我給過你這個諾言。現在我實踐。

妒忌的來源是人類競爭的天性。這種天性是一種高貴的天性，因為競爭能使個人更加努力，造成社會的進步。妒忌就像是出身高貴家庭的壞孩子。我們對它要特別小心，處理妒忌的問題要特別謹慎。輕微的妒忌可能並沒有什麼害處。過分的妒忌就不是一種好現象。

比如你功課很好常常得到老師的稱讚。有一天，老師忽然也稱讚了黃麗娟，說她的功課也不錯。這就會引起你輕微的妒忌。這時候，你一方面下決心要更加努力，保持你的榮譽。另一方面，你想：「沒有關係，多幾個功課好的人，不是也很好嗎？」如果你是這樣處理妒忌，你就對了。如果你因為老師也稱讚黃麗娟，你就生起氣來，不但再也不肯用功，而且時時想破壞黃麗娟的名譽，那麼你就錯了。

從道理上說，一個人發現了自己的弱點，就應該趕緊想辦法改進才對。可是有時候人並不這樣，人一發現自己的弱點，就開始妒忌起沒有這種弱點的人了。要克服這種妒忌，最好的辦法就是養成一種真誠讚美人，真誠向人道賀的好習慣。

朋友有優點，你應該很真誠的去讚美他。不管他感激不感激，你只要很真誠的把你的心意讓他知道就是了。不過，除了很少的例外，受你讚美的人是必定會很感激你的。

同學考試得到一百分，同學的學期成績列為第一名，同學的家裡有喜事，你也應該很真誠的去道賀，表示你也跟他一起高興。得到你的道賀的人，因為你能為他的幸運而高興，他也會非常感激你。

你懂得真誠讚美人，懂得向幸運的人道賀，那麼，你就很自然的克服了妒忌。你再也不會不快樂了。

你所告訴我的關於李秀芬的事，就是一個很好的例子。我相信李秀芬雖然得到老師的讚美，可是她並不快樂，因為有那麼多同學不理她。那些不理她的同學也不快樂，因為他們心理懷著妒忌。如果情形倒過來，在下課的時候，那些同學馬上跑過去向李秀芬道賀，她會很感激。那幾個同學因為自己有很大方的行為，而且又得到人家的感激，心裡也會很快樂。

「你真了不起！」

「恭喜你！」

常常很誠懇的向朋友說這兩句話的人，必定是個心胸開闊的快樂人。

根據我的經驗，每個人會對什麼事情產生妒忌，都是各不相同的。有的人對別人發財會產生強烈的妒忌，有的人卻不會。但是不妒忌發財的人，說不定對別人字寫得漂亮卻產生了妒忌。兩個人追求相同的目標，相同的成就，這兩個人就容易互相妒忌。在別人的眼中看起來，這兩個人是同樣的好。但是這兩個人，自己偏偏會喜歡分個高低。所以一個人如果真想得到快樂，他就應該用心去發現自己所追求的真正目標是什麼。如果他真肯用心去想的話，他就會發現他真正想達到的目標跟世界上任何人的目標都不一樣。不要建立一些泛泛的目標；應該精確的立定自己獨特的目標，使它適合自己獨特的個性和獨特的才能。這就是大人的世界裡所說的「發現了自己」。

一個「發現了自己」的人，就能有自信。他不妒忌，而且像孔雀一樣，深信自己是世界上最美麗的動物。

• 文章來源：林良(2013)：孔雀是不妒忌的。爸爸的十六封信。國語日報社出版。



想一想：

- () 1. 依據文意推想，為什麼孔雀不會妒忌其他動物呢？
(1)自以為是 (2)充滿自信 (3)井底之蛙 (4)性情溫和。
- () 2. 根據文章內容，關於「妒忌」的敘述何者**錯誤**？
(1)來自於人類競爭的天性 (2)是出身高貴家庭的壞孩子 (3)輕微的妒忌，能使個人更加努力，不需要特別謹慎處理 (4)過分的妒忌，會使人痛苦，再也沒有興致去從事正當的努力。
- () 3. 根據文章內容，下列敘述何者**錯誤**？
(1)這是一封爸爸寫給女兒的信 (2)真誠讚美他人的人是心胸開闊的快樂人 (3)每個人會對什麼事情產生妒忌，都是相同的 (4)作者認為每個人真正想達到的目標跟世界上任何人的目標都不一樣。
- () 4. 根據文章內容的先後排列順序，下列何者正確？
(甲)妒忌是什麼 (乙)「發脾氣」和「妒忌」使人不快樂
(丙)做一個「發現了自己」的人 (丁)真誠讚美人的好處
(戊)人會產生妒忌的原因
(1)甲乙丁戊丙 (2)甲乙戊丁丙 (3)乙甲戊丁丙 (4)乙甲丁戊丙。
- () 5. 根據文章內容，下列哪一件事真正發生過？
(1)李秀芬得到老師稱讚，一些同學馬上跑過去向李秀芬道賀 (2)李秀芬得到老師稱讚，受到一些同學妒忌 (3)櫻櫻功課很好，常常得到老師的稱讚 (4)老師稱讚黃麗娟，引起櫻櫻的妒忌。
- () 6. 本文的主旨為何？
(1)妒忌是一種人性的自然現象，只要不過分，就不必處理它 (2)人們要學習孔雀不妒忌的表現 (3)一個人如果能發現自己獨特的目標，建立自信，就能遠離妒忌 (4)養成真誠讚美人、向人道賀的好習慣，就能得到快樂。

健康促進活動 正向心理健康促進全民健保含正確用藥學習單



嘉義縣新埤國小 全民健保暨正確用藥 學習單

六年考班 座號 8 姓名 林千瑜

一、是非題

1. (X) 當你生病時,可以用家人的健保卡看病、領藥。
2. (X) 看病時,不需要告訴醫生身體不舒服的情形,讓醫生自己判斷。
3. (O) 吃藥前,我們應該先仔細看藥袋上的說明,並按時服藥。
4. (X) 媽媽的感冒藥可以給生病的妹妹吃。
5. (X) 藥袋裡面的都是可以吃進肚子的內服藥。
6. (O) 對某些藥物過敏的人在看病時,要主動告訴醫師。

A++ 非常棒!!

二、選擇題

1. (1) 通常藥袋的封面不會有哪一個項目?
1. 藥品的口味 2. 領藥的日期 3. 醫院或診所的名稱病人的姓名。
2. (4) 看完病後不應該做什麼事?
1. 按時吃藥 2. 多喝水 3. 多休息 4. 多吃糖果。
3. (2) 哪一種服藥的方法才正確?
1. 吃藥時喝一瓶果汁更有效 2. 按時並按照藥師指示服藥 3. 上次着病沒吃完的藥可以繼續吃 4. 如果同學的病情和我一樣,可以把藥借給他吃。

三、對的打「√」

1. 生病就醫的時候,應該怎麼做?正確的請打「√」。
(1) (√) 把身體不舒服的部位告訴醫師。
(2) () 請醫生直接開藥,不必檢查身體。
(3) () 不用告訴醫師不舒服的情況。
(4) (√) 告訴醫師不舒服的時間有多久了。
2. 看完病領藥時,藥師會告訴我們哪些?正確的請打「√」。
(1) (√) 用藥規則。
(2) (√) 用藥時注意的事項。
(3) (√) 要不要再回診就醫。

家長簽名: 林亮君

減少醫療浪費，從我做起

六年孝班座號：10

姓名：林千惠

各位同學，下列正確就醫的行為，為自己也為健保省錢，想一想，你是否有完全做

到，需再努力的部分，請寫下未來怎麼做會更好喔~

執行項目	執行情形(請勾選)		
	完全做到	部分做到	需再努力
看病攜帶健保卡	✓		
部分負擔看仔細	✓		
用藥安全有留意	✓		
不忘記索取醫療收據	✓		
不隨便打針吃藥	✓		
不囤積藥物	✓		
落實轉診制度	✓		
有病先到診所看，住院、手術或急重診才到大醫院	✓		
多利用慢性病連續處方箋	✓		
個人健康管理、小病自我照護	✓		
平時多運動，並注重疾病早期預防，使用健保預防檢查服務	✓		
全民監督，仔細核對醫療收據，避免健保詐欺行為	✓		A++ 好棒

我完全做到的有 12 項，我需再努力的有 0 項。



我可以和家人說：「全民健保……」

我可以和家人說：「全民健保的使用方法和正確就醫的行為。」

家長簽章：林士雅

全民健保為何是世界之光?

小組學習海報

★台灣健保的特性與好處?請舉 5 點

編號	特性	好處 (請簡述)
1	全民納保	大家繳保費分擔,幫自己也幫別人。
2	量能付費	健保照顧的弱勢,同享醫療保障。
3	收支平衡	我國國民不論是誰,都要加入健保。
4	自助互助	繳健保費的標準,收入高繳多一點。
5	照顧弱勢	沒健保的醫療費,只能靠自己。

★親愛的小朋友你認為台灣健保能獨步全球的原因?

答案: 1. 讓弱勢可以不用付太多錢
2. 降低死亡人數
3. 全民納保

★親愛的小朋友你認為台灣健保有什麼隱憂嗎?

答案: 容易造濫用行為。

good!

世界咖啡館歸納表

世界咖啡館歸納表

六年孝班第 2 組

題目一：哪些是浪費健保資源的行為

1. 小傷、病就掛急診。
2. 隨意用藥。
3. 重複看病或拿藥。
4. 多拿藥沒吃囤積。
5. 過度服藥。

題目二：怎麼做可以避免健保資源的浪費

1. 保持身體健康，就不用看醫生，也可以避免健保資源的浪費。
2. 購買藥品應至有藥師執業之藥局購買。
3. 不要使用別人的藥品。
4. 應針對症狀向醫師、藥師詢問及討論。
5. 按醫師或藥師指示服藥。

桌長：陳禹翔

組員：黃紹喬、林瑜、陳妍秀、陳宥好、林千惠

第二組討論用心，😊！
表現良好！！



品門新埤花園學校

聰明學 樂talk 歡fun

新埤有愛 健康宣言

世界衛生組織(WHO)2004 年倡議:

「每個孩子都有權利生活在健康、安全的家庭、學校及社區裡;在健康支持性環境中生活、學習、遊戲及成長、發展，並避免疾病發生。」

我(校長)僅代表本校承諾，將結合全體教職員工、學童、志工、家長及社區資源，成立健康促進委員會,共同推動「新埤有愛健康促進」我承諾,將帶領全體教職員工生,營造健康友善的支持性環境，以增進全體教職員工生的健康，促進以人為本的良好健康發展為目標。

簽署人:校長 陳怡君

2022年 9月1日

附件 6 嘉義縣 111 學年度全民健保推動議題中心學校實施計畫

嘉義縣 111 學年度辦理學校健康促進實施計畫

子計畫 9: 全民健保 (含正確用藥) 中心學校健康促進實施計畫

壹、緣起

台灣全民健保自 1995 年 3 月 1 日開辦至今，是一種強制性的社會保險，政府為照顧經濟弱勢族群，和提供更便利優質就醫環境，提供醫療保健服務，以自助、互助為精神，朝民眾可接受、負擔得起的制度努力，民眾就醫也日趨便利，從原本的 59% 臺灣人民納入保障，至今 (107 年) 已經高達 99.72% 以上的國人納入健保，並且有高達八成以上的社會大眾對該制度表示滿意。台灣全民健保制度的「普及、方便、自由、經濟、滿意度高」深為世界各國讚揚不已。

然自 1998 年開始出現健保財務危機後，當時衛生署 (現為衛生福利部) 曾調整部分負擔及開拓財源，卻未見效果。2009 年夏天，黃煌雄監察委員開始進行全民健保總體檢案，2011 年 1 月 18 日四十餘萬字的全民健保總體檢報告終於出爐，直指健保存存在嚴重的「三多」問題，「看病多」「拿藥多」「檢查多」都為健保財務帶來沉重壓力，主張改革應「重振四大科」、「守護社區醫院」、「無效醫療要有效調整」來健全健保永續經營。同年 (2011) 二代健保亦在遭受虧損下推出實施，雖暫時解決財務赤字，但人民就醫習慣與觀念並無太大改變，健保基礎仍不穩固。於是啟動教育向下扎根於 102 學年度將全民健保教育議題融入健康促進學校應推廣部分，及早讓學生深植珍惜健保資源及正確用藥觀念，才是健保永續經營之道 (衛生福利部中央健康保險署，2018)。

我國的醫療院所普及，加上全民健保制度的實施，臺灣的民眾和其他國家人民相比，就醫算是十分方便。然而，部分民眾卻是身體稍感不適，就到醫院掛急診；又或是前次就醫所領取的藥品還沒發揮效果，也尚未服完療程，就因症狀未獲明顯改善，就心急再度就醫。也有不少跑醫院像逛菜市場的頻繁就醫者，或喜愛囤積各式藥品的民眾等皆時有所聞。國人不良的就醫習慣和不正確的用藥觀念，不僅浪費醫療資源，更有可能因為捨不得將藥物丟棄，而被家人誤食或重複用藥而危及生命與健康。國小階段在一生中是可塑性極高的學習時期，許多行為習慣的養成、認知能力的建立與正確態度的培養皆奠基於此階段。正確用藥知識觀念的習得與全民健保制度的了解與維護，不僅只是個人健康的基礎，更能透過「後囑教育」影響家人的用藥就醫行為，透過衛生教育進而確保我國全民健保制度的永續發展。

貳、依據

一、學校衛生法。

二、教育部國民及學前教育署 111 年 8 月 19 日臺教國署學字第 1110105184 號函辦理。

三、嘉義縣 111 學年度辦理學校健康促進實施計畫。

參、目的

- 一、推動全民健保（含正確用藥）教育觀念，增進本縣各級學校親師生健康、養成良好健康生活習慣、提升正確健康知能與愛惜健保資源。
- 二、發揮議題中心學校功能，整合資源齊一推動全民健保（含正確用藥）教育步調，增益各校辦理全民健保（含正確用藥）教育之知能。
- 三、教導親師生正確運用醫療資源，期能避免不正當醫療觀念與降低健保資源的浪費。
- 四、提升人民正確用藥之素養，促使醫療資源正確使用增進國民健康。

肆、辦理機關：

- 一、指導單位：教育部國民及學前教育署、衛生福利部國民健康署、國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系
- 二、主辦單位：嘉義縣政府
- 三、承辦單位：嘉義縣太保市新埤國民小學
- 四、協辦單位：嘉義縣藥師公會、嘉義基督教醫院、嘉義太保市大樹藥局

伍、參加對象：本縣各國民小學(四)年級學生及本縣國高中小正式或代理教師

陸、辦理日期：民國 111 年 9 月至 112 年 5 月

柒、辦理地點：各校或參訪、宣導處所。

捌、活動內容（辦理方式）：

- 一、收集全縣全民健保（含正確用藥）教育推廣議題相關數據，並提供教育處及學校參考。
- 二、相關網路問卷研發、進行並督促全縣各校進行相關問卷填報。
- 三、配合教育部或縣教育處擬定全民健保（含正確用藥）教育議題推動計畫（全縣性）並配發全縣全民健保宣導品給各校，當作宣導有獎徵答禮物以收宣導之效。
- 四、辦理全民健保（含正確用藥）教育推廣親師生活動。
- 五、進行全民健保（含正確用藥）議題行動研究並發表期末報告。
- 六、配合全國正確用藥教育模式計畫，辦理親師生醫院或藥局觀摩活動、並結合藥師（醫療專業人員）至校辦理正確用藥宣導講座或活動。
- 七、製作健促相關、全民健保（含正確用藥）分送宣導品(全縣)與學校環境佈置，向

親師生及社區民眾宣導，以收宣導之效。

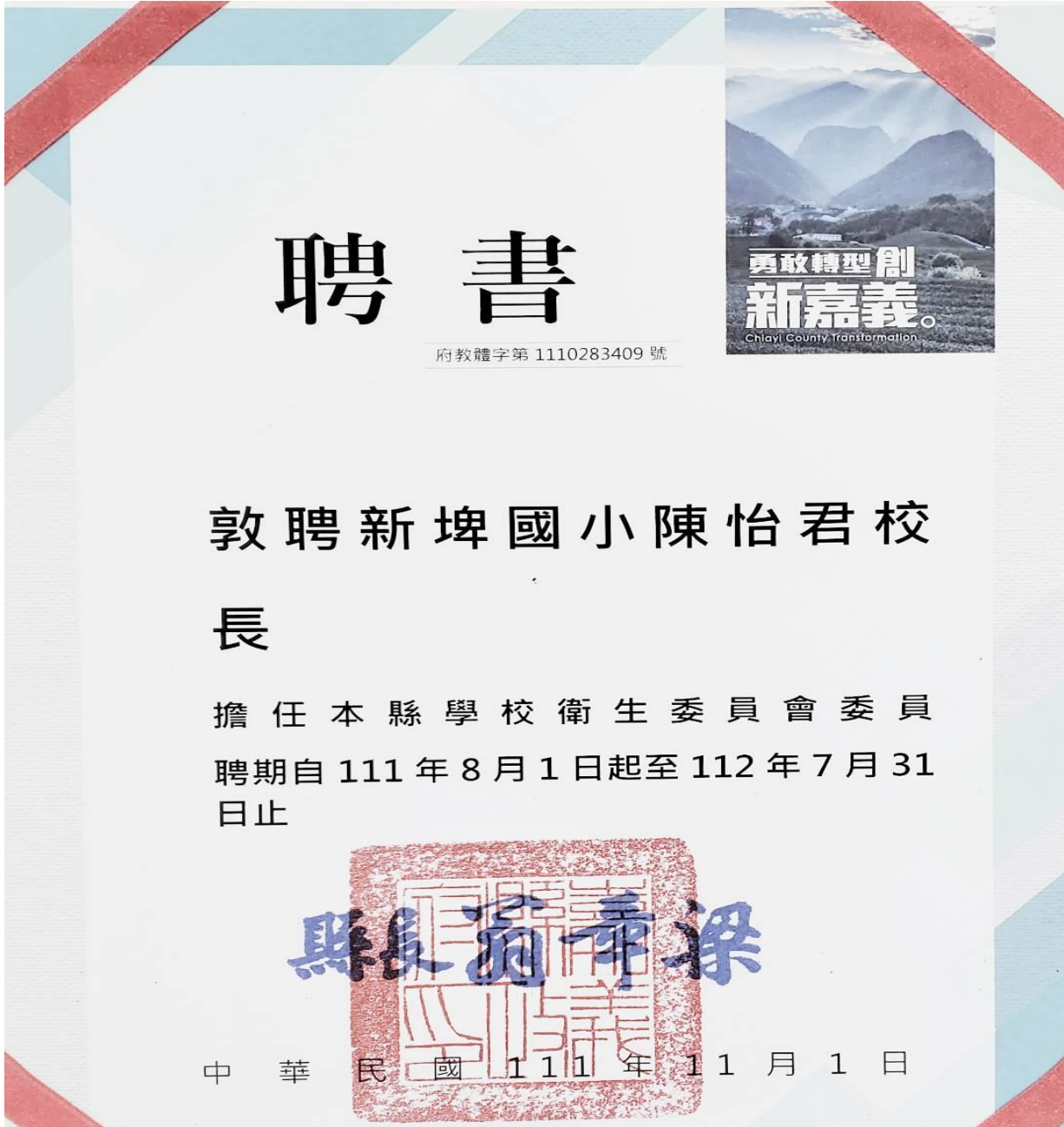
八、邀請專家輔導提供上下學期各一次之全縣健康促進學校計畫應興應革之建議。

玖、經費概算：由本縣 111 學年度辦理學校健康促進實施計畫項下支應，如附件一。

拾、獎勵：辦理本項計畫工作人員，依本縣國民中小學校長教師職員獎勵基準第二條第四款，給予嘉獎二次，最高以四人為限。

拾壹、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

陳怡君校長擔任嘉義縣 111 學年度學校衛生委員會委員



The image is a formal appointment letter. At the top center, the characters "聘書" (Appointment Letter) are written in a large, bold, black font. Below this, in a smaller font, is the reference number "府教體字第 1110283409 號". To the right of the title is a small rectangular image showing a landscape with mountains and a river, with the text "勇敢轉型創 新嘉義。 Chiyai County Transformation" overlaid. The main body of the letter is centered and contains the text: "敦聘新埤國小陳怡君校長" (Appointing Principal Chen Yijun of Xinbi Elementary School), "擔任本縣學校衛生委員會委員" (Serving as a committee member of the county school health committee), and "聘期自 111 年 8 月 1 日起至 112 年 7 月 31 日止" (Term of appointment from August 1, 111 to July 31, 112). At the bottom center, there is a red square seal impression with the characters "縣長 梁章" (County Magistrate Liang Zhang) in blue ink. Below the seal, the date "中華民國 111 年 11 月 1 日" (November 1, 111 of the Republic of China) is printed.

聘書

府教體字第 1110283409 號

敦聘新埤國小陳怡君校長

擔任本縣學校衛生委員會委員

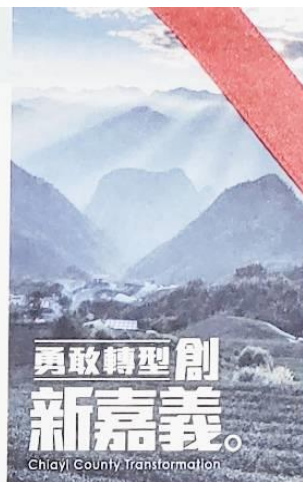
聘期自 111 年 8 月 1 日起至 112 年 7 月 31 日止

縣長 梁章

中華民國 111 年 11 月 1 日

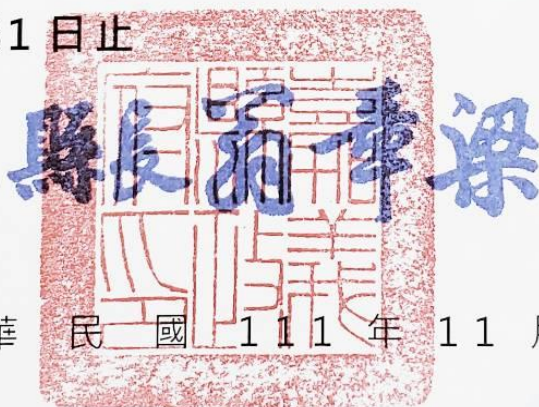
聘書

府教體字第 1110283409 號



敦聘新埤國小陳怡君校長

擔任本縣學校健康促進輔導團輔導員
聘期自 111 年 8 月 1 日起至 112 年 7
月 31 日止



中華民國 111 年 11 月 1 日

嘉義縣太保市新埤國民小學 111 學年度辦理學校健康促進實施計畫

111 學年第一學期期初校務會議通過

必選議題：健康體位、口腔保健、視力保健、全民健保(含正確用藥)

自選議題：正向心理健康、藥物濫用、檳榔防制、安全教育與急救

壹、前言

健康促進學校 (Health Promoting School) 的概念最早在 1986 年時於日內瓦會議中提出，「健康促進學校」所謂健康的概念包括生理、社會及心理之健康，透過學校及社區來建構其全面之健康。而在不同學校有其不同的健康需求，健康促進學校即在透過學生、家長、教師及學校行政人員共同努力，發展新的方法改善並增進所有人的健康。1995 年起世界衛生組織 (World Health Organization, WHO)，提出學校應該成為健康促進學校的生活環境，將健康促進的觀念帶入校園，於世界各國推展、建構健康促進學校。

健康，是人類生活一切的根本，是人類的根本人權，也是生存競爭的要件，更是一切學習的基礎。一個人的生涯中，無論是發育成長、求學工作、人際關係、公益服務，在在都要在健康生理及心理的前提下，才能達成目標，完成志業。換句話說，健康勝於一切，擁有健康，夢想成真；失去健康，一切成空。健康對一個人一生的影響及重要性無庸置疑。本校積極努力爭取相關經費協助學校及社區所屬學子及家長一起加入健康促進行列，讓新埤社區健康百分百，人人樂開懷。

本計畫結合學校、社區、社會資源以整合相關人力物力建立完善且多層面的健康促進網路，以增進全校師生全方位心靈健康。期由校舍校園美化綠化，作整體規劃設計，並將教學課程融入健康議題，建立明確健康議題教學目標，落實各項健康促進議題宣導，積極努力爭取相關經費協助學校及社區所屬學子及家長一起加入健康促進行列，期勉共塑健康安全的友善校園，發展全人健康。

貳、計畫依據

- 一、學校衛生法第 19 條。
- 二、嘉義縣 111 學年度學校健康促進學校實施計畫。

參、計畫目的

- 一、強化學校行政及教師團隊的組織運作，並與社區策略聯盟，發揮整體力量以建立永續經營、自主規劃之健康促進與團隊。
- 二、營造健康安全的校園環境，增進學生健康安全成長。
- 三、將健康促進議題融入課程教學，發展生活技能素養導向的教學模組，增進教師專業教學知能，有效輔導學生健康自主行為養成。
- 四、強化師生健康優質的服務，促進學校成員身心健康。
- 五、落實數據管理，強調前後測成效評價研究，瞭解學校教職員工生的健康狀況及影響健康之因素，發展有效的策略及計畫以改善作為。

肆、背景說明

一、學校簡介

新埤國小位於嘉義縣春珠麻寮縣道公路進入庄內道路旁，交通便利，環境優美，有花園學校美譽。本校普通班 10 班，幼兒園 2 班，學生人數 218 人，教職員工數 29 人。一直以來，本校因所在新埤社區為農村聚落，有經濟環境條件不佳、年輕人口

外移，與新住民家庭增加等因素，約有近四成的學生來自於弱勢家庭，根據表 1 顯示低收入戶、中低收入戶、單親、隔代教養、新住民及原住民等家庭的學生比例約 **35.1%**。

表 1 學生身份分析表

	低收入戶	中低收入戶	單親	隔代	新住民子女	原住民子女	總計
學生人數 (人)	5	9	34	9	17	2	76 (取單一身份後為 61)
比例 (%)	2.9%	5.2%	19.5%	5.2%	9.8%	1.1%	43.7% (取單一身份後為 35.1%)

學區家長大部分以務農或打零工維生，普遍對健康生活不夠重視，即使社區距離醫療院所或市中心不遠，亦多是被動式關切學子的健康問題，因此，面對這樣的學區環境之下，學童之生活、學習與成長頗值得關切。本校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、學校餐飲衛生、教職員工健康促進及健康心理等層面。鑒於學校健康問題漸趨多元與複雜，實有必要整合學校與社區的組織人力與資源，發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型健康促進計畫，以增進全校教職員工生及家長們的全人健康。

二、根據學校現況，進行 SWOT 分析

(一)學校現況

本校位於嘉義縣嘉 64 號縣道旁，高鐵大道附近，位嘉南平原上、傍新埤大排的新埤社區。學區家長大部分以務農或打零工為主，近年來年輕人口外移日趨嚴重，新住民家庭增加，導致家庭結構多所改變，本校隔代教養學童及單親家庭比例偏高，高達 **35.1%**，依此相對弱勢的家庭結構看來，照顧者對於學童健康促進及衛生習慣的養成，可能較無時間建立及指導。另外，新埤社區距離嘉義市中心有一段距離，學區內雖有大型醫療院所、診所、藥局就醫便利，但家長大多習慣到需車程 20 分鐘以上的嘉義市醫療院所，因此，不管是學生或家長對於珍惜健保資源及正確就醫觀念仍有進步空間。

擴大到學校的層面，本校既不在山區、也不在市區，資源不如市區多，關愛亦不如山區多，屬於補助雙峰現象中的弱勢「非山非市」的學校，往往比偏鄉學校更易被忽略，因此學童之生活、學習與成長乃至於健康促進的觀念建立相當值得教育相關人員投入心力，在這樣的文教環境之下，學童之生活、學習、健康與成長頗值得學校端多全面關照，發揮偏鄉教育創價功能。

本校以培育健康活力、敦品勵學、在地參與、卓越創新的身心靈健全之 HOPE 兒童為願景圖像，期望營造校園成為一個溫馨、健康、安全、快樂的學習環境。健康是個體追求美滿生活的基本要素，希望透過學校推行的健康促進策略及活動，建立學童正確的就醫觀念及用藥行為，並結合社區及家長的多方資源，將珍惜全民健保資源及正確用藥觀念落實到社區家長的心中，讓學生及家長一同參與營造健康校園，從小建立正確的知識、態度與技能，養成健康生活行為與型態，進而達成珍惜醫療資源及促進家庭整體健

康。

(二)SWOT 分析

根據本校所處社區特性，提出全民健保（含正確用藥）實施計畫，並以 SWOT 分析模式，探討實施本計畫的內在優勢、劣勢及外在環境之機會、可能之威脅（見表 1）。

表 1 全民健保（含正確用藥）議題推動之 SWOT 分析表

因素	內部環境		外部環境	
	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)
學校 衛生 政策	5. 為健康促進議題中心學校有積極作為。 6. 校長進行課程領導。	學校專案多，事務龐雜。	行政整合化繁為簡，發揮綜效，帶動六大範疇面推。	中央推動單位應先行整合，避免多頭馬車。
學校 物質 環境	5. 積極爭取資源，校園場館與設施陸續更新。 6. 校園生態環境優美設置獨有之香草生態園與農場域	5. 非山非市學校爭取相關設備經費不易。 6. 教師在各領域融入健康教學能力尚待加強。	5. 透過民間資源與可靠管道爭取資源 6. 引入志工養護校園環境與專業機構共同發展生態食農、健康促進特色課程。	1. 校地大、部分設備老舊，維護與修繕費用大 2. 課程發展需配合校園物質環境發展，亟待社區與學校共同合作。
學校 社會 環境	5. 配合議題中心學校，加強活動辦理。 6. 境教布置積極充分配合。	1. 家庭教育與學校教育配合不易。	行政動能強，積極引入機關團體共同辦理活動，促進親師生參與動能。	所需經費龐大造成學校負擔。
健康 生活 技能 教學 與行 動	1. 生活技能健康課程列入校本課程。 2. 教師資深肯負責，流動率低。	教師習於舊式教學模式，缺乏生活技能健康課程概念。	1. 參訓教育部健康教育種子教師。 2. 引入跨領域教學與新課綱社群。	建構體驗性、操作性課程較耗時費力。
社區 關係	廣邀社區公私立單位進入結盟共推。	5. 家長忙於工作，缺乏健康意識。 6. 部分家長疏於教養，對校園活動冷	社區有藥局、醫院締結合作同盟	5. 居民文化刺激不足，不重視健康促進議題。 6. 社區政治意識紛雜，恐

		漠。		因人設事，影響配合度。
健康服務	校護資深有經驗，有動能。	部分學生家庭對健康促進教育配合度不高。	引入公私資源協助健康服務。	5. 推行議題多元。 6. 推展時間與人力不足。

三、學生健康現況分析與需求評估

(一) 健康指標現況

根據表 2 顯示，110 學年度學生裸視視力不良率低於全縣、全國，視力不良就醫複檢率未達縣訂指標。在口腔保健、健康體位不良率方面，110 學年度學生初檢齶齒率明顯高於全縣平均值，惟在學校各項介入口腔保健的作為，達複檢率 100%，且 108~110 學年度初檢齶齒率平均偏高現象已逐年下降，所以，111 學年度將以全民健保含正確用藥議題為主軸，加強介入口腔保健、視力保健與健康體位等全面性策略宣導，期望能透過對全民健保認知、情意、技能的全面性推展實踐，有效提升學生的身心靈健康素質，達到對健保有正確認知並能於生活中珍惜使用。

表 2 新埤國小學生健康資訊系統健康指標一覽表（統計至 111.07.31）

項目	指標名稱	110 學年度			109 學年度			108 學年度			本校 108 年 -110 年增減
		本校	嘉義縣	全國	本校	嘉義縣	全國	本校	嘉義縣	全國	
視力保健	裸視視力不良率	35.75	41.40	45.10	37.93	40.33	44.58	32.99	39.86	44.35	+2.76
	視力不良就醫複檢率	95.31	98.66	91.68	96.97	97.76	91.06	96.88	97.83	91.59	-1.57
口腔保健	初檢齶齒率	37.93	24.96	29.39	51.92	30.26	31.33	55.38	43.12	33.35	-17.45
	齶齒複檢率	100	96.79	85.17	96.30	96.82	85.25	94.44	98.60	85.44	+5.56
健康體位	學生體位過輕比率	9.50	6.94	8.55	8.62	6.86	8.86	6.19	5.63	8.01	+3.31
	學生體位適中比率	57.54	61.52	64.25	59.2	62.20	65.55	64.95	62.44	64.72	-7.41
	學生體位過重比率	15.64	12.80	12.90	14.94	12.84	12.36	10.31	12.75	12.86	+5.33
	學生體位肥胖比率	17.32	18.74	14.29	17.24	18.10	13.23	18.56	19.17	14.41	-1.24
	學生體位過重肥胖率	32.96	31.54	27.19	32.18	30.94	25.59	28.87	31.92	27.27	+4.09

四、 健康議題網路問卷現況

表 3 新埤國小 110 學年度健康議題網路問卷後測結果一覽表 (單位：%)

健康議題	指標項目	後測	縣平均	縣定指標	期末成效 (前測→後測)
健康體位	睡足 8 小時	96.55	77.38	超過 85	82.76→96.55
	學生一日蔬菜建議量 達成率	100	78.36	超過 85	75.86→100
	目標運動量達成率	82.76	55.22	超過 80	31.03→82.76
	喝水量達成率	100	79.02	超過 80	75.86→100
	學生體位過輕比率	6.9	6.94	低於 4	7.5→6.9
	學生體位適中比率	60.3	61.52	超過 62	59.2→60.3
	學生體位過重比率	13.8	12.80	低於 28	14.9→13.8
	學生體位肥胖比率	19	18.74	低於 28	18.4→19
口腔衛生	午餐餐後潔牙率	96.55	91.60	超過 85	79.31→96.55
	學生初檢齲齒率	30.00	25.24	低於 43	30.00→30.00
	學生齲齒複檢率	100	96.21	超過 95	100→100
	四年級窩溝封填施作 率	26.67	47.96	超過 90	26.67→26.67
	使用牙線率	0	76.20	超過 60	0→0
	每日睡前潔牙率	96.55	95.10	超過 90	82.76→96.55
	在校兩餐間不吃零食 率	79.31	72.40	超過 70	37.93→79.31
	不喝含糖飲料率	89.66	80.50	超過 75	55.17→89.66
視力保健	規律用眼 3010 達成 率	86.21	88.43	超過 90	65.52→86.21
	戶外活動 120 達成率	79.31	87.35	超過 90	62.07→79.31
	3c 小於 1 達成率	79.31	80.56	超過 80	48.28→79.31
	裸視視力不良率	40.3	41.40	低於 40	36.5→40.3
	裸視不良就醫率	94.52	98.66	超過 95	95.45→94.52
	篩檢視力不良惡化率	7.52	7.96	降低 1	6.31→7.52
全民健保 (含正確用藥)	正確認知率	90.34	81.38	超過 80	40.69→90.34
	正確使用門急診	91.95	84.68	超過 80	56.32→91.95
	建立良好醫病關係	100	93.54	超過 85	75.86→100

正確用藥	96.55	94.52	超過 95	74.14→96.55
倡議珍惜健保	100	87.63	超過 80	65.52→100

本表前測於 110 年 11 月實施，相隔 4 個月後於 111 年 3 月進行後測。由表 3 可知，在健康體位議題方面，本校學生在睡足 8 小時、學生一日蔬菜建議量、目標運動量、喝水量這 4 個指標達成率均高於縣平均，而在學生健康體位指標上尚有體位過輕尚未達標，故本校將從規律飲食、營養均衡等健康教育介入策略，養成學生健康自主好習慣的自覺與養成，讓學童在健康體位方面能符合指標。在口腔保健方面，在餐後潔牙及貝氏刷牙法的落實下，雖然有長足的進步，但使用牙線、四年級窩溝封填施作率仍需努力才能達到縣訂指標。其他在視力保健規律用眼 3010、戶外活動 120、3c 小於 1、裸視視力不良率、裸視不良就醫率、篩檢視力不良惡化率，皆未達到縣訂指標，可能在新冠疫情下線上教學的過度用眼，致使視力保健成效受限，故仍需全體師生繼續共同努力。綜觀 110 學年度健康議題多項指標本校都已達到縣訂指標，111 學年度伊始，為了能維持健促各項議題成績符合指標，仍需全體師生繼續共同致力於教育、宣導、推廣以維持達標成績。

伍、推動議題

本校依據全縣 111 學年度學校健康促進計畫，以**健康體位、口腔保健、視力保健、全民健保含正確用藥**為必選議題，此外配合教育部友善校園計畫的實施，以「**正向心理健康**」議題為自選議題。

陸、計畫達成指標（可量化之具體目標）

表 4 計畫預定達成指標

健康議題	指標項目	縣定指標	校本指標
健康體位	體位過輕率	降低 1% 或低於 4%	降低 2%
	過重肥胖率	降低 1% 或低於 28%	降低 2%
	體位適中率	提高 2% 或超過 61%	達到 65%
	睡足 8 小時	超過 85%	超過 90%
	一日蔬菜量達成率	超過 85%	超過 85%
	目標運動量達成率	超過 80%	超過 90%
	多喝水達成率	超過 80%	超過 90%
口腔保健	午餐餐後潔牙率	提高 5% 或超過 85%	超過 90%
	學生初檢齲齒率	降低 3% 或低於 28%	低於 40%
	學生齲齒複檢綠	超過 95%	達到 100%
	四年級窩溝封填施作率	提高 5% 或超過 90%	提高 5%

	使用牙線率	提高 5%或超過 60%	提高 5%
	睡前潔牙率	提高 5%或超過 90%	超過 90%
	在校兩餐間不吃零食率	提高 5%或超過 70%	超過 80%
	不喝含糖飲料率	提高 5%或超過 75%	超過 80%
視力保健	規律用眼 3010 達成率	提高 5%或超過 90%	超過 90%
	戶外活動 120 達成率	提高 3%或超過 90%	超過 90%
	3c 小於 1 達成率	提高 5%或超過 80%	超過 80%
	裸視視力不良率	降低 1%或低於 42%	降低 2%
	裸視不良就醫複檢率	提高 1%或超過 95%	維持 100%
	篩檢視力不良惡化率	降低 1%	降低 1%
全民健保	正確認知率	提高 10%或超過 80%	超過 80%
	珍惜行為率	提高 10%或超過 80%	超過 80%
正確用藥	遵醫囑服藥率	提高 5%或超過 85%	超過 90%
	不過量使用止痛藥率	提高 10%或超過 95%	超過 95%
	看清藥袋藥盒標示率	提高 10%或超過 95%	超過 95%
心理健康	快樂指數	提高 1%或超過 85%	超過 90%

柒、計畫內容與實施策略

一、主要推動事項：

(一) 學校衛生政策方面

- 1.將「健康」列為學校願景之一，並將學校健康促進計畫列入校務發展計畫方案。
(校長室)
- 2.組織工作小組：整合各處室、教師、學生代表、專家學者及家長代表組成推動小組，擬定年度工作計畫及檢討現有作為，並按照實證導向的精神推動及落實，相關計畫及成果送校務會議討論通過。(教導處)
- 3.另依行政執掌另組工作小組並配合學校行政會議召開會議，滾動修正推動措施。(教導處)
- 4.校內所有成員均需參與學校衛生相關研習並列為年度考核參考。(教導處、人事)

(二) 學校物質環境方面：

- 1.落實校園安全檢核，檢視維修更新校園設施以符合相關安全規定並確保人員能正確了解使用。(總務處)
- 2.建立危急及災難應變機制，擬定複合式防災計畫並定期演練。(總務處)
- 3.提供足夠的衛生設施與安全用水並確保清潔衛生(定期檢驗水質)。(總務處)
- 4.結合環境教育計畫，推動環保生活並善用廢棄物回收金作校務發展使用。(總務處)
- 5.擬定班級整潔計畫，鼓勵學生參與並愛護校園。(教導處)

6.定期檢測維修教室照明設施，確保學習環境光線充足。(總務處)

(三) 學校社會環境方面：

- 1.結合友善校園計畫，落實教師輔導機制及正向管教。(教導處)
- 2.擬定榮譽制度及各班制定健康生活守則，鼓勵學生健康行為實踐。(教導處)
- 3.辦理教職員工健康促進文康活動並擬定互助辦法，建立支持關懷制度。(人事)
- 4.辦理生命教育活動，鼓勵學生相互關懷及珍惜尊重生命。(教導處)
- 5.律定教職員工生危機處理機制，建立標準作業流程以化危機為轉機。(教導處)
- 6.推動志工服務，鼓勵學生照顧弱勢族群並從事社會公益。(教導處)
- 7.推動家長志工制度，提供學校衛生相關訓練課程及場地。(總務處)

(四) 健康生活技能教學與行動方面：

- 1.設計以生活技能為導向之健康教育課程納入課程總體計畫實施。(教導處)
- 2.以學生為中心結合社區相關議題或生活經驗，讓學生能將所學運用在生活中。(教導處)
- 3.提供教師充分學校衛生專業在職進修機會，教師個人亦需建置教學檔案。(教導處)
- 4.結合教師專業成長，辦理健康相關教學觀摩活動。(教導處)
- 5.辦理家長及社區民眾以健康技能為取向的健康成長課程，以帶動社區健康促進。(教導處)

(五) 社區關係方面：

- 1.結合校慶、學習成果展或家長日活動，邀請家庭、社區相關人士或團體參與健康促進學校活動，並公開表揚社區積極參與健康活動之人員。(教導處)
- 2.積極規劃學校行銷，爭取各報刊電子媒體報導。(教導處)
- 3.建立安全維護網路及友善安全輔助措施，繪製學區及校內危險地圖，以確保師生安全。(總務處)
- 4.結合縣衛生局及太保衛生所辦理健康議題相關計畫並善用各項衛生資源。(教導處)
- 5.與社區診所結盟，推出優惠活動並結合正確用藥資源中心辦理參訪藥局活動。(教導處)

(六) 健康服務方面：

- 1.預防接種調查，確保學生能於學齡前完成預防接種或補接種完成，並有完整紀錄。(護理師)
- 2.配合縣府學生健康檢查工作，做好家長通知及健檢教育說明，達到受檢率 100%。(護理師)
- 3.善用學生健康資訊系統保存學生健康紀錄並注意個人隱私保密，並利用統計結果作為校內衛生政策擬訂之參考。(護理師)
- 4.針對體格缺點及視力不良學生列冊管理，進行相關衛生教育，並依學校衛生法規定告知家長，視學生需要轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作，並有紀錄可查，且依原因研擬相關改善計畫。(護理師)
- 5.罹患特殊疾病學生造冊管理，並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情並紀錄備查。(護理師)

- 6.擬定校園傳染病防制辦法，建立明確可行標準作業流程及通報機制，以監控和因應流行病的發生，每週各班級教室至少消毒一次，如遇班級停課則每天消毒至疫情消失。（教導處、總務處）
- 7.依部頒健康中心設施基準建置完善健康中心，以提供師生家長甚至社區民眾簡易傷病處理及健康諮詢服務。（總務處）

捌、預定進度：

工作項目	月次											
	111年8月	111年9月	111年10月	111年11月	111年12月	112年1月	112年2月	112年3月	112年4月	112年5月	112年6月	112年7月
1. 成立學校健康促進委員會	■											
2. 召開學校健康促進委員會會議		■				■		■			■	
3. 進行現況分析及需求評估	■	■										
4. 決定目標及健康議題	■	■										
5. 擬定學校健康促進計畫	■	■										
6. 實施健康議題網路前後測問卷				■				■				
7. 建立健康管理資訊與維護		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
8. 融入領域的生活技能素養導向課程設計與教學			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
9. 執行健康促進計畫		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
10. 資料分析									■	■		
11. 報告撰寫									■	■		

玖、學校健康促進委員會組織工作表

計畫職稱	姓名	職稱	工作項目	備註
計畫主持人	陳怡君	校長	綜理、主持計畫，協助行政協調與資源整合。	嘉義縣健康促進委員會召集人

協同主持人	韓增愛	教導主任	協助主持計畫，督導健康教育課程規劃。	處室代表
協同主持人	蘇玲賀	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。 3.協助物品採購事宜。	處室代表
委員	陳麗淑	幼兒園主任	協助督導幼兒園健康教育課程規劃。	
委員	羅俞琄	教務組長	1.協助推動學校健康教育課程教學與各項健康活動。 2.統合課程教材研發相關事宜。	
委員兼執行秘書	侯淑菁	訓導組長	1.執行學校衛生暨健康促進學校計畫工作。 2.擬定學校健康促進與衛生保健工作計畫。 3.協助健康中心實施衛生保健工作。 4.辦理學校環境安全、衛生、體育競賽及整潔等宣導活動。	業務承辦人
委員兼副執行秘書	陳惠娟	護理師	1.推行學校健康促進及學校衛生工作。 2.辦理視力保健、口腔衛生、健康體位。 3.辦理預防接種、傳染病預防、管理與通報 4.辦理健康檢查及缺點矯治。 5.特殊疾病管理。 6.辦理各項衛生活動及衛教宣導。 7.負責紀錄、月報表及衛生統計。 8.健康資訊系統管理。 9.協助維護校區環境安全。 10.傷病處理及急救。 11.提供教職員工健康諮詢服務。	
委員	黃鳳金	低年級導師代表	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。	教師代表
	吳汶憲	中年級導師代表		
	楊雅雯	高年級導師代表		
委員	葉哲銘	網管教師	協助資訊統整資料，線上問卷及資訊網站管理。	
委員	陳惠娟	午餐執秘	配合學校衛生保健計畫，管控午餐營養及熱量指數之菜單設計，推行營養教育	
委員	陳志忠	家長會長	1.參與健康促進會議，提供推動建言。 2.聯繫家長會協辦事宜。	家長代表
委員	洪采珣 陳禹翔	學生代表	參與健康促進相關會議，提供建言與回饋。	學生代表
諮詢委員	黃俊豪	嘉義縣聘任督學	提供學校推動健康促進相關業務諮詢與協助。	中央健促輔導委員
	趙坤賢	嘉義基督教醫院藥師		結盟藥師

	吳翊綸	嘉義大樹藥局藥師		結盟藥師
	黃宏鼎	嘉義縣教育局體健科長		縣府指導人員

拾、評價指標：

配合計畫執行進行過程評量，於計畫執行前後收集前後測資料以評估成效，說明如下：

一、過程評量：

- (一) 定期召開工作小組，並檢討各議題的得失及修訂意見紀錄。
- (二) 各項宣導計畫與活動及親師生參與各項專題講活動照片及成果。
- (三) 教師編寫健康議題的教學活動設計每領域至少 1 篇及融入教學活動的課程計畫、學習單、心得、學生學習成果資料。
- (四) 校園情境佈置及相關健康議題資料的收集建檔。

二、成效評量：

- (一) 實施學生在健康議題實施前後健康覺察、知識、態度、價值觀、生活技能、行動能力的具體變化，進行量化問卷前後測並進行質性訪談，蒐集質性資料以評估計畫成效。
- (二) 由學生健康指標年度變化，了解學生健康問題是否得到改善。

拾壹、經費編列：由辦公事務費、上級補助、家長會及捐資興學項下支應。

編號	項目	補助經費	備註
1	校園綠美化經費	30000	政府補助
2	體育衛生費(清掃用具)	6000	政府補助
3	水質檢測費	4200	辦公費
4	清洗水塔費	24000	辦公費
5	飲水機定期保養、濾心更換	10600	辦公費
6	學生衛生保健費	39087	辦公費
7	111 學年度辦理學校健康促進實施計畫	100000	健康促進專案
8	健康中心設備(空間改善. 櫥櫃. 洗手台..)	134000	縣府補助
合計		347887	(元)

拾貳、本計畫經校務會議通過後由校長公佈實施，修正時亦同。

敬會

總務主任：蘇玲賀

總務主任蘇玲賀

主計：林焜耀

兼任會計員林焜耀

承辦人：

訓導組長侯淑菁 護理師：陳惠娟 教導主任：韓增愛 校長：陳怡君

訓導組長侯淑菁

護理師陳惠娟

教導主任韓增愛

校長陳怡君

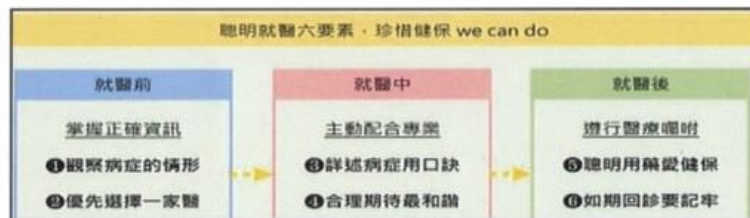


-家校攜手愛健保 新埤學子增健康-

親愛的家長與小朋友～

有沒有發現開學後學校走廊上又多了更多健康促進的標語?這都是平時師長們在校耳提面命希望學生們養成的**健康生活型態**!希望大家能愛護眼鏡、鞏固牙齒、保持健康體位,尤其是眼睛近視了、牙齒蛀牙了都沒有可恢復性,這樣的器官損壞會伴隨我們一生,不可不加以重視,要及早從小開始做好防護。就視力保健而言,為何學校要推下課淨空多增加戶外活動的時間,經由戶外活動的自然光線能誘發視網膜產生多巴胺,進而抑制眼軸拉長,避免發生近視,還有注意用眼 30 分鐘要休息 10 分鐘,用眼時的姿勢與光線更是不可輕忽呢!希望家長與小朋友一起來打擊惡視力,永保健康的靈魂之窗。

學校長期推動健康促進不遺餘力,也是本縣**全民健保正確用藥**的議題中心學校,我國的醫療院所普及,加上全民健保制度的實施,臺灣的民眾和其他國家人民相比,就醫算是十分方便。但是建立全民「**全民健保、人人有責**」之觀念是非常重要的,教育民眾正確的醫療保健知識減少醫療浪費,及早讓親師生深植珍惜健保資源及正確用藥觀念,才是健保永續經營之道。扎實的政策配合、資源妥適引入與運用、設備環境建置、課程活動的實行、家長會的重視、等,才能集眾人(學校團隊、家長會、社區資源、社會資源)之力以盡其功,在此也在向大家介紹一下如何愛惜健保、正確就醫:



新埤國小 陳怡君校長 敬筆 2.24



附件 9-1 學校衛生政策成果照片

定期召開學校衛生暨健康促進委員會



校長在健促會議上，介紹五正四樂。



校長主持 111-2 學期健康促進會議。



本校代表嘉義縣參加全國健康促成果發表會，吸取全國典範經驗，增加健促推動知能與熱情。



拜會社區公私部門機構，並與種子學校結盟，強化與衛生所、藥師公會結盟合作，運用多元專業資源共同推動健康促進學校，實現幸福校園。



透過每週召開之行政會議，研討健康促進推動作為，滾動修正，依據時程推動。

附件 9-2 學校物質環境成果照片

正向心理健康促進健保用藥專欄



學生從佈告欄中能主動學習健促資訊。 張貼正向心理、健保用藥的海報。



佈置健康吃 快樂動 85110 大圖宣導。 張貼多喝白開水、無糖生活海報。

本校官方網站經營健促議題之情況



本校官網連結健保議題網站。

學校 FACEBOOK 粉絲專頁經營健促議題之情況



FACEBOOK 分享五正四樂資訊。

FACEBOOK 分享護理師指導學生勤洗手防疫。



FACEBOOK 分享給家長的一封信-愛健保



FACEBOOK 分享參訪藥局活動。

穿堂電子看板進行影音宣導之情況



FACEBOOK 分享珍惜健保 聰明就醫。

FACEBOOK 分享健保 5 知道 8 行動。



FACEBOOK 分享 5 知道-全民納保

FACEBOOK 分享 5 知道-量能付費。



FACEBOOK 分享健保 5 知道-照護弱勢。

FACEBOOK 分享健保遵醫囑用藥。

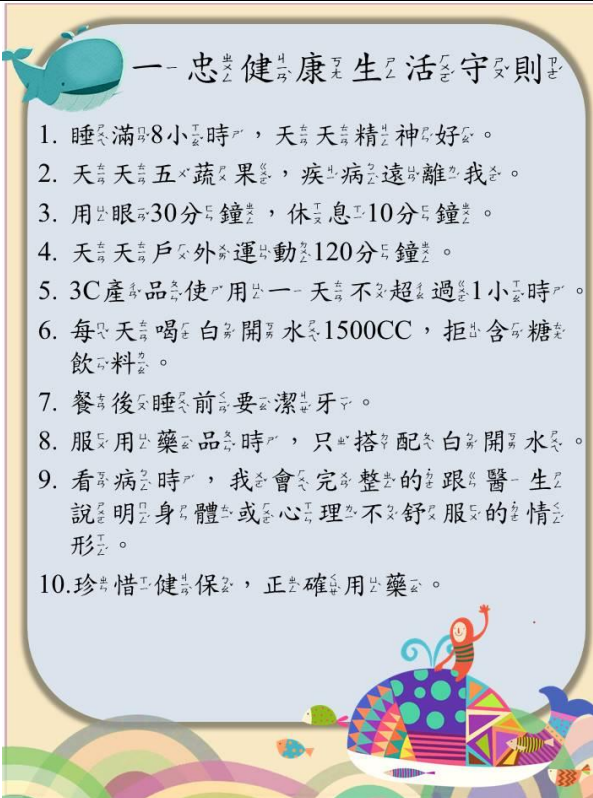
設置校園老少共學快樂農場園區



服務學習結合食農教育 樂食。

與社區老人一起種菜學習。樂活

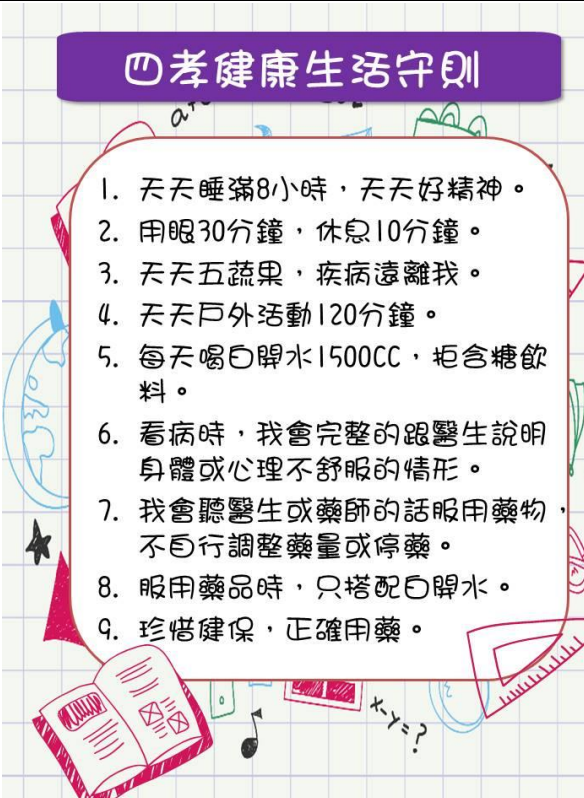
各班班級健康生活守則



一 忠 健康生活守則

1. 睡滿8小時，天天精神好。
2. 天天五蔬果，疾病遠離我。
3. 用眼30分鐘，休息10分鐘。
4. 天天戶外運動120分鐘。
5. 3C產品使用一天不超過1小時。
6. 每天喝白開水1500CC，拒含糖飲料。
7. 餐後睡前要潔牙。
8. 服用藥品時，只搭配白開水。
9. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。
10. 珍惜健保，正確用藥。

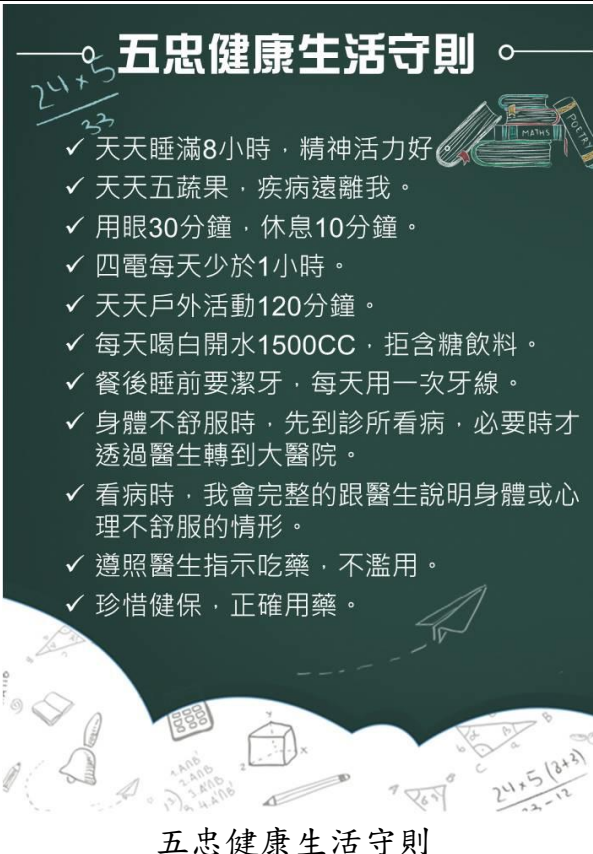
一忠健康生活守則



四 孝 健康生活守則

1. 天天睡滿8小時，天天好精神。
2. 用眼30分鐘，休息10分鐘。
3. 天天五蔬果，疾病遠離我。
4. 天天戶外活動120分鐘。
5. 每天喝白開水1500CC，拒含糖飲料。
6. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。
7. 我會聽醫生或藥師的話服用藥物，不自行調整藥量或停藥。
8. 服用藥品時，只搭配白開水。
9. 珍惜健保，正確用藥。


四孝健康生活守則



五 忠 健康生活守則

- ✓ 天天睡滿8小時，精神活力好。
- ✓ 天天五蔬果，疾病遠離我。
- ✓ 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- ✓ 四電每天少於1小時。
- ✓ 天天戶外活動120分鐘。
- ✓ 每天喝白開水1500CC，拒含糖飲料。
- ✓ 餐後睡前要潔牙，每天用一次牙線。
- ✓ 身體不舒服時，先到診所看病，必要時才透過醫生轉到大醫院。
- ✓ 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。
- ✓ 遵照醫生指示吃藥，不濫用。
- ✓ 珍惜健保，正確用藥。

五忠健康生活守則



六 孝 健康生活守則

KEEP OUR CLASSROOM HEALTH

- ◆ 生活睡滿8小時，天天好精神。
- ◆ 天天五蔬果，健康跟隨我。
- ◆ 用眼30分鐘，休息10分鐘。
- ◆ 天天戶外活動120分鐘。
- ◆ 看書或做作業時，保持35公分以上的距離。
- ◆ 3C產品使用一天不超過1小時。
- ◆ 遵照醫生指示吃藥，不濫用。
- ◆ 珍惜健保，正確用藥。

健康促進

學校衛生政策

自發

正向情緒 Positive Emotions

正向關係 Positive Relations

正向成就 Accomplishment

GERM 五正四樂 PLUS

健康服務

健康教學與活動

學校社會環境

學校社會互動

六孝健康生活守則

附件 9-3 學校社會環境成果照片

每週總導護於週一學生朝會進行品德教育與健康促進議題知能宣導。



導護宣導藥物濫用防制(樂動、樂食、樂眠)。



導護宣導全民健保，兒童安全用藥。



導護宣導廢藥處理流程後公告於白板



導護宣導全民健保制度的特性:效率、公平、可負擔、接受度高。



佈告品德教育與健康促進議題知能。



佈告品德教育與健康促進議題知能。

週二學校行事時間-全民健保含正確用藥及健康促進相關主題宣導。

學校行事時間宣導各項健康促進議題



1110906 健康體位宣導



1110920 藥物濫用防制宣導



1111025 口腔保健宣導



1111213 傳染病防治宣導



購置多項體育器材與強化運動設施，落實下課淨空，倡導多戶外運動，樂活愛運動提高身體免疫力，從幼兒園開始養成健康運動好習慣。

設置健康促進主題書展專區



結合每月主題書展，增長健康知識。



學生自製正確用藥知識看板，樂於展演健康知識，進行後囑教育。



口腔保健漫畫與認識用藥雜誌。



健康議題繪本—正向關係、正向情緒



健促運動會新埤學子向社區倡議五正四樂，健康一起來免用健保卡。



社區運動會上，新埤兒童倡議珍惜健保資源。

嘉義縣新埤國民小學 111 學年度第二學期品德教育中心德目 & 健康促進
實踐行為表

嘉義縣新埤國民小學 111 學年度第二學期品德教育中心德目 & 健康促進實踐行為表					
週次	日期	品德德目	實踐規條	健康促進	實踐準則
1	0213-0219	友善	<ol style="list-style-type: none"> 1. 做好事，說好話，存好心。 2. 反言語、文字、圖畫、符號、肢體動作、電子通訊、網際網路等霸凌。 3. 教育部防制校園霸凌專線 1953。 	全民健保	<ol style="list-style-type: none"> 1. 無論是否健康、有無工作、有無其他醫療保險，人人都要加入健保。 2. 即使住在偏遠地區，也可以加入全民健保獲得保障。 3. 繳不起保費的人，也可以得到全民健保的照顧。
2	0220-0226	禮節	<ol style="list-style-type: none"> 1. 常說「請」、「謝謝」、「對不起」。 2. 對他人抱持著同理心，與尊重、寬容和感謝的心。 3. 能問早道好、說「再見」，親切的與人互動。 	健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每晚睡足 8 小時。 2. 天天五蔬果：3 份蔬菜與 2 份水果。 3. 每天要運動 1 小時。
3	0227-0305	整潔	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能保持服裝儀容、座位及抽屜的整齊乾淨。 2. 不邊走邊吃，並將垃圾丟到垃圾桶。 3. 能飯前、如廁後洗手，飯後潔牙漱口。 	口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 三餐飯後及睡前要潔牙。 2. 要少吃甜食、少喝含糖飲料，維護牙齒健康。 3. 刷牙要用小刷頭、軟毛軟硬適中的牙刷，用含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)來刷牙。
4	0306-0312	自律	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能對自己的言行負責，不找藉口或責怪他人。 2. 能在做完該做的事後，才去做想做的事。 3. 能盡一切努力去達成自己設定的目標。 	視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 規律用眼 3010：每用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。 2. 每日戶外活動 120：每日戶外活動至少 2 小時以上。 3. 看書或做作業時，保持 35 公分以上的距離。
5	0313-0319	尊重	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能仔細聆聽同學發表意見，不插嘴，尊重不同的意見。 2. 能尊重同學的隱私權，不隨便翻動或拿取他人的物品。 3. 能接納自己，欣賞別人，用同理心去體會別人的感受。 	正確用藥	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國內藥品依照使用風險區分為處方藥、指示藥及成藥等三級。 2. 看醫師、購買藥品時，能清楚表達自己的身體狀況，將自己過敏的藥品或食物主動告知醫師或藥師。 3. 看病時，能完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。
6	0320-0326	合作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能樂意做好團隊中所分配到的工作。 2. 要熱心參加學校團體活動，遵守團體紀律，爭取團體榮譽。 3. 學習別人的長處，改正自己的短處。 	全民健保	<ol style="list-style-type: none"> 1. 身體不舒服時，先到診所看病，必要時才透過醫生轉到大醫院。 2. 每個人繳交的健保費用不一樣，收入比較高的人繳的比較多。 3. 低收入戶可以申請政府補助，免繳健保費。
7	0327-0402	守法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 遵守校規，不在走廊奔跑、遊戲。 2. 排隊時不插隊，走路要靠邊走。 3. 遵守交通規則，保障公共秩序。 	健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 減少吃高热量的食物：油炸食物、含糖飲料、甜點等。 2. 堅持每天運動 1 小時，喝水至少 1500cc。 3. 多喝白開水。 (30c. c. x 體重(kg))
8	0403-0409	負責	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認真打掃分配到的清掃區域，做好自己份內的事。 2. 對自己的言語、行為負責任。 3. 參加各種活動能盡力爭取榮譽。 	口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每天飯後、睡前能用貝氏刷牙法正確潔牙。 2. 能用含氟漱口水漱口，並等候 30 分鐘後才可進食。 3. 半年，找牙醫師做一次定期口腔檢查。
9	0410-0416	誠信	<ol style="list-style-type: none"> 1. 要說實話，不說謊、不欺騙別人。 2. 能說到做到，有始有終，完成與他人約定的事。 3. 能誠實考試，不作弊。 	視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 3C 少於 1：看電視、使用 3C 產品時間，一天不超過 1 小時。 2. 常遠眺望遠或做眼球運動。 3. 要定期視力檢查。
10	0417-0423	愛物	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能正確使用物品，使用後將物品歸回原位。 	正確用藥	<ol style="list-style-type: none"> 1. 只有醫生才能開藥，看病請找合格執照醫生。

			<ol style="list-style-type: none"> 2. 做好資源回收，使物盡其用，不浪費。 3. 有需要的物品才購買。 		<ol style="list-style-type: none"> 2. 不任意過量或經常使用藥物，傷害個人健康及社會秩序。 3. 不隨便購買、使用廣告誇大效果的藥物。
11	0424-0430	服務	<ol style="list-style-type: none"> 1. 幫助他人，使人快樂。 2. 實踐日行一善。 3. 熱心參與活動並樂意為大家服務。 	全民健保	<ol style="list-style-type: none"> 1. 爸爸媽媽幫你繳的健保費，需支付所有病人的醫療費用。 2. 不重複看病或拿藥而沒有吃完，珍惜全民健保。 3. 看病時，我會完整的跟醫生說明身體或心理不舒服的情形。
12	0501-0507	感恩	<ol style="list-style-type: none"> 1. 樂於做家事，保持健康，感謝父母養育之恩。 2. 感謝師長的教導，和生活中為我們服務的人。 3. 愛護環境，感謝大自然。 	健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 四電少於二：每天上網、看電視、玩電動、打電腦不超過 2 小時。 2. 天天吃早餐。 3. 一天吃的蔬菜量，必須 3 個拳頭以上。
13	0508-0514	孝敬	<ol style="list-style-type: none"> 1. 早晚向父母請安。 2. 幫父母做家事，父母叫喚立刻答應。 3. 保持身體健康，做好分內事，不讓父母擔憂。 	口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 除了刷牙外，能使用牙線幫忙清潔牙齒。 2. 每次潔牙後須將牙刷沖洗乾淨、晾乾，並定期更換新牙刷。 3. 我在學校不吃零食，不喝含糖飲料。
14	0515-0521	關懷	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能主動向師長和同學打招呼。 2. 能讓座給老弱婦孺。 3. 能關心身邊周遭的事務，樂意幫助別人。 	視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 充足的睡眠可以減緩眼軸拉長，比較不會近視。 2. 每天睡滿 8 小時或以上。 3. 看電視或用電腦時，須維持室內光線充足。
15	0522-0528	欣賞	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用「心」發現並學習他人的優點。 2. 多參加藝文展演活動，觀賞「美」的事物，陶冶性情。 3. 能夠了解自己、接納他人。 	正確用藥	<ol style="list-style-type: none"> 1. 我會聽醫生或藥師的話服用藥物，不自行調整藥量或停藥。 2. 能夠不聽信具有神奇療效的廣告購買藥品，做身體的主人。 3. 服用藥品時，只搭配白開水。
16	0529-0604	秩序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 上課或參加集會時要專心聽講不吵鬧。 2. 上下樓梯、走廊要按次序，不奔跑、不推擠。 3. 排隊、舉手發言時不插隊、不爭先恐後。 	全民健保	<ol style="list-style-type: none"> 1. 當健保醫療花費比大家繳的保費還要多時，可能會讓健保破產。 2. 遵照醫師或藥袋指示的使用方法按時服藥。 3. 看病時我會尊重、信任醫護人員，並適時表達感謝。
17	0605-0611	健康	<ol style="list-style-type: none"> 1. 坐立行走都應保持正確姿勢。(身體) 2. 時時使自己快樂也使別人快樂。(心理) 3. 有良好的衛生習慣，與正當的休閒活動。 	健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每天連續做 10 分鐘以上的身體活動。 2. 身體活動包括費力(慢跑)、中等費力(快走)、走路的活動。 3. 放學後，不可久坐不動，多吃鈣質含量豐富的食物。
18	0612-0618	正義	<ol style="list-style-type: none"> 1. 不欺侮同學。 2. 提醒同學走廊不要奔跑。 3. 主動幫助需要協助的同學。 4. 能辨別是非善惡，說話誠實、公正。 	口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 牙齦發炎的主要原因是口腔清潔不徹底。 2. 每日至少使用一次牙線潔牙。 3. 貝氏刷牙法牙刷的位置涵蓋牙齒和牙齦，與牙面成 45-60 度角。
19	0619-0625	勇敢	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自己能做的事情不依賴他人。 2. 明辨是非，勇於認錯。 3. 能不畏艱難，完成目標。 4. 能照顧好自己，保護自己與他人。 	視力保健	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每節下課時間到教室外面活動，讓教室保持淨空。 2. 多吃愛護眼睛的蔬果。 3. 看不清楚時，要求家長帶到眼科醫療院所進行複檢或矯治。
20	0626-0630	榮譽	<ol style="list-style-type: none"> 1. 堅持做好自己該做的正事，不斷嘗試、努力盡力。 2. 做事能自律並思考行為的後果，為自己負責任。 3. 明白別人的期望並切實做到。 	正確用藥	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用藥前，要看清楚藥袋或藥盒標示。 2. 若已過期、變質或變色的藥品不要使用，應以廢藥處理流程處理。 3. 面對朋友邀請嘗試不明藥物，要堅定拒絕，離開現場。

嘉義縣太保市新埤國民小學
111 學年度第 2 學期學校行事主題宣導規劃表

週次	日期	主題	負責教師	宣導日	語文展演
1	1120213-	友善校園反毒 全民健保宣導	陳怡君 校長	2 月 14 日	
2	1120220-	交通安全教育 宣導(微型電動)	侯淑菁		
3	1120227-	健康促進- 視力保健宣導		2 月 28 日	
4	1120306-	健康促進- 用藥安全宣導			
5	1120313-	婦幼教育宣導	教導處	3 月 14 日	新埤之星-六忠 六孝 -五忠
6	1120320-	健康促進- 口腔保健宣導			
7	1120327-	生命教育講座 金剛芭比林欣蓓	教導處	3 月 28 日	新埤之星-五孝
8	1120403-	環境教育宣導			
9	1120410-	英語日登台表 演	張寒芸	4 月 11 日	新埤之星-四忠
10	1120417-	空氣汙染防制 宣道			
11	1120424-	租稅教育宣導	教導處	4 月 25 日	新埤之星-四孝
12	1120501-	家庭教育宣導			
13	1120508-	母親節表演排 練	教導處	5 月 12 日	新埤之星-三忠
14	1120515-	反毒反詐騙宣 道			
15	1120522-	菸酒檳防治宣 導		5 月 23 日	新埤之星-二忠 二孝
16	1120529-	法治教育宣導 (家庭暴力防治法...)			
17	1120605-	水域安全宣導	教導處	6 月 6 日	新埤之星--一忠
18	1120612-	防災教育宣導			
19	1120619-	閱讀& 圖書室 利用宣導		6 月 27 日	
20	1120626-	暑假生活安全	教導處		

承辦人：侯淑菁

主任：韓增愛

校長：陳怡君

執行每日健康生活行為實踐檢核表(含寒、暑假)

19

嘉義縣太保市新埤國小 111 學年度寒假學童健康生活行為實踐檢核表

班級：一年級 姓名：許瑞棠

【請家長督促孩子每日確實完成下列健康生活行為實踐紀錄，做到請打√，沒做到請打×】

項目	視力保健			口腔保健			健康生活型態		
	閱讀、寫字 每 30 分鐘 休息 10 分 鐘	螢幕注視(看 電視、玩手機、 打電腦)不超 過 1 小時	天天戶 外活動 120 分 鐘	早餐 後潔 牙	午餐 後潔 牙	睡前 潔牙	每天睡滿 8 小時(晚 上 10 點前 就寢)	天天 5 蔬果	不喝含糖 飲料(每天 喝 1500 cc 白開水)
1/20	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/21	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/22	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/23	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/24	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/25	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/26	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/27	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/28	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/29	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/30	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1/31	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/01	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/02	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/03	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/04	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/05	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/06	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/07	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/08	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/09	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/10	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/11	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2/12	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

備註：1/20 寒假開始、1/21 農曆除夕、1/22 春節、2/13 (星期一) 第二學期間學日

(提醒你！寒假期間仍要持續做好防疫健康規律生活囉!) 家長簽名：許治承

嘉義縣新埤國民小學 111 學年度零時體育暨課間活動實施計畫

一、依據：

- (一) 教育部體育署 103 年 6 月 5 日臺教體署學(三)字第 1030017103 號函頒「SH150 方案」。
- (二) 嘉義縣政府 103 年 10 月 8 日府教體字第 1030189301 號函「SH150 實施計畫」。(S 代表 Sports, H 代表 Health)

二、目的：

- (一) 利用晨間運動提升學生專注閱讀和各學科學習的能力。
- (二) 提倡運動風氣，促進身心健康，達成「人人運動，時時運動」的目標。
- (三) 鼓勵課間戶外望遠活動，落實「規律用眼 3010」、「天天戶外遠眺 120」，加強視力保健，避免學童視力惡化。

三、實施日期：

- (一) 自每學期第二週起至學期末為止。
- (二) 如遇學校重要活動或行政需要，可隨時調整之。

四、實施時間：

- (一) 晨間：週一至週五 08：00-08：30
- (二) 課間：週一至週五 10：10-10：30

五、實施方式及項目：

- (一) 主要內容以學生運動後，達到最大心跳率或最大攝氣量的百分之七十。(即有氣運動。)
- (二) 項目：健康操、慢跑、跳繩等。

1. 晨間：

· 基本目標：能連續跑走操場 4 圈(800 公尺)以上；能連續跳繩 200 下以上

年級 \ 星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
一、五、六年級	健康操	慢跑	跳繩	慢跑	健康操
二、三、四年級		跳繩	慢跑	跳繩	

2. 課間：戶外望遠護眼。

六、獎勵方式：

- (一) 每人每日確實運動完後可在班上的運動紀錄表登記 1 次。
- (二) 配合學校〈好品格·愛閱讀·勤運動〉集點換彩獎勵辦法，達 30 次以上者可獲得零時運動換彩券 1 張，60 次以上者可獲得零時運動換彩券 2 張。

七、預期目標：

- (一) 透過晨間運動活化腦力及增進體力，有助於各學科的學習。
- (二) 不間斷的持續運動，培養良好的規律運動習慣。
- (三) 提升基本體適能，以發展技術性的運動技能。

附件 9-3 學校社會環境成果照片



配合《好品格 愛閱讀 勤運動》**鼓舞學生健康校園生活** 集點摸彩獎勵辦法，達 30 次以上者可獲得零時運動摸彩券一張參加期末摸彩。



愛惜健保教育**融入書法課程** 強化師生愛惜健保資源意識

附件 9-3 學校社會環境成果照片



建置「五正四樂 新埤之星」學生展演舞台 教導兒童正向參與樂活人生。



定期辦理與校長有約-繪本介紹「**珍愛伊休倫斯**」，讓學生喜愛學校，透過親近師長，培養樂於求知之正向兒童。

附件 9-3 學校社會環境成果照片



選拔鼓舞**健康兒童** 透過同儕典範學習 促進親師生共同重視健康



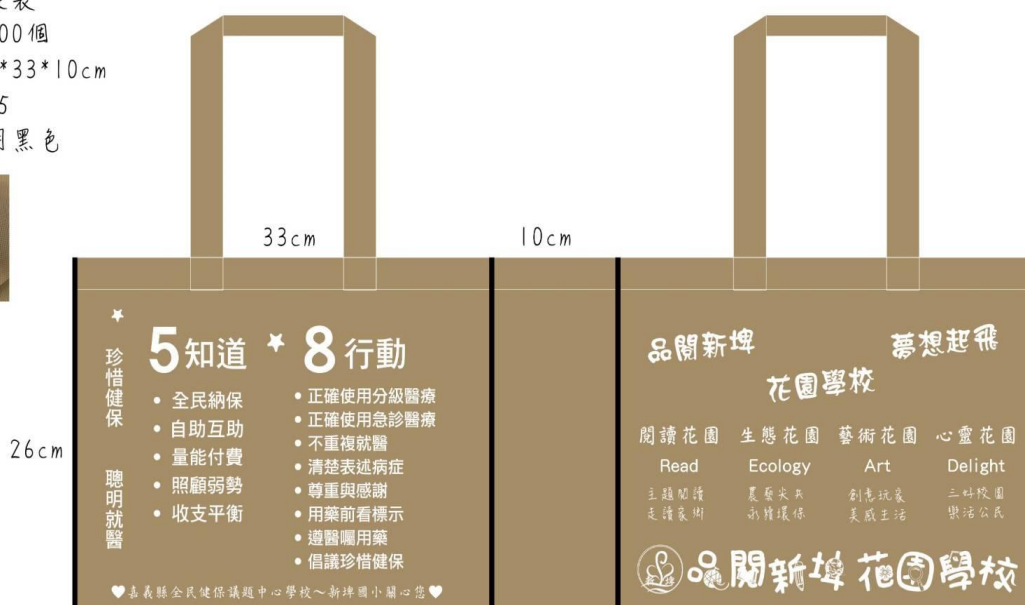
關懷弱勢學生 增進**新住民學生之學習與生活適應能力** 培育正向關係 **多元共融**

附件 9-3 學校社會環境成果照片



辦理健康促進全民健保有獎徵答 提升學生學習興趣

不織布提袋
 數量:1000個
 尺寸:26*33*10cm
 布色W885
 滾邊需用黑色



製作「珍惜健保」文宣購物袋，分發提供本縣各學校與社區居民。

附件 9-4 健康生活技能與教學成果照片

健康課全民健保「醫觸即發」桌遊教學。



學生體驗「醫觸即發」桌遊。



學生體驗「醫觸即發」桌遊。



學生體驗「醫觸即發」桌遊。



全民健保公開課程。



校長重視並親自教授「愛惜健保聰明就醫 - 5 知道 8 行動」全校師生受惠。

附件 9-4 健康生活技能與教學成果照片
辦理全民健保含正確用藥及健康促進相關增能研習。

週三進修安排健康促進議題研習



教師專業社群研習。體適能教學



羽球教師專業社群研習。



教師專業研習。認識身體質量指數



教師樂活羽球聯誼



週三教師研習-視力保健「愛 eye 元氣護眼操」。



週三教師研習-視力保健-望遠凝視。



利用課發會 教師共同備課 研發生活技能健康教學 請老師整理教學紀錄



邀請中央委員黃俊豪校長蒞校指導 健康促進作為與課程研發



辦理健康促進教學教師研習活動－指導融入**生活技能**之健康教案設計



課程發展委員會討論學校學生之圖像－「**健康快樂**」如何透過校定課程達成

校慶「健康促進議題」創意進場活動



五忠-健康體位倡議行動。



五孝-口腔保健倡議行動。



一忠-檳榔防治倡議行動。



幼兒園-天天五蔬果倡議行動。

香草樂活藝術營 健促營隊



利用療育草藥植物-將艾草製作成搥背棒與安眠枕。



老幼愛健康，共同製作療育身心的青草槌，服務學習幫老人家搥背。



樂活 認識校園各種草藥植物。



戶外活動 種植藥草植物 接觸陽光。



樂活 認識校園各種草藥植物。



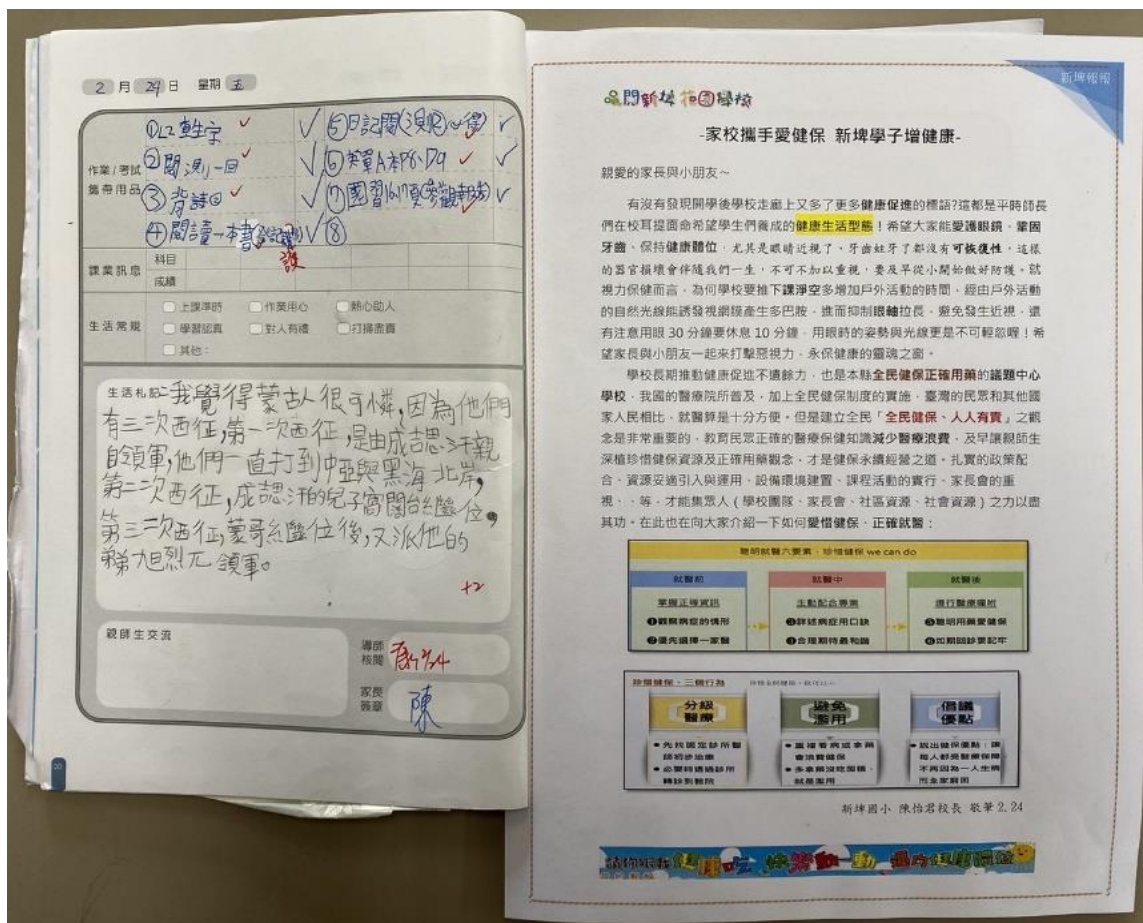
五感體驗 指導孩子認識藥草植物。

利用活動融入**五正四樂**，帶孩子用表演展現自我，達成正向情緒指標。



健促營隊 學生小組發表 如何愛惜健保資源 鼓勵兒童從小養成**85110**好習慣

附件 9-5 社區關係成果照片
整合「家長參與」、「社區結盟」社區系統



校長「給家長的一封信」印發給家長「全民健保 正確用藥」文宣。



本校派員至社區老人食堂與老人家分享健康概念與認識本校為全民健保議題推廣學校，帶動社區老小一同認識健保、愛惜健保、正確用藥，樂活、樂食、樂動。

附件 9-5 社區關係成果照片

正向心理健康教學活動—與藥師當朋友



訪問吳翊綸藥師領藥時
應該注意事項—正向關係。



校長說明用藥分三級。



吳翊綸藥師用心指導學童正確用藥。



新埤國小參訪社區好藥局-大樹藥局。



校長拜訪社區藥師結盟



運用在地醫院醫療專車 老幼共學一起愛護健康

附件 9-5 社區關係成果照片

親師座談會宣導健促議題



校長向家長分享愛健康 85110，配合五正四樂中的樂眠、樂食、樂動。

班導師利用親師座談會向家長宣導從小培養健康促進生活好習慣的重要。



導師與家長溝通培養孩子健促生活好習慣。



導師善用班親會與家長介紹班級健康守則。

附件 9-5 社區關係成果照片

邀請社區-鴻欣牙科診所呂尚奇醫師到校宣講



呂尚奇醫師到校宣講「兒童口腔衛生保健」。



呂醫師介紹牙齒的生長歷程。



呂醫師說明未治療齲齒的後果。



呂醫師指導貝氏刷牙法。



呂醫師指導從小如何保健牙齒。



呂醫師指導教師實作牙線操控。

附件 9-6 健康服務成果照片

辦理建佑醫院到校提供教職員、志工、家長會健康檢查，主動提供健康服務。



一般檢查



血壓量測

校長公開宣導 正向心理健康促進全民健保(含正確用藥)，進行有獎徵答。



「全民健保正確用藥」有獎徵答，有助於澄清健保迷思。



小朋友樂於回答「全民健保正確用藥」有獎徵答，教學成效良好。



新埤兒童提問有關「全民健保正確用藥」問題。



學生熱烈參與「全民健保正確用藥」後進行有獎徵答。

附件 9-6 健康服務成果照片



護理師熱誠進行健康服務與衛生教育工作



關懷教職員工與家長會 志工團之健康 營造健康社區
建佑醫院到校提供教職員、志工、家長會健康檢查服務。



一般檢查



血壓量測



身高體重量測



心血管功能篩檢



健康服務 諮詢身體保健知識



X光檢測

附件 9-6 健康服務成果照片

健康中心諮詢與個案服務



健康中心協助辦理健康檢查。



護理師幫受傷學童擦藥。

新埤國小 111 學年學生傷病統計分析
健康中心校護人員關懷學生傷病狀況，與
訓導組合作共同關注學生健康與安全。



健康中心幫學生
測量身高、體重與視力。



健康中心協助教室光線測量。



健康中心提供健康諮詢服務。

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片

開辦武舞社



成功演出後大合照



武術舞蹈表演可以練習團隊合作——正向關係。



武術舞蹈表演可以練習團隊合作——正向關係。



武術舞蹈表演可以練習團隊合作——正向關係。

服務性社團



學生與老人一同樂食 樂活 樂動 服務他人 照亮自己 正向參與

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片

新埤之星



為學生搭建新埤之星表演舞台 促進自我實現



永慶盃路跑 樂動



快樂農場收成-樂食

與小學生合作
45分鐘前 ·

嘉義新埤國小的孩子們，有一群特殊同學，他們是來自太保日照中心、平均年齡70歲的阿公阿嬤們。小朋友會跟長輩們... 查看更多

原本坐在椅子上發呆的阿公阿嬤們

news.cts.com.tw
老幼共學 行不行? 拆掉圍牆 我的同學70歲 - 華視新聞網

正向成就 老幼共學獲媒體肯定報導

幼老同樂 新埤附幼逗趣演繪本

嘉義縣新埤附幼學童在長輩面前進行繪本表演。

李榮茂/嘉義報導
嘉義縣新埤國小附設幼兒園日前結合太保日照中心推動幼老共學，幼童在校園大樹下表演《擁抱慢慢猴》繪本，將劇情演得活靈活現，十分逗趣。阿公阿媽觀賞這群「孫子輩」的活力演出，興奮之情溢於言表。幼老也一起著色創作，歡度美好時光。幼童楊晏傑、龔子恩表示，阿公阿媽看到他們精彩演出，露出滿意燦爛笑容，覺得很有成就感。幼童鄭恩晏說，他扮演「長頸鹿老師」，告訴大家要愛「慢慢猴」，要和他一起玩，牠不會數數，可以教牠，演出後獲得阿公阿媽熱烈掌聲，十分開心。新埤國小校長陳怡君表示，《擁抱慢慢猴》繪本描繪慢慢猴一隻「慢猴」與許多動物同學的相處經歷，由隔閡、嘲笑、被排擠，到了解、體諒、欣賞演出，建立友善互動的人際關係。

服務社區老人 學童樂開懷 正向關係

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片

結合「與校長有約」、「火車叔叔說故事」晨光活動
進行健康促進議題繪本教學。



校長為低年級學生講述健康繪本~珍愛伊休倫斯。



火車叔叔晨光說健康故事+沒牙的老虎。

拍攝品閱新埤健康 eye 家鄉影片~Let's do(讀)it!視力保健 健康促進



太鼓社團 多元展能



角力運動 屢獲佳績

開辦多元體育性社團 促進學童養成健康運動習慣 樂活 樂食 樂眠 樂動



游泳課程。



SH150 零時運動—跳繩。



辦理全縣性一家人作伙走健行活動
全家人一起愛運動保健康



跆拳道



愛護一家人就是 培養全家共同運動之好習慣 承辦全縣之樂活健走活動

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片



藝文課程與社團活動 融入愛惜健保/正確用藥 主題創作



學生參與藝文創作 製作正確用藥海報

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片



開闢老幼共學快樂農場 鼓勵戶外活動 85110 太陽計劃



結合在地資源例如太保市公所 辦理攀樹戶外親近樂活活動



為孩子營造樂於上學氣氛 建立學習儀式感 讓孩子體會被關懷與重視

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片
辦理多元戶外教育活動 鼓勵正向心理 樂活 樂動 樂食 樂眠



其它特色-積極參與體育競賽，榮獲桌球、跆拳道、角力縣賽冠軍、健身操優等等佳績

嘉義縣 2022 議長盃 桌球 錦標賽		
吳沛沂	國小女童五年級組個人賽	第一名
周思妤	國小女童三年級組個人賽	第五名
林詩婷	國小女童四年級組個人賽	第六名
吳沛沂 林昱穎 林詩婷 周思妤	國小女童五年級組團體賽	第二名
嘉義縣 111 年中小學運動會-桌球賽		
吳沛沂	國小高年級女生組單打賽	第一名
陳禹歲	國小中年級男生組單打賽	第五名
周思妤	國小中年級女生組單打賽	第八名
嘉義縣 111 年中小學運動會-跆拳道		
潘宇恩	對打國小男生組一般 27 公斤級	第一名
李沛陽	對打國小男生組一般 29 公斤級	第二名
王浚喆	品勢國小男生組高年級色帶高級組	第四名
嘉義縣 112 年全縣運動會-桌球賽		
吳沛沂	國小高年級女生組單打賽	第一名
林昱穎	國小高年級女生組單打賽	第八名
陳禹歲	國小中年級男生組單打賽	第六名
周思妤	國小中年級女生組單打賽	第五名
嘉義縣 112 年全縣運動會-跆拳道		
潘宇恩	對打國小男生組初級 27 公斤級	第一名
王浚喆	對打國小男生組初級 37 公斤級	第一名
李沛陽	對打國小男生組初級 31 公斤級	第二名
王浚喆	品勢國小男生組高年級色帶高級	第三名
簡培臣	品勢國小男生組高年級色帶初級	第四名
李沛陽	品勢國小男生組高年級色帶初級	第六名
嘉義縣 112 年全縣運動會-角力		
潘宇恩	國小男生組自由式第一級	第一名
周聖閔	國小男生組自由式第二級	第六名

新埤學子允文允武 建立正向成就

積極參與議長盃、中小運、全縣運之桌球賽、跆拳道、角力競賽榮獲佳績。

附件 9-7 正向心理健康促進全民健保含正確用藥其它特色成果照片



校長於朝會公開頒獎表揚鼓勵-桌球賽。校長於朝會公開頒獎表揚鼓勵-跆拳道。



班級學生於健身操縣賽前利用零時運動時間加強練習。



新埤兒童愛運動 勇於挑戰 樂於嘗試



醫觸即發學習單

六年忠班 姓名：梁宇程 超棒！用心完成

A+

一、你知道全民健保的「5知道」嗎？請在□中打✓。

- | | | |
|--|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 全民納保 | <input type="checkbox"/> 3010 | <input checked="" type="checkbox"/> 照顧弱勢 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 量能付費 | <input type="checkbox"/> 喝足白開水 | <input checked="" type="checkbox"/> 收支平衡 |
| <input type="checkbox"/> 85110 | <input checked="" type="checkbox"/> 自助互助 | <input type="checkbox"/> 健康五蔬果 |

二、你可以做到全民健保的「8行動」嗎？請在□中打✓。

- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 正確使用分級醫療 | <input checked="" type="checkbox"/> 正確使用急診醫療 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 不重複就醫 | <input checked="" type="checkbox"/> 清楚表述病症 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 尊重與感謝 | <input checked="" type="checkbox"/> 用藥前看標示 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 遵醫囑用藥 | <input checked="" type="checkbox"/> 倡議珍惜健保 |

三、請標示出你家附近有哪些藥局、診所或醫院。



四、跟五位家人、朋友分享5知道、8行動的概念後，請他們在愛心裡簽名，表示願意一起做到！

- | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 王小明 | 黃宇程 | 蕭延翰 | 岑欣靜 | 洪采珣 | 黃詠妘 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

學生完成「醫觸即發」教學模組倡議學習單，揪家人一同愛惜健保。

其它特色-結合校本課程辦理戶外教育活動

2022.12.15 五年級微旅行(向禾休閒漁場&洲南鹽場)



鰲鼓濕地森林園區



五年級微旅行(向禾休閒漁場)



五年級微旅行(洲南鹽場)



洲南鹽場-學習感謝土地公



鼓勵親子同遊 進行戶外教育活動 正向心理健康

其它特色-主動關懷學生 利用節慶/兒童節辦理生命教育與同樂會活動 **幸福校園**



邀請金剛芭比生命鬥士蒞校與學生互動 生命鼓舞生命

