

# 臺南市永康區大橋國民小學

103 學年度健康促進學校成果報告

中華民國 104 年 6 月 25 日

# 臺南市永康區大橋國民小學 103 學年度健康促進學校成果報告

## 一、健康需求評估及校內達成共識情形

本校是一所新興學校，因為是最近二十多年來形成的新社區，所有的居民大多是來自外地的新住民，所以社區文化相當多元。本校鄰近原台南市，人口密度高，所在的位置可說是區內中心，目前一至六年級共有 53 班，學生數共 1459 人，教職員工 113 人。近年來社會變遷快速，家庭結構改變，區內單親家庭及隔代教養學童比例也漸高，學生的家庭背景差異大，是故，學校需整合起社區與學校的人力、物力資源，發展「視力保健」、「口腔衛生」、「健康體位」、「菸害防制」、「正確用藥」、「性教育」及「安全教育與急救」等議題的多元策略、多元評價之整合型健康促進計畫，以增進全校教職員工及學生的全人健康。

根據本校近年度健康檢查指標的統計分析結果如後：

1. 菸害防制：本校校園內全面禁菸，依據 102 學年所做的調查發現，無吸菸的學童，但學生家庭內有吸菸人口的比率達 73%，顯現多數家庭內成員對二手菸的認知不足且學生為暴露於二手菸環境中的高危險群。
2. 健康體位：本校 102 學年度之 BMI 指數正常的百分比為 67.4%，過輕為 4.3%，過重及肥胖合計為 28.3%，顯示過重及肥胖合計仍偏多，是可以努力的空間。
3. 口腔衛生：本校 102 學年度一年級齲齒率平均為 35.6%，四年級齲齒率平均為 29.4%，103 學年將繼續推行漱口水及潔牙工作。
4. 視力保健：本校 102 學年度第一學期裸眼視力不良率為 52.9%、裸視視力不良增加率為 2.7%、複檢率為 94.6%，在視力不良複檢率的部分有加強的空間。本年度除了每天的課間戶外體能活動以外，再實施視力保健宣導，加強視力不良的處理及因應措施。
5. 性教育含愛滋病防制：本校 102 學年度辦理兩場宣導活動，結果顯示良好，本年度將持續進行性教育，以期維持性知識正確率。

6. 全民健保：此議題為較新之議題，於 102 學年度開始實施，本校以部編能力指標為中心，透過相關教學及闖關活動，提升孩子對於健保正確的認知率，並懂得珍惜健保資源。
7. 正確用藥：本校 102 學年度辦理兩場宣導活動，結果顯示良好，本學年度將持續進行，並加強安全用藥的原則。

## 二、具體有效作為

103 學年度健康促進學校期望將健康觀念透過融入課程的方式執行，配合領域教學、結合社區家長及校本課程安排相關學習活動，宣導健康概念、培養健康習慣與技能，並強調日常生活中健康行為實踐力，擬定本年度學校整體衛生政策推動重點，以「菸害防制」、「健康體位」、「口腔衛生」、「視力保健」、「全民健保」、「性教育」及「正確用藥」為必選議題，；且因應學校的特性，進一步兼顧學童在安全教育的需求，以「安全教育與急救」為自選議題，以提升健康促進成效與推廣發展。

健促議題	具體實施策略
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 視力保健網路問卷填答。</li> <li>2. 確實執行遠眺休息活動並持續推動護眼操。</li> <li>3. 新型課桌椅對號入座。</li> <li>4. 教室照明檢測，更換老舊燈管、燈座。</li> <li>5. 邀請專家學者到校演講。</li> <li>6. 定期進行學生視力檢查並追蹤輔導管理。</li> <li>7. 加強校園綠美化，鼓勵學生多參與下課戶外活動。</li> <li>8. 護理師利用期初班級測量身高體重時間作視力保健宣導。</li> <li>9. 舉辦各類學藝競賽、闖關活動、有獎徵答等。</li> </ol>

<p>口腔衛生</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 護理師於大橋堂進行三年級口腔衛生宣導。</li> <li>2. 持續推動貝氏刷牙法。</li> <li>3. 落實執行每日餐後潔牙及每週含氟漱口水活動。</li> <li>4. 透過親職活動、聯絡簿等途徑，請家長指導子女於餐後睡前潔牙，培養潔牙習慣。</li> <li>5. 護理師利用學期初班級測量身高體重時間作口腔保健宣導</li> <li>6. 口腔保健網路問卷填答。</li> <li>7. 舉辦學生才藝比賽。</li> </ol>
-------------	--

<p>健康體位</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 課間活動時間進行健康操、跳繩，增進學童運動之動機及體能。</li> <li>2. 學校活動、營養午餐採用符合健康飲食概念之餐飲供應，並採用當季、當地新鮮食材。</li> <li>3. 測量學生身高、體重，計算其身體質量指數，篩選肥胖、體重過重、體重過輕之學童通知家長。</li> <li>4. 實施體重控制班，並探討過重過輕原因。</li> <li>5. 組訓體育團隊，如桌球隊、射箭隊、田徑隊、足球隊。</li> <li>6. 每年安排全校及各班營養教育。</li> <li>7. 舉辦體適能檢測及每年舉行體育會。</li> <li>8. 舉辦樂樂足球比賽暨接力賽。</li> <li>9. 健康體位網路問卷填答。</li> <li>10. 邀請慶昇醫院及永康衛生所等專家學者到校演講。</li> </ol>
-------------	---

<p>菸害防制</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 於校園門口等明顯處張貼禁菸標誌，校園全面禁菸。</li> <li>2. 舉辦各類學藝競賽、闖關活動、有獎徵答等。</li> <li>3. 針對校內吸菸可能性較高之學生進行高危險群篩檢，以求早期發現，早期介入、預防。</li> <li>4. 邀請專家學者到校演講。</li> <li>5. 張貼戒菸、戒毒海報、布條，並利用玄關跑馬燈，不定時宣導。</li> <li>6. 舉辦戒菸拒檳書法比賽。</li> <li>7. 配合志工團故事媽媽宣導菸害防治。</li> <li>8. 利用體育會及各項集會宣導戒菸拒檳。</li> </ol>
<p>正確用藥</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 張貼海報宣導正確用藥觀念。</li> <li>2. 教師週三進修辦理正確用藥教學知能研習。</li> <li>3. 舉辦各類學藝競賽、闖關活動等宣導。</li> <li>4. 邀請慶昇醫院專家學者進行用藥安全宣導活動。</li> <li>5. 配合鄰近南台科技大學學生舉辦用藥安全宣導活動。</li> <li>6. 晨會進行全校性正確用藥與防制學生藥物濫用宣導。</li> <li>7. 正確用藥網路問卷填答。</li> </ol>
<p>全民健保</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 議題融入課程，認識全民健保、正確就醫、珍惜健保資源等課程。</li> <li>2. 張貼全民健保海報，並利用玄關跑馬燈，不定時宣導。</li> <li>3. 舉辦全民健保闖關活動。</li> <li>4. 大辦公室學生簡報宣導。</li> <li>5. 全民健保網路問卷填答。</li> <li>6. 邀請慶昇醫院專家學者進行全民健保宣導活動。</li> </ol>

<p>安全教育與急救</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦防震、防火、防災等各類演練。</li> <li>2. 積極補強校園設備死角，建立安全校園環境。</li> <li>3. 舉辦校園安全才藝競賽、闖關活動。</li> <li>4. 積極建立愛心商店、推動交通安全、校外參觀安全教育。</li> <li>5. 推動反霸凌相關活動，建立無霸凌校園。</li> <li>6. 大辦公室安全教育與急救學生簡報宣導。</li> <li>7. 安全教育與急救網路問卷填答。</li> <li>8. 舉辦教師自衛消防編組訓練。</li> </ol>
----------------	--

### 三、計畫預期達成指標及成效評估

議題名稱	部頒指標項目	市本指標	學校成效自主管理(102學年→103學年)
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 裸視視力不良率</li> <li>2. 視力不良就醫率</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生裸視視力不良率</li> <li>2. 學生視力不良就醫率</li> <li>3. 規律用眼 3010 達成率</li> <li>4. 天天戶外活動 120 達成率</li> <li>5. 未就醫追蹤關懷 達成率</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生裸視視力不良率 55.6%→52%</li> <li>2. 視力不良就醫率 96%→95.5%</li> <li>3. 規律用眼 3010 達成率 96.3%→97.8%</li> <li>4. 天天戶外活動 120 達成率 98.15%→98.5%</li> <li>5. 未就醫追蹤關懷達成率 100%→100%</li> </ol>

口腔保健	1. 初檢齲齒率 2. 齲齒複檢率	1. 初檢齲齒率 2. 齲齒複檢率 3. 天天餐後潔牙比率 4. 每日潔牙平均次數	1. 初檢齲齒率(小一)35.56%→21.46% (小四)29.39%→21.97% 2. 齲齒複檢率(小一)71.25%→76.79% (小四)72%→75% 3. 天天餐後潔牙比率 82%→84% 4. 每日潔牙平均次數 2.5次→2.5次
健康體位	1. 體位過輕比率 2. 體位肥胖比率	1. 體位過輕比率 2. 體位肥胖比率 3. 體位適中率	1. 體位過輕比率 4.3%→4.4% 2. 體位肥胖比率 15%→15.5% 3. 體位適中率 67.4%→67%
菸害防制	無菸校園率	1. 無菸校園率 2. 學生吸菸率 3. 吸菸學生參與戒菸率	1. 無菸校園率 98%→98.5% 2. 學生吸菸率 0%→0% 3. 吸菸學生參與戒菸率 0%→0%
正確用藥		1. 遵醫囑服藥率 2. 學生家庭具有用藥諮詢電話比率	1. 遵醫囑服藥率 95.2% 2. 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 97.6%
全民健保		對全民健保正確認知比率	對全民健保正確認知比率 91.9%

性教育		接納愛滋感染者比率	接納愛滋感染者比率 80%→82%
-----	--	-----------	----------------------

#### 四、檢討與改進

議題	檢討	改進
視力保健	視力不良追蹤矯治率由 102 學年的 96%稍降至 103 學年的 95.5%，但 103 學年檢查結果顯示，學童視力不良率有下降之情形。	持續推動視力保健工作落實 3010 護眼原則，針對低年級學生加強建立視力保健的正確知能及用眼習慣；中、高年級學生則加強個人自主管理之落實。
口腔保健	初檢齲齒率小一由 102 學年 35.56%下降至 103 學年的 21.46%，小四由 102 學年 29.39%下降至 103 學年的 21.97%，而齲齒複檢率小一由 102 學年 71.25%上升至 103 學年的 76.79%，小四由 102 學年 72%上升至 103 學年的 75%。在一系列口腔保健衛教宣導後，學童之口腔保健態度與知識有顯著進步。	未來將持續加強學童口腔保健行為與口腔衛生知識及推廣定期(每 6 個月)口腔檢查的習慣。



健康體位	體位過輕比率由 102 學年的 4.3% 稍升至 103 學年的 4.4%，而體位肥胖比率則由 102 學年的 15% 稍升至 103 學年的 15.5%。	持續健康體位系列體適能活動，對於過重者進行宣導教育，辦理體重控制班。與家長進行協調，瞭解過重對於學童的害處，減低執行阻力。
菸害防制	學生吸菸率為 0%。	持續辦理菸害防制宣導及教學活動
正確用藥	正確用藥五大能力之遵醫囑服藥率為 95.2%。學生家庭具有用藥諮詢電話比率 97.6%。	持續宣導正確用藥的五大核心能力並融入教學活動，透過各領域之教學而提升學生正確用藥知能，讓學生能有正確的知識，進而落實於日常生活中。
全民健保	全民健保正確認知率前測為 44.76%，後測提升至 91.90%；珍惜全民健保行為率前測為 57.54% 後測提升至 89.68%。	「全民健保」有關之教學與活動融入健康與體育課程教學，宣導全民健保的重要性，介紹健保 IC 卡及全民健保的使用方式，以及珍惜健保資源的觀念。
性教育	辦理性教育與愛滋病議題宣導，與孩子談青春期身體變化、長大的感覺、衛生棉使用方法、愛滋影片宣導等，提升學生、社區對此議題的瞭解，增進正向態度與知識。	
安全教育與急救	學生每日平均受傷人數從 102 學年度 85 人/日下降至 103 學年度 82.83 人/日，但總人次仍屬偏多。	學生受傷太多，需擬定計畫宣導，如傷病統計請護理師告知老師教導孩子受傷如何處理、設置危險區域警告標語、善用糾察隊維持秩序，禁止學生做出危險動作(設置滯留區)等。

成果照片



口腔保健宣導



全民健保暨正確用藥宣導



營養師進行營養教育



安全教育闖關活動



運動會健康促進宣導



樂樂足球班際競賽



視力保健宣導



性教育(含愛滋病防治)宣導



安全教育與急救宣導



體重控制班活動情形



週三進修正確用藥宣導



週三導師時間實施含氟漱口水潔牙