

新北市108學年度學校健康促進計畫書

108.8.29通過

校名：新北市立碧華國中

壹、依據：

- 一、教育部國教署108年7月2日臺教國署學字第1080071226號函辦理。
- 二、新北市政府教育局108年8月14日新北教體字第1081512987號函「新北市108學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

本計劃擬就整體學校衛生政策、菸害防治、口腔保健、視力保健及主議題健康體位，進行相關學校衛生工作，以達成以下目標：

- 1.建立永續經營、自主規劃之健康促進組織與團隊。
- 2.充實學生健康管理認知力，增進追求健康生活知能。
- 3.結合家長及社區資源網路，推動健康促進學校政策。
- 4.發展健康促進課程與教學，提升教師健康專業知能。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置、基本資料概況（學生數、班級數、教職員、家長社經背景）

本校位於新北市三重區東北角自強路底，緊臨淡水河畔，旁有重陽橋通往臺北市士林商區，鄰近更有高速公路、臺北橋、環河快速道路、二重疏洪道。

民國六十六年，為因應三重地區人口遽增，本校奉准設立，為三重區第四所國中。目前班級數共四十二班，資優資源班三班、不分類資源班二班、補校三班及幼兒園二班，學生人數約一千零四十名、教職員工約一百四十人。

本校符合單親(15.73%)、新住民(11.14%)、隔代教養(2.81%)、清寒家庭(19.85%)、身障家庭(8.15%)之一的學生數達393人，佔全校總學生數36.8%。本校家長多為雙薪族群、藍領階級，投注在孩子的時間較少，家庭衛生教育的效能不彰。

二、以重點議題～（健康體位）六大範疇進行 SWOT 分析

六大範疇	S 優勢（校內）	W 劣勢（校內）	O 機會（校外）	T 威脅（校外）
學校衛生政策	1. 成立健康促	學校須推動的業	家長會支持與參	家長對健康議題

	進推動委員會，推動各項健康促進議題。 2. 擬定計畫並列入學校行事曆中，讓校內教師預作準備。 3. 在校喝足白開水政策。 4. 教師家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策。 5. 辦理全校性健康體位衛教宣導活動。 6. 成立體控班。	務眾多，健促議題易受忽視或遭遺漏。	與學校衛生委員會，並協助推廣健康促進議題宣導。	的重要性認識不足，未能將政策完全落實到學生生活。
學校物質環境	1. 學校便器符合部頒標準，並有廁所管理辦法及記錄。 2. 飲水設備充足，定期濾心更換與水質檢測，並定期清洗水塔。	1. 室內運動場館空間較為缺乏。 2. 學生數下降，空教室多，學校設備易被破壞。 3. 校舍老舊、損壞，維修改善經費爭	鄰近河堤公園，可供學校舉辦大型活動及供學生課後多項活動。	學校鄰近夜市、小吃街，高糖分、高熱量食品取得容易。

	3. 操場活動空間大。 4. 遷校工程超前進度，可改善校園活動環境。 5. 合作社不售含糖飲料、高油脂食品。	取不易。 4. 校園開放，環境設施維護不易。		
學校社會環境	1. 透過獎勵，舉辦各項活動，提高健康促進成效。 2. 大部分學生家長皆能尊重與配合學校政策推行。	1. 大部分學生生於雙薪家庭，家長皆忙於生計，疏於對子女的照顧。 2. 單親家庭與隔代教養比例偏高，需要老師多加關懷。	家長會熱切關心學校各項事務且給予支持與幫助。	少子化趨勢，學區學齡人口減少。
健康生活技能教學及活動	1. 教師教學生活化，將議題與學生生活經驗結合。 2. 教師參與校內相關研習、進修。 3. 鼓勵教師參與校外研習、種子教	1. 健教相關議題未能與其他領域教學結合。 2. 非考試科目且無立即影響，學生較不重視。 3. 健體領域課程非學測考	1. 結合外部資源辦理衛教宣導。 2. 午餐廠商聘有營養師可提供營養教育。	1. 社區居民多為藍領階級，居民普遍缺乏健康促進的相關知識。

	師培訓。	試科目，可能遭配課或挪用。		
社區關係	1. 利用家長日、校慶加強宣導各項健康促進政策。 2. 辦理各項講座與家長交流。 3. 整合愛心志工與家長會力量協助計畫推動。	社區共識與學校無法有效結合，將保健觀念從學校推廣至社區。	1. 社區人士積極熱心、互動佳、協助學校校務推展成效高。 2. 成立志工大隊，協助校內推行各項活動。	專業資源的提供有限，如何找尋替代利用方案是一大問題。
健康服務	1. 護理師資深又深具愛心，經驗豐富。 2. 學生定期檢測並追蹤體適能。 3. 各項體格缺點學生皆能列冊管理，進行相關衛生教育，並能告知家長，轉介至醫療院所，進行矯治追蹤工作。	1. 學生眾多，恐無法同時兼顧學生需求 2. 保健諮詢服務需與輔導室整合。 3. 師生體適能檢測可能需要大批人力資源。	今年學校訂為健康年，因此校方積極要求有成果。	家長對健促的概念不足，成為推動時較難掌握的部份。

三、以107學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

105～107學年度視力不良％統計表（國中適用）

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下
七年級							71.10%	71%	73.40%	71.20%	74.60%	76.40%
八年級							73.50%	72.40%	72.20%	72%	72.90%	82.10%
九年級							71.20%	74.80%	76.50%	75.30%	74.10%	81.30%
全校							72%	72.90%	74.20%	73%	73.80%	80%
惡化％							-1.39%	0.81%	2.07%	1.95%	0.7%	10%

107學年度待矯治（新增）齲齒％統計表（國中適用）

	101上	102上	103上	104上	105上	106上	107上
七年級					29.34	9.5	13.04

105～107學年度健康體位～過輕％統計表（各年級適用）

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下
七年級							7.60%	4.40%	3.07%	3.60%	7.54%	6.09%
八年級							5.94%	4.58%	6.73%	5.26%	5.37%	3.58%
九年級							6.81%	6.36%	7.99%	5.72%	7.87%	5.56%
國中平均							6.78%	5.11%	5.93%	4.86%	6.93%	5.08%

105～107學年度健康體位～體位適中％統計表（各年級適用）

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下
七年級							58.19%	61.29%	55.50%	54.76%	56.81%	57.68%
八年級							65.07%	64.53%	64.33%	63.45%	55.24%	56.27%
九年級							62.64%	59.43%	62.56%	62.47%	60.06%	60.82%
國中平均							61.97%	61.75%	60.80%	60.23%	57.37%	58.26%

105～107學年度健康體位～過重％統計表（各年級適用）

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下
七年級							14.33%	16.72%	14.07%	14.14%	13.62%	13.62%
八年級							11.87%	13.27%	11.40%	13.74%	14.07%	14.83%
九年級							10.55%	12.50%	12.56%	12.81%	14.58%	12.87%

國中 平均							12.25%	14.16%	12.68%	13.56%	14.09%	13.77%
----------	--	--	--	--	--	--	--------	--------	--------	--------	--------	--------

105~107學年度健康體位~超重%統計表（各年級適用）

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下	107上	107下
七年級							19.88%	17.60%	27.37%	27.51%	22.03%	22.61%
八年級							17.12%	17.62%	17.54%	17.54%	25.32%	25.32%
九年級							20.00%	21.71%	16.90%	18.99%	17.49%	20.76%
國中 平均							19.00%	18.98%	20.60%	21.35%	21.61%	22.90%

（請依據107學年度健康資訊系統資料填寫）

項目	指 標	本校	本市	全國	達成指標情形
視力 保健	裸視視力 不良率		國小47.36%	國小44.79%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		73.88	國中77.24%	國中73.48%	
			高中81.69%	高中83.25%	
	視力不良 複檢率		國小94.84%	國小91.43%	☒ 符合全國指標以上 ☐ 低於全國指標尚需努力
		99.25	國中89.81%	國中84.16%	
			高中46.96%	高中42.98%	
口腔 保健	學生初檢齲 齒率〈一、 四、七、十 年級〉		國小42.19%	國小42.16%	☒ 符合全國指標以下 ☐ 高於全國指標尚需努力
			國小35.64%	國小36.43%	
		13.04	國中28.22%	國中27.33%	
			高中34.27%	高中28.24%	
	學生齲齒就 醫矯治率 〈一、四、 七、十年 級〉		國小94.48%	國小88.57%	☒ 符合全國指標以上 ☐ 低於全國指標尚需努力
			國小92.84%	國小86.24%	
		97.78	國中88.56%	國中80.08%	
			高中48.58%	高中36.43%	
健康 體位	學生體位 過輕率		國小7.30%	國小7.87%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		6.72	國中6.41%	國中6.55%	
			高中8.94%	高中8.88%	
	學生體位 適中率		國小65.24%	國小64.51%	☐ 符合全國指標以上 ☒ 低於全國指標尚需努力
		57.56	國中62.86%	國中62.82%	
			高中59.52%	高中60.57%	

	學生體位 過重率		國小13.05%	國小12.95%	☐ 符合全國指標以下 ☒ 高於全國指標尚需努力
		14.18	國中13.04%	國中12.91%	
			高中13.52%	高中13.25%	
	學生體位 超重率		國小14.41%	國小14.68%	☐ 符合全國指標以上 ☒ 高於全國指標尚需努力
		21.55	國中17.69%	國中17.72%	
			高中18.02%	高中17.30%	

肆、健康促進學校議題：

一、教育部重視學生健康，下列議題列為必選：

國中：健康體位(含營養教育)、菸檳防制、性教育(含愛滋病防治)

故各校於108學年度就未達全國指標者，擇一列為學校重點議題，可於下列必選議題中以■標示之；已達者也請至少擇一議題辦理。

國中：☐口腔保健 ☒健康體位(含營養教育) ☒性教育(含愛滋病防治)

☒菸檳防制 ☐全民健保(含正確用藥)

二、自選議題：(請自行勾選至少一項，以■標示之)

國中：☒視力保健 ☐藥物濫用防制 ☐安全急救教育 ☐心理衛生

☐傳染病防治

伍之一、實施策略及內容：

108學年度擇定之重點議題～(健康體位)寫策略

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 成立衛生保健推動委員會，定期召開會議，制定學校衛生政策 2. 營養午餐實施辦法訂定及推動 3. 教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作獎勵政策 4. 朝會辦理學校性健康體位衛	健康體位	學務處	教務處	108.8~109.6

	教宣導活動 5. 配合 SH150政策，下課淨空教室，讓學生下課走出戶外放鬆 6. 推動全校每週分年級分時段健走跑步跳繩運動 7. 進行健康促進前、後測，以確實了解學童行為之成果 8. 鼓勵喝足白開水。				
學校物質環境	1. 飲用水定期水質檢測及提供充份飲水設備。 2. 充足水龍頭、洗手台配置。 3. 定期檢修校園運動器材及場地。 4. 午餐供餐制定少油少糖少鹽飲食 5. 合作社健康飲食海報的張貼及不販售含糖飲料、高油脂食品。.	健康體位	學務處	總務處	108.8~ 109.6
學校社會環境	1. 成立學生運動性社團如柔道網球籃球田徑等 2. 成立教師健康社團，聯絡同仁情誼 3. 針對就醫困難、經濟弱勢或有特殊需求的學生提供適當的協助與關懷 4. 健康體位、健康飲食情境佈置 5. 落實三級輔導工作，營造友	健康體位	學務處	總務處	108.9~ 109.6

	善的校園環境 6. 幸福早餐券調查與發放 7. 午餐補助				
健康生活 技能教學 及活動	1. 辦理師生 CPR 研習 2. 結合校本課程健康促進議題 融入健康教育課程 3. 結合其他課程融入健康體位 議題 4. 落實「課間活動」，強化生 活健康行為 5. 辦理七、八年級創意舞蹈比 賽 6. 辦理七、八年級拔河比賽 7. 辦理七、八年級跳繩比賽 8. 辦理2000M 班級大隊接力競 賽 9. 九年級健走路跑活動 10. 辦理健康飲食宣導。 11. 七年級愛滋衛教入班宣導	健康體位	學務處	教務處	108.8~ 109.6
社區關係	1. 辦理校慶活動結合健康促進 觀念宣導，增強師生、家長 及社區互動、認同、支持與 合作 2. 於家長日宣導健促議題，增 加家長保健知能 3. 健康促進網站的設置 4. 開放校園運動場，提供社區 民眾運動環境 5. 每月於聯絡簿上黏貼保健小 叮嚀，增進家長保健觀念	健康體位	學務處	輔導處 總務處	108.8~ 109.6

	6. 辦理親職研習，提升保健知能 7. 利用學校刊物、公佈欄及電子看板傳播健康資訊，提高家長關心度及參與感				
健康服務	1. 每學期實施學生健康檢查建立資料檔案，給予諮詢服務建立健康觀念 2. 需缺點矯治發給通知單請家長帶學童至醫院複檢，並確實回收複檢回條，以便後續追蹤治療 3. 安排教職員工健檢 4. 安排七八年級女生子宮頸疫苗及全校流感疫苗注射 5. 辦理新生尿液及健康檢查	健康體位	學務處	輔導處	108.8~ 109.6

伍之二、實施策略及內容：

108學年度擇定之自選議題～（視力保健）寫策略

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 宣導教育部重要政策 2. 規範手機及使用管理辦法 3. 結合 SH150鼓勵戶外活動	視力保健	學務處	教務處	108.8~ 109.6
學校物質環境	1. 加裝教室窗簾調整教室光線。 2. 更換教室內老舊燈管並汰換省電燈泡。 3. 每學期照度檢測一次	視力保健	總務處	學務處	108.8~ 109.6
學校社會	1. 未能就醫診療學生之協助	視力保健	學務處	總務處	108.8~

環境	2. 視力保健情境佈置				109.6
健康生活 技能教學 及活動	1. 視力保健融入健教課程 2. 多媒教學不可全面關燈 3. 辦理戶外活動動態課程	視力保健	教務處	總務處	108.8~ 109.6
社區關係	1. 開放校園，鼓勵社區民眾運動 2. 家長日運動會與家長保健知能觀念溝通 3. 聯絡簿黏貼健康小叮嚀	視力保健	學務處	總務處 輔導處	108.8~ 109.6
健康服務	1. 每學期健康檢查一次 2. 視力異常學生落實回診矯治 3. 高度近視學生個案管理及家長知能輔導	視力保健	學務處	總務處	108.8~ 109.6

陸、學校衛生委員會組織表

職稱	本職	姓名	任務執掌
主任委員	校長	林建成	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
社區組	家長會長	賴明德	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	學務主任	李偉成	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務主任	許富美	各項健康促進議題融入多元課程教學，培育學生健康知能
執行秘書	衛生組長	林唯斯	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。

			4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
設備組 委員	總務主任	黃何歲	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備（如洗手設備、衛生器材的維護及修繕…等）
輔導組 委員	輔導主任	張世珍	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組 委員	護理師	許巧芬 詹蕙瑛	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。 4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。 6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。 7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組 委員	健康科任	黃士軒	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能、使學生、家長實踐健康

18	辦理體能檢測		●	●	●	●							
19	回收健康自主管理卡	●	●										
20	全校教職員工暨幼兒園施打流感疫苗				●								
21	八年級人類乳突疫苗接種			●									
22	2000M班級大隊接力					●							
23	校慶暨社區運動會					●							
24	健康飲食宣導					●							
25	七、八年級創意舞蹈比賽					●							
26	七年級愛滋衛教入班宣導				●								
27	七、八年級跳繩比賽							●	●				
28	七、八年級拔河比賽									●	●		
29	九年健康路跑活動										●		
30	資料分析檢討與改善			●	●				●	●			
31	行動研究成果報告												●

捌、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉

必 選 議 題		
推動議題	成效指標說明（成效指標計算公式如附件一） 請寫上107學年度數據	學校自我預期成效評估 108學年度達成率以修正1%為 預期目標（務必填寫）
視力保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率。 107-1 73.8% 107-2 80.1%	1、79.1%
	2. 裸視篩檢視力不良惡化率。 107-1 0.7% 107-2 10.1%	2、9.1%
	3. 視力不良學生複檢率。 107-1 99.37% 107-2 98.95%	3、99%
	4. 定期就醫追蹤率。98% 下列請填問卷執行後測成效	4、99%
	5. 規律用眼3010達成率。55%	5、57%
	6. 天天戶外活動120達成率。53%	6、55%
	7. 下課教室淨空率。（重點年級）70%	7、72%
	8. 3C 小於2小時達成率。（國中高中職填寫）50%	8、52%
	9. 高度近視>500度個案管理率。 共 187 人/列管 187 人/列管 100%	9、共180人/列管180人/

	10. 高危險群體個案管理率。 (國中高中職請列管>300度學生) 應列管455人/實際列管455人/列管 100% 11. 未就醫追蹤關懷達成率。 未就醫 5 人/追蹤達成 5 人/ 100 % 12. 高度近視高危險群衛生教育宣導達成率。100 %	列管100% 10、應列管450人/實際列管450人/列管100% 11、未就醫4人/追蹤達成4人/100 % 12、 100 %
口腔保健	1. 學生未治療齲齒率。13.04% 2. 學生齲齒複檢診治率。97.78% 3. 低年級第一大白齒窩溝封填施作率(國小填寫)。 4. 學生午餐後搭配>1000含氟牙膏潔牙率20%。 5. 學生睡前潔牙率89%。： 6. 高年級以上使用牙線潔牙率39%。 7. 在校不吃零食率50%。： 8. 在校不喝含糖飲料率70%。 9. 含氟漱口水使用率(國小) 10. 學生早餐後潔牙率30%。 11. 學生午餐餐後潔牙率35%。 12. 學生使用貝氏刷牙法比率50%。	1、13% 2、98% 4、25% 5、90% 6、40% 7、45% 8、75% 9、 10、31% 11、38% 12、52%
健康體位	1. 體位過輕率。107-1 6.93% 107-2 5.08% 2. 體位適中率。107-1 57.37% 107-2 58.26% 3. 體位過重率。107-1 14.09% 107-2 13.77% 4. 體位超重率。107-1 21.61% 107-2 22.90% 5. 每天吃早餐達成率%。 6. 學生符合85210原則達成率(以下分述)： (1) 學生每天睡足8小時達成率。60% (2) 學生每天午餐理想蔬菜量(1拳半)達成率50% (3) 每天3C產品使用時間少於2小時平均達成率45% (4) 學生目標運動量平均達成率%。(運動420/週) 40% (5) 學生喝足白開水目標平均達成率56% (每日喝足白開水、體重每公斤*30CC)。 (6) 在校零含糖飲料%(與口腔保健第8.9點相同)	1、4.08% 2、59.26% 3、12.77% 4、21.9% 5、 6-1、61% 6-2、51% 6-3、46% 6-4、43% 6-5、58% 6-6、75%

菸檳防制	1. 學生吸菸率1%(及吸菸學生人數10)。 2. 學生使用電子煙人數6及使用率0.5%。 3. 學生參與菸害教育率100%。 4. 校園二手菸曝露率10%。 5. 吸菸學生參與戒菸教育率100%。 6. 菸害衛教種子教師人數。3人 7. 學生參與檳害教育率。100% 8. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。無學生嚼食檳榔	1、1%/8人 2、5人/ 0.4% 3、100% 4、9% 5、100% 6、3人 7、100% 8、無學生嚼食檳榔
全民健保 (含正確用藥)	1. 對全民健保有正確認知比率。75% 2. 珍惜全民健保行為比率。75% 3. 遵醫囑服藥率。86% 4. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示。85% 5. 不過量使用止痛藥比率。89%	1、76% 2、76% 3、87% 4、86% 5、90%
性教育 (含愛滋病防治)	1. 性知識正確率 80% 2. 性態度正向率 79% 3. 接納愛滋感染者比率 79% 4. 危險知覺比率 74% 5. 拒絕性行為效能比率 72% 6. 負責任的性行為：請參考附件（高中職填寫）	1. 81% 2. 80% 3. 80% 4、75% 5. 73%
藥物濫用 防制	1. 辦理藥物濫用防制宣導至少1場次。	1、2場次
安全教育 與急救	1. 國小五年級以上學生參加 CPR+AED 教育訓練課程比率 100% 2. 教職員參加 CPR+AED 教育訓練課程比率95% 3. 成立急救（衛生）隊培訓 10%。 4. 辦理學校職業安全工作宣導場次 1次/年 5. 學校通過 AED 安心場所認證最近日期 108/08/30	1、100% 2、95%。 3、10% 4、1場次 5、108/08/30
心理健康	1. 辦理心理健康宣導場次 1次/學年 2. 辦理自殺防治宣導場次 1次/學年	1. 2次/學年 2. 2次/學年

	3. 辦理性別平等宣導場次 1次/學年 4. 辦理防制霸凌宣導場次 1次/學年	3. 2次/學年 4. 2次/學年
傳染病 防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少1次/學期 2. 每週執行漂白水環境消毒一次 15%	1. 1場次。 2. 30%

玖、經費概算表：(表格請自行延伸)

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
水瓶	瓶	20	210	4100	多喝水班級用
海報輸出	式			5000	校園布置用
獎品	式			9900	SH150, 體控班
雜支				1000	
合計	20000元整				

承辦人：

護理師：

單位主管：

主計：

校長：

附件一

一、計畫格式

文字字型為標楷體、12號大小，行距為固定行高、22pt、上下左右各2cm。

二、計畫經費編列

1. 一般學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限6,000元(納入年度預算)。
2. 增能工作坊學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限2萬元(上學期4,000元+下學期1萬元+6,000元納入年度預算)。
3. 總召集中心及中心學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限6萬元(上學期2萬+下學期3萬4,000元+6,000元納入年度預算)。
4. 示範學校提報健康促進學校推動計畫補助款最高補助上限5萬元(上學期2萬+下學期2萬4,000元+6,000元納入年度預算)。
5. 補助項目：如附件1支用項目說明，不足款及其他項目由學校自籌。
6. 108學年度各議題宣導講座或活動至少各1場次。

三、108學年度全市學校成效預期具體指標

(一) 部訂指標項目

議題	指標名稱	預期成效	定義	收集方式及工具
視力保健	全體裸視視力不良率	下降1%	1. 裸視篩檢受檢學生：係指能接受視力篩檢者。 2. 裸視篩檢視力不良學生：係指裸視篩檢結果，受檢學生的裸眼視力任一眼 ≤ 0.8 者。 3. 全體裸視視力不良率=【裸視篩檢視力不良學生數/裸視篩檢受檢學生數】 $\times 100\%$	1. 學校以E字視力表進行視力篩檢之結果。 2. 教育部學生健康資訊管理系統資料。 3. 每學期需進行篩檢一次
	裸視篩檢視力不良惡化率	<7%	裸視篩檢視力不良惡化率=『本年度二至六年級個別之裸視視力不良率』分別減去『上年度一至五年級之裸視視力不良率』之平均數	同上
	裸視篩檢視力不良就醫複檢率(簡稱複檢率)	國小95% 國中90% 高中75%	1. 裸視篩檢視力不良就醫複檢學生：係指裸視篩檢視力不良學生至眼科醫師處複檢者。 2. 裸視篩檢視力不良就醫複檢率=【裸視篩檢視力不良有就醫複檢	1. 資料搜集工具為「裸視篩檢視力不良就醫通知單」。 2. 學生取得寒暑假就醫紀錄或是學校視

			的學生人數 / 裸視篩檢視力不良學生人數】×100%。	力檢查前後一個月之就醫紀錄可做為複診紀錄。
	定期就醫追蹤率	85%	定期就醫追蹤=【定期就醫追蹤學生人數 / 視力異常學生人數】×100%	學校衛生護理人員輔導定期回診矯治狀況，統計時需當學期至少完成一次就醫追蹤。
口腔保健	學生未治療齲齒率	下降1%	一、四、七年級【受檢學生未治療齲齒人數】/【受檢人數】×100%	健檢資料
	學生複檢齲齒診治率	95%	一、四、七年級【至合格牙科醫療院所就診的學生人數】/【經口腔診斷檢查結果為齲齒的學生人數】×100%	學校調查
	學生第一大白齒窩溝封填施作率（國小）	50%	一年級已達第一大白齒施作標準之學童『有施作第一大白齒窩溝封填人數』 / 『符合標準學生人數』×100%	健檢資料
健康體位	學生體位過輕率	下降0.5%	【體位過輕學生數】/【受檢人數】×100%	健檢資料 （可配合健康自主管理網七小福問卷，配合醫師追蹤需求，每學年追蹤2-3次）
	學生體位適中率	增加0.5%	【體位適中學生數】/【受檢人數】×100%	
	學生體位過重率	下降0.5%	【體位過重學生數】/【受檢人數】×100%	
	學生體位肥胖率	下降0.5%	【體位肥胖學生數】/【受檢人數】×100%	
菸檳防制	無菸校園率	100%	無菸校園：指校內全面禁菸，不論教職員工生或是家長、廠商、社區民眾，進入校園皆不可吸菸。 無菸校園率：【無菸校園數】/【學校總數】×100%	全市調查，國小、國中、高中職分別計算
	無檳校園率	100%	無檳校園：指校內全面禁檳，不論教職員工生或是家長、廠商、社區民眾，進入校園皆不可嚼食檳榔。 無檳校園率：【無檳校園數】/【學校總數】×100%	全市調查，國小、國中、高中職分別計算

(二) 地方特色指標項目

議題	指標名稱	預期成效	定義	收集方式	收集工具
視力保健	規律用眼3010達成率(國中小)	65%	【本學年度參與護眼行動之教學活動並能實踐規律用眼(3010)人數】/【全校總人數】×100%	1. 設計「太陽日記卡」貼在聯絡簿上每天自行記錄一週用眼與戶外活動行為，由學生自填，導師和家長查核真實性並指導計分。 2. 學校須設計對應之宣導活動及督促、獎勵措施。 3. 融入教學計畫及生活教育常規作息中加以宣導。 4. 以抽樣對象之記錄結果做前後測比較。	1.太陽日記卡，計算方式詳見使用說明。 2.訪視委員現場查核
	天天戶外活動120(國中、小)	65%	【本學年度每天戶外活動(每節下課走出去+課程戶外化+課後戶外活動)時間達到120分鐘之人數】/【學生總人數】×100%	1. 發動班級導師指導學生以班級自治方式互相提醒護眼行動。 2. 設計「太陽日記卡」貼在聯絡簿上每天自行記錄一週用眼與戶外活動行為，由學生自填，導師和家長查核真實性並指導計分。	太陽日記卡
	下課淨空率	85%	1.課間下課時間落實下課教室淨空，鼓勵學童戶外活動，如雨天也可鼓勵至走廊玄關，減少近距離用眼，增加戶外活動時間，防護事項如上。 2.【每節下課教室有90%以上的學童至教室外的斑級數】/【行動研究班級數】×100%	教師於下課時間，鼓勵學童至教室外活動，並可關門關燈節能減碳，建議戶外活動場所輪值教師於觀察學童活動情形，並以注意事項予以輔導。	1.太陽日記卡，計算方式詳見使用說明。 2.訪視委員現場查核
	3C小於1達成率～國小 3C小於2達成率～國中高中職	70%	根據衛生福利部國民健康署建議3C產品加註警語行政指導原則：未滿2歲幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時。	以太陽日記卡的下方兩題問題請家長協助學童作答。	太陽日記卡，計算方式詳見使用說明。

	高度近視個案管理達成率	85%	【高度近視接受管理之學生數】/【全校近視高度近視學生總人數】×100%	藉由視力不良複診單回條醫師診診斷為近視，並註明屈光度數之資料。	視力不良複診單
	高危險群體個案管理達成率	85%	【高危險群接受管理之學生數】/【全校近視高危險群學生總人數】×100%	藉由視力不良複診單回條醫師診診斷為近視，並註明屈光度數之資料。	視力不良複診單
	未就醫追蹤關懷達成率	85%	【指導未就醫之視力不良學生數】/【視力不良未就醫學生總人數】×100%	1. 未繳回複診單或是逕自非眼科醫師確診的複診單為分母。 2. 接受高度近視影片或相關衛生教育單張宣導之學生為分子。	學校指導紀錄
	高危險群衛生教育宣導達成率	85%	每學期應針對長效散瞳劑與角膜塑型片使用之學童或家長進行至少一次衛生教育宣導	1. 衛生教育宣導應以學童或家長為主。 2. 必要時應針對學校老師進行近視控制與治療之教育需導。	學校活動紀錄
口腔保健	學生午餐餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率	60%	【學生午餐餐後潔牙人數】/【學生總人數】	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
	學生睡前潔牙比率	60%	【睡前潔牙之學生數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
	國小高年級以上學生每日至少使用一次牙線比率	50%	【國小高年級以上學生每天使用至少一次牙線之學生數】/【國小高年級以上學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
	學生在校不吃零食比率	60%	【學生在學校不吃零食之學生數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
	學生在校不喝含糖飲料比率	80%	【學生在學校不喝含糖飲料之學生數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
	學生每日平均刷牙次數	2次以上	【學生每日刷牙次數總數】/【學生總人數】	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷

	學生使用貝氏刷牙法比率	80%	【學生使用貝氏刷牙法刷牙人數】/【學生總人數】	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統口腔保健問卷
健康體位	學生喝足白開水目標平均達成率	75%	【達到每天多喝水(每天喝足體重*30cc 的白開水)目標之學生數】/【學生總人數】×100%	1.一、二年級：運用快樂長高變聰明魔法集點卡每天登錄一次，三個月養成習慣後，每週登錄一次，或計畫前後（避開考試週）追蹤一次。 2.三年級以上：運用健康自主管理網七小福及新北市健促網路問卷系統。	1.快樂長高變聰明魔法集點卡 2.可配合健康自主管理網七小福進行追蹤
	學生睡足8小時比率	80%	【達到每天睡足8小時目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	同上
	學生目標運動量平均達成率	80%	一般學生： 【達到每週累積 210 分鐘運動量目標之學生數】/【學生總人數】×100% 過重、肥胖學生： 【達到每週累積 420 分鐘運動量目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	1.快樂長高變聰明魔法集點卡 2.可配合健康自主管理網七小福進行追蹤 www.ym.edu.tw/active/aid 進行追蹤
	學生在校午餐理想蔬菜量（1拳半）達成率	85%	【達到每天在校午餐蔬菜一拳半目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	1.快樂長高變聰明魔法集點卡 2.可配合健康自主管理網七小福進行追蹤
	學生限制看銀幕久坐時間目標平均達成率：國小3C 每天少於1小時、國高中職3C 每天少於2小時	60%	【達到每天國小3C 每天少於1小時、國高中職3C 每天少於2小時目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	同上

	學生每天吃早餐達成率	90%	【達到每天吃早餐目標之學生數】/【學生總人數】×100%	同上	同上
菸檳 防制	學生吸菸率	下降至2%	【學生過去30天曾經吸菸人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	學生電子煙使用率	下降至2%	【學生過去30天曾經使用電子煙人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	學生參與菸害教育率	100%	【過去一年中，在學校曾經上過有關「吸菸」危害健康課程人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	校園二手菸暴露率	10%	【過去7日在校時有人在面前吸菸的學生數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
	吸菸學生參與戒菸率	100%	參與戒菸：指「吸菸學生」曾參加學校戒菸班、戒菸輔導，或參加校外醫療院所、衛生單位辦理之戒菸教育活動(含戒菸班、戒菸專線、戒菸門診、戒菸網站等) 【吸菸學生參與戒菸人數】/【吸菸學生人數】×100%	學校調查	
	學生嚼食檳榔率	下降至1%	【學生過去30天曾經嚼食檳榔人數】/【學生總人數】×100%	委請班級導師使用協助調查班級嚼檳狀況，並由學校彙整後，填寫全校嚼檳情形統計表。	1. 學校嚼檳調查表。 2. 全校嚼檳情形統計表。 3. HPS 檳榔防制問卷
	學生參與檳害教育率	100%	【過去一年中，在學校曾經上過有關檳榔危害健康課程人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統菸檳害防制問卷
全民 健保	對全民健保有正確認知比率	65%	【平均每人答對題數】/【總題數(5題)】*100%	新北市健促網路問卷系統填答	全民健保問卷
	珍惜全民健保行為比率	65%	【回答「經常」或「總是」珍惜健保行為的人數】/【學生總人數】*100%	新北市健促網路問卷系統填答	全民健保問卷
性教育 〈含	性知識正確率	75%	【性知識滿分的學生人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	性教育問卷

愛滋病防治教育	性態度正向率	80%	【性態度總平均達3.5之人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	性教育問卷
	接納愛滋感染者比率	80%	以選擇「我願意和感染愛滋病毒的人一起上學」中「同意+非常同意」者	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	危險知覺比率	85%	【勾選「同意」與「非常同意」之人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	拒絕性行為效能比率	80%	【勾選「100%能做到」之人數】/【受測學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
	負責任的性行為(高中職)	80%	延後第一次性行為發生時間(高中職):【曾發生性行為者第一次發生性行為時年齡平均值】	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統性教育問卷
		50%	增加性行為過程中防護措施使用次數(高中職):【曾發生性行為者在發生性行為時,每次全程正確使用保險套人數】/【曾發生性行為人數】×100%		
正確用藥	遵醫囑服藥率	65%	【遵醫囑服藥人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷
	不過量使用止痛藥比率	50%	【不過量使用止痛藥人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷
	使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率	75%	【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】/【學生總人數】×100%	新北市健促網路問卷系統填答	新北市健促網路問卷系統正確用藥問卷