# 桃園市 108 學年度「健康促進學校」評分表

**學校名稱：**__桃園市立文昌國民中學___

**健康促進學校願景：**（欄位請自行增加）

1. 藉由各項健康促進活動參與促進個人及群體健康。
2. 建構友善且合適的健康促進學校環境。
3. 製定合適的健康促進學校計畫並執行妥當。
4. 整合健康與體育領域教師教材教法資源，融入健康教學範疇。

**健康促進學校特色：**（欄位請自行增加）

1. 行政及教學團隊年輕化，具活力。
2. 學生素質佳配合程度高，較容易掌握執行進度。
3. 健康與體育領域教師專業度佳，設計教材全面且新穎，能與網際網路影音平台結合，增加學生學習動機。
4. 社區資源能大量挹注，帶給推行健康促進正向機會。

## 壹、評價指標（30 分）：

| 評價項目 | | 評價結果 | |
|---|---|---|---|
| | | 自評分數 | 複核分數 |
| 學校衛生政策<br>4 分 | 1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。（2 分） | □0 □1 ■2 | |
| | 1-1-2 學校衛生委員會（或類似委員會）設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| 學校物質環境<br>4 分 | 1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。（2 分） | □0 □1 ■2 | |
| | 1-2-2 訂定飲用水設備**及照明系統**管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、**照明設備檢核紀錄**等)(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| 學校社會環境<br>6 分 | 1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2 分) | □0 □1 ■2 | |

| 評價項目 | | 評價結果 | |
|---|---|---|---|
| | | 自評分數 | 複核分數 |
| 社區關係<br>4 分 | 1-4-1 學校每學年積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。（2 分） | □0 □1 ■2 | |
| | 1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。（如：健康體位、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| 健康教學與活動<br>4 分 | 1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，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。健康教育授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每 2 學年至少參加學校衛生相關研習 18 小時專業在職進修。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| 健康服務<br>8 分 | 1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)建置個案管理**，並分別擬定生活照護要點，持續關懷，掌握病情做成紀錄。**(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2 分) | □0 □1 ■2 | |
| | 1-6-4 學生接受健康檢查完成率達 100%。(2 分)<br>(達 100%為 2 分、95.0~99.9 為 1 分、低於 95 為 0 分) | □0 ■1 □2 | |
| | 合計（30 分） | 29 | |

## 貳、成效指標（52 分）：請檢附佐證資料

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|---|---|---|---|
| **視力保健** | | | |
| 2-1-1 **裸視篩檢**視力不良**就醫複檢**率=A÷B×100%（3 分） | A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】=776<br>B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】= 878<br>**裸視篩檢**視力不良**就醫複檢**率=88.38% | □3（96%以上）<br>□2（91-95%）<br>■1（85-90%） | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
| --- | --- | --- | --- |
| 2-1-2 學生視力保健行動平均達成率<br>=A÷B×100%（3 分） | A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘視力保健行動目標之學生數】=978<br>B【受調查人數】=1138<br>**學生視力保健行動平均達成率=85.9%** | □3（96%以上）<br>□2（91-95%）<br>■1（85-90%） | |
| 2-1-3 **下課淨空率**<br>= A÷B×100%（2 分） | A【每節下課有 90%以上的學童至教室外的班級數】=40<br>B【施測班級數】=43<br>**下課淨空率=93%** | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%） | |
| 2-1-4 學生戶外活動 120 達成率<br>=A÷B×100%<br>（2 分） | A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計 2 小時之學生數】=922<br>B【受調查人數】=1138<br>**學生戶外活動 120 達成率=81%** | □2（91%以上）<br>■1（81-90%） | |
| **口腔衛生** | | | |
| 2-2-1 學生**複診**齲齒**診治**率<br>=A÷B×100%（3 分） | A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=136<br>B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=148<br>**學生複診齲齒診治率=91.8%** | □3（96%以上）<br>■2（91-95%）<br>□1（85-90%） | |
| 2-2-2 推動午餐潔牙活動（1 分） | | ■1（有）<br>□0（無） | |
| 2-2-3 **學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率**<br>=A÷B×100%（2 分） | A【**午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000PPM)潔牙學生數**】=541<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=47.5%** | □2（91%以上）<br>□1（81-90%） | |
| 2-2-4 **學生睡前潔牙比率**=<br>A÷B×100%（2 分） | A【睡前潔牙學生數】=1118<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生睡前潔牙比率=98%** | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%） | |
| 2-2-5 **學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率**=<br>A÷B×100%（1 分） | A【**學生在學校兩餐間不喝含糖飲料**學生數】=923<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=81.1%** | ■1（80%以上）<br>□0 | |
| 2-2-6 **學生每日至少使用一次牙線比率**<br>=A÷B×100%（1 分） | A【**每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)**】=221<br>B【受調查人數】=1138<br>**學生每日至少使用一次牙線比率=19.4%** | □1（80%以上）<br>□0 | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|---|---|---|---|
| **健康體位** | | | |
| 2-3-1 學生體位適中(正常)比率= A÷B×100%（3 分） | A【學生體位適中人數】=766<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生體位適中(正常)比率=65%** | ■3（60%以上）<br>□2（55-59.99%）<br>□1（54%以下） | |
| 2-3-2 學生體位不良比率= A÷B×100% | A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=372<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生體位不良比率=35%** | | |
| 2-3-3 學生目標運動量平均達成率= A÷B×100%（3 分） | A【達到每周累積 210 分鐘運動量目標之學生數】=927<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生目標運動量平均達成率=81.4%** | □3（91%以上）<br>■2（81-90%）<br>□1（80%以下） | |
| 2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= A÷B×100%（2 分） | A【達到每天五蔬果目標之學生數】=938<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生理想蔬果量平均達成率=84.6%** | □2（91%以上）<br>■1（81-90%） | |
| 2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= A÷B×100%（2 分） | A【達到每天吃早餐目標之學生數】=1039<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生每天吃早餐平均達成率=91%** | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%） | |
| 2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= A÷B×100%（2 分） | A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=962<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生多喝水目標平均達成率=84.5%** | □2（91%以上）<br>■1（81-90%） | |
| **菸害防制** | | | |
| 2-4-1 學生吸菸率= A÷B×100%（2 分） | 係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。 | | |
| | A【學生吸菸人數】=0<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生吸菸率=0%** | ■2（0%）<br>□1（0.1~1%）<br>□0（1%以上） | |
| 2-4-2 學生**參與菸害教育**率= A÷B×100%（2 分） | A【**曾經上過有關菸害防制教育課程**學生數】=1138<br>B【學生總人數】=1138<br>學生**參與菸害教育**率=100% | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%） | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
| --- | --- | --- | --- |
| 2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率=<br>A÷B×100%（2 分） | A【吸菸學生參與戒菸教育人數】=0<br>B【吸菸學生人數】=0<br>**吸菸學生參與戒菸教育率=0%** | ■2（100%或吸菸率為 0%者）<br>□1（96~99%）<br>□0（95%以下） | |
| 2-4-4 學生電子煙使用率=<br>A÷B×100%（1 分） | A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】=0<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生電子煙使用率=0%** | ■1（0%）<br>□0（0.1%以上） | |
| 2-4-5 校園二手菸暴露率=<br>A÷B×100%（1 分） | A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】=0<br>B【學生總人數】=1138<br>**校園二手菸暴露率=0%** | ■1（0%）<br>□0（0.1%以上） | |
| **檳榔防制** | | | |
| 2-5-1 學生嚼檳榔人數 | 係指過去 30 天內曾經嚼檳榔學生數=0 | | |
| 2-5-2 學生嚼檳榔率<br>A÷B×100%（1 分） | A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】=0<br>B【學生總人數】=1138<br>**學生嚼檳榔率=0%** | ■1（0%）<br>□0（0.1%以上） | |
| 2-5-3 學生參與檳榔教育率=<br>A÷B×100%（1 分） | A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=1138<br>B【學生總人數】=1138<br>學生參與檳榔教育率=100% | ■1（80%以上）<br>□0 | |
| **正確用藥教育** | | | |
| 2-6-1遵醫囑服藥率 = A÷B×100%（1分） | A【遵醫囑服藥人數】=1021<br>B【受調查人數】=1138<br>**遵醫囑服藥率=89.7%** | ■1（91%以上）<br>□0（90%以下） | |
| 2-6-2不過量使用止痛藥比率 =<br>A÷B×100%（1分） | A【不過量使用止痛藥人數】=1120<br>B【受調查人數】=1138<br>**不過量使用止痛藥比率= 98.4%** | ■1（91%以上）<br>□0（90%以下） | |
| 2-6-3使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =<br>A÷B×100%（2分） | A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】=1043<br>B【受調查人數】=1138<br>**使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =91.6%** | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%）<br>□0（80%以下） | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
| --- | --- | --- | --- |
| 2-6-4學生**參與正確用藥教育率**比率 = A÷B×100%（2分） | A【**曾經上過有關正確用藥教育課程**學生數】=1138<br>B【學生總人數】=1138<br>學生**參與正確用藥教育率**=100% | ■2（91%以上）<br>□1（81-90%）<br>□0（80%以下） | |
| **性教育(含愛滋病防治)** | | | |
| 2-7-1 學生**性教育課程參與率**= A÷B×100%（1 分） | A【**曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程**學生數】=1138<br>B【學生總人數】=1138<br>學生**性教育課程參與率=100%** | ■1（80%以上）<br>□0 | |
| 2-7-2 宣導活動（1 分） | 推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次 | ■1（1 場以上）<br>□0 | |
| **全民健保教育** | | | |
| 2-8-1 宣導活動（1 分） | 推動宣導活動場次 | ■1（1 場以上）<br>□0 | |
| 2-8-2 學生**參與全民健保教育率**= A÷B×100%（1 分） | A【**曾經上過有關全民健保教育課程**學生數】=1138<br>B【學生總人數】=1138<br>學生**參與全民健保教育率**=100% | ■1（80%以上）<br>□0 | |
| | 合計（52 分） | 40 | |

**※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/下載使用。**

## 參、其他(18 分)：

| 指標名稱 | 內容 | 自評分數 | 複核分數 |
|---|---|---|---|
| 校本特色<br>(活動及成效)<br>(10 分) | 1. 推動每週一日蔬食餐，全校訂餐率 99%，每月召開午餐會議，為學生營養把關，學生理想蔬果量平均達成率 82%，<br>2. 推動餐後潔牙<br>3. 舉辦健康促進書法比賽，提升學生對健康知識的認知<br>4. 辦理視力保健行動研究，提升師生視力保健知能<br>5. 辦理多種運動競賽，鼓勵學生運動<br>6. 定期舉辦各類演講，增進學生對健康促進的了解與重視 | 10 | |
| 推動前後成效評價<br>(3 分) | ■視力保健 □口腔衛生 □健康體位<br>□反菸拒檳 □性教育 □正確用藥<br>□全民健保教育<br>(請檢附行動研究成果) | 3 | |
| 特殊貢獻(5 分) | 5 分：國際認證或教育部辦理之健促競賽(成效評價報告、教學模組、競賽等)<br>5 分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」<br>3 分：其他(協力學校等)<br>1 分：待輔導學校「成效提升」 | | |
| | 合計（18 分） | 13 | |

| 自評總分 | 82 | 複核總分 | | 評分表總分 100 分 |
|---|---|---|---|---|

| | |
|---|---|
| 訪視意見 | （由訪視委員填寫） |

**承辦人：　　主任：　　校長：**

**伍、活動紀錄：**

| 成果照片 | | |
|---|---|---|
| **評價指標/學校衛生政策** | | |
| <br>健促成員開會 | <br>健促成員開會 | <br>健促成員開會 |
| **評價指標/學校物質環境** | | |
| <br>持續改善廁所環境 | <br>定期清洗水塔 | <br>定期更換濾心 |

| 評價指標/學校社會環境 | | |
|---|---|---|
| <br>辦理班級體育競賽<br>鼓勵學生運動 | <br>教師運動社團 | <br>教師 CPR 研習 |
| **評價指標/社區關係** | | |
| <br><br>至國小進行課業指導 | <br><br>技藝教育與社區居民同樂 | <br>邀請衛生所人員衛教宣導 |
| **評價指標/健康教學與活動** | | |

<table>
<tr>
<td> <br>學生 CPR 教學</td>
<td>
<br>七年級性平闖關活動</td>
<td>
<br>性別教育闖關活動</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="3">評價指標/健康服務</td>
</tr>
<tr>
<td> <br>學生健康檢查</td>
<td> <br>衛教宣導</td>
<td> <br>流感疫苗注射</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="3">成效指標/視力保健</td>
</tr>
</table>

<table>
<tr>
<td>

視力保健講座</td>
<td>

視力保健週</td>
<td>
視力保健入班宣導</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="3">成效指標/口腔衛生</td>
</tr>
<tr>
<td>
口腔衛生講座</td>
<td>
學生午間潔牙</td>
<td>
教師口腔教育研習</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="3">成效指標/健康體位</td>
</tr>
</table>

| | | |
|---|---|---|
| <br>體適能講座 | <br>營養講座 | <br>辦理多項學生競賽<br>提倡運動 |
| **成效指標/菸害及檳榔防制** | | |
| <br>菸害防制入班宣導 | <br><br>抗菸布條懸掛 | <br>檳榔防制入班宣導 |
| **成效指標/正確用藥** | | |

正確用藥入班宣導

宣導海報張貼

正確用藥入班宣導

**成效指標/性教育**

性平愛滋講座

性平愛滋講座

性平闖關活動

**成效指標/全民健保**

全民健保入班宣導

宣導海報張貼

宣導海報張貼

| | |
|---|---|
| **活動感想** | 1.透過各項課程、宣導並經由導師的提醒，讓學生們更加能重視到自己的身體健康的重要性，感覺下課時間出來活動的學生變多了，這是一個正面的現象。<br><br>2.透過行動研究進行運動及護眼活動的執行，學生們不但更加重視自己的視力保健，也透過體能活動習慣的養成，擁有視力保健的相關知識並讓眼睛得到休息。<br><br>3.學校在健康飲食宣導、營養師精心設計午餐、午餐廠商用心料理少油少鹽少糖多纖維的健康營養午餐及適當的多元運動下，希望學生們可以持續養成好習慣。<br><br>4.對於性教育的部分，透過各項宣導，讓學生除了能了解自身的身體結構發展與他人互動的身體界線，進而保護自己與尊重他人，每個人除了能擁有好體格，也應擁有尊重他人的好品格。 |