

桃園市 109 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：大有國中

健康促進學校願景：「健康、活力、科技、進步」

健康促進學校特色：

1. 組織健康促進工作團隊，溝通協調並能推廣落實計畫。
2. 健康促進學校議題融入校內各項活動，如教室佈置、法治小劇場、國語文競賽、藝文比賽、班週會、運動會、親師座談會，多元進行議題宣導，增進學生、家長與社區民眾參與。
3. 營造表現各種健康行為的環境，也辦理各類班際活動與競賽，提供多元表現機會。
4. 提供全校教職員生健康服務，促進其健康知能，增進健康行為，建立健康生活型態。

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 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	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	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
4 分	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)		
學校 社會 環境	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	
社區 關係	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	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	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) (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)		30	

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= $A \div B \times 100\%$ （3 分）	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】=798 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】= 807 <u>裸視篩檢視力不良就醫複檢率=98.88%</u>	☒ 3（96%以上） ☐ 2（91-95%） ☐ 1（85-90%）	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 $=A \div B \times 100\%$ （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】=2729 B【受調查人數】=2759 <u>學生視力保健行動平均達成率=98.91%</u> *註：因疫情 109 學年度未進行問卷，以 106-108 學年度統計平均為依據。	☒ 3（96%以上） ☐ 2（91-95%） ☐ 1（85-90%）	
2-1-3 下課淨空率 $=A \div B \times 100\%$ （2 分）	A【每節下課有 90%以上的學童至教室外的班級數】=3 B【施測班級數】=3 <u>下課淨空率=100%</u>	☒ 2（91%以上） ☐ 1（81-90%）	
2-1-4 學生戶外活動 120 達成率 $=A \div B \times 100\%$ （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】=2578 B【受調查人數】=2759 <u>學生戶外活動 120 達成率=93.44%</u> 註：因疫情 109 學年度不及進行問卷，以 106-108 學年度統計平均為依據。	☒ 2（91%以上） ☐ 1（81-90%）	
口腔衛生			
2-2-1 學生複診齲齒診治率 $=A \div B \times 100\%$ （3 分）	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=89 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=95 <u>學生複診齲齒診治率=93.68%</u>	☐ 3（96%以上） ☒ 2（91-95%） ☐ 1（85-90%）	
2-2-2 推動午餐潔牙活動（1 分）		☒ 1（有） ☐ 0（無）	
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 $=A \div B \times 100\%$ （2 分）	A【午餐後搭配含氟牙膏（超過 1000PPM）潔牙學生數】=1688 B【學生總人數】=2820 <u>學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=59.86%</u> 註：因疫情 109 學年度不及進行問卷，以 106-108 學年度統計平均為依據。106 學年度僅 4.37%，逐年上升為 92.15%、97.28%，推廣效果佳。	☐ 2（91%以上） ☐ 1（81-90%）	
2-2-4 學生睡前潔牙比率 $=A \div B \times 100\%$ （2 分）	A【睡前潔牙學生數】=2710 B【學生總人數】=2820 <u>學生睡前潔牙比率=96.10%</u> 註：因疫情 109 學年度不及進行問卷，以 106-108 學年度統計平均為依據。	☒ 2（91%以上） ☐ 1（81-90%）	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-5 <u>學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】 =2400 B【學生總人數】=2820 <u>學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率</u> =85.11% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
2-2-6 <u>學生每日至少使用一次牙線比率</u> = $A \div B \times 100\%$ (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)】=2485 B【受調查人數】=2759 <u>學生每日至少使用一次牙線比率</u> =90.07% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】=707 B【學生總人數】=1059 <u>學生體位適中(正常)比率</u> =66.76%	☒ 3 (60%以上) ☐ 2 (55-59.99%) ☐ 1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=352 B【學生總人數】=1059 <u>學生體位不良比率</u> =33.23%		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=2673 B【學生總人數】=2820 <u>學生目標運動量平均達成率</u> =94.79% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 3 (91%以上) ☐ 2 (81-90%) ☐ 1 (80%以下)	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】=2540 B【學生總人數】=2820 <u>學生理想蔬果量平均達成率</u> =90.07% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】=2615 B【學生總人數】=2820 <u>學生每天吃早餐平均達成率</u> =92.73% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=2656 B【學生總人數】=2820 <u>學生多喝水目標平均達成率</u> =94.18% 註：因疫情109學年度不及進行問卷，以106-108學年度統計平均為依據。	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (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 B【學生總人數】=1059 學生吸菸率=0	☒ 2 (0%) ☐ 1 (0.1~1%) ☐ 0 (1%以上)	
2-4-2 學生 <u>參與菸害教育</u> 率= $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【 <u>曾經上過有關於菸害防制教育課程</u> 學生數】=1047 B【學生總人數】=1059 學生 <u>參與菸害教育</u> 率=98.87%	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81~90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸 <u>教育</u> 率= $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【吸菸學生參與戒菸 <u>教育</u> 人數】=12 B【吸菸學生人數】=12 吸菸學生參與戒菸 <u>教育</u> 率=100%	☒ 2 (100%或吸菸率為 0%者) ☐ 1 (96~99%) ☐ 0 (95%以下)	
2-4-4 <u>學生電子煙使用</u> 率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【 <u>過去 30 日曾經使用電子煙</u> 學生數】=12 B【學生總人數】=1059 學生電子煙使用率=1.13%	☐ 1 (0%) ☒ 0 (0.1%以上)	
2-4-5 <u>校園二手菸暴露</u> 率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【 <u>過去 7 日校園內有人在面前吸菸</u> 學生數】=0 B【學生總人數】=1059 校園二手菸暴露率=0	☒ 1 (0%) ☐ 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 $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=1059 學生嚼檳榔率=0	☒ 1 (0%) ☐ 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生 <u>參與檳榔教育</u> 率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【 <u>曾經上過有關檳榔防制教育課程</u> 學生數】=1047 B【學生總人數】=1059 學生 <u>參與檳榔教育</u> 率=98.87%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
正確用藥教育			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-6-1遵醫囑服藥率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥人數】 B【受調查人數】 遵醫囑服藥率=93.33%	☒ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-2不過量使用止痛藥比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【不過量使用止痛藥人數】 B【受調查人數】 不過量使用止痛藥比率= 100%	☒ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-3使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】 B【受調查人數】 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =100%	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
2-6-4學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】 B【學生總人數】 學生參與正確用藥教育率=98.87%	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 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= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程學生數】 B【學生總人數】 學生性教育課程參與率=98.87%	☒ 1 (80%以上) ☐ 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) ☐ 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) ☒ 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=1047 B【學生總人數】=1059 學生參與全民健保教育率=98.87%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
	合計 (52 分)	47	

※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(最高採計 18 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
校本特色 (活動及成效) (7 分)	A. 校本特色 一、在學校衛生政策方面 1. 擬定每學年健促計畫，行政團隊分工合作，對於計畫執行能力佳。 2. 定期檢視、修正、再加強。 3. 視力保健行動研究。 二、在學校物質環境方面 1. 班班設置飲水機，全校共計 69 台飲水機，提供足夠的大小便器及洗手設備。設置籃球場、排球場、桌球室、操場與活動中心，提供師生充足安全、健康運動環境。 2. 提供營養午餐。 3. 善用各種資源與藝文比賽成果進行環境佈置。 4. 學生配戴智慧手環。 三、在學校社會環境方面 1. 訂定品格護照制度，鼓勵學生健康行為發生。 2. 志工家長積極參與學校活動。 3. 辦理多樣化的健康促進活動。 四、在社區關係方面 1. 辦理社區暨學校聯合運動會、親職教育日等增加社區民眾與家長參與，推廣健康促進知能。 2. 結合衛生單位或地方團體辦理健康促進活動。 3. 善用學校周圍環境，促進健康行為發生。 五、在健康教學與活動方面 1. 班班為智慧教室，老師普遍能夠善加利用教學資源。為藝文特色認證學校，能辦理多項健康促進學校宣導活動。 2. 重視各領域專業教學，各科領域教師充足，專科授課，例如：健體教師共計 11 名。	7	

	3. 設計多元體育課程並規劃各類型體育賽事，增進學習興趣及獲得成就感。 六、在健康服務方面 1. 辦理教職員生健康檢查，積極追蹤矯正。 2. 成立健康促進增能班，如高度近視宣導班、體位控制班，協助管理班級學生健康問題。 3. 健康中心設備完善，約 22 坪，充分發揮健康中心功能。 B 健促相關活動 1. 辦理智慧校園，學生配戴智慧手環，瞭解每日步數、心跳率、睡眠資料。 2. 辦理健康營養午餐專欄比賽、健康促進學校海報比賽、營養教育書法比賽。 3. 辦理教職員工健康促進活動，規劃整學年羽球、籃球、排球等計畫。 4. 每學期辦理學生健康檢查，並追蹤矯正。 5. 辦理多項體育競賽活動：七年級健康操比賽、八年級啦啦隊比賽、各項球類競賽（羽球、桌球、籃球班際及個人賽及三對三鬥牛賽、排球友誼賽）、學校社區聯合運動大會（拔河、田徑、趣味競賽）。 6. 健促議題融入各科教學。 7. 辦理晨間運動。 8. 辦理多場次班週會、朝會宣導。 9. 成立健康促進班，進行特定團體衛教宣導，如體位控制班、視力保健班。		
--	--	--	--

C. 健促成效-視力保健行動研究

變項 名稱	前測 值	後測 值	t 值	結果簡述
視力 保健 「知 識」	67.82	90.36	12.14***	經過課程介入後，學生在視力保健知識上後測較前測進步許多，且達顯著差異。
視力 保健 「行 為」	2.07	2.41	6.06***	學生在視力保健行為落實的頻率在「有時做到」與「經常做到」之間，經過課程介入後，「全時配鏡」行為已達到「經常做到」，且在「中斷用眼」行為表現上達顯著差異。

1. 在「控度防盲」方面：藉由給家長文宣、學生課程介入，以及視力矯治回條的催繳，增進正確知能並落實就醫行為，配合醫囑延緩度數增加，並能確實回診，如有配鏡能做到「全時配鏡」減少用眼壓力。
2. 在「戶外活動」方面：除配合本校課程實施，應再加入戶外 120 指標紀錄，適當給予回饋、獎勵，督促學生確實執行。
3. 在「間斷用眼」方面：增進教師視力保健相關知能，使其願意在課程中增加「間斷用眼」的機會，也留意學生閱讀、書寫的姿勢。學生、家長方面增加其高度近視風險的知能，落實配合四電少於 2、用眼 3010 的方針。

推動前後成效評價 (3 分)	■視力保健						3	
	研究對象	人	指標	前測	後測	t 值		
	7 年 5 班	29	知識正確率	67.93	90.00	8.83***		
	7 年 9 班	27	知識正確率	67.69	90.77	8.20***		
	7 年 5 班	29	行為達成率	2.09	2.56	5.64***		
	7 年 9 班	27	行為達成率	2.04	2.23	3.05***		
	1. 視力保健知識前後測達顯著差異，課程介入後行為達成率也更高。 2. 從問卷調查「知識」層面來看，控度防盲的觀念較為不足的，課程介入後，「全時配鏡」在前後測發生頻率差異最大，顯示「控度防盲」的行為最容易改變與執行。 3. 「戶外活動」護眼行為的發生率在前測為最高，顯示戶外活動對於國中生是比較容易執行的護眼行動。							
特殊貢獻(8 分)	8 分：參與國際認證並獲獎 5 分：參與教育部辦理之健促競賽(成效評價報告、教學模組、競賽等) 5 分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」 5 分：參與本市重點宣導計畫(見備註二，請檢附佐證資料) 3 分：協力學校、待輔導學校「成效提升」-數據低於全國或全市平均							
	合計 (18 分)						10	

自評總分	87	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：

衛生組 林家鈺

主任：

學務處主任 王大旭

校長：

大有國民中學代理校長 陳新文

備註：

一、特優：90 分以上 優等：85 分以上 優良：80 分以上

二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。

自評總分	87	複核總分		評分表總分100分
評閱意見	(由初評委員填寫)			

承辦人：黃金林家利 主任：黃錦王大地 校長：張明成陳新文

備註：

- 一、特優：90分以上 優等：85分以上 優良：80分以上
- 二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸癮危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一擇詳)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸計畫、自行辦理戒菸班擇一擇詳)。

肆、活動紀錄：

活動照片		
		
健促計畫校務會議通過	智慧手環配戴	辦理健促藝文比賽
		
教師防疫知能宣導	性平宣導	營養教育宣導
		
健康教育課程	教師研習	健促推廣活動



創意進場



接力



拔河



毛毛蟲



火戰車



袋鼠跳



七年級桌球賽



八年級羽球班際賽



班際籃球賽



師生籃球賽



體驗活動



教師體能團



教師羽球



健康促進-體位控制班



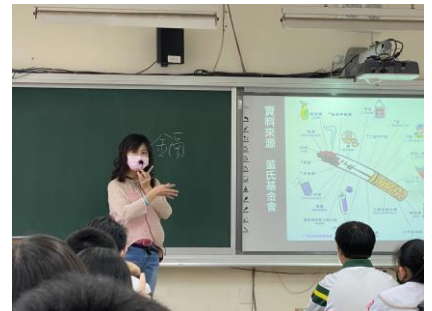
健康促進-體位控制班



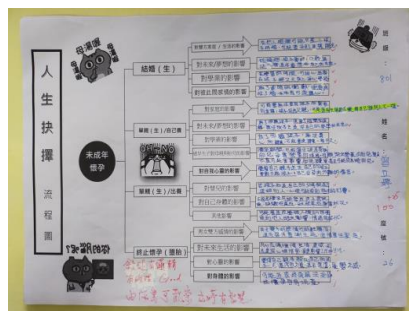
健康促進-視力保健班



健康促進-視力保健班



健促融入教學-菸害



健促融入教學-性教育



健促融入教學-急救



健促融入教學-健康體位



健促融入教學-多元體育



健促融入教學-多元體育



健促融入教學-多元體育



健促融入教學-增加戶外授課

新生健康檢查

流感疫苗施打

活動感想

透過多年的耕耘，現在所有健促活動已成為學校既定行事曆中的一項，各處室權責分明、積極協辦，學務處「春暉專案」「友善校園」可搭配健促「菸害防治」，輔導室的「性別平等教育」「家庭教育」就與健促「性教育」議題能夠資源共享，總務處的「午餐小組」提供健促議題「健康體位」上很多資源及人力配合。

今年持續進行視力保健的行動研究，在認知及行為上均達顯著差異。而且只要有班際球類、體育競賽時，校園各戶外角落、活動中心都有許多學生揮汗練習，放學後也會相約運動增進體能，相信學校多元規劃各項球類、體育活動，課堂間多利用本校優美校園環境的各角落進行，讓「視力保健」和「健康體位」相輔相成。

健促議題也融入教室佈置比賽、國語文競賽、藝文比賽、法治小劇場等，進行多元宣導，在教學上則能將議題融入課程中，增進學生健康知能，也能針對特殊健康需求族群，成立健康促進班，如體位控制班、高度近視控制班，或是成立小團體提供個別健康服務等。藉由提供安全健康環境，高關懷健康服務介入，營造健康環境以促使健康行為發生且持續增強，我想這就是健康促進學校的最終理想—健康生活型態。

