

屏東縣 112 學年度學校健康促進計畫書

112 年 8 月 29 日經校務會議通過

校名：屏東縣立東港高級中學

壹、依據：

- 一、學校衛生法第十九條規定及學校衛生法施行細則第十四條規定辦理。
- 二、學生健康檢查實施辦法第八條第一項規定辦理。
- 三、屏東縣政府教育處 112 年 07 月 26 日屏府教前字第 11250583100 號函「屏東縣 112 學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

- 一、建立學校健康促進組織與團隊，凝聚集體共識，並發展有效的策略及計畫。
- 二、增進師生健康促進觀念，應用健康生活實踐策略，培養健康生活習慣。
- 三、提升校園的健康服務，從學生健康資料的建立，掌握健康資料及關心學生健康情形，有效提高視力、體位及口腔不良學生的轉介與矯治。
- 四、利用教學活動、課程，使學生習得正確健康促進技巧，並實踐於日常生活中。並針對視力保健加強宣導，以增加遠視度數儲備。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置

本校位於東港鎮內，東邊有小型社區兒童公園、西邊與舊鎮公所、鎮代表會相鄰、北面與社區住宅相鄰、南面是共和社區，並有教學醫院輔英醫院。本校創校於民國 11 年，自 99 學年改制為完全中學，校地面積 47026 平方公尺。

二、基本資料概況（學生數、班級數（含幼兒園）、教職員、家長社經背景）含弱勢學生%

教職員人數 182 人，國中部 38 班，學生總人數 1059 人，高中部 21 班，學生數 618 人。低收入戶、隔代教養、新住民等社經弱勢家庭占全校 41%。家長社經背景為漁、工、商居多，父母大多為出外工作之雙薪家庭，親子相處時間較少，隔代教養家庭也多，學生因家長忙於生計，以致於學生放學後有多數往補習班、或居家玩手遊或上網之靜態生活模式，孩子健康生活習慣的養成明顯不足，本校為縣府指定「視力保健」校群，更需積極推動視力保健。（本校無幼兒園）

三、以 111 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析：

109~110 學年度視力不良%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	61.65	63.3	69.21	68.97	62.23	65.53
八年級	66.74	70.5	66.91	66.17	68.40	69.31
九年級	66.67	68.7	72.79	72.51	69.73	70.97
國中平均	65.17	67.6	69.75	69.33	67.11	68.82
惡化%	5.1	4.8	5.66	2.44	1.01	2.57
屏東縣國中不良%	63.03		63.31		61.24	
全國國中不良%	73.63		73.61		73.10	

十年級	79.17	75.8	79.81	71.15	73.56	73.91
十一年級	80.47	79.1	76.38	76.50	72.20	73.17
十二年級	86.67	88.8	81.99	82.08	75.50	77.11
高中職平均	82.36	81.6	79.45	76.61	73.74	74.71
惡化%	-0.08	3.25	-0.64	1.84	-4.25	1.32
屏東縣高中不良%	73.37		72.20		67.54	
全國高中不良%	83.13		83.46		82.84	

109~111 學年度度待矯治齲齒%統計表 (完中適用)

	109 上	110 上	111 上
七年級	13.80	19.70	13.98
屏東縣七年級	27.19	21.67	23.00
全國七年級	22.75	21.41	19.41
十年級	47.21	10.58	24.88
屏東縣十年級	36.10	14.24	17.45
全國十年級	27.11	24.18	22.30

109~111 學年度健康體位~體位過輕%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	4.6	3.9	5.20	3.45	8.00	6.52
八年級	5.3	5.5	5.90	5.91	5.90	4.22
九年級	7.3	7.7	7.70	6.19	9.70	9.41
國中均	5.8	5.8	6.30	5.22	7.90	6.73
屏東縣國中	6.48		6.47		7.05	
全國國中	7.45		7.67		8.00	
十年級	7.1	7.1	9.60	8.17	9.10	7.25
十一年級	6.5	5.1	10.00	8.50	9.80	9.27
十二年級	5.0	8.7	7.10	7.5	12.50	10.95
高中職平均	6.1	7.0	8.90	8.06	10.40	9.14
屏東縣高中	8.00		8.07		7.11	
全國高中	10.41		11.09		11.56	

109~111 學年度健康體位~體位適中%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	61.5	61.4	55.90	58.62	55.70	59.32
八年級	56.7	57.4	60.60	62.07	59.30	60.79
九年級	62.7	60.4	57.40	57.96	58.20	59.16
國中平均	60.3	59.7	57.90	59.49	57.90	59.79
屏東縣國中	58.52		57.10		58.69	
全國國中	62.68		61.12		61.80	
十年級	61.9	61.6	62.50	59.13	54.80	56.52

十一年級	54.0	53.5	60.00	58.00	59.50	61.95
十二年級	58.1	59.8	50.20	52.36	55.00	59.70
高中職平均	57.9	58.3	57.50	56.45	56.40	59.38
屏東縣高中	57.74		57.62		58.41	
全國高中	59.80		58.62		58.55	

109~111 學年度健康體位~體位過重%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	12.6	14.0	14.80	15.52	15.50	14.60
八年級	16.3	14.3	13.30	13.05	11.60	12.16
九年級	10.5	12.5	12.80	13.05	12.90	11.63
國中平均	13.0	13.5	13.60	13.84	13.20	12.67
屏東縣國中	13.28		13.71		12.72	
全國國中	12.57		12.89		12.35	
十年級	16.2	15.7	13.90	18.75	15.90	15.94
十一年級	12.6	15.3	15.00	16.50	17.10	13.17
十二年級	16.2	14.5	16.60	14.62	15.50	16.92
高中職平均	15.0	15.1	15.20	16.61	16.20	15.33
屏東縣高中	13.84		14.82		15.67	
全國高中	12.72		12.87		12.65	

109~111 學年度健康體位~體位肥胖%統計表

	109 上	109 下	110 上	110 下	111 上	111 下
七年級	21.3	20.7	24.10	22.41	20.70	19.57
八年級	21.8	22.9	20.20	18.97	23.20	22.83
九年級	19.0	19.6	22.10	22.79	19.30	19.80
國中平均	20.8	21.0	22.10	21.44	21.10	20.81
屏東縣國中	21.72		22.71		21.53	
全國國中	17.30		18.32		17.85	
十年級	14.7	15.7	13.90	13.94	20.20	20.29
十一年級	27.	26.0	15.00	17.00	13.70	15.61
十二年級	20.7	17.0	26.10	25.47	17.00	12.44
高中職平均	21.0	19.6	18.40	18.87	17.00	16.15
屏東縣高中	20.42		19.49		18.81	
全國高中	17.07		17.43		17.24	

肆、屏東縣 111 學年度健康資訊系統資料

項目	指 標	本校	屏東縣	全國	達成指標情形
----	-----	----	-----	----	--------

視力保健	裸視視力不良率	67.11		國中 61.24%	國中 73.10%	<input type="checkbox"/> 高於全縣指標、優於全國指標尚需努力
		73.74		高中 67.54%	高中 82.84%	<input type="checkbox"/> 高於全縣指標、優於全國指標尚需努力
	裸視視力不良惡化率	1.01		國中 0.89%	國中 3.39%	<input type="checkbox"/> 高於全縣指標、優於全國指標尚需努力
		-4.25		高中 -3.18%	高中 -0.64%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
	視力不良複檢率	86.96		國中 92.65%	國中 82.30%	<input type="checkbox"/> 低於全縣指標、優於全國指標尚需努力
		70.13		高中 58.95%	高中 44.19%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以上
口腔保健	學生初檢齲齒率	七	13.98	國中 23.00%	國中 19.41%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下
		十	24.88	高中 17.45%	高中 22.30%	<input type="checkbox"/> 高於全縣全國指標尚需努力
	學生齲齒就醫矯治率	七	86.67	國中 91.39%	國中 79.64%	<input type="checkbox"/> 低於全縣指標、優於全國指標尚需努力
		十	72.55	高中 64.58%	高中 32.87%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以上
健康體位	學生體位過輕率	7.90		國中 7.05%	國中 8.00%	<input type="checkbox"/> 高於全縣指標、優於全國指標尚需努力
		10.40		高中 7.11%	高中 11.56%	<input type="checkbox"/> 高於全縣指標、優於全國指標尚需努力
	學生體位適中率	57.90		國中 58.69%	國中 61.80%	<input type="checkbox"/> 低於全縣全國指標尚需努力
		56.40		高中 58.41%	高中 58.55%	<input type="checkbox"/> 低於全縣全國指標尚需努力
	學生體位過重率	13.20		國中 12.72%	國中 12.35%	<input type="checkbox"/> 高於全縣全國指標尚需努力
		16.20		高中 15.67%	高中 12.65%	<input type="checkbox"/> 高於全縣全國指標尚需努力
	學生體位肥胖率	21.10		國中 21.53%	國中 17.85%	<input type="checkbox"/> 優於全縣指標、高於全國指標尚需努力
		17.00		高中 18.81%	高中 17.24%	<input type="checkbox"/> 符合全縣全國指標以下

伍、重點議題 SWOT 分析

下列舉例資料國中適用：

依據本校 111 學年度學生健康檢查統計分析：

- 1、視力不良率國中部 67.11%，高於屏東縣 61.24%，優於全國 73.10% 的平均值尚需努力。
視力不良率高中部 73.74%，高於屏東縣 67.54%，優於全國 82.84% 的平均值尚需努力。
視力不良惡化率國中部 1.01%，高於屏東縣 0.89%，優於全國 3.39% 的平均值尚需努力
視力不良惡化率高中部 4.25%，優於於屏東縣 3.18%，優於全國 0.64%。
- 2、齶齒分析上，七年級齶齒率為 13.98%，優於屏東縣 23.00%，優於全國 19.41% 的平均值。
齶齒分析上，十年級齶齒率為 24.88%，高於屏東縣 17.45%，高於全國 22.30% 的平均值尚需努力。
- 3、健康體位分析：
過輕國中部 7.90%，高於屏東縣 7.05%，優於全國 8.00% 的平均值尚需努力。
過輕高中部 10.40%，高於屏東縣 7.11%，優於全國 11.56% 的平均值尚需努力。
適中國中部 57.90%，低於屏東縣 58.69%，低於全國 61.89% 的平均值需積極改善。
適中高中部 56.40%，低於屏東縣 58.41%，低於全國 58.55% 的平均值需積極改善。
過重國中部 13.20%，高於屏東縣 12.72%，高於全國 12.35% 的平均值尚需努力。
過重高中部 16.20%，高於屏東縣 15.67%，高於全國 12.65% 的平均值尚需努力。
肥胖國中部 21.10%，優於屏東縣 21.53%，高於全國 17.85% 平均值尚需努力。
肥胖高中部 17.00%，優於屏東縣 18.81%，優於全國 17.24% 平均值。
- 4、112 學年度以視力為主議題（因是視力校群）、自選議題為健康體位。因高一齶齒 24.88% 仍高於屏東縣及全國平均值，故將強化口腔保健宣導、持續落實餐後潔牙，強化齶齒矯治，改善口腔衛生。

主議題（視力）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	大部分導師配合度高，利於視力保健康促進政策推動	學校各項活動多無法兼顧議題推動，視力保健議題宣導不易深入落實	家長會組織健全，能配合學校政策一同宣導，推動視力保健	雙薪家庭、單親及隔代教養家庭比例高，未能及時配合督促，影響視力保健政策推動成效。
學校物質環境	1. 總務處定期檢測教室內黑板及桌面照度，照護眼睛健康 2. 教室照明符合標準，維護適當用眼環境。	1. 學生人數多，校內活動空間有限，不利於每天戶外活動 120 達成。 2. 教室空間過小，無法達到距黑板 2 公尺，左右離牆 1 公尺，影響視野及頸椎。	1. 學校通學步道新增 ubike，可以鼓勵家長與學生假日騎腳踏車至鎮海公園，增加戶外活動 2. 開放校園運動場，學生及家長課後和假日到校活動增加。	學校社區住宅密度高，學生放學後較少出門活動不利於視力保健及每天戶外活動 120 之達成。
學校社會環境	學校社團較多元化且室外教學活	學生需面臨升學壓力，假日從事戶外	家長會贊助經費，鼓勵學生參	1. 升學優先的觀念，學生課後

	動多，學生活動量也可提升，有助於每天戶外活動 120 達成	活動機會少。不利於每日戶外活動 120 達成	與班級及校際運動比賽、戶外教學活動，利於視力保健。	補習活動多，學生長時間用眼機率增高。 2.3C 產品普及率高，學生居家使用時間過長，且家長未加以督促管理，進而影響學生體重、視力。
健康生活技能教學及活動	教師教師會適時將視力保健議題，利用相關課程，融入在課程活動中，帶領學生更理解視力保健的重要性，視力保健知能提升	1. 新興教育議題眾多，教師在融入教學時負擔大，學生用眼時間增加。 2. 健康知識易教，技能、情意和生活實踐容易被忽略健康素養培育尚需加強。 3. 現在教育部大力推動電腦教學，學生使用 3c 時間增長。	1. 學校旁邊為兒童公園，可提供學生於課後或假日進行健康休閒活動。 2. 部分家長會配合學校，懂得提醒孩子中斷近距離用眼時間。	1. 課業優先的觀念仍存在於許多家長的意識形態中，較不易得到家長支持和配合，因此易忽略視力保健的重要性
社區關係	1. 結合親師座談會辦理健康促進講座與活動，邀請家長參與。讓家長對視力保健有認知 2. 利用學校網頁、公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息，可吸引家長與社區民眾的關心	1. 部分家長因忙碌對學校辦理之健康促進活動參與度仍待加強。	學區內各項醫療資源積極協助學校推展衛生保健工作及視力保健宣導，有助於親師生對視力保健的知能提升	1. 社區健康觀念缺乏，較少辦理相關視力保健健康促進議題。較難全面推廣視力保健 2. 家長社經地位落差大，影響視力保健活動推行。
健康服務	護理師針對高度近視、高關懷學生、視力異常學	1. 健康議題繁多，視力不良學生多，導師及護理	1. 學校鄰近輔英醫院，及其他醫療院所診所，可	隔代教養及單親家庭比例日益增多，對於學生的

	生列冊管理，提供相關衛教，並辦理個案管理	師工作負擔日益加重。影響視力保健宣導成效	協助各項健檢、醫療、服務。可提升視力保健自我照護智能	健康檢查結果無法配合矯治，造成少數學生矯治的配合度低。不重視視力保健，易影響學生最佳診療時機
--	----------------------	----------------------	----------------------------	--

陸、健康促進學校議題：

一、主議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

（二）完中：主議題：

健康體位(含營養教育) 性教育(含愛滋病防治) 菸癮防制

視力保健

二、自選議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

（二）完中：■健康體位

柒之一、實施策略及內容：

112 學年度擇定之主議題～（視力）

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.成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策，定期召開會議。 2.宣導定期就醫來防盲。 3.宣導戶外活動防近視每天戶外活動120分。 4. 宣導中斷近距離用眼，遵守用眼3010原則。 5.宣導視力遠視度數儲備，預防近視觀念。 6. 規範手機及3C產品使用的管理辦法。 7. 辦理戶外活動動態課程。 8. 宣導每天使用3C點子產品每天不超過2小時。 9.推動正式課程戶外化 10.戶外活動會護眼（戴帽、太陽眼鏡） 11.落實下課關燈、淨空教室、師生至戶外活動	視力保健	學務處 衛生組 健康中心	教務處 輔導處 總務處 班級導師 健體科任	全年
學校物質環境	1.校園綠美化、營造適合戶外活動的環境。 2.每學期照度檢測一次。 桌面>500LUX。桌面需檢測9點	視力保健	總務處	學務處 輔導處	全年

	<p>粉板（黑板）檢測7點>750LUX</p> <p>3.不以白板教學代替粉板（黑板）。</p> <p>4.請適度關幾盞燈。</p> <p>5.宣導不使用反光桌墊</p> <p>6.定期更換座位</p> <p>7.第一排課桌前沿離粉板(或銀幕)2公尺、左右窗邊1公尺不安排座位</p>				
學校社會環境	<p>1.結合學校獎勵制度、勉勵持續視力保持良好、視力不良未惡化的同學</p> <p>2.視力保健情境佈置，營造學習氛圍的環境佈置。</p> <p>3.成立多種社團，鼓勵學生參與。</p> <p>4.照顧低收入戶及低成就學生，提供各類獎助學金，鼓勵師生關懷校園弱勢群體。</p> <p>5.辦理班際體育競賽，增進學生身心健康。</p> <p>6.教師自組籃球社、登山社，於公餘從事有益身心健康活動</p>	視力保健	學務處	教務處 輔導處	全年
健康生活技能教學及活動	<p>1.視力保健健康促進議題融入健康素養教育課程。</p> <p>2.邀請專家辦理教職員視力保健增能講座。</p> <p>3.多媒體教學不可全面關燈，學生要坐在明亮處。</p> <p>4.課後作業要有動態活動，減少電腦作業。</p> <p>5.書包不放椅子上，指導學生正確坐姿</p> <p>6.要培育學生健康生活技能，養成自主健康管理習慣、並融入家庭，全家一起來。</p>	視力保健	教務處	學務處 總務處	全年
社區關係	<p>1.結合班級群組，提供視力保健訊息。</p> <p>2.結合親師座談日、運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與提升視力保健知能。</p> <p>3.開放校園鼓勵社區民眾運動</p> <p>4.邀請專家辦理家長視力保健增能講座。</p> <p>5.結合補習班共同推動視力保健政策</p>	視力保健	學務處	輔導處 總務處	全年

	<p>6. 利用學校網頁、穿堂公佈欄、跑馬燈，宣導推動健康促進議題訊息。</p> <p>7. 學校與社區眼科醫師結盟，共同把持學生視力健康。</p>				
健康服務	<p>1. 健康資料建檔及管理。</p> <p>2. 視力異常學生列冊、提供轉介通知、落實轉診矯治。</p> <p>3. 視力不良學生落實醫囑矯治。</p> <p>4. 提供教職員工視力保健諮詢、關懷及輔導</p> <p>5. 出發現視力不良學生掌握改變用眼習慣，期待恢復正常視力</p> <p>6. 高度近視、高關懷學生家長知能輔導。</p>	視力保健	學務處 健康中心	教務處 輔導處 班級導師	全年

柒之二、實施策略及內容：112 學年度擇定之自選議題~ (健康體位)

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	<p>1. 成立學校衛生委員會，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策，並定期召開會議檢討改善。</p> <p>2. 成立學校午餐工作小組，並定期召開會議檢討改善。</p> <p>3. 健康促進計畫提請校務會議通過實施。</p> <p>4. 納入校務發展計畫，依據相關法令、政策、辦法，進行需求評估。</p> <p>5. 結合 SH150，戶外 120 目標。</p> <p>6. 訂定外食訂餐辦法，減少向外購飲料。</p> <p>7. 教師、家長不以含糖飲料、不提供甜食作為獎勵政策。</p> <p>8. 請營養師利用朝會來說明含糖飲料、加工食品等健康問題。</p> <p>9. 訂定在校零含糖、零甜食辦法。</p> <p>10. 每天身體活動至少 60 分。</p> <p>11. 在校喝白開水政策。</p> <p>12. 午餐時間宣導「蔬菜吃光光」政策</p>	健康體位	學務處 衛生委員會	各班導 總務處 教務處	全學年
學校物質環境	<p>1. 充足水龍頭、洗手台配置</p> <p>2. 各樓層設置飲水機，定期濾心更</p>	健康體位	總務處 學務處	健康中心 教務處	全學年

	<p>換與水質檢測，並定期清洗水塔。</p> <p>3. 營養午餐供餐合約制定依據教育部規定，油炸及勾芡每月不超 2 次。</p> <p>4. 使用有洞菜勺盛取食物，避免食用過多湯汁增加熱量。</p> <p>5. 午餐採用少油、少鹽、少糖料理，使餐飲符合規定。</p> <p>6. 提供安全環境、穿堂海報標示校園危險區域。</p> <p>7. 購置運動器材，提供健康教學使用。</p> <p>8. 充實健康中心設備，發揮健康中心的功用。</p> <p>9. 身高體重計定期校正。</p>				
學校社會環境	<p>1. 制定健康生活守則，班級公約，結合獎勵制度、勉勵持續保持體位適中、自主健康管理等良好行為學生。</p> <p>2. 對於弱勢，積極請導師申請午餐補助與關懷。</p> <p>3. 健康體位、健康飲食情境佈置。成立學生健康性動態社團，提供學生參與學校健康管理。成立熱舞社、排球社、籃球隊等，提供學生多元社團活動。</p> <p>5. 辦理班際體育競賽，鼓勵學生利用課餘時間運動。</p> <p>6. 需輔導學生結合專任輔導教師、心理師、社工及營養師之諮詢協助。</p> <p>7. 成立教師健康社團，聯絡同仁情誼。</p>	健康體位	學務處	健康中心 總務處 輔導處 各班導師	全學年
健康生活技能教學及活動	<p>1. 結合學校課程，規劃健康體位議題融入各領域教學課程。</p> <p>2. 實施素養導向、融入生活技能、跨領域之健康促進教學，包括課室內教學與校園活動。</p> <p>3. 安排教師進修健康體位增能研習，提供相關領域教材，以利進行</p>	健康體位	教務處 學務處	健康中心 總務處 輔導處 各班導師	全學年

	<p>課堂教學。</p> <p>4. 要培育學生健康生活技能，養成自主健康管理習慣。</p> <p>5. 跨領域課程融入健康體位議題。</p>				
社區關係	<p>1. 結合聯絡簿增進親師溝通，了解學生健康狀況。</p> <p>2. 結合家長日、親師懇談日、校慶運動會等，辦理健康促進活動，邀請家長參與及社區人士，增強師生，家長及社區互動。</p> <p>3. 邀請專家辦理健康體位議題增能講座。</p> <p>4. 結合社區醫療資源、民間公益團體、基金會，協助學校推動健康促進。</p> <p>5. 假日親子戶外活動推動。</p> <p>6. 開放校園鼓勵社區民眾運動。</p> <p>7. 指導學生健康生活技能融入家庭，親子一起培育自主健康管理習慣。</p> <p>8. 利用學校網頁、公佈欄，宣導推動健康促進議題訊息。</p> <p>9. 建立學校學區內社區網絡（商家結盟），避免提供含糖飲料與甜食維護體位健康。</p> <p>10. 補習班結盟，協助健康照護。</p>	健康體位	輔導處	學務處 教務處 總務處 健康中心	全學年
健康服務	<p>1. 每學期健康檢查、統計分析。</p> <p>2. 體位異常學生列冊管理，提供衛教、並辦理個案管理、追蹤輔導。</p> <p>3. 提供體位異常學生家長相關知能。</p> <p>4. 請體位過重、肥胖列冊管理的同學每月自主量測體重、腰圍、臀圍。</p>	健康體位	健康中心	學務處 各班導師 輔導處	全學年

捌、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	侯淑禎	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	陳凌毅	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	林怡芬	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	林家珠	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	劉美岑	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	郭文雄	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）
	營養師	林逸芬	1、膳食營養規劃與監督 2、健康飲食教育規劃與執行
輔導組委員	輔導主任	黃玉蘋	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	專業背景人員	未聘請	1、健康促進議題輔導 2、協助診療與諮詢。

			3、健康促進議題健康教學講座宣導。
	護理師	高嘉華 林怡廷	<ol style="list-style-type: none"> 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	張雅倫	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、家長實踐健康生活。
	班級導師	蔡瑞欣 楊燕萍 薛玫芳 許晏瑜 鄧昭群 林詠嘉	<ol style="list-style-type: none"> 1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。 5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
社區組	志工代表	陳凌毅	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表	洪翊倫	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

玖、策略執行干梯圖(其他執行項目請自行延伸)

編號	月份	年度	112年					113年							
			8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
1		召開學校衛生委員會議		●					●					●	
3		擬定及執行學年度學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
4		健康促進計畫經校務會議通過		●	●										
5		問卷前測與後測分析			●	●						●	●		
6		資料分析檢討與改善			●	●						●	●		
7		行動研究成果報告													●

拾、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111學年度數據	學校自我預期成效評估 * 112學年度達成率以修正1%為預期目標
視力保健	1. 學生裸視篩檢視力不良率。 國中：111-1 67.11% 111-2 68.82% 高中：111-1 73.74% 111-2 74.71%	1、國中：66.11% 高中：72.74%
	2. 裸視篩檢視力不良惡化率。 國中：111-1 1.01% 111-2 2.54% 高中：111-1 -4.25% 111-2 1.32%	2、國中：0.01% 高中：0%
	3. 視力不良學生複檢率。 國中：111-1 86.96% 111-2 69.63% 高中：111-1 70.13% 111-2 64.19%	3、國中：87.96% 高中：71.13%
	4. 定期就醫追蹤率。國中：52% 高中：40% 下列請填問卷執行後測成效	4、國中：53.00% 高中：41.00%
	5. 規律用眼3010達成率。 國中：79.10% 高中職：73.90%	5、國中：80.10% 高中：74.90%
	6. 天天戶外活動120達成率。 國中：61.60% 高中職：59.50%	6、國中：65.60% 高中：62.50%
	7. 下課教室淨空率。(大校重點年級) 國中：73.00% 高中職：55.20%	7、國中：78.00% 高中：60.20%
	8. 3C小於2小時達成率。(國中高中職填寫) 國中：29.90% 高中職：20.30%	8、國中：30.90% 高中：21.30%
	9. 高度近視個案管理率。 (任一眼：低年級≥300度者、小三以上≥500度者)。	9、國中：共58人/列管58人/ 列管100% 高中：共28人/列管28

年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計
111-1	27	31	50	108	14	14	15	43
111-2	27	31	50	108	14	14	15	43

國中：共 108 人/列管 108 人/列管 100%

高中職：共 43 人/列管 43 人/列管 100%

10. 高危險群體個案管理率。

(小一 100 度、小二 200 度、小三以上 >300 度者、每學期增加 50 度、角膜塑型、先天眼疾、曾眼科手術)。

年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計
111-1	76	102	130	308	29	23	27	79
111-2	76	102	130	308	29	23	27	79

國中：應列管 308 人/實際列管 308/列管 100%

高中：應列管 79 人/實際列管 79 人/列管 100%

11. 未就醫追蹤關懷達成率。

年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計
111-1	15	48	36	99	45	41	49	135
111-2	60	100	76	236	51	51	62	164

國中：未就醫 236 人/追蹤達成 236 人/100 %

高中：未就醫 164 人/追蹤達成 164 人/ 100%

12. 高度近視高危險群衛生教育宣導達成率。

國中：100% 高中：100%

人 /列管 100%

10、

國中：應列管 178 人/實際列管 178 人/列管 100%

高中職：應列管 52 人/實際列管 52 人/列管 100%

11、國中：未就醫 160 人/追蹤達成 160 人/100 %

高中職：未就醫 102 人/追蹤達成 102 人/ 100%

12、國中：100%

高中：100%

口腔保健

1. 學生未治療齲齒率。

111 國一 13.98% 111 高一 24.88%

2. 學生齲齒複檢診治率。

111 國一 86.67% 111 高一 72.55%

3. 學生午餐後搭配 >1000 含氟牙膏潔牙率%。

國中：111-1 65.3% 111-2 65.3%

高中職：111-1 62.3% 111-2 65.2%

5. 學生睡前潔牙率%。

國中：111-1 91.7% 111-2 92.4%

高中職：111-1 97.5% 111-2 97.6%

6. 高年級以上每日至少使用一次牙線潔牙率%。

國中：111-1 30.8% 111-2 31.4%

高中職：111-1 42.0% 111-2 42.1%

7. 在校不吃零食率%。

國中：111-1 61.0% 111-2 80.1%

高中職：111-1 62.7% 111-2 70.9%

8. 在校不喝含糖飲料率%。

1. 國中：七年級 12.98%

高中：十年級 23.88%

2. 國中：七年級 87.67%

高中職：十年級 73.55%

3. 國中：66.30%

高中：66.30%

5. 國中：83.40%

高中：98.60%

6. 國中：32.40%

高中：43.10%

7. 國中：81.10%

高中：71.90%

8. 國中：65.50%

	<p>國中：111-1 54.9% 111-2 64.5% 高中職：111-1 59.5% 111-2 69.2%</p> <p>10. 學生早餐後潔牙率%。 國中：111-1 54.5% 111-2 58.8 % 高中職：111-1 62.7% 111-2 63.2%</p> <p>11. 學生午餐餐後潔牙率%。 國中：111-1 18.5% 111-2 22.7% 高中職：111-1 19.3% 111-2 24.5%</p> <p>12. 學生使用貝氏刷牙法比率%。 國中：111-1 46.9% 111-2 51.6% 高中職：111-1 68.0% 111-2 69.6%</p> <p>13. 高齶齒個案管理 100% 高齶齒：國中列管顆數： 1 顆 高中列管顆數： 2 顆</p> <p>個案管理：</p> <table border="1" data-bbox="300 824 1043 1010"> <thead> <tr> <th>年級/ 人數</th> <th>七</th> <th>八</th> <th>九</th> <th>合 計</th> <th>十</th> <th>十 一</th> <th>十 二</th> <th>合 計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>111-1</td> <td>14</td> <td>18</td> <td>15</td> <td>47</td> <td>16</td> <td>8</td> <td>10</td> <td>34</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>14</td> <td>5</td> <td>5</td> <td>24</td> <td>7</td> <td>3</td> <td>5</td> <td>15</td> </tr> </tbody> </table> <p>國中：111-1 47人/47人 100% 111-2 24人/24人 100% 高中部：111-1 34人/34人 100% 111-2 15人/15人 100%</p>	年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計	111-1	14	18	15	47	16	8	10	34	111-2	14	5	5	24	7	3	5	15	<p>高中：70.20%</p> <p>10. 國中： 59.80% 高中：64.30%</p> <p>11. 國中：30.70% 高中：30.50%</p> <p>12. 國中：52.60% 高中：70.60%</p> <p>13. 國中：19 人/19 人=100% 高中：10 人/10 人=100%</p>
年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計																					
111-1	14	18	15	47	16	8	10	34																					
111-2	14	5	5	24	7	3	5	15																					
健康體位	<p>1. 體位過輕率。 國中：111-1 7.90% 111-2 6.73% 高中：111-1 10.40% 111-2 9.14%</p> <p>2. 體位適中率。 國中：111-1 57.90% 111-2 59.79% 高中：111-1 56.40% 111-2 59.38%</p> <p>1. 體位過重率。 國中：111-1 13.20% 111-2 12.67% 高中：111-1 16.20% 111-2 15.33%</p> <p>2. 體位肥胖率。 國中：111-1 21.10% 111-2 20.81% 高中：111-1 17.00% 111-2 16.15%</p> <p>3. 每天吃早餐達成率%。 國中：111-1 85.3% 111-2 87% 高中：111-1 88.8% 111-2 89.7%</p> <p>6. 學生符合 85110 原則達成率（以下分述）： (1) 學生每天睡足 8 小時達成率%。 國中：111-1 53.6% 111-2 64.6% 高中：111-1 45.3% 111-2 45.6%</p>	<p>1、國中：5.73% 高中：8.14%</p> <p>2、國中：60.79% 高中：60.38%</p> <p>3、國中：11.67% 高中：14.33%</p> <p>4、國中：19.81% 高中：15.15%</p> <p>5、國中：88.00% 高中：90.70%</p> <p>6-1、國中：65.60% 高中：46.60%</p>																											

- (2) 學生每天午餐理想蔬菜量(1拳半)達成率%。
 國中：111-1 47.9% 111-2 63.9%
 高中：111-1 44.3% 111-2 45.0%
- (3) 每天3C產品使用時間少於2小時平均達成率
 國中：29.9% 高中：20.3%
- (4) 學生每天累積60分鐘身體活動量達成率%。
 (420分/週)
 國中：111-1 71.8% 111-2 75.4%
 高中：111-1 45.1% 111-2 47.0%
- (5) 學生喝足白開水目標平均達成率%
 (每日喝足白開水、體重每公斤*30CC)。
 國中：111-1 56.4% 111-2 66.4%
 高中：111-1 58.9% 111-2 60.0%
- (6) 在校零含糖飲料%(與口腔保健第8點相同)。
 國中：111-1 61.0% 111-2 80.1%
 高中：111-1 62.7% 111-2 70.9%

(7)體位不良個案管理%

年級/ 人數	七	八	九	合 計	十	十 一	十 二	合 計
111-1	143	165	169	477	94	83	90	267
111-2	131	158	165	454	90	78	81	249

國中：

111-1 應列管 477 人/實際列管 477 人/列管 100%
 111-2 應列管 454 人/實際列管 454 人/列管 100%

高中：

111-1 應列管 267 人/實際列管 267 人/列管 100%
 111-2 應列管 249 人/實際列管 249 人/列管 100%

6-2、國中：65.90%
 高中：46.0%

6-3、國中：35.90%
 高中：25.30%

6-4、國中：76.40%
 高中：60.00%

6-5、國中：70.40%
 高中：65.00%

6-6、國中：81.1%
 高中：71.9%

6-7、

國中：289 人/289 人=100%
 高中：168 人/168 人=100%

菸檳防制

- 學生紙菸吸菸率%(及吸菸學生人數)。
 國中：0.18%/2 人 高中職：0%/0 人
- 學生使用電子煙人數及使用率%。
 國中：3 人/0.26 % 高中職：0 人/0 %
- 辦理菸害教育宣導至少一場次。
 國中：1 場 高中：1 場
- 校園二手菸曝露率%。
 國中：7.00% 高中：7.00%
- 吸菸學生參與戒菸教育率%。
 國中：100% 高中：無學生吸菸
- 菸檳入班衛教種子師資培訓人數。
 國中：1 人 高中：1 人
- 學生嚼食檳榔率%(及嚼食檳榔學生人數)。
 國中：0%/0 人 高中：0%/0 人
- 辦理檳榔危害健康教育宣導至少一場次。

1、國中：0.08%/1 人
 高中：0%/0 人

2、國中：2 人/0.16 %
 高中：0 人/0 %

3、國中：1 場 高中：1 場

4、國中：6.00%
 高中：6.00%

5、國中：100%
 高中：無學生吸菸

6、國中：1 人
 高中：1 人

7、國中：0%/0 人
 高中：0%/0 人

8、國中：1 場 高中：1 場

	國中：1場 高中：1場 9. 嚼檳學生參與戒檳教育率%。 國中：無學生吃檳榔 高中：無學生吃檳榔	9、國中：無學生吃檳榔 高中：無學生吃檳榔																											
全民健保 (含正確用藥)	<p>1. 對全民健保有正確認知比率。 國中：68.2% 高中：74.0%</p> <p>2. 珍惜全民健保行為比率。 國中：98.20% 高中：97.20%</p> <p>3. 正確使用分級醫療。 國中：93.80% 高中：92.80%</p> <p>4. 避免重複就醫。 國中：93.80% 高中：92.80%</p> <p>5. 避免過度取藥。 國中：94.60% 高中：95.70%</p> <p>6. 向家人朋友說明全民健保的優點。 國中：26.50% 高中：35.40%</p> <p>7. 正確使用急診醫療。(國高中用) 國中：85.90% 高中：87.20%</p> <p>8. 提醒家人朋友珍惜健保行為。(國高中用) 國中：26.50% 高中：35.40%</p> <p>9. 遵醫囑服藥率。 國中：94.60% 高中職：95.70%</p> <p>10. 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示%。 國中：82.90% 高中職：87.20%</p> <p>11. 不過量使用止痛藥比率。 國中：87.2% 高中職：85.2%</p> <p>12. 特殊疾病個案管理比率。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年級/ 人數</th> <th>七</th> <th>八</th> <th>九</th> <th>合計</th> <th>十</th> <th>十一</th> <th>十二</th> <th>合計</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>111-1</td> <td>9</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>20</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>5</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>111-2</td> <td>9</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>20</td> <td>2</td> <td>5</td> <td>5</td> <td>12</td> </tr> </tbody> </table> <p>國中：應列管 20 人/實際列管 20 人/列管 100 % 高中：應列管 12 人/實際列管 12 人/列管 100 %</p>	年級/ 人數	七	八	九	合計	十	十一	十二	合計	111-1	9	6	5	20	2	5	5	12	111-2	9	6	5	20	2	5	5	12	<p>1、國中：69.20% 高中：75.00%</p> <p>2、國中：99.20% 高中：98.20%</p> <p>3、國中：94.80% 高中：93.80%</p> <p>4、國中：94.80% 高中：93.80%</p> <p>5. 國中：95.60% 高中：96.70%</p> <p>6. 國中：27.50% 高中：36.40%</p> <p>7. 國中：86.90% 高中：88.20%</p> <p>8. 國中：27.50% 高中：36.40%</p> <p>9. 國中：95.60% 高中：96.70%</p> <p>10. 國中：83.90% 高中：88.20%</p> <p>11 國中：88.2% 高中：86.2%</p> <p>12. 國中：應列管 15 人/實際列管 15 人/列管 100 % 高中：應列管 7 人/實際列管 7 人/列管 100 %</p>
年級/ 人數	七	八	九	合計	十	十一	十二	合計																					
111-1	9	6	5	20	2	5	5	12																					
111-2	9	6	5	20	2	5	5	12																					
性教育 (含愛滋病防治)	<p>1. 性知識正確率%。 國中：54.46% 高中：65.00%</p> <p>2. 性態度正向率%。 國中：75.45% 高中：87.86%</p> <p>3. 接納愛滋感染者比率%。 國中：63.00% 高中：68.18%</p> <p>4. 危險知覺比率%。 國中：90.45% 高中：91.2%</p> <p>5. 拒絕性行為效能比率%。 國中：88.64% 高中：90.26%</p>	<p>1、國中：55.46% 高中：66.00%</p> <p>2、國中：76.45% 高中：88.86%</p> <p>3、國中：64.00% 高中：69.18%</p> <p>4、國中：91.45% 高中：92.20%</p> <p>5、國中：89.64% 高中：91.26%</p>																											

	6. 負責任的性行為：請參考附件（高中職填寫） (1)延後第一一次性行為發生時間。17歲 (2)增加性行為過程中防護措施使用次數。97.5%	6-1 18歲 6-2 98.50%
藥物濫用 防制	1. 辦理藥物濫用防制宣導至少1場次。 國中：1場 高中：1場	1、國中：1場 高中：1場
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。國中：100% 高中職：100% 2. 教職員參加CPR+AED教育訓練課程比率。 國中：85.60% 高中職：96.00% 3. 成立急救（衛生）隊培訓學生人數。 國中：6人 高中職：4人 4. 辦理學校職業安全工作宣導場次。 國中：1場次 高中職：1場次 5. 學校通過AED安心場所認證。無認證	1、國中：100% 高中：100% 2、國中：86.60% 高中：97.00% 3、國中：7人 高中：5人 4、國中：1場次 高中：1場次 5、無認證
正向心理 健康促進	1. 辦理正向心理健康促進宣導場次。 國中：1場次 高中：1場次 2. 辦理自殺防治宣導場次。 國中：1場次 高中：1場次 3. 辦理性別平等宣導場次。 國中：1場次 高中：1場次 4. 辦理防制霸凌宣導場次。 國中：1場次 高中：1場次 5. 辦理EQ情緒教育宣導場次。 國中：1場次 高中：1場次 6. 心理健康知識率%。 國中：90.00% 高中：93.00% 7. 心理健康正向態度率%。 國中：84.00% 高中：90.00% 8. 心理健康自我效能率%。 國中：83.00% 高中：85.00% 9. 健康生活品質指標平均分。 國中：3.8 高中：4.1 10. 正向心理健康指標平均分。 國中：3.8 高中：3.9	1、國中：1場次 高中：1場次 2、國中：1場次 高中：1場次 3、國中：1場次 高中：1場次 4、國中：1場次 高中：1場次 5、國中：1場次 高中：1場次 6、國中：91.00% 高中：94.00% 7、國中：85.00% 高中：91.00% 8、國中：84.00% 高中：86.00% 9、國中：4.8 高中：5.1 10. 國中：4.8 高中：4.9
傳染病 防治	1. 辦理傳染病防治宣導至少1場次。 國中：1場次 高中：1場次 2. 每週執行漂白水環境消毒一次%。 國中：100% 高中職：100%	1、國中：1場次 高中：1場次 2、國中：100% 高中：100%

拾壹、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)
照度計	台	1800	1	1800	檢測教室照明
講師費	時	2000	2	4000	研習
比賽獎勵	式	4000	1	4000	
雜支	式	200	1	200	
合計				10000	

承辦人：

護理師：

單位主管：

主計：請主辦單位依上級規定標準核實編列

校長：

教師兼衛生組長 劉美岑

護理師 高嘉華

教師兼學務主任 林怡芬

佐理員 李峰旭

會計室主任 李侑芳

屏東縣立東港高級中學校長 侯淑禎