**桃園市105學年度「健康促進學校」評分表**

**學校名稱：蘆竹區海湖國小**

**健康促進學校願景：**

全體師生了解學校衛生教育政策，針對菸害防制、視力保 健、口腔衛生、健康體位、性教育、正確用藥教育及全民健保之了解，以便融入各 科教學進而達到教育目的，增進師生健康的觀念。

**健康促進學校特色：**

辦理各項健康活動，以改善學生體適能，增進健康體能， 並善用多元宣導，傳遞健康資訊，培養學生健康觀念；規劃多元體育社團，培養學生良好的運動習慣，並組織各類運動校隊，奪得各項競賽好成績，為己為校爭光。

**壹、評價指標（30分）：**

| 評價項目 | | 評價結果 | |
| --- | --- | --- | --- |
| 自評分數 | 複核分數數數 |
| 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  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）（2分） | □0 □1 ■2 |  |
| 學校社會環境  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 |  |
| 社區關係  4分 | 1-4-1學校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  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。（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  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)並建置個案管理。（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學生視力不良矯治率=A÷B×100％  （5分） | A【至合格眼科診所就診或配鏡的學生數】= 213  B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】= 228  **學生視力不良矯治率= 93.421 %** | □5（96％以上）  ■3（91-95％）  □1（85-90％） |  |
| 2-1-2學生視力保健行動平均達成率  =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】=390  B【學生總人數】= 422  **學生視力保健行動平均達成率= 92.47 %** | □3（96％以上）  ■2（91-95％）  □1（85-90％） |  |
| 2-1-3學生戶外活動平均達成率  =A÷B×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】= 389  B【學生總人數】= 422  **學生戶外活動平均達成率= 92.18 %** | ■2（91％以上）  □1（81-90％） |  |
| **口腔衛生** | | | |
| 2-2-1學生齲齒就醫率  =A÷B×100％（5分） | A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】= 61  B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】= 71  **學生齲齒就醫率= 85.92 %** | □5（96％以上）  □3（91-95％）  ■1（85-90％） |  |
| 2-2-2推動午餐潔牙活動（2分） |  | ■2（有）  □0（無） |  |
| 2-2-3學生每日平均刷牙次數=A÷B（3分） | A【學生每日刷牙次數總數】= 1152  B【學生總人數】= 422  **學生每日平均刷牙次數= 2.73** | □3（3.0次以上）  ■2（2.6 -3.0次）  □1（2.0-2.5次） |  |
| **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】= 263  B【學生總人數】= 422  **學生體位適中(正常)比率= 62.3 %** | ■3（60％以上）  □2（55-59.99％）  □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】= 159  B【學生總人數】= 422  **學生體位不良比率= 37.7 %** |  |  |
| 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】=391  B【學生總人數】= 422  **學生目標運動量平均達成率=92.65** | ■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÷B×100％（2分） | A【達到每天五蔬果目標之學生數】=387  B【學生總人數】= 422  **學生理想蔬果量平均達成率=91.7** | ■2（91％以上）  □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】=397  B【學生總人數】= 422  **學生每天吃早餐平均達成率= 94.07** | ■2（91％以上）  □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】= 390  B【學生總人數】= 422  **學生多喝水目標平均達成率= 92.41** | ■2（91％以上）  □1（81-90％） |  |
| **菸害防制** | | | |
| 2-4-1學生吸菸人數 | 係指過去30天內曾經使用菸品的學生人數。 |  | |
| 2-4-2學生吸菸率  = A÷B×100％（2分） | A【學生吸菸人數】= 0  B【學生總人數】= 422  **學生吸菸率= 0 %** | ■2（0％）  □1（0.1~1％）  □0（1％以上） |  |
| 2-4-3吸菸學生參與戒菸率= A÷B×100％  （2分） | A【吸菸學生參與戒菸人數】= 0  B【吸菸學生人數】= 0  **吸菸學生參與戒菸率= 0%**  【備註】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) | **■**2（100％或吸菸率為0％者）  □1（96~99％）  □0（95％以下） |  |
| 2-4-4吸菸學生點戒菸率= A÷B×100％  （2分） | A【自詢問的時間往前回推7日皆未吸菸之學生數】  = 0  B【參加戒菸教育學生人數】= 0  **吸菸學生點戒菸率= 0 %** | **■**2（100％或吸菸率為0％者）  □1（96~99％）  □0（95％以下） |  |
| 2-4-5吸菸學生持續戒菸率= A÷B×100％（2分） | A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】= 0  B【參加戒菸教育學生人數】= 0  **吸菸學生持續戒菸率= 0 %** | **■**2（100％或吸菸率為0％者）  □1（96~99％）  □0（95％以下） |  |
| **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÷B×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】= 422  **學生嚼檳榔率= 0 %** | **■**1（0％）  □0（0.1％以上） |  |
| **正確用藥教育** | | | |
| 2-6-1遵醫囑服藥率 = A÷B×100％（2分） | A【遵醫囑服藥人數】  B【需用藥人數】  **遵醫囑服藥率 = 93.4** | ■2（91％以上）  □1（81-90％）  □0（80％以下） |  |
| 2-6-2學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = A÷B×100％（2分） | A【具有藥師諮詢電話人數】  B【需用藥人數】  **學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = 84.1** | □2（91％以上）  ■1（81-90％）  □0（80％以下） |  |
| 2-6-3曾口頭或電話進行用藥諮詢比率 = A÷B×100％（2分） | A【曾口頭或電話進行用藥諮詢人數】  B【需用藥人數】  **曾口頭或電話進行用藥諮詢比率 =82.6** | □2（91％以上）  ■1（81-90％）  □0（80％以下） |  |
| **性教育(含愛滋病防治)** | | | |
| 2-7-1推動模式（1分） | 辦理學生正確認知或正向態度調查 | ■1（有）  □0（無） |  |
| 2-7-2宣導活動成效（2分） | 推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次 | **■**2（2場以上）  □1（1場） |  |
| **全民健保教育** | | | |
| 2-8-1宣導活動成效（2分） | 推動宣導活動場次 | **■**2（2場以上）  □1（1場） |  |
|  | 合計（52**分**） | 42 | |

**參、其他(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)**  **(10分)** | | 校本特色：   * 視力保健  1. 推動視力保健愛眼健康操活動，並與國際獅子會及中山大學配合進行免費學校視力檢查，於檢查後請家長確實帶領學童就診矯正視力。 2. 設計太陽日記卡，推廣下課時間教室淨空學生及教師，中斷近距離用眼，放鬆眼睛，降低近視率。 3. 由護理師進行高度近視宣導，為特殊需求的學生進行衛教。 4. 頒發「電眼小天使」，公開表揚六年級未近視的學生。 5. 眼科醫師至校宣導愛眼講座，宣導多戶外運動及3010運動。 6. 於學生朝會後進行愛眼行動，學生進行望遠凝視。  * 口腔衛生  1. 推動口腔衛生教育，進行免費口腔檢查，並於檢查後請家長確實帶領學童進行齲齒治療。 2. 邀請牙醫診所至校為低年級學生進行臼齒窩溝封填，避免蛀牙。 3. 護理師為一年級學生進行衛教，教導正確刷牙及使用漱口水。 4. 頒發「美齒小天使」，公開表揚沒有蛀牙的學生。 5. 每天餐後潔牙及每週二使用漱口水，養成愛護牙齒的好習慣。  * 健康體位  1. 推動健康體位教育，每週早上全校晨間運動四天，全校獨輪車、扯鈴分級認證，安排多元課間活動。 2. 配合校內外競賽推動各項運動社團活動，營造活力校園，包括直排輪、田徑隊、足球隊、躲避球隊等。 3. 成立健康活力營，由專業教師安排課程，進行體能、飲食及營養教育。 4. 參加黑松綠+校園計畫，籌措資金成立海湖菜園，推廣健康飲食。 5. 通過「台美生態學校」銅牌認證，推廣食農教育，並鼓勵學生健康飲食。  * 菸害防制  1. 營造健康安全、拒絕菸害的校園環境，共創學生健康安全成長環境。 2. 定期宣導菸害防治，全校貼有禁菸標誌，創造無菸校園環境。  * 檳榔防治  1. 於「親職教育日」設置攤位，進行檳榔防治宣導。 2. 校園設置拒檳標語，創造無檳健康校園。  * 正確用藥  1. 辦理「教育人員反毒知能研習」﹐強教師對毒品防治的認知。 2. 利用學生朝會宣導「正確用藥」，以防學生藥物濫用。  * 性教育(含愛滋病防治)  1. 推動性教育，邀請衛生所蒞校辦理性別平等教育課程，提升學童自我認識與保護能力。 2. 邀請華歌爾公司為高年級學生進行生理期保健，學生能增進對青春期的認識。 3. 護理師向高年級學生講解正確使用衛生棉。  * 全民健保  1. 於學生朝會向學生宣導全民健保。 2. 於「親職教育日」設置攤位宣導全民健保。  * 其他  1. 推動健康安全急救課程與教學，邀請地方醫院、消防隊蒞校辦理各項安全急救課程與宣導，提升健康安全急救專業知能。 2. 教師自組運動性社團，如羽球社、樂樂棒球社、慢跑社等。   具體成效：  1.學生視力不良矯治率達到93.42%  2.學生齲齒就醫率達到85.92%  3.學生體位適中(正常)比率達到62.3%  4.學生吸菸率為0%  5.學生嚼檳榔率為0%  6.六年級CPR實作通過率達100 %  7.五年級CPR講座參與率達到接近100 %  8.學校教職員工參與CPR+AED認證講座通過人數達到46人 | | | 10 | |  | |
| **推動前後成效評價**  **(3分)** | | □視力保健 □口腔衛生 □健康體位  □反菸拒檳 □性教育 □正確用藥教育 □全民健保教育  (請檢附行動研究成果) | | | 0 | |  | |
| **特殊貢獻(5分)** | | 1. 成立海湖有機農園，由全校師生共同經營，不僅了解植物生長過程，更讓學生了解均衡飲食，多吃蔬果的重要性。 2. 參加黑松綠+校園計畫，推廣食農教育。   並通過「台美生態學校」銅牌認證，鼓勵學生健康飲食。   1. 推廣獨輪車為校本課程，通過獨輪車特色學校，參加105年度全國飆獨輪錦標賽榮獲第2名、106年度市長盃獨輪車賽榮獲總錦標亞軍。 2. 與社區及民間團體合作，提供視力篩檢並免費配鏡。 3. 舉辦義剪活動，使學生能有俐落髮型，儀容整潔，減少頭蝨或其他傳染病的發生 4. 教師自組運動性社團，參加106年度青年盃全國樂樂棒球錦標賽榮獲季軍。 | | | 5 | |  | |
|  | | **合計（15分）** | | | 15 | | | |
|  | |  | | |  | | | |
| 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： 主任： 校長：**

**伍、活動紀錄：**

|  |  |
| --- | --- |
| **各類活動成果照片皆已呈現於附件檔案中** | |
| **活動感想** | **◎視力保健：**  透過眼科醫師講解、導師的提醒與每天固定時間的護眼行動(望遠凝視)，孩子們能更重視視力健康的重要，也能身體力行視力保健活動，期待孩子的眼睛更加健康明亮。  **◎口腔衛生：**  在護理師與導師的合作下，推行孩子每日潔牙與每週含氟漱口，並詳實記錄；並結合校外資源為低年級孩子進行臼齒窩溝封填，孩子的齲齒機率有效降低了。  **◎健康體位：**  學校是發展獨輪車特色學校，學生在各項獨輪車競賽上表現亮眼；學校也推動各項體育活動，如樂樂棒球、扯鈴、足球……，提供早到校學生運動器具，讓其活動健身；午餐方面在秉持少油少鹽少糖多纖維的原則下，營養師精心設計、廚師用心料理，有效改善孩子們的體位狀況，擁有良好體力與體格。  **◎反菸拒檳：**  學校因位於工業區內，孩子家長大多有抽菸與吃檳榔的習慣，開學初也發現有幾位高年級孩子在放學後因好奇而抽菸，經由老師的開導、關心與勸說家長多管齊下，孩子已不再聚集抽菸。透過親職教育與各項宣導，學校全數學生也皆無吃檳榔現象。  **◎性教育：**  青春期是高年級孩子比較尷尬的實期，藉由擁有多年推廣內衣經驗的服務員，為男、女生講解身體發育構造；並邀請講師講解愛滋病防治。多方講解讓孩子能保護自己，了解與他人互動的身體界線，進而尊重他人，培養良好品格。  **◎海湖健康農場：**  首次與黑松綠＋校園合作，有效整頓校園閒置空地成為健康農場，發展「永續食物」，孩子們透過除草、抓蟲、種植與歡喜收成，瞭解食物與健康飲食的重要。在全校師生力行健康生態宣言「有機飲食愛自己‧永續食物愛別人‧有善生態愛地球‧健康行動我做起」下，通過「台美生態學校」銅牌認證，營造學校健康的氛圍與環境。 |