

新北市 107 學年度學校健康促進計畫書

107 年 8 月 29 日經校務會議通過

107 年 11 月 06 日依新北教體位字第 1072062903 號修正

校名：新北市淡水區淡水高級商工職業學校

壹、依據：

一、教育部國教署

二、新北市政府教育局 107.08.14 新北教體字第 1071533287 號函「新北市 107 學年度學校健康促進計畫」辦理

貳、計畫目標：

一、透過宣導活動，促進本校師學對於性教育(含愛滋病防治)、健康體位(含營養教育)和菸檳防制的認知。

二、針對校本重點議題健康體位(含營養教育)進行飲食管理和運動推廣，達到健康體位預訂目標。

三、針對自選議題安全急救教育，進行急救訓練及防災宣導，促進全校師生的知能。

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)含弱勢學生%

(一)學校地理位置：校地廣闊，共佔地 12.48 公頃

(二)學生數：學生約 2383 人

(三)班級數：班級數：日校 75 班(高職 54 班、高中部 12 班、綜職科 9 班)、進修學校 10 班

(四)教職員：教職員工約 250 人

(五)家長社經背景：弱勢學生(含身障和領取補助等)349 名，約 14.6%。

二、107 主議題(健康體位)六大範疇進行 SWOT 分析

因素	S(優勢)校內	W(劣勢)校內	O(機會點)校外	T(威脅點)校外
----	---------	---------	----------	----------

因素	S (優勢) 校內	W (劣勢) 校內	O (機會點) 校外	T (威脅點) 校外
學校衛生政策	學校已設置有學校衛生委員會，且每學期召開二次會議，針對健康體位議題探討。	學校衛生委員會委員皆身兼數職，投入時間有限，恐忽略健康政策的重要性。	教育局對辦理衛生教育活動提供各種補助費用。	相關活動需要人力、經費與場地的配合，透過計畫的申請，獲得相關單位的支持。
學校物質環境	* 本校校地寬廣，環境優美，學校體育場地多(含健身房)，有助於健康體位活動。 * 學校有護理專科教室，有健康體位教具教材提供使用。	本校無經常性公車，造成學生上下學交通不便，更影響學生留校活動時間。	本校週邊無便利商店，學生飲食以校內販賣為主，有助於推廣健康飲食。	學校位於山區，且山下輕軌動工交通混亂，影響到校交通。
學校社會環境	* 各處室行政已電腦化，可透過網路宣導健康促進議題。 * 本校教師注重健康體位活動，也能配合對學生宣導。	本校委辦案多，且適逢新課綱推動時期，各處室無力協助健康促進議題推動。	本校鄰近淡水運動中心、衛生所，有機會連結推動健康促進活動。	多數家長忙於工作或失業，單親家庭日漸增多，弱勢家庭(社經地位低、身心障礙)約6%。
健康服務	* 學校教官，除生活管理，可協助健康促進相關活動推行。 * 健康中心有2位護理人員，提供健康體位諮詢服務及個案管理。	學生主動參與健康體位宣導及服務意願低，且擔心被標籤化。	本校鄰近新市鎮，各醫療院所逐漸新增，有助於連結提供健康服務。	近年來政府財政拮据，補助經費逐年減少，設備汰換不易。
健康教學與活動	* 教學課程必修含健康與護理、美術、音樂及全民國防。 * 各科合作關係良好，可融入健康議題於班級活動中。	學校屬於技術型高中，各科以專業課程為主，非專業課程較容易遭邊緣化。	學校課外活動及宣導講座多，可結合健康議題。	針對健康教學活動得到的補助較少，並非優質化主流。
社區關係	本校鄰近淡水區衛生所及淡水馬偕醫院，可提供資源舉辦相關活動。	學生家長分散於台北市、新北市各地，且本校交通不便家長參與校務較不便。	鄰近里長熱心服務，可提供資源舉辦相關活動。	政府能提供或協助健康促進活動的資源有限，且需求與競爭的學校增多。

三、以 106 學年度健康資訊系統資料進行校內問題分析

104~106 學年度視力不良%統計表(高中職適用)

	104上	104下	105上	105下	106上	106下
十年級	91.3%	86.2%	83.4%	83.3%	79.2%	80.0%
十一年級	83.9%	83.7%	87.0%	86.4%	84.9%	82.1%
十二年級	86.7%	85.8%	84.9%	83.6%	88.0%	86.9%
平均	87.1%	85.2%	85.1%	84.4%	84.0%	82.9%
惡化%	0%	0.3%	0%	0.05%	1.25%	0%

106 學年度待矯治 (新增) 齶齒%統計表 (高中職適用)

	101上	102上	103上	104上	105上	106上
十年級	-	23.4%	52.8%	46.1%	45.5%	35.4%

101~106 學年度健康體位~體位適中%統計表 (各年級適用)

過輕、過重、超重請自行類推產出

	102上	102下	103上	103下	104上	104下	105上	105下	106上	106下
十年級	63.7%	64.2%	63.6%	62.7%	57.9%	58.6%	58.4%	61.5%	58.2%	59.0%
十一年級	58.7%	57.4%	60.5%	60.1%	59.2%	59.3%	57.9%	56.1%	59.8%	58.5%
十二年級	61.6%	59.8%	57.4%	56.4%	58.2%	57.1%	58.5%	56.9%	54.5%	55.9%
高中職平均	61.4%	60.4%	60.5%	59.7%	58.5%	58.3%	58.3%	58.2%	57.6%	57.8%

(請依據 106 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	83.8%	高中 82.0%	高中 82.91%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力

	複檢率	44.26%	高中 44.78%	高中 39.38%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率〈一、四、七、十年級〉	34.89%	高中 31.17%	高中 27.41%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
	學生齲齒就醫矯治率〈一、四、七、十年級〉	40.07%	高中 48.63%	高中 35.43%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
健康體位	學生體位過輕率	10.3%	高中 9.06%	高中 8.94%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
	學生體位過重及肥胖率	32.2%	高中 30.63%	高中 29.70%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以下 <input checked="" type="checkbox"/> 高於全國指標尚需努力
	學生體位適中率	57.5%	高中 60.31%	高中 61.36%	<input type="checkbox"/> 符合全國指標以上 <input checked="" type="checkbox"/> 低於全國指標尚需努力

貳、健康促進學校議題

一、必選議題：

國高中：性教育(含愛滋病防治) 健康體位(含營養教育) 菸檳防制

二、107學年度校本重點議題：(議題未達全國指標者，一律列入學校校本重點議題；已達者可於上述必選議題中勾選一項，請以標示之)

高中：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)

三、自選議題：(請自行勾選至少一項，以標示之)

高中：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

參、實施策略及內容說明

六大範疇	活動內容及策略	搭配議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
------	---------	------	------	------	------

學校衛生 政策	1. 訂定有新北市立淡水高級商工職業學校園健康體位實施計劃。 2. 跨處室針對健康體位未達標同學進行宣導及輔導。	健康體位	學務處	教務處 輔導室 各班導師	學年中
	1. 定期召開性別平等教育委員會，加強性騷擾性侵害或性霸凌通報宣導及追蹤。 2. 由教官室和護理師針對吸菸個案進行輔導管理。 3. 由教官室和護理師提供校園安全及急救教育。	性教育(含 愛滋病防治) 菸檳防制 安全急救 教育	學務處	教官室 教務處 輔導室 實習處 各班導師	學年中
學校社會 環境	1. 積極推廣健康體位概念，透過網路、書面進行宣導。 2. 請任課教師結合課程進行推廣健康體位宣導。	健康體位	學務處	教務處 輔導室 各班導師	學年中
	1. 張貼菸檳防制宣導看板海報。 2. 學年中辦理教職員工生急救教育訓練及健促相關活動。 3. 舉辦全校防災演練及安全教育。 4. 舉辦性平及愛滋防治講座及捐血。	性教育(含 愛滋病防治) 菸檳防制 安全急救 教育	學務處	教官室 教務處 輔導室 實習處 各班導師	學年中
學校物質 環境	1. 張貼健康體位文宣，落實宣導。 2. 搭配午餐、合作社進行營養教育。	健康體位	學務處	總務處 教務處 各班導師	學年中
	1. 校園中全面張貼禁菸標誌。 2. 定期檢查各項校園設施、及飲用水檢驗，並進行維護工作，確保學生校園安全。 3. 校園內定期張貼性別平等、視力保健、愛滋防治、反菸拒檳相關海報宣導。	性教育(含 愛滋病防治) 菸檳防制 安全急救 教育	學務處	總務處 教官室 教務處 輔導室 實習處 各班導師	學年中

健康教育 課程及活 動	<ol style="list-style-type: none"> 1. 實施學生健康體位知識、行為及態度問卷調查，協助訂定課程教學方向及內容。 2. 健康體位納入班會討論議題，激發學生重視健康問題。 3. 於週會及各種集會時間加強宣導健康體位及營養教育。 4. 針對健康體位未達標同學實施輔導教育。 5. 每學年安排一場健康體位講座。 	健康體位	學務處	教務處 各班導師	學年中
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 愛滋防治、安全急救教育均納入班會討論議題，激發學生重視健康問題。 	性教育(含 愛滋病防治) 菸檳防制 安全急救 教育	學務處	教官室 教務處 輔導室 各班導師	學年中
社區關係	<ol style="list-style-type: none"> 1. 於校門口健康體位進行宣導。 2. 針對家長進行宣導，透過親師合作來協助同學達到健康體位。 3. 結合社區醫療院所進行健康體位宣導。 	健康體位	學務處	輔導室 教務處 家長會 各班導師	學年中
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 推動無菸校園，於親師座談及校內外活動進行宣導。 2. 透過學校網路公佈健促活動資訊及成果。 3. 舉辦家長親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」內涵，以提昇家長之健康意識。 4. 結合學校與社區資源，共同營造健康促進社區，開放並鼓勵家長、社區民眾參與。 	性教育(含 愛滋病防治) 菸檳防制 安全急救 教育	學務處	輔導室 教務處 家長會 各班導師	學年中

健康服務	1. 提供健康體位未達標同學健康體位及營養教育，能自主管理健康體位。 2. 提供健康體位健康諮詢服務。	健康體位	學務處	輔導室 教務處 家長會 各班導師	學年中
	1. 實施定期學生健康檢查。 2. 進行各項健康促進宣導活動（如安全急救教育、視力保健、菸害防制、性教育等），強化教職員工生之健康促進知能。 3. 健康中心提供及開放教職員工生健康諮詢服務。	性教育（含 愛滋病防治） 菸癮防制 安全急救 教育	學務處	輔導室 人事室 總務處 教務處 家長會 各班導師	

肆、學校衛生委員會組織表

計畫職稱	單位職稱	姓名	工作項目
主任委員	校長	于賢華	籌組學校衛生委員會 綜理學校衛生方針和工作計畫
副主任委員	學務主任	曾才榮	協助籌組學校衛生委員會 推動校內宣導和社區活動
副主任委員	教務主任	黃美開	安排課程融入 協辦宣導活動
副主任委員	總務主任	石明金	建置規校園衛生設備和環境 維護校園環境衛生及安全
副主任委員	輔導主任	林佩儀	推動兩性教育和學生輔導 協助戒菸學生心理輔導
副主任委員	主任教官	謝旻擘	協助學校菸害防制事宜 推動校園安全維護工作
執行祕書	衛生組長	邱志鴻	辦理學校衛生業務 落實學校保健工作 進行學校整潔維護
執行祕書	護理師	潘明芳	校園健康工作業務 協助辦理校園健康促進活動 提供健康諮詢服務
教師代表	健護教師	劉青雯	融入健康促進課程教學 協助促進學生衛教知能
家長代表	家長	葉維鵬	提供學校衛生工作之意見 支持學校健康促進宣導活動
學生代表	學生	范姜欣妤	參與健康會議提供意見 向同儕宣導校園衛生訊息

伍、執行成效評估：〈加網底為部訂指標〉〈依選擇議題〉

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）	預期成效自我評估
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體位過輕率、肥胖率、適中率、過重率。 2. 每天吃早餐達成率。 3. 符合 85210 原則達成率。 <ol style="list-style-type: none"> (1) 睡飽 8 小時 (2) 每天午餐理想蔬菜 (3) 每天用四電少於 2 小時 (4) 運動量平均達成率 (5) 多喝水目標達成率(每日 1500C) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 預期過輕率、肥胖率、過重率降低 <input type="text" value="2%"/>，體位適中率達 <input type="text" value="60%"/>。 2. 每天吃早餐達成率 <input type="text" value="70%"/>。 3. 符合 85210 原則達成率 <ol style="list-style-type: none"> (1) 睡飽 8 小時 <input type="text" value="70%"/> (2) 每天午餐理想蔬菜 <input type="text" value="70%"/> (3) 每天用四電少於 2 小時 <input type="text" value="70%"/> (4) 運動量平均達成率 <input type="text" value="70%"/> (5) 多喝水目標達成率(每日 1500C) <input type="text" value="70%"/>
菸檳防制	<ol style="list-style-type: none"> 1. 無菸校園率。 2. 校園二手菸曝露率。 3. 學生吸菸率。 4. 吸菸學生參與戒菸率。 5. 菸害衛教種子教師人數。 6. 無檳校園率。 7. 學生嚼食檳榔率。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 無菸校園率 <input type="text" value="80%"/>。 2. 吸菸危害認知正確率達 <input type="text" value="80%"/>。 3. 本校吸菸率降低至 <input type="text" value="5%"/>。 4. 菸害衛教種子教師人數至少 1 名。 5. 無檳校園率達 <input type="text" value="80%"/>。 6. 檳榔危害認知正確率達 <input type="text" value="80%"/>。
性教育(含愛滋病防治)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 性知識正確率%。 2. 性態度正向率%。 3. 接納愛滋感染者比率%。 4. 危險知覺比率%。 5. 拒絕性行為效能比率%。 	<ol style="list-style-type: none"> 1、90% 2、85% 3、85% 4、85% 5、85%
自 選 議 題（表格不足自行延伸）		
推動議題	成效指標	預期成效自我評估
安全急救教育	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國小五年級以上學生參加 CPR 教育訓練課程比率。 2. 教職員具有 CPR 證照比率。 	教職員具有 CPR 證照比率達 <input type="text" value="50%"/>

陸、策略執行干梯圖

編 號	月份 工作項目	107年						108年					
		8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
1	召開衛生委員會議		●						●				
2	擬定及執行學年度學校健康促進計畫	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
3	健康促進議題宣導及講座		●			●			●		●		
4	健康促進問卷前、後測			●						●			
5	測量身高體重		●					●	●				
6	健康體位班			●	●	●			●	●	●		
7	成效分析檢討改善						●					●	
8	成果報告											●	

柒、經費概算表：(表格請自行延伸)

上學期

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
鐘點費	節/元	450	4	1800	健康體位課程
衛教活動耗材	批/元	200	1	200	健康體位活動
合計	2000				

下學期

項目	單位	單價	數量	金額	說明(用途)
鐘點費	節/元	450	8	3600	健康體位課程
衛教活動耗材	批/元	400	1	400	健康體位活動
合計	4000				

承辦人

教師兼衛生組長 邱志鴻

護理師

護理師 賴穎帆

單位主管

主任 曹才榮
NOV 07 2018

主計

組員 李峻銘

會計室主任 張淑珠

校長

北京 于賢華

107.11

