年　　度：105學年度

計畫名稱：健康促進學校全民健保(正確用藥)議題計畫

申請學校：花蓮縣平和國民小學

105學年度校群中心學校：□是 ˇ否

105學年度議題推動重點學校：ˇ是 □否

重點議題: 全民健保(正確用藥)

其他六大議題：性教育(含愛滋病防治)、健康體位、菸害防治、

檳榔防制、視力保健、全民健保(正確用藥)

改善計畫之輔導教授簽名處：

計畫主持人：李思明校長

填報日期：105年11月12日

承辦人： 單位主管： 機關首長：

目 錄

**壹、申請單位基本資料**

**貳、背景分析及學校概況**

**參、計畫工作內容**

**肆、預定進度**

**伍、經費需求**

**壹、申請單位基本資料**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 計畫名稱 | 105學年度學校衛生與健康促進實施計畫 | | |
| 申請機關 | 花蓮縣平和國民小學 | | |
| 校長 | 李思明 | | |
| 統一編號 | 94851952 | | |
| 聯絡地址 | 97445花蓮縣壽豐鄉平和村平和34號 | | |
| 計畫主持人 | 李思明 | 職稱：校長 | 電話：03-8661223 |
| 傳真：03-8662431 | 手機：0928568945 |
| E-mail：[lsm588@ms38.hinet.net](http://tw-mg31.mail.yahoo.com/yab-fe/mu/MainView?.src=neo&themeName=fresh&bn=54_9364&s=0&isFresh=1&bucketId=0&stab=1378785507005) | |
| 計畫聯絡人 | 廖研伶 | 職稱：生教組長 | 電話：03-8661223\*206 |
| 傳真：03-8662431 | 手機：0933-313-664 |
| E-mail：a123vs456@mail.phps.hlc.edu.tw | |
| 全程計畫期程 | 民國105年8月 29 日 至 106年 6 月 30 日 止 | | |
| 全程計畫經費 | 5000元 | | |

**貳、背景分析及學校概況**

一、學校教職員人數：17人

二、學校學生人數：40人

**三、全民健保(正確用藥)狀況概述**

（一）對全民健保有正確認知有待改善之處

本校位處傳統務農集村,社經地位不高,部分家長對於健康知識不足,與社區長輩常有自行購買成藥,或是重複就醫拿慢性處方藥等情形,加上用藥知識不足,影響層面廣泛,故從基礎教育學童來影響家中長輩以導正全民健保(正確用藥)之觀念。

　　（二）目前推動方式：

　 1.播放健保宣傳影片使學生認識二代健保並將相關影片公告於國小網站上

供家長近一步了解健保資訊。

2. 健康中心提供齲齒防治、視力檢查、用藥概念等健康服務、傷病服務與矯治追蹤。

3.低年級參訪衛生所,進行珍惜醫療資源觀念宣導(偕同護理師)。

4.冬至節慶活動向家長宣導，從家庭教育著手，珍惜健保資源。

5.校內辦理低年級創意健保卡設計比賽。

6.配合縣府辦理正確用藥教育創意藝文(標語宣傳單比賽.四格漫畫)比賽

將課程與藝文競賽結合,將正確用藥納為健康生活學習的一環。

**四、口腔衛生狀況概述**

（一）學生之口腔衛生概況及有待改善之處

104學年度全校學童87%接受齲齒檢查，罹患齲齒比例為，105學年度接受齲齒檢查，罹患齲齒比例為，雖積極安排牙醫師到校治療，惟改善情形仍有限，必須持續加強口腔保健之宣導及齲齒治療與改善。

　　（二）教師之口腔衛生概況及有待改善之處：

目前牙醫駐診僅做學生之安排，教職員之健康服務僅實施衛教宣導及鼓勵定期健檢。

　　（三）目前推動方式：

　 1.學生在校實施晨間以及午餐後兩次刷牙。

2.學生確實登錄潔牙紀錄表，紀錄每天早上、午餐後、晚餐後以及睡前共四次紀錄，以了解學生潔牙情形。

3.健康中心提供口腔檢查齲齒防治、視力檢查等健康服務及學生個別衛教，即時傷病服務與矯治追蹤。

4.學校親職教育向家長宣導口腔衛生，從家庭教育著手，學童恆牙大臼齒

齒溝隙封填或塗氟，降低蛀牙。

5.每週施行一次含氟漱口水。

6.每學期牙醫師駐診、齲齒填補矯治。

(四)本校全校學生歷年口腔健康檢查結果統計表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 年度 | 103.09 | 104.09 | 105.09 |
| 全校總人數 | 46 | 45 | 40 |
| 口腔檢查人數 | 44 | 39 | 37 |
| 齲齒人數 | 22 | 23 | 31 |
| 治療人數 | 19 | 19 | 14 |

**五、健康體位狀況概況**

（一）學生概況及有待改善之處

104學年度第一學期全校學生數45人，體位過重、輕者12人，佔人數比例26.6%。105學年度第一學期全校學生數40人，體位過重、輕者11人，佔人數比例27.5%。

　 （二）教師概況及有待改善之處

教師工作壓力大，僅有少數教師有運動習慣，建議教職員公平日養成運動健身習慣。

　 （三）目前推動方式：

1.推動體能運動，透過遊戲競賽，擴大讓學生對於體育活動的參與。

2.多元化課間活動，增加學生運動機會。

3.週三下午教師進修增設團體運動進修課程。

4.搭配學校校刊宣導運動相關訊息。

5.落實指導學童體適能檢測，並協助全校學生藉由運動以及飲食改善體位。

6.定期追蹤體位過輕及過重學生狀況。

7.與家長保持聯絡，學生身體狀況透明化，一同為學生健康把關。

8.提供學生健康飲食資訊，每學期與營養師配合，到校做營養教育宣講並配合健康課程做多方面宣導。

9.學校推廣健康飲食習慣，宣導天天五蔬果，養成均衡飲食行為。

**參、計畫工作內容（此為必辦）工作步驟或項目請分點具體說明**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **一、健康政策**  **(健康體位)** | 工作步驟或項目 | | 評價指標 | | |
| （一）訂定健康促進辦法-提升體適能與健康體位 | 1. 健康體位融入教學 2. 健康飲食-天天五蔬果宣導 3. 每學期期初檢測學生身高與體重 4. 每學期營養師到校營養教育宣導，讓學生了解均衡飲食的重要性。 5. 期初期末體適能檢測 6. 定期辦理體適能檢測 7. 每學期辦理三次體育競賽活動。 | | 促進健康體位推動辦法乙式 | | |
| **二、健康教學** | **工作內容** | | **評價指標** | | |
| （一）**健康體位**之推動 | | | | | |
| 1.教學面： |  | | |  | |
| （1）健康教育教學 | 1.利用課間活動時間進行跑歩或健康操活動。  2.指導學生了解運動對健康的重要性。  3.辦理營養教育及正常化教學。  4.蒐集健康體位相關議題資料。  5.結合健康教育，讓師生透過健康體能活動、健康飲食宣導以達到健康體位的成效。 | | | 教學記錄或教案活動記錄或照片 | |
| (2) 各科融入教學 | 於健康課程中融入體重控制及營養均衡課程。 | | | 教學記錄或教案  活動記錄或照片 | |
| 2.教學活動面： |  | | |  | |
| (1) 辦理健康檢查活動 | 1.期初檢測學生身高與體重。  2.定期追蹤學生狀況。 | | | 教學記錄或教案  活動記錄或照片 | |
| (2) 辦理體能比賽 | 1.每學期辦理三次全校性體育競賽。 | | | 照片 | |
| (3)辦理健康飲食宣導活動 | 1.午餐供應廠商蒞校辦理午餐營養教育課程  2.健康飲食衛教宣導活動 | | | 教學記錄或教案  活動記錄或照片 | |
| 進行培育學生健康運動技能之相關推動工作 | | * 1. 利用課間進行樂活運動活動(健康操、球類競賽)培養學生規律運動習慣、增進體能、改善肥胖體位。   2. 每學期辦理全校性體育競賽，提升校內運動風氣。   3. 積極辦理體適能檢測與追蹤。 | | | 活動記錄或照片 |
| 進行培育學生健康飲食技能之相關推動工作 | | 1.辦理午餐營養教育課程  2.健康飲食衛教宣導活動  3.開設健康飲食營隊從實做中改善不良體位 | | |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **一、健康政策(正確用藥暨**口腔 | 策略 | 評價指標或方法 |
| (一) 訂定學校健康促進推動辦法 | 1. 召開學校委員會（健康促進委員會），決定目標及健康議題。 2. 訂定105年度健康促進計畫。 3. 進行現況分析及需求評估。 4. 修正學校健康促進推動辦法。   5.實施學期初、學期末之健康促進前後問卷調查。  6.導師針對學生潔牙工作落實查核,執行學生牙刷用具汰換。  8.定期實施牙茵斑檢測工作。  9.請牙醫師來校作定期塗氟與治療。  10.每週一次固定實施以含氟漱口水漱口。 | 推動辦法計畫乙式 |
| （二）訂定學校口腔衛生改善計畫 | 改善計畫乙式 |
| (三)訂定「防制學生藥物濫用三級預防」實施計畫 | 增加保護因子方面  1.充實教師藥物濫用防制知能：本校不定期舉辦藥物濫用防制知能研習、專題演講等活動，以增進教師藥物濫用防制相關知能，提昇防制成效。  2.加強「藥物濫用防制」宣導教育 |  |
| 1. 成立學校推動小組   （組織分工圖） | 詳如附件 | 學校推動小組組織辦法乙式及分工表 |
| **二、健康教學** | 策略 | 評價指標或方法 |
| **進行全校之全民健保(正確用藥)推動** | | |
| 1.教學面： |  |  |
| （1）健康教育教學 | 1.將口腔衛生健康議題，依據學校本位及創造力的原則發展學生之自主性課程，與學校本位課程配合銜接。  2.創意藝文成果觀摩。 | 活動記錄或照片 |
| (2) 各科融入教學 | 1.融入課程（健體、生活等生活技能教學  2.結合能力指標融入相關課程教學：配合健康、綜合教學機會加強相關之常識施教。 | 教學記錄活動記錄或照片 |
| 2.教學活動面： |  |  |
| 1. 落實潔牙活動 2. **正確用藥**五大核心能力 | 1.晨間潔牙：8:30~8:40  2.午餐後潔牙：落實  3.牙菌斑顯示劑、含氟漱口  水及牙齒塗氟等。  4.結合能力指標融入**正確用藥**課程教學  4.其他宣導活動:參訪衛生所、潔牙紀錄表、聯絡簿勾稽、潔牙小天使、情境佈置等。 | 教學記錄  活動記錄  或照片 |
| (2) **辦理珍惜健保**  **活動相關比賽** | 1.辦理多樣性的全校活動，如 海報展、創意健保卡設計成果展、學藝宣傳單設計競賽、朝會有獎徵答..等活動。  2.配合「牙醫巡迴醫療服務」辦理師生口腔檢查及齲齒矯治以節省健保資源治療癌症支出 | 教學記錄或教案  活動記錄或照片 |
| **三、社區面** | 策略 | 評價指標 |
| 對於社區或家長進行  正確用藥議題與相關宣導 | * 1. 提供正確用藥等資訊，以供學生及家長參閱。   2. 配合親職座談宣導**全民健保(正確用藥)**的重要性。   3. 邀請家長會及社區內相關團體，如衛生所、社教站..等.制定發展健康促進學校的健康衛生政策，並尋求資源以建立社區健康模式架構。   4. 由衛生所護理人員進入校園服務方式推動健康促進教育等相關議題宣導與活動。 | 宣導記錄或照片 |
| **四、環境營造** | 策略 | 評價指標 |
| 針對推動議題進行學校相關海報或標語布置 | * 1. 健康促進宣導文宣及紅布條掛明顯處。   2. 搜集關於健康促進相關議題新知識於網站資料。 | 照片或文件 |
| **五、健康服務** | 策略 | 評價指標 |
| 進行口腔衛生狀況調查  全民健保(正確用藥)傳單張貼聯絡簿以落實於家庭 | * 1. 聘請牙醫師蒞校檢查將牙齒檢查結果記錄於健康檢查記錄卡上並發通知單予家長。   2. 善用海報及宣傳單告知家長正確用藥資訊 | 活動記錄或照片 |
| **六、健康技能** | 策略 | 評價指標 |
| 進行學生潔牙技能的相關推動工作 | 1. 每日實施餐後潔牙活動。 2. 辦理結牙相關藝文競賽。   3.各班推選「衛生小天使」協助衛生保健工作。  4.各班推選「潔牙小天使」，協助班級學生潔牙工作檢查與記錄。 | 活動記錄或照片 |

**肆、預定進度**甘特圖Gantt Chart（含各月份之工作項目）。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月 份  工作項目 | 8  月 | 9  月 | 10  月 | 11  月 | 12  月 | 1  月 | 2  月 | 3  月 | 4  月 | 5  月 | 6  月 | 7  月 |
| 訂定學校全民健保(正確用藥)  推動辦法 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 成立學校推動小組 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行全校之全民健保(正確用藥)推動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 對於社區或家長進行健康體位、口腔衛生聯繫或正確用藥宣導 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 針對推動議題海報或標語布置 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行健康檢查/口腔衛生狀況調查 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行潔牙技能的推動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行培育學生健康運動之相關推動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行培育學生健康飲食技能之相關推動工作 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 進行全民健保/正確用藥的推動 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**伍、經費需求**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 編號 | 項目 | 數量 | 單價 | 總價 | 說明 |
| 1 | 足球4號 | 5顆 | 290 | 1450 | 健康體育設備 |
| 2 | 宣導品 | 40份 | 50 | 2000 | 班際競賽成果影印  (50元/每人) |
| 3 | 禮券 | 3張 | 100 | 300 | 比賽獎品 |
| 4 | 獎品 | 1次 | 1250 | 1250 | 校際闖關活動獎品  (30元/每人) |
| 合 計 | | | | 5000元 |  |

**附件：推動小組成員及分工**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 計畫職稱 | 現職 | 姓名 | 職責 |
| 召集人 | 校長 | 李思明 | 綜理健康促進學校推行督導事宜 |
| 副召集人 | 教導主任 | 溫麗雲 | 策定健康促進學校執行計畫並推動實施  負責規劃與執行家長宣導及溝通之活動 |
| 總務主任 | 張良玫 | 規畫健康促進學校之硬體設備相關工作  負責「校園安全」預防工作 |
| 執行委員 | 教學組長 | 謝國祥 | 負責健康促進主題融入相關課程的規劃 |
| 訓育組長 | 廖研伶 | 負責健康促進學校體育活動的規劃及執行 |
| 六年級 | 張上彥 | 進行統整課程，將各主題融入課程。 |
| 五年級 | 梁詩盈 |
| 四年級 | 黃羚蓉 |
| 三年級 | 林義香 |
| 二年級 | 魏秋寶 |
| ㄧ年級 | 吳沂澕 |
| 健康中心 | 張玉霓 | 每學期身高、體重測量及口腔追蹤矯正 |
| 家長會會長 | 王福裕 | 協助健康促進學校家長之宣導及溝通 |