

臺中市○○國民中(小)學 105 學年度健康促進學校計畫

學校名稱	區	班級總數	
學校地址			
必選議題			
自選議題 (至少選一項)			
健康促進 承辦人	姓名：	E-mail：	
	聯絡電話：	傳真：	

承辦人：

單位主管：

校長：

# 臺中市○○國民中(小)學辦理

## 105 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言

二、計畫依據

三、背景說明：針對學生健康狀況分析、在地化特色及推動議題重點。

(下表供參--請依據 104 學年度學生健康資訊系統資料填寫)

項目	指標	本校	本市	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率		國小 48.25% 國中 75.78%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以下 <input type="checkbox"/> 高於本市平均值尚需努力
	視力不良就醫率		國小 85.46% 國中 78.98%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以上 <input type="checkbox"/> 低於本市平均值尚需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率〈一、四、七年級〉		小 1-52.56% 小 四-48.97% 國中-36.50%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以下 <input type="checkbox"/> 高於本市平均值尚需努力
	學生齲齒複檢率〈一、四、七年級〉		小 1-87.80% 小 四-84.83% 國中-85.57%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以上 <input type="checkbox"/> 低於本市平均值尚需努力
健康體位	學生體位過輕率		國小 8.01% 國中 6.91%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以下 <input type="checkbox"/> 高於本市平均值尚需努力
	學生體位過重及肥胖率		國小 27.92% 國中 28.44%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以下 <input type="checkbox"/> 高於本市平均值尚需努力

學生體位適中率	國小 64.07%	<input type="checkbox"/> 符合本市平均值以上 <input type="checkbox"/> 低於本市平均值尚需努力
	國中 64.65%	

#### 四、成效指標及預期效益

指標請自行增列，應列入以下成效指標內容，：

- 1.健康體位-體位過輕比率、體位肥胖比率、體位適中比率
- 2.口腔保健-學生初檢齲齒率、學生齲齒矯治率
- 3.視力保健-學生裸視視不良率、視力不良學生就醫率
- 4.菸檳防制-無菸校園率、學生吸菸率、無檳校園率、學生嚼食檳榔率
- 5.性教育(含愛滋病防治)
- 6.正確用藥(含全民健保)

(下表供參)

推動議題	成效指標說明 (成效指標計算公式如附件)
健康體位	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 體位過輕率。</li> <li>2. 體位肥胖率。</li> <li>3. 體位適中率。</li> <li>4. 體位過重率</li> <li>5. 每天吃早餐平均達成率</li> <li>6. 睡足 8 小時平均達成率</li> <li>7. 目標運動量平均達成率</li> <li>8. 學生喝白開水不喝含糖飲料平均達成率</li> </ol>
視力保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生裸視視力不良率。</li> <li>2. 視力不良學生就醫率。</li> <li>3. 規律用眼 3010 達成率。</li> <li>4. 天天戶外活動 120 達成率。</li> </ol>
口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生初檢齲齒率。</li> <li>2. 學生齲齒就醫率。</li> <li>3. 學生午餐餐後潔牙率。</li> <li>4. 學生每天平均刷牙次數。</li> </ol>

正確用藥	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 遵醫囑服藥率。</li> <li>2. 學生家庭具有用藥諮詢電話比率。</li> <li>3. 不過量使用止痛藥比率。</li> <li>4. 辦理正確用藥(或全民健保)宣導活動 1 場次</li> </ol>
菸檳防制	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 無菸校園率。</li> <li>2. 校園二手菸曝露率。</li> <li>3. 學生吸菸率。</li> <li>4. 吸菸學生參與戒菸率</li> <li>5. 菸害衛教種子教師人數。</li> <li>6. 無檳校園率。</li> <li>7. 學生嚼食檳榔率。</li> </ol>
性教育(含愛滋病防治)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 性知識正確率</li> <li>2. 性態度正向率</li> <li>3. 接納愛滋感染者比率。</li> <li>4. 辦理性教育或愛滋病防治宣導活動 1 場次</li> </ol>

## 五、實施策略：

1. 應訂定達成六大議題指標之**具體可行的策略**。
2. 應條列說明推動事項，如：通過學校衛生委員會、建橫向組織網絡、結合相關單位、提供資源及修正相關規定、辦理增能活動、及前後測成效評價辦理之規劃等。

(下表供參)

六大範疇	實施策略/具體內容
學校衛生政策	
學校社會環境	
學校物質環境	
健康教育課程及活動	
社區關係	
健康服務	

## 六、健康促進學校人力配置

## 七、附件：(以下資料供各校參考，無需填報)

### 參考資料—各項成效指標資料收集方式

#### 1. 部訂指標項目

議題	指標名稱	定義	收集方式及工具
健康體位	學生體位過輕率	$\frac{\text{【體位過輕學生數】}}{\text{【受檢人數】}} \times 100\%$	健檢資料
	學生體位肥胖率	$\frac{\text{【體位肥胖學生數】}}{\text{【受檢人數】}} \times 100\%$	健檢資料
	學生體位適中比率	$\frac{\text{【體位適中的學生人數】}}{\text{【受檢人數】}} \times 100\%$	健檢資料
視力保健	全體裸視視力不良率	視力不良：係指裸眼視力 $\leq 0.8$ 者【經視力篩檢為視力不良的學生數】/【受檢學生數】 $\times 100\%$	健檢資料
	視力不良就醫率	$\frac{\text{【接受眼科醫師檢查之學生數】}}{\text{【視力篩檢結果為視力不良學生數】}} \times 100\%$	健檢資料
	定期就醫追蹤率 (簡稱追蹤率)	1. 定期就醫追蹤率 = $\frac{\text{【定期就醫追蹤學生人數】}}{\text{【視力異常學生人數】}} \times 100\%$ 備註：(當年度有就醫追蹤之學生數)/(所有經確診有視力問題須返診追蹤者)	學校每學期應至少評估一次學童治療方式與頻率，給予定期就醫之正確觀念。
口腔保健	學生初檢齲齒率	$\frac{\text{【經口腔診斷檢查結果為齲齒的學生人數】}}{\text{【受檢人數】}} \times 100\%$	健檢資料
	學生齲齒複檢率	$\frac{\text{【至合格牙科醫療院所就診的學生人數】}}{\text{【經口腔診斷檢查結果為齲齒的學生人數】}} \times 100\%$	健檢資料
菸檳防制	無菸校園率	無菸校園：指校內全面禁菸，不論教職員工生或是家長、廠商、社區民眾，進入校園皆不可吸菸。 無菸校園率 $\frac{\text{【無菸校園數】}}{\text{【學校總數】}} \times 100\%$	
	無檳校園率	無檳校園：指校內全面禁檳，不論教職員工生或是家	

		長、廠商、社區民眾，進入校園皆不可嚼食檳榔。 無檳校園率【無檳校園數】/【學校總數】×100%	
--	--	--	--

註：健康自主管理網 <http://action.cybers.tw>

## 2. 地方特色指標項目

議題	指標名稱	定義	收集方式及工具
健康 體位	學生睡足8小時比率	【達到每天睡足8小時目標之學生數】/【學生總人數】×100%	本市健康生活行為調查表
	學生目標運動量平均達成率	【達到每週累積210分鐘運動量目標之學生數】/【學生總人數】×100%	本市健康生活行為調查表
	學生多喝水目標平均達成率	【達到每天多喝水(每天喝足1500 c.c.)目標之學生數】/【學生總人數】×100%	本市健康生活行為調查表
	每天吃早餐平均達成率	【達到每天早餐目標之學生數】/【學生總人數】×100%	本市健康生活行為調查表
視力 保健	規律用眼 3010 達成率	1. 規律用眼 3010：係指護眼行動中有做到近距離用眼如閱讀寫字、注視4C螢幕時，都可以自我控制在每30分鐘內必間歇休息10分鐘，且一天注視4C螢幕總時量不超過1小時，及多至戶外中斷近距離注視等。 2. 規律用眼 3010 達成率=【3010行為達成人數/受調查人數】×100%	本市健康生活行為調查表、太陽日記卡
	天天戶外活動 120	戶外活動 120 達成率【每天戶外活動 120 分鐘達成人數/全校人數】	本市健康生活行為調查表、太陽日記卡
	高危險群體個案管理達成率	1. 高危險群體包含：低年級近視≥300度，不分年級學童≥600度、每學期度數增加≥50度、每年度數增加≥100度。 2. 【高危險群接受管理之學生數】/【全校近視高危險群學生總人數】×100%	視力不良複診單回條： 醫師診診斷為近視，並註明屈光度數之資料

	未就醫追蹤關懷達成率	【指導未就醫之視力不良學生數】/【視力不良未就醫學生總人數】×100%	複診單： (接受高度近視影片或相關衛生教育單張宣導之學生數)/(未繳回復診單或是逕自非眼科醫師確診的復診單張數)
	高危險群衛生教育宣導達成率	每學期應針對長效散瞳劑與角膜塑型片使用之學童或家長進行至少一次衛生教育宣導	學校活動紀錄
口腔保健	學生午餐餐後潔牙比率	【學生午餐餐後潔牙人數/學生總人數】	本市健康生活行為調查表
	學生每日平均刷牙次數	【學生每日刷牙次數總數/學生總人數】	學校調查
菸癮防制	學生吸菸率	【學生過去30天曾經吸菸人數/學生總人數】×100%	HPS 菸害防制問卷 問卷：第一部分第1題
	校園二手菸暴露率	【過去7日在校時有人在面前吸菸的學生數】/【學生總人數】×100%	HPS 菸害防制問卷 問卷：第一部分第3題
	吸菸學生參與戒菸率	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) 【吸菸學生參與戒菸人數】/【吸菸學生人數】×100%	學校調查
正確用藥	遵醫囑服藥率	【遵醫囑服藥人數】/【學生總人數】×100%	HPS 正確用藥問卷 問卷：第五部分第5題 (以選擇「否」者為遵醫囑服藥者)
	不過量使用止痛藥比率	【不過量使用綜合感冒藥人數】/【學生總人數】×100%	HPS 正確用藥問卷 問卷：第五部分第22題
	學生家庭具有用藥諮詢電話比率	【有藥師諮詢電話人數】/【學生總人數】×100%	HPS 正確用藥問卷 問卷：第五部分第13題
性教育 (含愛滋病防治教育)	性知識正確比率	問卷： 1. 國小版第一大題 2. 國中版第一大題 3. 高中版第一大題	HPS 性教育問卷
	性態度正確比率	問卷： 1. 國小版第二大題 2. 國中版第二大題	HPS 性教育問卷

		3. 高中版第二大題	
	接納愛滋感染者比率	問卷： 1. 國小版第三大題 2. 國中版第三大題 3. 高中版第三大題	HPS 性教育問卷