

臺中市115學年度健康促進學校 健康議題增能暨共識會議



報告者：劉宜蓁 科員

報告大綱

壹、成效指標及115學年度預期成效

貳、計畫內容與實施策略

參、115學年度本局預計辦理活動

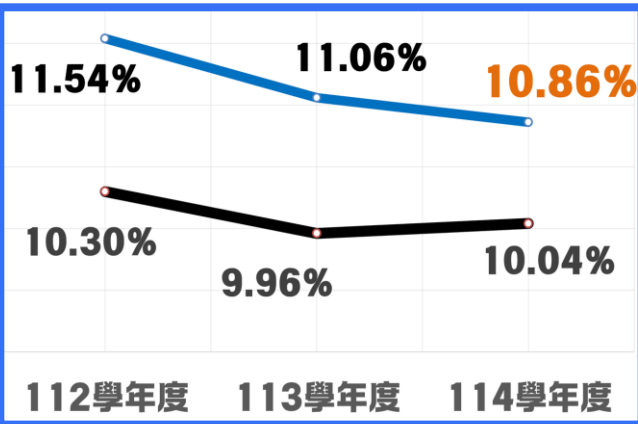
肆、各校115學年度應配合辦理事項

114學年度成效指標

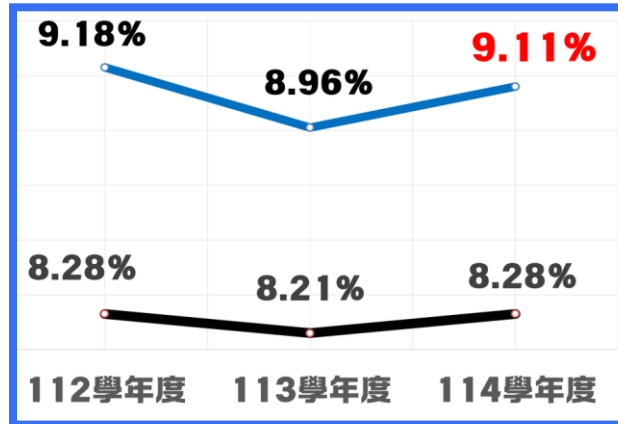
學生- 體位過輕率

★ 國中小及高中體位過輕率皆低於全國

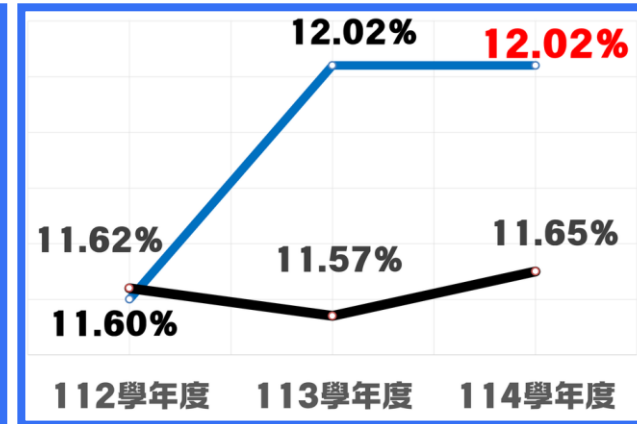
國小



國中



高中



綠字：優於全國

紅字：差於全國

橘色：差於全國

但持續進步

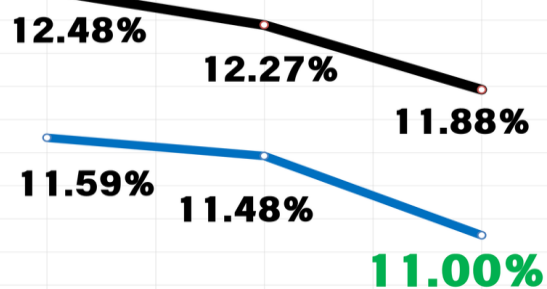
114學年度成效指標

學生- 體位肥胖率

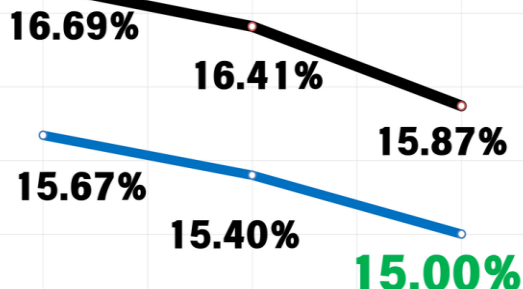
★ 國中小體位肥胖率低於全國

★ 高中體位肥胖率3年均高於全國

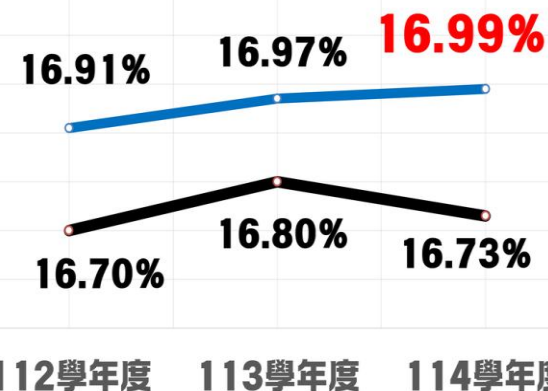
國小



國中



高中



綠字：優於全國

紅字：差於全國

橘色：差於全國

但持續進步

114學年度成效指標

學生- 初檢齲齒率

★ 國小近3學年度數據

皆優於全國

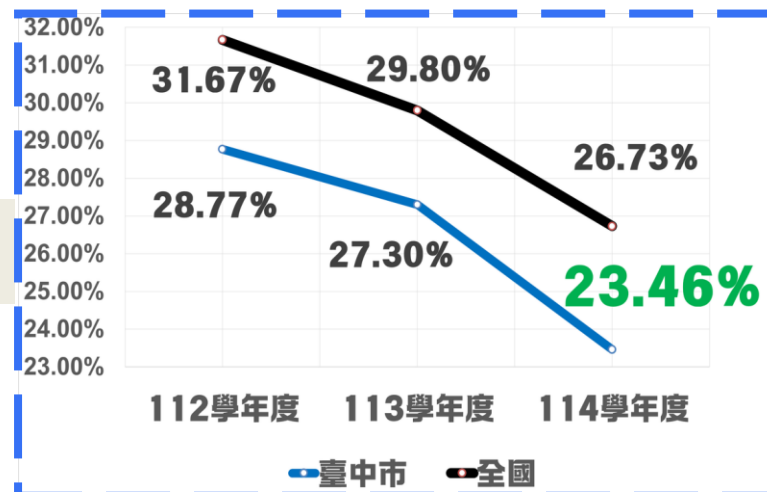
綠字：優於全國

紅字：差於全國

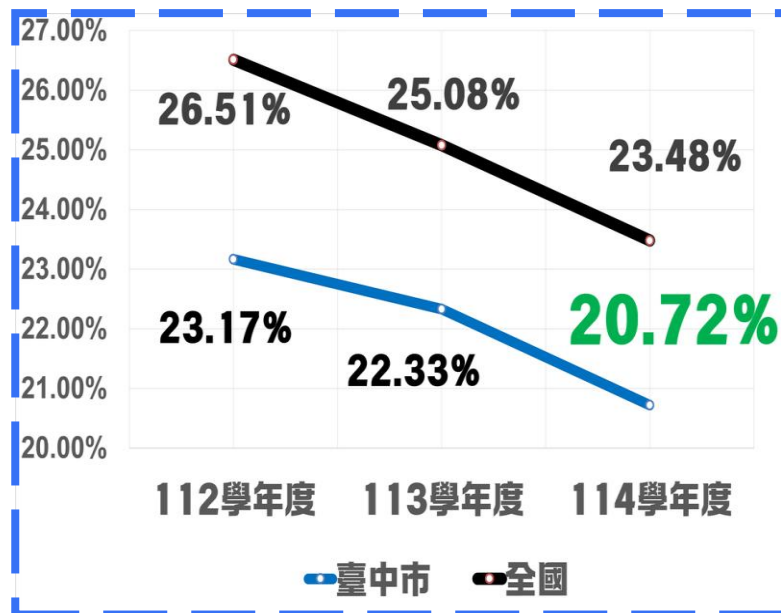
橘色：差於全國

但持續進步

小一



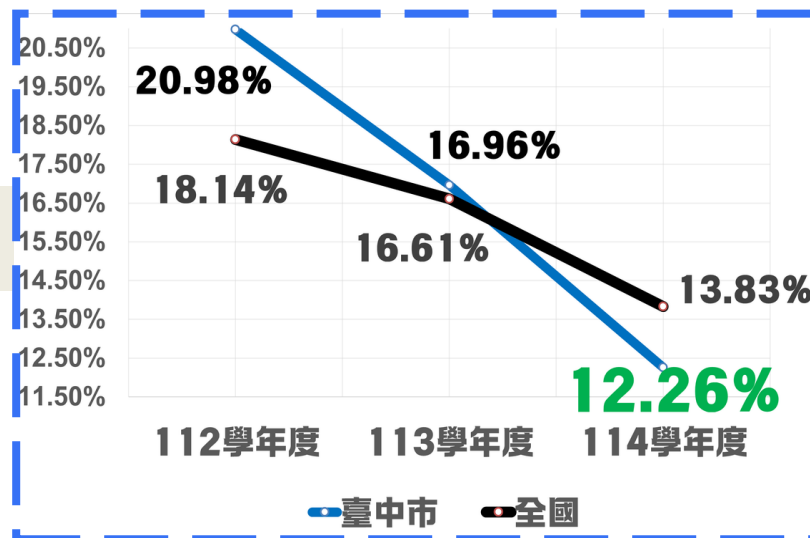
小四



114學年度成效指標

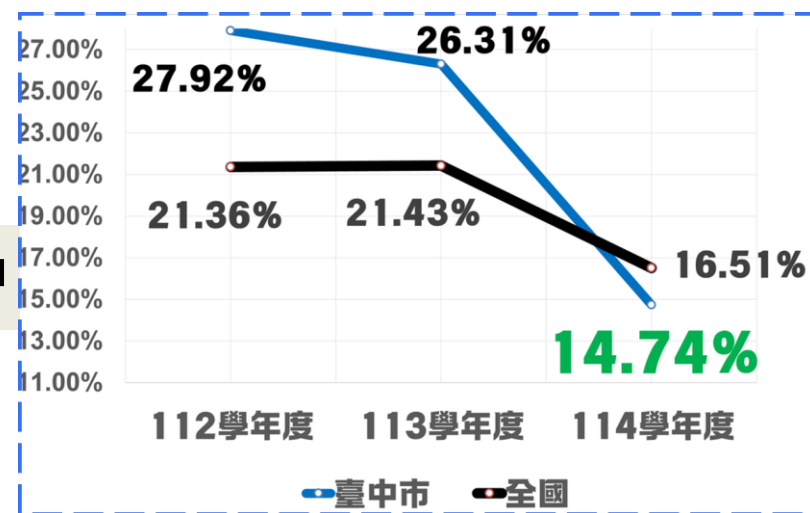
學生- 初檢齲齒率

國中



★ 國、高中近3學年度數據均逐步下降，
且114學年度優於全國。

高中



綠字：優於全國

紅字：差於全國

橘色：差於全國

但持續進步

114學年度成效指標

學生- 齲齒複檢率

小一

- ★ 小一齲齒複檢率仍低於全國平均、
小四齲齒複檢率近3學年度數據逐步提升，且114學年度優於全國。

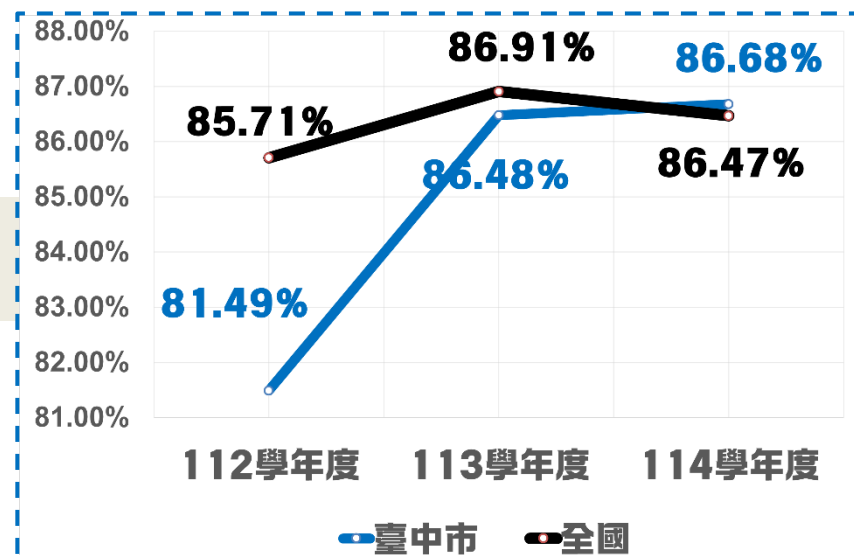
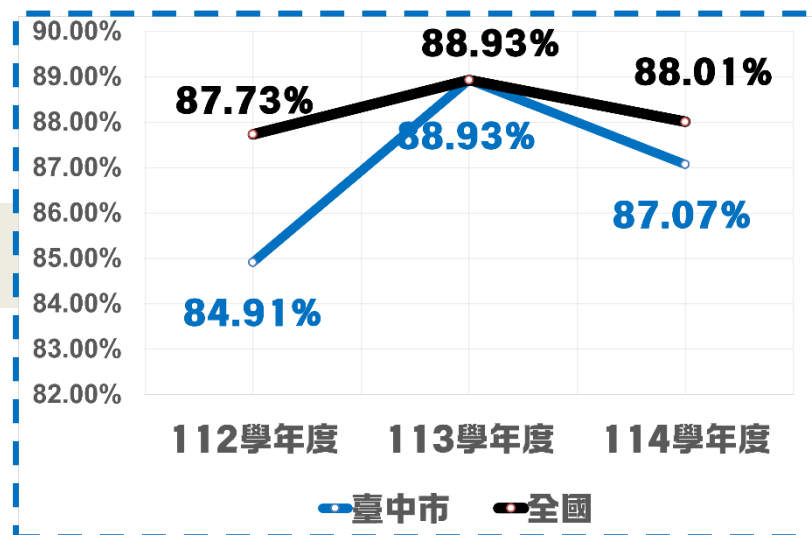
小四

綠字：優於全國

紅字：差於全國

橘色：差於全國

但持續進步

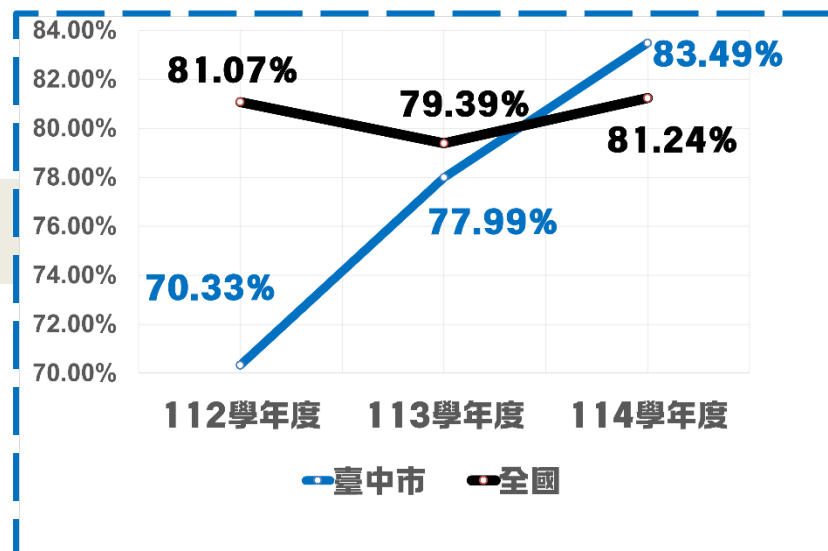


114學年度成效指標

學生- 齲齒複檢率

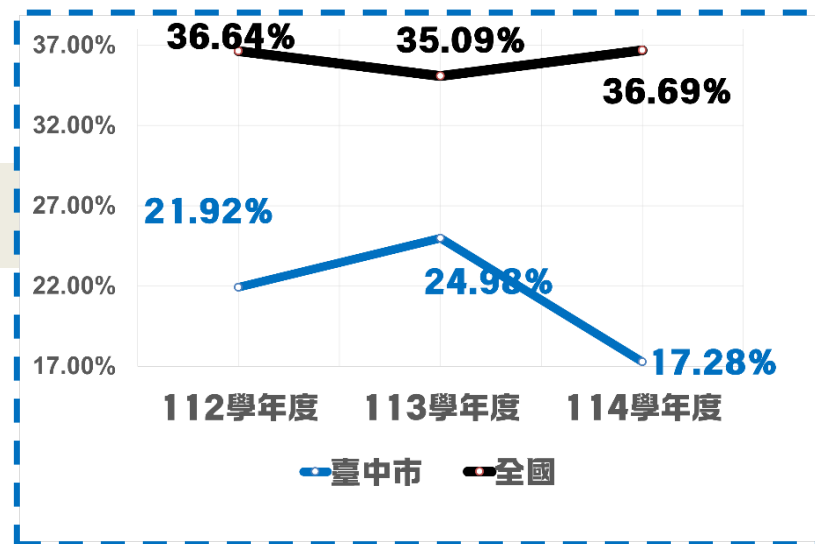
國中

- ★ 國中齲齒複檢率較113學年度進步，
且優於全國平均



高中

- ★ 高中齲齒複檢率均低於全國平均



綠字：優於全國

紅字：差於全國

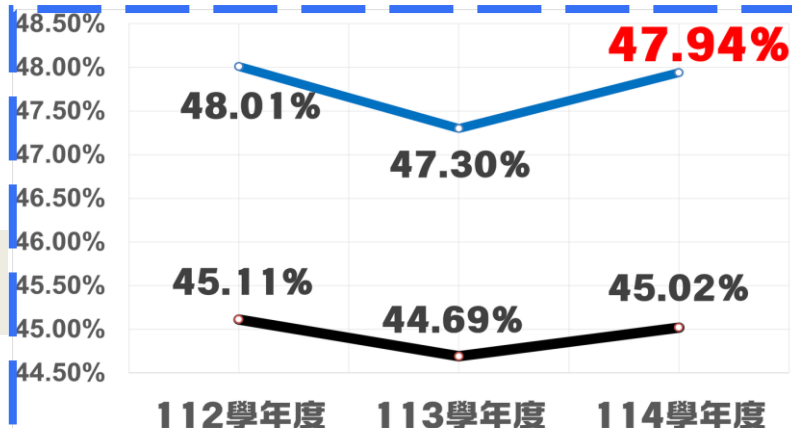
橘色：差於全國

但持續進步

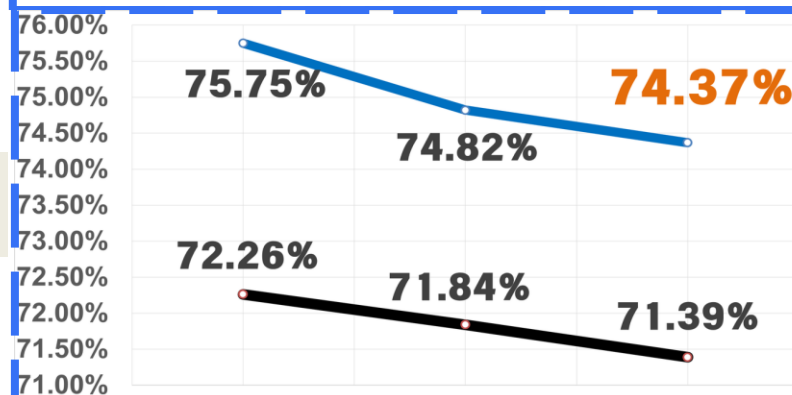
114學年度成效指標

學生-
視力不良率

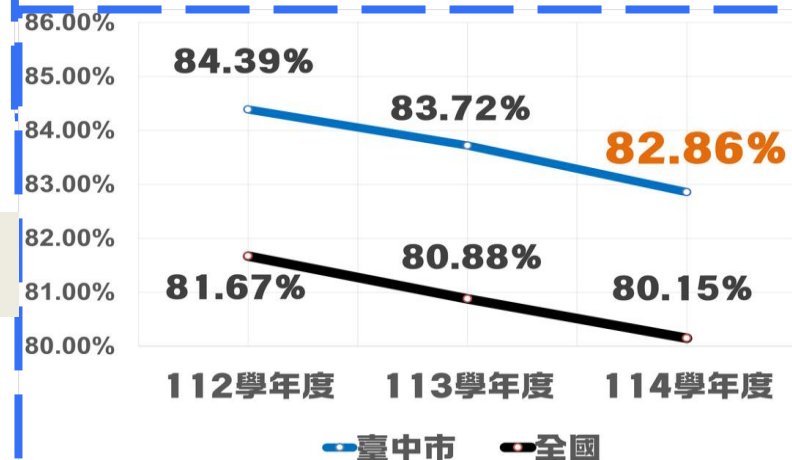
國小



國中



高中



- 國、高中數據皆持續進步
- 惟國小至高中數據仍高於全國

綠字：優於全國

紅字：差於全國

橘色：差於全國

但持續進步

114學年度成效指標

學生- 視力複檢率

★國小數據**持續進步**，

114學年度優於全國

★國、高中數據雖**低於全國**，
但近3學年度**皆持續進步**。

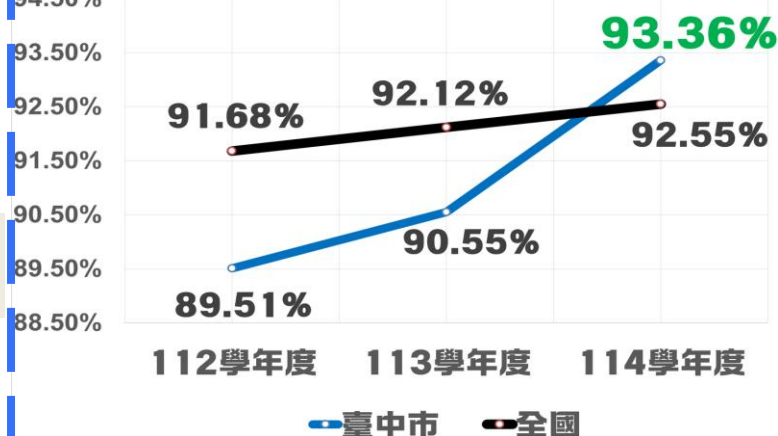
綠字：優於全國

紅字：差於全國

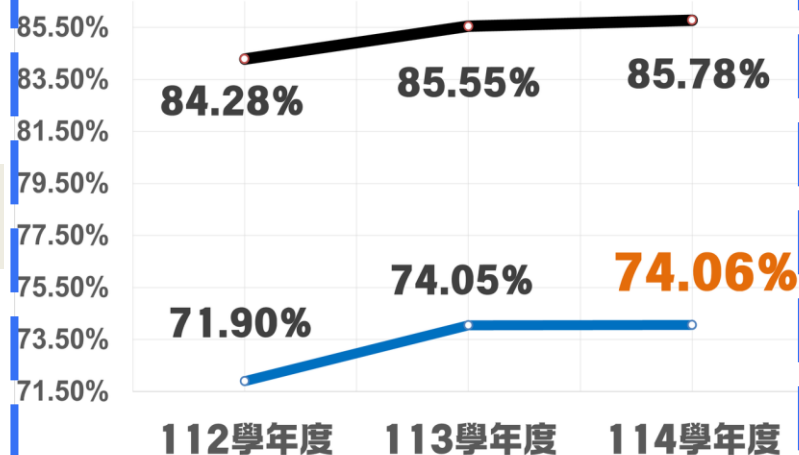
橘色：差於全國

但持續進步

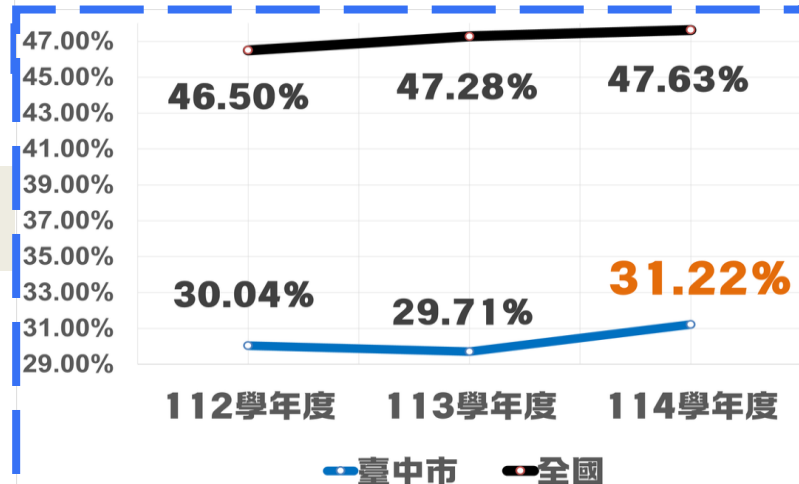
國小



國中



高中



114學年度成效指標

學生-吸菸率

國中 (107-114年度均低於全國平均)

高中 (114年度高於全國平均)

學生-使用電子煙率

高國中

(114年度均高於全國平均)

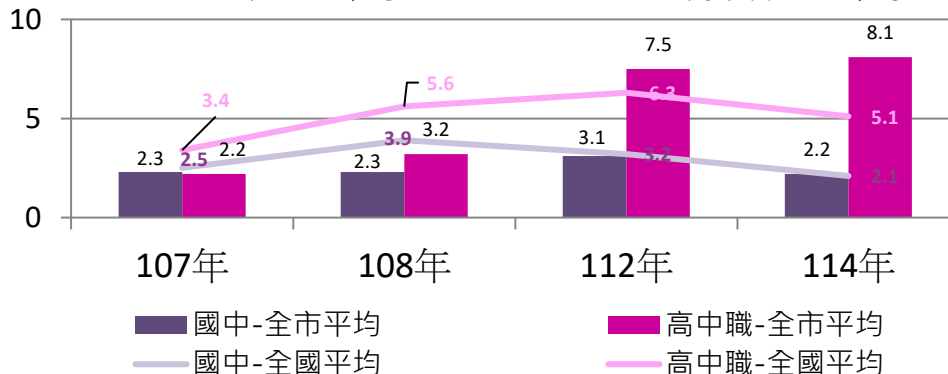
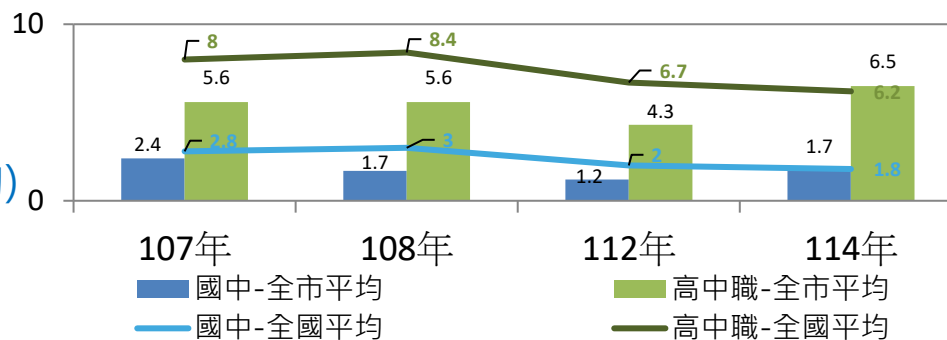
學生-嚼檳率

高國中

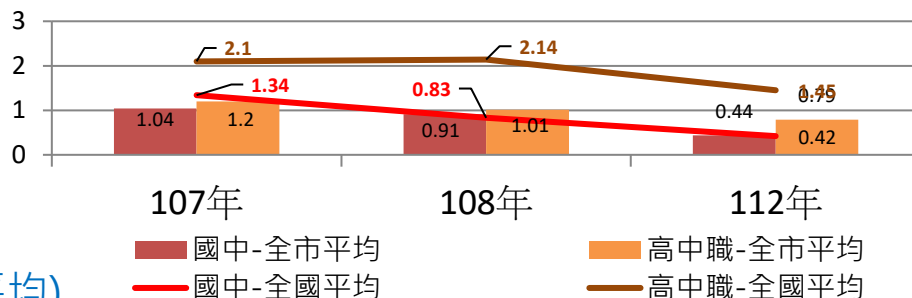
國中(112年低於全國平均)

高中職(107、108、112年均低於全國平均)

107至112年度本市高國中平均數據



107至108年度本市高國中平均數據





部定指標 (資料來源:教育部學生健康資訊系統)

健康議題	114學年度推動成果	115學年度預期成效
健康體位	國小學校-	國小學校-
	體位適中比率：67.27%	適中比率較114學年度增加1%
	體位過輕比率：10.86%	肥胖比率較114學年度下降1%
	體位過重比率：10.87%	過重比率較114學年度下降1%
	體位肥胖比率：11%	過輕比率較114學年度下降1%
	國中學校-	國中學校-
	體位適中比率：64.58%	適中比率較114學年度增加1%
	體位過輕比率：9.11%	肥胖比率較114學年度下降1%
	體位過重比率：11.32%	過重比率較114學年度下降1%
	體位肥胖比率：15%	過輕比率較114學年度下降1%
	高中學校-	高中學校-
	體位適中比率：58.42%	適中比率較114學年度增加1%
	體位過輕比率：12.02%	肥胖比率較114學年度下降1%
	體位過重比率：12.57%	過重比率較114學年度下降1%
	體位肥胖比率：16.99%	過輕比率較114學年度下降1%



部定指標 (資料來源:教育部學生健康資訊系統)

健康議題	114學年度推動成果	115學年度預期成效
口腔衛生	國小學校-	國小學校-
	小一未治療齲齒率：23.46%	未治療齲齒率較114學年度下降1%
	小四未治療齲齒率：20.72%	
	小一齲齒複檢率：87.07%	複檢齲齒率較114學年度增加1%
	小四齲齒複檢率：86.68%	
	小四生窩溝封填施作率：27.66%	小四生窩溝封填施作率較114學年度增加1%
	國中學校-	國中學校-
	未治療齲齒率：12.26%	未治療齲齒率較114學年度下降1%
	齲齒複檢率：83.49%	複檢齲齒率較114學年度增加1%
	窩溝封填施作率：3.54%	窩溝封填施作率較114學年度增加1%
	高中學校-	高中學校-
	未治療齲齒率：14.74%	未治療齲齒率較114學年度下降1%
	齲齒複檢率：17.28%	複檢齲齒率較114學年度增加1%
	十年級窩溝封填施作率：6.12%	十年級窩溝封填施作率較114學年度增加1%



部定指標 (資料來源:教育部學生健康資訊系統)

	114學年度推動成果	115學年度預期成效
視力保健	國小學校-	國小學校-
	視力不良率：47.94%	視力不良率較114學年度下降1%
	國小惡化率：7.56%	國小惡化率較114學年度下降1%
	就醫複檢率：93.36%	就醫複檢率較114學年度增加1%
	國中學校-	國中學校-
	視力不良率：74.37%	視力不良率較114學年度下降1%
	國中惡化率：4.06%	國中惡化率較114學年度下降1%
	就醫複檢率：74.06%	就醫複檢率較114學年度增加1%
	高中學校-	高中學校-
	視力不良率：82.68%	視力不良率較114學年度下降1%
	高中惡化率:-0.55%	高中惡化率較114學年度下降1%
	就醫複檢率：31.22%	就醫複檢率較114學年度增加1%



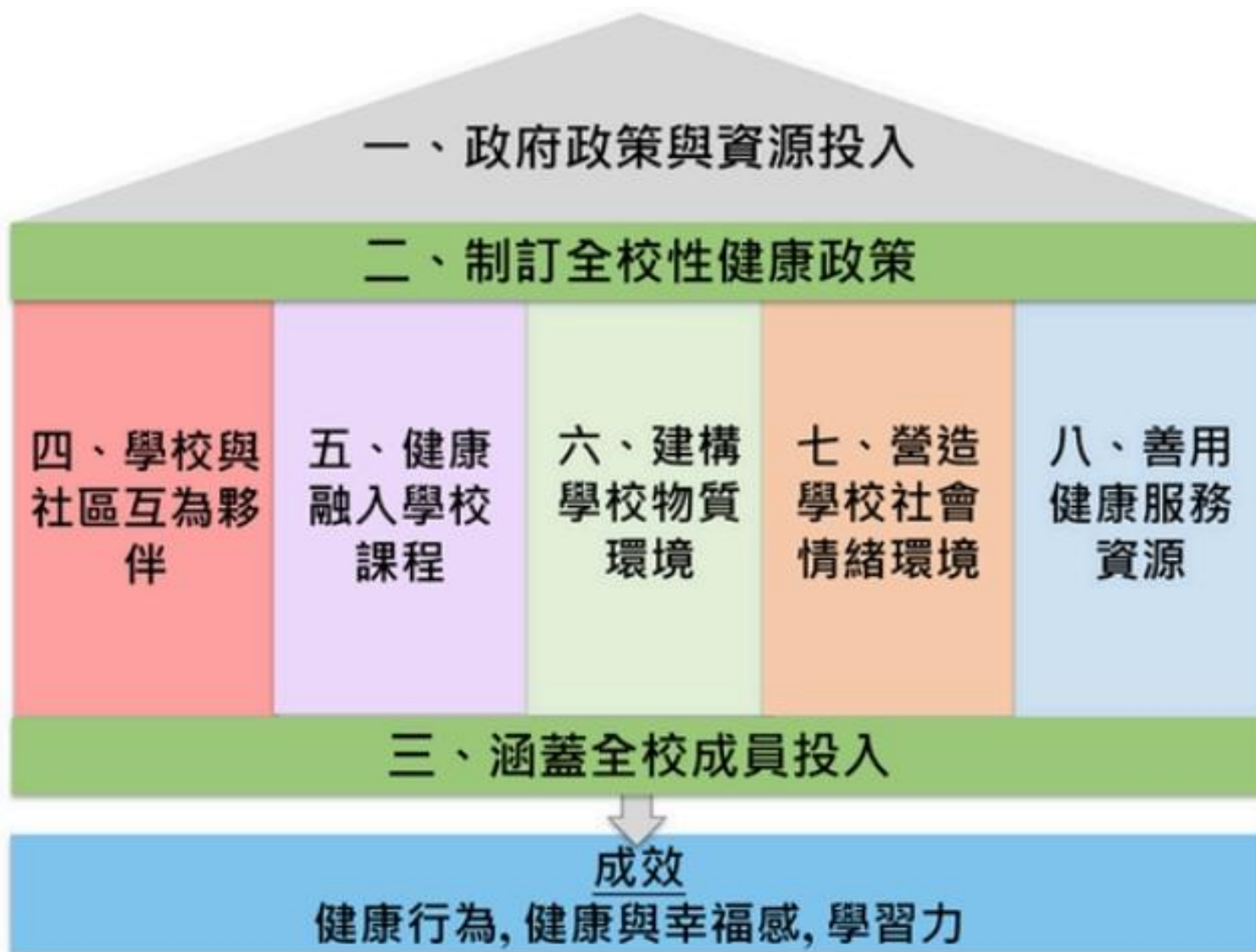
地方指標 (資料來源:學生健康生活問券調查)

健康議題	114學年度推動成果(後測)	115學年度預期成效
健康體位	學生飲水量達成率88.04%	學生飲水量達成率較114學年度增加1%
	學生睡眠時數(睡滿8小時)達成率90.76%	學生睡眠時數(睡滿8小時)達成率較114學年度增加1%
	學生運動量(每天30分鐘)達成率94.55%	學生運動量達成率較114學年度增加1%
	學生一日蔬菜建議量(天天5蔬果)達成率90.83%	學生一日蔬菜及水果建議量達成率較114學年度增加1%
口腔衛生	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率75.06%	學生午餐後搭配含氟牙膏(超過1000ppm)潔牙比率較114學年度增加1%
	學生睡前潔牙比率96.92%	學生睡前潔牙比率較114學年度增加1%
視力保健	規律用眼3010達成率75%	規律用眼3010達成率較114學年度增加1%
	戶外活動120達成率85.74%	戶外活動120達成率較114學年度增加1%



健康議題	114學年度推動成果(後測)	115學年度預期成效
性教育 (含愛滋病防治)	本市高級中等以下學校皆辦理性教育宣導活動	各校辦理性教育宣導活動至少1場次
	性知識答對率78.12%	性知識答對率較114學年度增加1%
	性態度正向率96.83%	性態度正向率較114學年度增加1%
	接納愛滋感染者比率97.39%	接納愛滋感染者比率較114學年度增加1%
菸檳防治	學生吸菸(煙)率11.05%	學生吸菸(煙)率較114學年度下降1%
	學生嚼檳率10.9%	學生嚼檳率較114學年度下降1%
	校園二手菸暴露率18.31%	校園二手菸暴露率較114學年度下降1%
	吸菸(煙)學生參與戒菸(煙)率83.88%	吸菸(煙)學生參與戒菸(煙)率達100%
正確用藥暨 全民健保	對全民健保有正確認知比率96.83%	對全民健保有正確認知比率較114學年度增加1%
	遵醫囑服藥率96.9%	遵醫囑服藥率較114學年度增加1%
	使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率93.9%	使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率較114學年度增加1%
正向心理	心理健康正確知識答對率91.68%	正向心理健康指數達90%以上 -正向情緒/正向參與/正向關係/正向意義/正向成就
	心理健康正向態度率95.59%	
	健康生活品質指標把握率94.76%	

計畫內容與實施策略



計畫內容與實施策略

二、各健康議題重點實施策略：

(一)視力保健議題

訂定國小跳繩運動推動計畫，鼓勵學生課間走出教室

要求各校積極宣導「規律用眼3010」「天天戶外活動120」觀念

落實視力篩檢及追蹤矯治

與本市驗光師公會合作推動視力保健到校宣導，鼓勵學校辦理親職講座

學期開學前落實班級教室照度檢測及宣導教室環境安排適切性

請各校教學依據「使用電子化設備進行教學」規定辦理，需符合3010原則

推動「陪你長大」可調式課桌椅計畫



(二)口腔衛生議題-

要求各校落實午餐後潔牙並搭配使用1000ppm含氟牙膏潔牙；四年級以上學童宣導使用牙線

配合衛福部政策，落實含氟漱口水及食鹽加氟措施

規範學校含糖飲料不進入校園，禁止以含糖飲料獎勵學生

與本市牙醫師公會合作辦理國小潔牙觀摩及潔牙微電影競賽

每學年度落實口腔篩檢及追蹤矯治

請學校加強宣導政府補助國小一至六年級學童窩溝封填



臺中市政府 衛生局
Health Bureau of Taichung City Government

公告訊息 機關簡介 業務資訊 業務服務 服務專區 便民服務 各類服務專區

現在位置 > 首頁 > 便民服務 > 好康服務 > 口腔預防保健服務 > 服務資訊

臺中市115年辦理口腔預防保健服務資訊

補助對象及實作時程

- 兒童牙齒塗氟服務

- 0歲至進入國小當年度之6月31日止，每半年補助一次。
- 未滿12歲之低收入戶、本人、設籍原民族居住地區、偏遠及離島地區兒童，每三個月補助一次。

- 窩溝封填保健服務

國小一至六年級學童，需作年齡條件：72個月(6歲)至就學年，出生年月日144個月(未滿12歲)

- 全身障礙者門診服務
- 注意事項

A. 請攜帶健保卡
B. 本市提供兒童牙齒塗氟、窩溝封填及全身障礙者診斷斷名單如下方附件，建議可事先向診所詢問服務費用並進行預約。

<https://www.health.taichung.gov.tw/26198/27065/27068/2149408/2155891/2156726>

(三)健康體位議題-

落實「健康體位85210」策略，作為推動核心理念

推動普及化運動及鼓勵學校增設運動社團，培養學生規律運動之習慣

校園營養師認輔全市學校，巡迴到校辦理營養教育講座

校園營養師提供各校營養午餐菜單建議事項，據以作為午餐菜單調整之依據，讓校內學生皆能享用符合健康原則之營養午餐

推動「校園健康啟動計畫」，包含校園愛「動」、「食」創意提案



(四)性教育-

以教育部國民及學前教育署「健康與體育領域」課綱為教學主軸

為立法院第8屆第6會期第18次會議修正人類免疫缺乏病毒傳染防治及感染者權益保障條例部分條文，附帶決議：「各級學校學生每學期至少接受1小時、教職員至少2小時之性教育（含愛滋病防治）宣導」，要求各校至少辦理性教育宣導活動1場次

若有講師需求者，可致電或寫信至台灣性教育學會或杏陵醫學基金會

每學年度(寒假)辦理研習培訓高級中等以下學校性教育種子教師

補助高級中等以下學校友善提供多元生理用品推動方案



(五)菸檳防制-

配合菸害防制法修法，落實無菸校園，要求各校將類菸品（含電子煙）及加強管制指定菸品（含加熱菸）納入校規規範

要求各校協助追查校園類菸品（含電子煙）及加強管制指定菸品（含加熱菸）來源，函送本府衛生局追查其成分及來源

本府衛生局辦理國小生「無菸家手冊」及「無菸煙時空拒菸偵查隊」、國中生「校園無菸VR(虛擬實境)體驗及活動」

每學年度(寒假)辦理菸檳害防治種子教師增能研習

要求各校每年辦菸檳防制教育宣導活動至少1場次，並依據戒菸教育實施辦法，落實對於吸菸學生之戒菸教育及嚼檳學生之戒檳教育



(六)全民健保(含正確用藥)-

以教育部國民及學前教育署「健康與體育領域」課綱為教學主軸

辦理國小學童健康小學堂益智搶答競賽

與本市藥師公會合作，媒合藥師認輔本市學校

鼓勵學校利用國中小家庭聯絡簿、作業簿，印製宣導短語，珍惜醫療資源

各校每學年至少辦理全民健保(含正確用藥)宣導活動1場次



(七)正向心理健康促進-國、高中必選議題

採跨議題方式推動，將心理健康促進與健康議題(如：健康體位)跨議題統整，推動相關活動

成立「本市性別平等教育委員會」，督導各校以教育方式消除性別歧視，建立無性別歧視與無暴力的教育環境。

辦理本市高級中等以下學校初任輔導人力職前培訓初階課程

推動友善校園學生事務與輔導，確實掌握校園安全事件

設置輔導專線及分區辦理兒少精神科專業定點諮詢

推動人權法治教育、預防校園霸凌事件發生，提供多元反映管道



115學年度本局已辦理活動

一、針對本市視力不良率較高的學校 與驗光師公會合作辦理入校宣導計畫



依據114學年度健檢數據分析，查本市視力問題最為嚴重，本市國小裸視視力不良率達47.94%，較全國平均高出2.92%，115學年度已針對視力不良率較高的學校篩選出40所學校，提供資源挹注讓學校針對學生、家長及教師辦理各1場次的宣導活動，全面推廣正確用眼觀念，並營造良好視力保健支持環境。

115學年度本局已辦理活動

二、115學年度健康飲食教育推動主題訂為「打倒廚餘大魔王」



本局115學年度規劃以「打倒廚餘大魔王」為健康飲食教育主題，配合116年全面禁止廚餘養豬政策，透過多元宣導方式，引導學生認識均衡飲食、適量取餐及珍惜食物的重要性，培養正確營養知識與健康飲食行為，將健康飲食觀念融入日常生活，進而促進學生身心健康，營造健康、永續的校園飲食環境。

115學年度本局已辦理活動

三、推動「陪你長大，全面採用可調式課桌椅計畫」營造符合學童發展學習環境



自113年啟動「陪你長大～全面採用可調式課桌椅計畫」，投入新臺幣4.5億元，分三年汰換全市國中小學15萬餘套老舊課桌椅。透過貼合孩子身心發展的設備，希望學生坐得舒服、學得安心。

115學年度本局預計辦理活動

健康議題	中心學校
視力保健	東勢區新盛國小
口腔衛生	西屯區泰安國小、豐原區富春國小
健康體位	外埔區外埔國小
性教育（含愛滋病）	西苑高中
菸檳害防制	潭秀國中
全民健保（含正確用藥）	南屯區文山國小、太平區東平國小



115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理單位
視力保健	臺中市114學年度視力保健 <u>績優學校選拔</u>	116年6月	全市學校	自願參加	東勢區 新盛國小
口腔保健	全市國小潔牙觀摩競賽	116年4或5月	指定國小 輪流參與	自願+指定參加	西屯區 泰安國小
	全市國小潔牙微電影競賽	116年6月	全市國小	自願參加	牙醫師 公會
	臺中市115學年度口腔保健 <u>績優學校選拔</u>	116年6月	全市學校	自願參加	豐原區 富春國小

115學年度本局預計辦理活動



2027年本市潔牙觀摩競賽 - 參加學校名單

大安區三光國小、清水區大陽國小、龍井區龍井國小

東勢區中科國小、大雅區陽明、文雅國小

大肚區大忠國小、潭子區僑忠國小、大里區崇光國小

南區樹德、國光國小、東區力行國小、北區篤行國小

北屯區大坑國小、西屯區大鵬、國安國小

太平區東平國小、烏日區九德國小

115學年度本局預計辦理活動



2028年本市潔牙觀摩競賽--參加學校名單

烏日區五光國小、新社區中和國小、霧峰區五福國小

后里區育英、月眉、七星、后里國小

潭子區新興國小、清水區槿榔國小、豐原區豐村國小

大肚區追分國小、南屯區鎮平國小、北屯區北屯國小、

西屯區西屯國小、太平區新平國小、沙鹿區沙鹿國小

大里區大里、瑞城國小

115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理學校
健康 體位	校園健康啟動計畫	116年6月	全市學校	自願參加	外埔區
	臺中市115學年度健康體位 <u>績優學校</u> 選拔	116年6月	全市學校	自願參加	外埔國小
性教育 (含愛滋病防治)	全市高級中等以下學校性教育含愛滋病防治種子教師研習	暫定於 116年1月21日	全市學校	務必參加	西苑高中
菸檳 防制	全市高級中等以下學校菸檳害防治種子教師研習		全市學校	務必參加	潭秀國中
正確 用藥 (含全民健保)	健康小學堂益智搶答競賽分區初賽、全市決賽	116年3月	全市國小	自由參加	太平區 東平國小

115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理單位
全 議 題	學校前後測成效評價增能研習(前期、後期)	前期：115年11月 後期：116年4月	全市學校	前期：初任承辦人務必參加，其餘自願參加 後期：自願參加	東勢區 新盛 國小
	學校前後測成效評價-小論文工作坊(第一期、第二期)	115年12月至116年5月	全市學校	自願參加	
	前後測成效評價成果評選-成效報告組、海報組	116年5或6月初	全市學校	自願參加	
	健康促進成果報告暨卓越學校選拔	116年6月	全市學校	務必參加	西屯區 泰安 國小

115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理單位
全議題	臺中市健康促進學校輔導實施計畫	116年6月底	有意願參加中央競賽學校	自願參加	本局

- ✓ 參加對象:有意願參加教育部國民及學前教育署各議題績優學校遴選(包含:視力保健、口腔保健、健康體位)及特色獎勵競賽之學校
- ✓ 本局輔導事項:補助2萬元經費推動健促，另請專家委員輔導資料撰寫
- ✓ 競賽資料準備內容可先參考上學年度競賽計畫預為準備

歡迎各校踴躍提報參加!



115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理學校
全議題	臺中市績優學校輔導培力計畫	視各議題遴選繳交期限而訂	114學年度本市遴選獲獎學校	114學年度獲獎學校務必參加	豐原區富春國小、東勢區新盛國小

九、獲獎學校將視中央遴選規定，本局擇定推薦予下一年度教育部國民及學前教育署口腔保健績優學校遴選當然代表，屆時請依教育部國民及學前教育署規定將資料提報本局，再由本局推薦提報中央評選。

✓ 參加對象：114學年度參加本市各議題績優學校遴選獲獎之學校

議題	學校名稱
口腔保健	石岡區土牛國小、沙鹿區文光國小
視力保健	烏日區僑仁國小
健康體位	雙十國中、西區忠孝國小、新社區東興國小、外埔區外埔國小

✓ 本局輔導事項：請委辦學校協助績優學校精進115學年度健康促進推動作為及參賽資料豐富度，協助學校115年參加中央競賽之獲獎機會

115學年度本局預計辦理活動

議題	規劃內容	預定期程	參與對象	是否務必參加	辦理學校
全議題	臺中市推動健康促進計畫到校輔導實施計畫	116年6月底	114學年度未交紙本健促成果報告學校、議題數據較差者	務必參加	東勢區新盛國小

臺中市114學年度健康促進卓越學校選拔計畫

- 一、依據：教育部補助地方政府辦理學校健康促進實施計畫。
- 二、目的：激勵各級學校積極推動健康促進學校業務。
- 三、辦理單位：
 - (一)主辦單位：臺中市政府教育局(以下簡稱本局)
 - (二)承辦單位：臺中市西屯區泰安國小
- 四、參加對象：本市高級中等以下學校。
- 五、實施方式：
 - (一)請於115年7月1日(星期三)前繳交成果報告，紙本資料請寄至臺中市西屯區泰安國小(407臺中市西屯區環中路段368號)(以郵戳為憑)，寄件信封外請註明如：XX國(中)小114學年度健康促進學校成果報告，並將核章掃描檔於期限內上傳到臺中市健康促進學校網(<http://hps.tc.edu.tw/>)。
 - (二)未依限繳交及格式錯誤之學校優先列為新學年度輔導學校。
 - (三)由本局邀集專家學者擔任評審進行卓越學校選拔。

- ✓ 參加對象:114學年度未繳交健促成果報告及數據較差(視力/口腔/體位)之學校
- ✓ 本局輔導事項:邀集委員入校訪視給予健促推動建議

各校115學年度應配合辦理事項

一、推動本市115學年度健康促進學校計畫

(一)計畫

1. 依計畫參考格式(八大範疇)，撰寫115學年度健促學校計畫
2. **計畫(逐級核章)掃描檔上傳至本市健康促進學校網站**

★各校115學年度健康促進學校計畫請於**115年11月6日(五)止**繳交

(二)經費

1. **依各校普通班班級數核定經費，每班補助150元(最少補助2,000元)**
2. 概算編列用途限於學校辦理健康促進業務。

★**紙本計畫(逐級核章)及經費概算表均無需寄至教育局**

★本局收齊各校計畫後簽辦補助經費，約12月另函發核定函並請各校提報領據至撥款學校

各校115學年度應配合辦理事項

二、撰寫115學年度健康促進學校成果報告

★請用「健康促進卓越學校選拔格式」撰寫（另案發函通知）

★各校請於**116年7月2日(星期五)**前將**紙本資料**（以紙本資料評分）

寄至**西屯區泰安國小**，並上傳至健促網

（<http://hps.tc.edu.tw/pub/questionnaire.aspx>）

★未依限繳交紙本資料及**格式錯誤**之學校優先列為新學年度輔導學校

最新消息	議題參與學校	各校活動查詢	行動研究成果	活動行事曆	線上問卷	校園健康啟動	乳品專案登入	健促學校登入
------	--------	--------	--------	-------	------	--------	--------	--------



臺中市 健康促進學校網

學年度 115		議題 全部議題		行政區 全市				
序號	行政區	學校名稱	議題	承辦人	職稱	專案網站	年度實施計畫	年度成果報告
	大甲區	大甲高中	共同議題					
	大甲區	大甲高工	共同議題					

各級學校議題選定

► 各校必選及自選議題如下：

	必選議題	自選議題 (<u>至少擇定1項</u> 推動)
國小	*健康體位 *口腔衛生 *視力保健 *全民健保(含正確用藥)	*菸(含電子煙)檳害防制 *性教育(含愛滋病)防治 *正向心理健康促進
高國中	*健康體位 *菸(含電子煙)檳害防制 *性教育(含愛滋病)防治 *正向心理	*口腔衛生 *視力保健 *全民健保(含正確用藥)

各校115學年度應配合辦理事項

三、學生健康生活問卷調查

(一) 本局業依教育部國教署擬定115學年度學生健康成效指標項目，編製本市學生健康生活行為調查表。

(二) 調查對象：本市學生。

(三) 作業期程：

前測~116年1月20日(星期三)前

後測~116年6月4日(星期五)前

★後測係為檢視學校推動健促之成效，請於下學期再施測

(四) 線上問卷系統(臺中市健康促進學校網站)

<http://hps.tc.edu.tw/pub/questionnaire.aspx>

(五) 115學年度問卷有修正處已用紅字標註

(第3~6. 11~13. 17. 18. 20. 21~24. 26~30題)

臺中市115學年度國中小學生健康生活問卷前後測調查表⁴¹

...年...月...日...年...班...座號...姓名...

- 過去一週中有幾天我一天睡足8小時?⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位：正向心理-睡眠)⁴¹
- 過去一週中有幾天我吃早餐?⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位)⁴¹
- 過去一週中有幾天我一天吃一碗半(約2個拳頭)份量蔬菜?⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位：正向心理-膳食)⁴¹
- 過去一週中有幾天我一天吃2個拳頭大份量水果?⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位：正向心理-膳食)⁴¹
- 過去一週中有幾天我一天喝足每日建議量白開水?(2000 開水乘以自己的體重) ...⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位：正向心理-膳食)⁴¹
- 過去一週中有幾天我一天運動和戶外活動時間總共達60分鐘?⁴¹
☐5天以上(3) ☐1-4天(2) ☐0天(1) (健康體位：正向心理-運動)⁴¹
- 過去一週中有幾天我沒有喝含酒精飲料?⁴¹

各校115學年度應配合辦理事項

三、學生健康生活問卷調查

13. 過去一週中有幾天上課以外的時間我使用3C產品（如電腦、手機、平板）累積總時數不超過1小時？

藍底是將文字用數字轉換
才能使用統計分析

☐5天以上 (3) ☐1-4天 (2) ☐0天 (1) （視力保健；正向心理-樂活）

視力保健題（13題）114學年度為累積時數不超過「2」小時

115學年度依據健促學校必選及自選議題之學生健康指標-地方指標-

課後3C小於1，修改為「1」小時



各校115學年度應配合辦理事項

三、學生健康生活問卷調查

藍底是將文字用數字轉換
才能使用統計分析

16. 我覺得應該關懷感染愛滋病的人並鼓勵他們接受治療。

☐同意(3) ☐不一定(2) ☐不同意(1) (全面性教育-性態度正向率/接納愛滋感染者比率)

17. 平常與愛滋感染者說話、握手、擁抱都是不會被傳染愛滋的。

☐對(1) ☐錯(0) (全面性教育-性知識正確率)

18. 女生月經期間的洗澡方式，應使用淋浴而不是盆浴。

☐對(1) ☐錯(0) (全面性教育-性知識正確率)

性教育題（16至18題）國小低年級學生可不填寫

若學校是採線上問券，記名問卷已設定16至18題為非必填



各校115學年度應配合辦理事項

三、學生健康生活問卷調查

藍底是將文字用數字轉換
才能使用統計分析

23. 過去一個月內我曾經吸過紙菸(校內校外都算、不含二手菸)?

☐沒有(1) ☐有(0) (菸害防制)

23-1. 我在學校曾經是否有上過有關「戒菸」的課程或活動?

☐有(1) ☐沒有(0) (菸害防制)

24. 過去一個月內我曾經使用過非紙菸的其他菸品，例如電子煙、加熱菸等(校內校外都算)?

☐沒有(1) ☐有(0) (菸害防制)

24-1. 我在學校是否曾經有上過「戒菸」的課程或活動?

☐有(1) ☐沒有(0) (菸害防制)



23-1、24-1 是前一題答有才需填答(有吸菸才需上戒菸教育)

非指學校辦理菸害防制宣導活動!!!

若記名問券學生填錯某題須修正，要該生問券刪除後重測(無法單刪一題)

各校115學年度應配合辦理事項

四、辦理相關議題教育宣導活動至少一場次

1. 菸檳防制教育
2. 性教育(含愛滋病防治)及校園月經教育
3. 全民健保以「珍惜健保聰明就醫5知道、8行動」作為宣導重點

五、落實無菸(煙)校園100%、無檳校園100%、二手菸(煙)暴露率0%

六、積極參加本局115學年度辦理之研習、活動及競賽



本市衛生組長群組



歡迎尚未加入的衛生組長加入

學校健康促進推動相關資源

- (教育部)臺灣健康促進學校
- <https://hps-hphe.k12ea.gov.tw/>
- (國健署)健康九九網站
- <https://health99.hpa.gov.tw/>



學校健康促進推動相關資源

- 衛生福利部國民健康署官網
<https://www.hpa.gov.tw/Home/Index.aspx>



- (國健署)「健康促進學校這樣做：績優案例指南」手冊
<https://health99.hpa.gov.tw/health99/HE/D/12/8752>

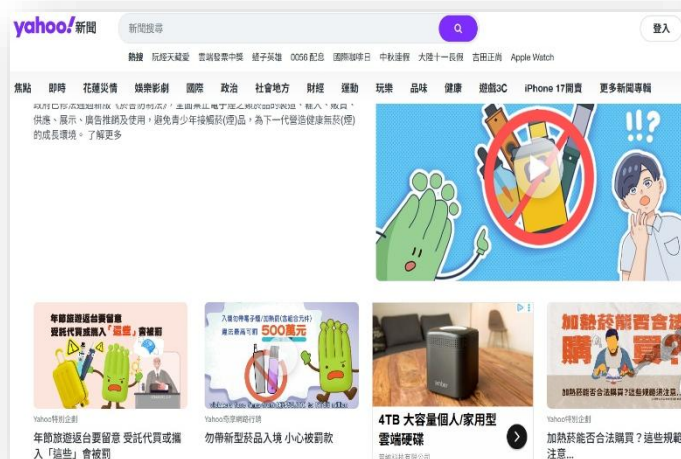


健康促進(菸害防制)推動相關資源

- (國健署)健康九九網站-建置「菸害防制」專區
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=444>



- (yahoo)健康九九網站-建置「大口呼吸無菸空氣 別碰電子煙及加熱菸」主題
<https://tw.news.yahoo.com/topic/2020health>





感謝聆聽，敬請指導