

桃園縣 102 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：龍星國民小學

健康促進學校願景：(欄位請自行增加)

- 一、促進學校成員內化健康理念、產生健康行為，並建立健康的生活型態，進而提升健康品質。
- 二、強化無菸拒檳、反毒、藥物濫用的觀念，融入各教學領域，並落實於日常生活中，建立一個無菸、拒檳、無毒的生活環境。
- 三、營造一個健康、安全的校園學習環境，積極推動師生健康的活動。
- 四、藉由辦理各項動、靜態研習、活動，鼓勵師生共同參與，以活化學生正確健康知能，期能建構終身受用的健康生活。
- 五、結合社區資源，建置健康促進合作網路及夥伴關係，以強化增廣親、師、生之正確健康資訊。

健康促進學校特色：(欄位請自行增加)

- 一、學校各項活動，跨處室合作結合親師生，展現優秀的行政團隊。
- 二、推行健康促進議題時，著重學童「身體的健康」，更顧及師生的「心理健康」，推動「品格核心主題」、「性別平等宣導」與「教師節感恩與親職教育」等相關活動。
- 三、定期進行各項健康檢查，為學生健康做好檢核工作。
- 四、落實菸害、檳榔危害防治與正確用藥宣導，建立學生正確觀念。
- 五、落實視力保健、口腔保健活動，降低學生近視與蛀牙比率。
- 六、全面實施健康操及推廣課間活動，鼓勵學生多運動，促進身體健康。
- 七、廣設體育性社團、寒暑期育樂營及舉行運動會，鍛鍊學生健康之體魄。
- 八、利用戲劇表演、海報比賽等活動，加強防疫衛教宣導。
- 九、對視力保健議題長期推動、體重過重者進行律動訓練，藉由積極處遇解決問題。
- 十、101 學年度桃園縣健康促進學校評鑑獲特優之肯定。

壹、評價指標 (30 分)：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校衛生政策 4 分	1-1-1 學校成立 <u>學校衛生委員會或推動小組</u> 並指派單位或專責人員負責健康促進相關業務。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-1-2 學校訂定與主題契合之 <u>政策、計畫與措施</u> 。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校物質環境	1-2-1 學校提供安全健康的校園環境，並定期實施環境衛生檢查。供應的膳食與飲水均符合衛生健康標準。(2 分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
6分	1-2-2 學校提供健康的學習環境(例如考量教室課桌椅數量與配置、通風、採光、照明、噪音等)。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-2-3 學校營造永續校園(如進行資源分類回收循環、環保、節約能源等)。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校社會環境 4分	1-3-1 學校提供學生機會參與學校事務，共同制訂相關政策。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-2 學校提供協助給予有特殊需求的教職員生。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
社區關係 4分	1-4-1 學校與家長團體互動良好，並鼓勵與協助家長參與學校各項活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-4-2 學校主動與其他學校或社區團體建立策略聯盟，運用社區資源，建立網絡，形成良好的社區夥伴互動關係。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康教學與活動 4分	1-5-1 學校落實正常教學，並具體辦理各項健康促進教學與研習活動，提升師生健康生活之知能與技能。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-5-2 學校透過各領域融入教學，具體強化學生健康生活技能的培育。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康服務 8分	1-6-1 學校執行教職員生的身體健康檢查，並有效建檔、儲存與運用，並依檢查結果辦理體格缺點矯治或轉介服務。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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、肢障等)。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-4 學校具體提升與落實健康中心的功能與工作。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 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= $A \div B \times 100\%$ (5分)	A【至合格眼科診所就診或配鏡的學生數】=487 B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】= 519 學生視力不良矯治率=93.84	<input type="checkbox"/> 5 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 3 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 $=A \div B \times 100\%$ (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】 =1006 B【學生總人數】=1103 學生視力保健行動平均達成率=91.20	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-3 學生戶外活動平均達成率 $=A \div B \times 100\%$ (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】= B【學生總人數】= 學生戶外活動平均達成率=	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生齲齒就醫率 $=A \div B \times 100\%$ (5分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=173 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=196 學生齲齒就醫率=88.26%	<input type="checkbox"/> 5 (96%以上) <input type="checkbox"/> 3 (91-95%) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐餐後潔牙活動 (2分)		<input checked="" type="checkbox"/> 2 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-2-3 學生每日平均刷牙次數= $A \div B$ (3分)	A【學生每日刷牙次數總數】=29389 B【學生總人數】=1103 學生每日平均刷牙次數=2.68%	<input type="checkbox"/> 3 (3.0次以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (2.6-3.0次) <input type="checkbox"/> 1 (2.0-2.5次)	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】=774 B【學生總人數】=1103 學生體位適中(正常)比率=70%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=331 B【學生總人數】=1103 學生體位不良比率=29.95%		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=1007 B【學生總人數】=1103 學生目標運動量平均達成率=91.3%	<input checked="" type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下)	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】=899 B【學生總人數】=1103 學生理想蔬果量平均達成率=81.5%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】=1051 B【學生總人數】=1103 學生每天吃早餐平均達成率=95.3%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=1004 B【學生總人數】=1103 學生多喝水目標平均達成率=91.0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 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= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】=0 B【學生總人數】=1103 學生吸菸率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1-1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (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)	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為 0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 吸菸學生點戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自詢問的時間往前回推 7 日皆未吸菸之學生數】= B【參加戒菸教育學生人數】=0 吸菸學生點戒菸率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為 0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-5 吸菸學生持續戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】 B【參加戒菸教育學生人數】 吸菸學生持續戒菸率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為 0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 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=		
2-5-2 學生嚼檳榔率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生過去 30 天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=1103 學生嚼檳榔率=0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【遵醫囑服藥人數】=195 B【參加正確用藥教育人數】=213 遵醫囑服藥率 =91.5%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-6-2 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = A÷B×100% (2分)	A【有藥師諮詢電話人數】=194 B【參加正確用藥教育人數】=213 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = 91.1%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-6-3 曾打過用藥諮詢電話比率 = A÷B×100% (2分)	A【撥打諮詢電話人數】=161 B【有藥師諮詢電話人數】=198 曾打過用藥諮詢電話比率 =81.3%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 性教育推動模式 (1分)	依據健康促進學校模式推動性教育	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-7-2 性教育宣導活動成效 (2分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input type="checkbox"/> 1 (1場)	
全民健保			
2-8-1 宣導活動成效 (2分)	推動宣導活動場次	<input type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場)	
合計 (41分)			

參、健康促進學校網頁資料 (10分)：

指標名稱	網址或連結方式	自評分數	複核分數
1. 計畫 (3分) 2. 評分表 (4分) 3. 特色 (3分)	http://www.lpshealth.weebly.com	<input checked="" type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> (自行填寫)	

肆、校本特色及特殊貢獻(10分)：

健康促進學校 校本特色 (活動及成效)	<p>一、學校各項活動，跨處室合作結合親師生，展現優秀的行政團隊。</p> <p>二、推行健康促進議題時，著重學童「身體的健康」，更顧及師生的「心理健康」，推動「品格核心主題」、「性別平等宣導」與「教師節感恩與親職教育」等相關活動。</p> <p>三、定期進行各項健康檢查，為學生健康做好檢核工作。</p> <p>四、落實菸害與檳榔危害防治宣導，建立學生正確觀念。</p> <p>五、落實視力保健、口腔保健活動，降低學生近視與蛀</p>	<input checked="" type="checkbox"/> 3分
---------------------------	--	--

	<p>牙比率。</p> <p>六、全面實施健康操及推廣課間活動，鼓勵學生多運動，促進身體健康。</p> <p>七、廣設體育性社團、寒暑期育樂營及舉行運動會，鍛鍊學生健康之體魄。</p> <p>八、利用自治市戲劇表演、海報比賽等活動，加強防疫衛教宣導。</p> <p>九、長期推動視力保健議題、對體重過重者進行律動訓練，藉由積極處遇解決問題。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 視力議題融入健康領域進行教學。 2. 辦理寒假護眼集點競賽與學期間護眼生活週記，選拔護眼小達人。 3. 每日課間播放古典音樂，提醒全體師生天天戶外活動 120 及用眼 3010，落實護眼行動。 4. 親職教育日辦理親子闖關活動融入視力議題。 5. 利用星星橋週刊宣導視力保健新知，提昇家長護眼認知。 6. 配合天天 120 活動舉辦各項體育競賽，提昇學童參與動機。 7. 配合學童身高調整課桌椅高度，調整合適用眼距離。 8. 強化教室照明，改善燈源，定期檢測照度為學童視力把關。 9. 每周二課間提供護眼茶，提升學童愛眼護眼意識。 10. 營養午餐加入有益眼睛健康的食物，有魚類、柑桔類水果、胡蘿蔔、洋蔥、枸杞、小麥胚芽等。 <p>十、101 學年度桃園縣健康促進學校評鑑獲特優之肯定。 (欄位請自行增加)</p>	
<p>行動研究</p>	<p><input type="checkbox"/>視力保健 <input type="checkbox"/>口腔衛生 <input type="checkbox"/>健康體位 <input type="checkbox"/>反菸拒檳 <input type="checkbox"/>性教育 <input type="checkbox"/>正確用藥教育 <input type="checkbox"/>全民健保</p>	<p><input type="checkbox"/>2 分</p>
<p>特殊貢獻 (行政配合)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/>視力保健 <input type="checkbox"/>口腔衛生 <input type="checkbox"/>健康體位 <input type="checkbox"/>反菸拒檳 <input type="checkbox"/>性教育 <input type="checkbox"/>正確用藥教育 <input type="checkbox"/>全民健保</p>	<p><input type="checkbox"/>5 分(中心) <input checked="" type="checkbox"/>3 分(夥伴) <input type="checkbox"/>1 分(重點)</p>

活動感想

1. 積極營造無菸環境

本校今年度加入龍潭鄉無菸環境聯盟，積極推行無菸校園，提高學生菸害認知，更進一步讓小朋友去影響自己的父母親人，將防菸拒檳的理念帶到家庭，進而影響到社區。

2. 護眼小達人--天天戶外 120

本校為 102 學年度視力保健種子學校，過去三年，在長庚科技大學張麗春教授的帶領與指導下，參與「視力保健行動研究」計畫，並持續推動一年級新生護眼生活週記，培養護眼小達人，藉由親師生共同努力，有效提升孩子對視力保健相關知識的了解與正確態度，進而養成正確用眼習慣。

3. 落實低碳飲食生活

健康體位主題，本校推行「健康體位班」，因為課程時間關係，雖成效有限，但參與學生對訓練課程都非常認真，也開始對自己的體位更加關心。學校同時積極推行各項體育活動，實施營養教育、每週一日蔬食餐及低碳飲食宣導，使得全校學生的體位正常率有提升，讓我們有信心，只要繼續努力，一定能讓絕大多數的學生都能達到健康體位。

4. 身心靈並重的健康全概念

心理健康是本校的自選議題，也是本校全人教育的目標之一。由於秉持「統整」的精神來推動，因此課程的安排、學生的輔導、環境的改善和各種宣導及活動都環繞著「心理健康」的主題概念進行。老師的負擔沒有增加太多，而且更有焦點；學生接觸學習方式變得多樣，而且從行為開始改變；環境的改善與教育目的配合；學生的榮譽制度、輔導作為和品格教育結合。所以，不是表面熱鬧的嘉年華會，而是從做中學、行中思的統整教育。

5. 健康促進全方位

推行多樣化的健康促進活動和宣導方式，也促進學生不同的學習，例如：戲劇方式宣導衛教防疫，生動有趣；勤耕園、植栽區及班樹認養活動，讓學生從體驗中學習自然與生命；每月核心價值與榮譽制度規範了人我關係；心身障礙體驗與社區服務打掃涵養了同理心；這些課程與活動，在有形無形中，內化了孩子的知識、情意和能力。

6. 健康學習也學習健康

健康促進推行的各項活動中，經過多元的學習，師生與家長在營養飲食、運動休閒、健康生活，與健康心理方面，都有更進一步的體會和改變，對學習也更加投入與專注。有健康的身心，才能愉悅的學習，本校正持續往健康活力的校園大步邁進。(欄位請自行增加)

102 學年度健康促進活動成果照片

(以另一頁面呈現~成果照片頁面)

自評分數	<input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 8 <input checked="" type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 0	複核分數	
------	---	------	--

自評總分	87	複核總分		(由訪視委員填寫)
訪視意見 (由訪視委員填寫)				

承辦人：

主任：

校長：