

桃園市 113 學年度「健康促進學校」國小評分表

113.12.12 修訂

學校名稱：市立三民國小

健康促進學校願景：

本校辦學願景為「身心健康、積極樂觀、感恩惜福」，身心健康列為首重項目。

本校推動健康促進學校工作願景為「生理健康、心理健全、強健體能」，希望每個師生兼具健康議題之認知、技能及情意，達成全人健康素養，在健康中成長。

一、生理健康：以健康檢查及疾病預防為重，傷病處理為輔，促進親師生身體健康。

二、心理健全：推動友善校園，關懷學童，營造支持接納、問題解決之能力與人格。

三、強健體能：推展運動與休閒，增設體育的設施，辦理運動性競賽，落實體育教學與晨光運動等，提昇親師生之體適能。

健康促進學校特色：

一、學校行政與教學團隊相互合作佳。

二、務實辦理學生健促課程。

三、結合校本特色，辦理全校性食農課程，透過課程的實施，讓本校學生學習健康飲食打造友善環境。

四、加強行動力，促進友善社區環境，引進社區資源，共同打造健康環境。

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 健康促進學校委員會(或相關委員會)涵蓋不同處室成員(包括校長、處室主任、組長、護理師、學生與家長代表等)，統籌規劃、推動及檢討事宜。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-1-2 健康促進學校計畫依照需求制定，納入學校校務發展計畫，且經校務會議或相關會議通過。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
學校物質環境 4 分	1-2-1 學校廁所大小便器、洗手設備經常維持清潔。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備及照明設備管理辦法，定期維護。(如：定期清洗水塔、蓄水池及飲水機水質檢驗、照明設備檢核紀錄等)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
學校社會環境	1-3-1 學校制訂健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
6 分	之霸凌、性別、愛滋病防治、自殺及死亡等事件。(2 分)		
社區 關係 4 分	1-4-1 學校每學年舉辦可讓家庭及社區民眾參與的健康促進活動。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。 (如：健康體位、菸(檳)害防制、口腔保健、視力保健、性教育(含愛滋病防治)、全民健保(含正確用藥)教育、正向心理健康促進議題)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
健康 教學 與 活動 4 分	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，以學生為中心的教學策略。授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-5-2 健康教育課程各年級每週至少一節課；教師應參與健康促進學校相關課程研習或專業在職進修。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
健康 服務 8 分	1-6-1 提供健康檢查，事前對學生說明，並通知家長。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 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、身障、高度近視等)建置個案管理並作成紀錄。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理規定，並確實執行。(2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達一定比率(2 分) (達 100%為 2 分、95.0~99.9%為 1 分、低於 95%為 0 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
合計 (30 分)		30 分	

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 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= $A \div B \times 100\%$ (3 分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生人數】 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生人數】 C 裸視篩檢視力不良就醫複檢率	A= 15 人 B= 16 人 C= 93.7 % ☒ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
		☐ 0	
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人數】 B【受調查學生人數】 C 學生視力保健行動平均達成率	A= 44 人 B= 47 人 C= 93.6 % ☒ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%) ☐ 0	
2-1-3 下課淨空率 $=A \div B \times 100\%$ (2分)	A【每節下課有90%以上的學生至教室外的班級數】 B【施測班級數】 C 下課淨空率	A= 6 班 B= 6 班 C= 100 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-1-4 學生戶外活動 120 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小時之學生人數】 B【受調查人數】 C 學生戶外活動120 達成率	A= 43 人 B= 47 人 C= 91 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
口腔保健			
2-2-1 學生複診齲齒 診治率 $=A \div B \times 100\%$ (3分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生人數】 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生人數】 C 學生複診齲齒診治率	A= 2 人 B= 2 人 C= 100 % ☒ 3 (92%以上) ☐ 2 (87-91%) ☐ 1 (81-86%) ☐ 0	
2-2-2 推動午餐潔牙 活動 (1分)		☒ 1 (有) ☐ 0 (無)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 =A÷B×100% (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過1000PPM)潔牙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= A÷B×100% (2分)	A【睡前潔牙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生睡前潔牙比率	A= 41 人 B= 47 人 C= % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
2-2-5 學生在學校不喝含糖飲料比率= A÷B×100% (1分)	A【學生在學校不喝含糖飲料學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生在學校不喝含糖飲料比率	A= 39 人 B= 47 人 C= 83 % ☒ 1 (76%以上) ☐ 0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率 =A÷B×100% (1分)	A【高年級學生每日至少使用一次牙線學生人數】 B【受調查學生人數】 C 高年級學生每日至少使用一次牙線比率	A= 17 人 B= 19 人 C= % ☒ 1 (76%以上) ☐ 0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= A÷B×100% (3分)	A【學生體位適中人數】 B【全校學生總人數】 C 學生體位適中(正常)比率	A= 30 人 B= 47 人 C= 64 % ☒ 3 (60%以上) ☐ 2 (55-59.99%) ☐ 1 (54%以下) ☐ 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-2 學生體位不良 比率= $D \div E \times 100\%$	A【學生體位過輕人數】 B【學生體位過重人數】 C【學生體位肥胖人數】 D【學生體位不良總人數 A+B+C】 E【全校學生總人數】 F 學生體位不良比率		此項不計分
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人數】 B【全校學生總人數】 C 學生目標運動量平均達成率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 3 (87%以上) ☐ 2 (77-86%) ☐ 1 (76%以下) ☐ 0	
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人數】 B【全校學生總人數】 C 學生理想蔬果量平均達成率	A= 44 人 B= 47 人 C= 94 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
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人數】 B【全校學生總人數】 C 學生每天吃早餐平均達成率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
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)目標之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生多喝水目標平均達成率	A= 45 人 B= 47 人 C= 96 % ☒ 2 (87%以上) ☐ 1 (77-86%) ☐ 0	
菸害防制			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】 B【全校學生總人數】 C 學生吸菸率	A= 0 人 B= 47 人 C= 0 % ☒ 2 (0%) ☐ 1 (0.1~1%) ☐ 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害 防制教育課程比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與菸害防制教育課程比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 2 (90%以上) ☐ 1 (80-89%) ☐ 0	
2-4-3 吸菸學生參與 戒菸教育比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】 B【吸菸學生人數】 C 吸菸學生參與戒菸教育比率	A= 0 人 B= 0 人 C= 0 % ☒ 2 (100%或吸菸 率為0%者) ☐ 1 (96-99%) ☐ 0 (95%以下)	
2-4-4 學生電子煙使 用率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經使用電子煙學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生電子煙使用率	A= 0 人 B= 47 人 C= 0 % ☒ 1 (0%) ☐ 0 (>0.1%)	
2-4-5 校園二手菸暴 露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【校園內有人在面前吸菸學生人數】 B【全校學生總人數】 C 校園二手菸暴露率	A= 0 人 B= 47 人 C= 0 % ☒ 1 (0%) ☐ 0 (>0.1%)	
檳榔防制			
2-5-1 學生嚼檳榔人 數	A【學生曾經嚼檳榔人數】 B【全校學生總人數】	A= 0 人 B= 47 人	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-5-2 學生嚼檳榔比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	C 學生嚼檳榔比率	C= 0 % ☒ 1 (0%) ☐ 0 (>0.1%)	
2-5-3 學生參與檳榔防制教育課程比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與檳榔防制教育課程比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥學生人數】 B【受調查學生人數】 C 遵醫囑服藥比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-2 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示學生人數】 B【受調查學生人數】 C 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率	A= 44 人 B= 47 人 C= 94 % ☒ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-3 學生參與正確用藥教育課程比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與正確用藥教育課程比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生參與性教育(含愛滋病防治)課程比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防治)課程，並完成至少五題前後測之學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與性教育(含愛滋病防治)課程比率	A= 19 人 B= 19 人 C= 100 % ☒ 1 (80%以上) ☐ 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-7-2 宣導活動 (1 分)	每學年宣導性教育(含愛滋病防治)課程場次	☒ 1 (2 場以上) ☐ 0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動 (1 分)	每學年宣導全民健保教育課程場次	☒ 1 (2 場以上) ☐ 0	
2-8-2 學生參與全民 健保教育課程比率=A ÷B×100% (1 分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生人數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與全民健保教育課程比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
正向心理健康促進			
2-9-1 宣導活動 (1 分)	每學年宣導正向心理健康促進課程場次	☒ 1 (2 場以上) ☐ 0	
2-9-2 學生參與正向 心理健康促進課程比 率= A÷B×100%(1 分)	A【曾經上過有關正向心理健康促進課程學生人 數】 B【全校學生總人數】 C 學生參與正向心理健康促進課程比率	A= 47 人 B= 47 人 C= 100 % ☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
合計 (52 分)		52 分	

參、其他(最高採計 28 分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
校本特色 (活動及成效) (7 分)	【傳染病防治】 活動： 1. 辦理校園流感疫苗接種、配合政府政 策辦理新冠疫苗社區接種，並定期檢核與	7	

	宣導流感疫苗、新冠疫苗相關事宜。 2. 張貼登革熱、腸病毒及其他健康促進議題等海報，讓學生了解相關健康知識及應變處理能力。 3. 辦理全校登革熱防治宣導，學校能依循方式，打掃校園環境並進行校園環境消毒作業。 成效： 1. 透過辦理宣導與課程融入，師生對於傳染病防治流程，皆有一定基礎概念。 2. 每節上課進教室前，各班皆落實洗手清潔衛生工作。 【毒品菸檳害防制】 活動： 1. 於校園中張貼「禁菸」標誌。 2. 於衛教宣導公告欄、健康課融入議題教育，宣導吸食香菸、電子菸、二二手菸的壞處及所引發的相關疾病。 3. 學校每月觀察學生日常，未發現有學生吸食香菸、電子煙及嚼食檳榔等行為。 4. 依來文於本校校網公告相關反毒反菸拒檳相關宣導，將反毒反菸拒檳觀念融入於家庭。 成效： 1. 全校全面禁菸，校園內零菸害，本校吸菸學生為 0 人，吸食電子煙學生亦為 0 人。 2. 透過反毒反菸拒檳相關課程融入與宣導，學生能應用拒絕方法及技巧。 【視力保健】 活動： 1. 於每學期期初辦理全校性視力檢查，並列冊視力不良孩童，追蹤其矯治情形。 2. 本校衛教公告櫥窗，張貼視力保健相關知識與宣導海報。 3. 定期安排於晨間兒童朝會、中興廣播時間進行相關視力保健宣導。		

	4. 學校校網最新消息宣導相關保健知識及影片連結。 5. 每週一、四課間活動時間，進行全校望遠凝視護眼操活動。 6. 提供良好學習環境，教室第一排桌椅與黑板保持適當的距離。 7. 於班親會進行相關視力保健宣導活動，提醒家長，在家也需留意孩子的用眼時間及正確坐姿。 成效： 1. 本校 112 學年度視力裸視視力不良之孩童，接受複檢矯治率為 100%，本學年度全部孩童均有複檢，相較於 111 學年度複檢矯治率同樣為 100%，可見學校推動視力保健有成效。在健康中心與親師生溝通合作下，孩子與家長更加重視視的保健，也了解護眼的重要性，並至眼科診所進行後續持續的追蹤治療。		
	2. 透過學校網頁、校園張貼海報、衛教相關宣導與課程，讓孩子更能重視自己視力的保健。 【口腔保健】 活動： 1. 辦理全校性口腔檢查，讓孩子了解自己的蛀牙狀況，同時追蹤孩童的齲齒矯治情形。 2. 學校提倡孩子少喝含糖飲料、少吃糖果零食，鼓勵孩子多喝水、多吃水果。 3. 學校於每日中午用完餐後，播放潔牙音樂，提醒孩子主動於飯後進行潔牙並搭配含氟牙膏。 4. 定期安排於晨間兒童朝會、中興廣播時間進行相關口腔保健宣導。 5. 於本校健康促進及衛教保健公告欄進行相關口腔保健知識及訊息。 6. 低年級進行牙菌斑測試，讓孩子了解自己的牙齒狀況，融入健康課程，教導孩子貝氏刷牙法。		

	7. 本校護理師進班進行牙線使用教學，幫助孩子以正確方式清潔牙齒。 成效： 1. 每日午餐後播放潔牙歌，孩子們皆能按時且確實完成潔牙。 2. 本校學生注重口腔保健，每週四按時進行全校學生使用含氟漱口水，執行率達100%。 【健康體位】 活動： 1. 結合兒童節慶祝活動，辦理學生路跑活動，培養身心靈的健康。 2. 定期於晨間兒童朝會、中興廣播時間宣導「健康體位」、「均衡飲食」、「規律運動」，無形中建立健康觀念。 3. 辦理全校性均衡飲食、健康五蔬果宣導。		
	4. 鼓勵學生下課走出教室多運動，提升下課時間教室淨空率。 5. 實施體適能測驗，鼓勵每位小朋友增強體能。 6. 每週課間活動後，提醒並鼓勵孩童每日飲水至少 1500C.C，並提倡少喝含糖飲料。 7. 充實學校體育器材設備並增加其多樣性，增加孩子運動興趣。 8. 於衛教宣導公告欄進行健康餐盤、食物營養素宣導。 成效： 1. 本校每週四辦理全校體育活動，促進孩子健康體能。 【全民健保正確用藥教育】 活動： 1. 本校邀請楊嘉慶藥師辦理「正確用藥」觀念宣導，並於健康課中融入「全民健保教育」，讓孩子了解用藥不正確對身體的危害，並認識現行健保制度。		

	2. 於校內張貼學生繪製的正確用藥與藥物濫用相關宣導海報。 成效： 1. 透過校網、海報及其他文宣品，讓學校生及家長深入了解正確用藥與全民健保。 2. 本校辦理如何正確用藥宣導講座，強化正確用藥的觀念。 3. 融入健康課程，讓孩子理解正確用藥的必要性與重要性。 【性教育含愛滋病防治宣導】 活動： 1. 辦理性別平等教育宣導，透過專題讓孩子了解兩性之間，提升學生相關知識。 2. 結合健康與體育課程融入性教育(含愛滋病防治)，學習相互尊重及溝通，以及培養同理心，並應用在兩性互動相處上。 3. 辦理性教育相關課程，讓高年級孩童了解在青春期中，生理、心理所產生的變化。 4. 辦理「愛滋病防治宣導」，宣導正確防治愛滋觀念。 成效： 1. 透過性平相關校園宣導與課程融入教學，孩子更了解何謂正確性觀念與態度。 2. 透過家長講座的宣導教育，家長更了解青春期中孩子的想法與可能面對的困境，讓家長與孩子一同成長。		
議題教學模組成果 (3 分)		0	
特殊貢獻(18 分)	1. 校訂課程進行食農教育，建立全校性師生健康飲食習慣。 2. 辦理老幼共活動，營造支持接納的倫理氛圍。 3. 與三峽觀護協會合作宣導利用朝會、運動會等活動進行防毒教育宣導。	12	

		合計 (28 分)		19 分
自評總分	101 分	複核總分		評分表總分 110 分
訪視意見				

承辦人：

學生事務組
組長 陳坤弘

主任：

教導處
代理主任 林淑娟

校長：

三民國小
校長 李忠孝

備註：

- 一、特優：100 分以上 優等：95 分以上 優良：90 分以上
- 二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)、成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)或桃園超敢動-肉肉桃走中活動。
- 三、健康促進學校計畫需檢附(上傳)核章版本。
- 四、訪視結果總分未達 70 分者，於學年度結束前擇期辦理實地到校訪視。

肆、建議與回饋