

桃園市 111 學年度「健康促進學校」高、國中評分表

學校名稱：桃園市立龜山國中

健康促進學校願景：有效學習 健康成長

- 一、組織優秀的「龜山團隊」。
- 二、提昇教師專業能力。
- 三、培養活潑快樂的好學生。
- 四、鼓勵家長關心並參與學校教育活動。
- 五、規劃美麗的校園。
- 六、合作互助的社區溝通。

健康促進學校特色：

- 一、永新：不斷追求學校的進步與發展，提供優質的學習環境，結合社區各項資源，打造全面性健康促進的社區與校園，增添創新課程，使學生多元涉獵各項健康議題知識，建立健康生活習慣，培養健康體魄樣貌。
- 二、同心：提升學校健康促進效能和活力，透過集會、親職講座、校刊、議題融入課程等加強宣導視力保健、口腔衛生、健康體位、菸害與檳榔防制、性教育、正確用藥暨全民健保觀念，增進健康促進之素養能力。
- 三、傳薪：規劃完善和設備充實的新校園，提供最佳的學習效果，落實視力保健、口腔保健、健康體位等各項缺點矯治工作，營造學校無菸無檳環境，進而延伸至校外，達成無菸無檳家庭、無菸無檳社區的終極目標。

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	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。 (2 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
4 分	1-1-2 學校衛生委員會（或類似委員會）設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
學校 物質 環境	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
4 分	1-2-2 訂定飲用水設備及照明系統管理辦法，定期維護飲用水衛生。（如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗、 <u>照明設備檢核紀錄</u> 等）（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
學校 社會 環境	1-3-1 學校制訂班級的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	
6 分	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：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
社區 關係	1-4-1 學校每學年積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
4 分	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、無菸（檳）校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題）（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
健康 教學 與 活動	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。健康教育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	
4 分	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每 2 學年至少參加學校衛生相關研習 18 小時專業在職進修。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
健康 服務	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，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、肢障、高度近視等)建置個案管理，並分別擬定 <u>生活照護要點</u> ， <u>持續關懷</u> ， <u>掌握病情做成紀錄</u> 。（2 分）	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，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 100%。（2 分） (達 100%為 2 分、95.0~99.9 為 1 分、低於 95 為 0 分)	☐ 0 ☐ 1 ☒ 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
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 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數】=653 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】=653 <u>裸視篩檢視力不良就醫複檢率</u> =100%	☒ 3 (91%以上) ☐ 2 (86-90%) ☐ 1 (80-85%)	
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】=279 B【受調查人數】=306 <u>學生視力保健行動平均達成率</u> =91%	☒ 3 (91%以上) ☐ 2 (86-90%) ☐ 1 (80-85%)	
2-1-3 下課淨空率 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【每節下課有 90%以上的學童至教室外的班級數】=12 B【施測班級數】=12 <u>下課淨空率</u> =100%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
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 小時之學生數】=269 B【受調查人數】=306 <u>學生戶外活動 120 達成率</u> =88%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
口腔衛生			
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數】=263 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=286 <u>學生複診齲齒診治率</u> =92%	☒ 3 (91%以上) ☐ 2 (86-90%) ☐ 1 (80-85%)	
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 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000PPM)潔牙學生數】=866 B【學生總人數】=996 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=87%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【睡前潔牙學生數】=887 B【學生總人數】=996 學生睡前潔牙比率=89%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=807 B【學生總人數】=996 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=81%	☒ 1 (75%以上) ☐ 0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率 = $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】=233 B【受調查人數】=306 學生每日至少使用一次牙線比率=76%	☒ 1 (75%以上) ☐ 0	
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】=587 B【學生總人數】=996 學生體位適中(正常)比率=59%	☐ 3 (60%以上) ☒ 2 (55-59.99%) ☐ 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】=407 B【學生總人數】=996 學生體位不良比率=41%		
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】=877 B【學生總人數】=996 學生目標運動量平均達成率=88%	☒ 3 (86%以上) ☐ 2 (76-85%) ☐ 1 (75%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】=996 B【學生總人數】=996 學生理想蔬果量平均達成率=100%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	

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】=897 B【學生總人數】=996 學生每天吃早餐平均達成率=90%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
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】=907 B【學生總人數】=996 學生多喝水目標平均達成率=91%	☒ 2 (86%以上) ☐ 1 (76-85%)	
菸害防制			
	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。		
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】=7 B【學生總人數】=996 學生吸菸率=0.07%	☒ 2 (0%) ☐ 1 (0.1-1%) ☐ 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】=996 B【學生總人數】=996 學生參與菸害教育率=100%	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】=7 B【吸菸學生人數】=7 吸菸學生參與戒菸教育率=100%	☒ 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【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】=2 B【學生總人數】=2 學生電子煙使用率=0.02%	☒ 1 (0%) ☐ 0 (0.1%以上)	
2-4-5 校園二手菸暴露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】=0 B【學生總人數】=996 校園二手菸暴露率=0%	☒ 1 (0%) ☐ 0 (0.1%以上)	
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		

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
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】=996 學生嚼檳榔率=0%	☒ 1 (0%) ☐ 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=996 B【學生總人數】=996 學生參與檳榔教育率=100%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【遵醫囑服藥人數】=351 B【受調查人數】=357 遵醫囑服藥率=98%	☒ 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、藥盒標示人數】=336 B【受調查人數】=357 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =94%	☒ 1 (91%以上) ☐ 0 (90%以下)	
2-6-3 學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2 分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】=996 B【學生總人數】=996 學生參與正確用藥教育率=100%	☒ 2 (91%以上) ☐ 1 (81-90%) ☐ 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生性教育課程參與率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防治)課程學生數】 B【學生總人數】=996 學生性教育課程參與率=100%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
2-7-2 宣導活動 (1 分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	☒ 1 (1 場以上) ☐ 0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動 (1 分)	推動宣導活動場次	☒ 1 (1 場以上) ☐ 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=996 B【學生總人數】=996 學生參與全民健保教育率=100%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
正向心理健康促進			
2-9-1 宣導活動	推動宣導活動場次	☒ 1 (1 場以上)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
(1 分)		☐ 0	
2-9-2 學生參與正向心理健康促進率= $A \div B \times 100\%$ (1 分)	A【曾經上過有關正向心理健康促進課程學生數】=996 B【學生總人數】=996 學生參與正向心理健康促進率=100%	☒ 1 (80%以上) ☐ 0	
合計 (52 分)		51	

參、其他(最高採計 18 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)	一、健康促進融入課程 (一)部定課程融入健康促進 1. 健康與體育課程融入健康身心課程：視力保健、口腔衛生、健康體位、菸害防制、檳榔防制、正確用藥、性教育(含愛滋病防治)、全民健保等課程。 2. 綜合活動課程融入健康飲食：各類食物介紹、菜單設計等課程，綠色消費暨食物採購，促進健康概念，營造健康生活。 (二)跨域(校訂)課程融入健康促進 1. 校訂(跨域)課程融入健康食農教育：校訂課程一閱讀綠水龜山，藉由育苗、種菜、食菜以及溫室水耕蔬菜認識，認識健康生態，打造健康未來。 二、健康促進主題活動-宣導講座 (一)營養教育：112.05.10 營養師到校，教導學生健康飲食概念。 (二)拒菸防檳——口腔衛生：護理師到校，教導同學口腔保健重要。 (三)愛滋防治講座：愛滋病防治基金會專家到校，帶來愛滋病防治訊息及預防方式。 (四)視力保健：邀請護眼專家到校運用集會宣導護眼小妙招，練習眼睛按摩操愛護眼睛。	7	

(五)健康體位：針對目標學生—減重班學生安排運動與健康課程，腰圍、BMI 認識以及熟悉，訂定自己的減重目標。

三、健康促進實作活動—身體力行健促行

(一)提升師生運動風氣

1. 學生運用下課以及課後進行球類運動，如籃球、羽毛球
2. 教師每週定期於下班後進行羽毛球或籃球練習，並組隊參賽。

(二)定期辦理各年級運動競賽，提升健康生活：舉辦全校運動會，促進運動風氣提升運動品質；主要活動有勁歌熱舞的進場表演、各班廝殺的大隊接力、師生同樂的趣味競賽等。

(三)每學年各年級安排健康促進活動：

1. 七年級每年辦理南崁溪越野賽跑，訓練肌耐力及即跑步技巧，凝聚達成目標的意志力。
2. 八年級每年辦理班際拔河競賽，利用體育課進行教學，課餘時間導師帶領學生到戶外努力練習，增進班級向心力。
3. 九年級固定辦理班際籃球比賽，運用學生對球類競賽的熱愛，掀起班級對球類運動的風潮，增加練習機會。

(四)多元社團健康展能：運用課中社團課辦理多樣態體育性社團，讓學生練習自己喜愛的各項運動技能，豐富自己所學運動項目，為自己規劃健康生活。

1. 體育類社團：拳擊社、籃球社、羽球社、足球社、桌球社、柔道社。
2. 舞蹈類社團：原住民舞蹈社、熱舞社。

(五)高關懷學生單車隊活動：每年辦理單車環島或單車送愛活動，從活動中學習自理生活，養成使命必達的決心毅力，更在環島成功的喜悅中看見自己的無限可能。

四、結合社區資源

- (一)配合衛生所辦理校園戒菸班計畫。
- (二)配合衛生所辦理活力無菸校園計畫。
- (三)與陽光基金會辦理菸檳防制講座。

	(四)與少年隊合作辦理健康生活以及反毒拒毒講座 (五)與眷村故事館合作健走參訪活動，學習走入社區，健康融入生活。		
推動前後成效評價 (3分)	☐ 視力保健 ☐ 口腔衛生 ☒ 健康體位 ☐ 反菸拒檳 ☐ 性教育 ☐ 全民健保教育(含正確用藥) ☐ 正向心理健康促進 (請檢附行動研究成果)	3	
特殊貢獻(8分)	1. 參與112年桃園市活力無菸校園計畫。 2. 參與112年桃園市校園戒菸班計畫。 8分：參與國際認證並獲獎 5分：參與教育部辦理之健促競賽(成效評價報告、教學模組、競賽等) 5分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」 5分：參與本市重點宣導計畫(見備註二，請檢附佐證資料) 3分：協力學校、待輔導學校「成效提升」 -數據低於全國或全市平均	5	
合計(18分)		15	
自評總分	96	複核總分	評分表總分 100分
訪視意見	(由訪視委員填寫)		

承辦人：衛生組長張莉芳

主任：學務處主任潘菁瑩

校長：龜山國民中學校長范菁華

備註：

一、特優：90分以上 優等：85分以上 優良：80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)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。

