

桃園市 107 學年度健康促進學校計畫申請表

學校名稱	桃園市立青埔國民中學	所屬行政區	中壢區
學校地址	桃園市中壢區領航北路二段 281 號		
議題	含菸害防制、健康體位、口腔衛生、視力保健、性教育（含愛滋病防治）、正確用藥（含全民健保）教育。		
補助經費	申請類別：（僅擇一選擇） ☒種子學校：編列 5,000 元 ☐協力學校：編列 10,000 元（☐由各中心學校邀請 ☐主動參與） （議題：☐視力 ☐口腔 ☐體位 ☐菸癮 ☐性教育 ☐正確用藥） ※額外加選項目：（可複選） ☒行動研究：可增列 5,000 元（☒待輔導學校 ☐自主參加學校） 1. 待輔導學校（106 學年度學生健康數據不佳者）：應檢附改善計畫 2 自主參加學校：請檢附行動研究策略與成效摘要表 3. 將成果上傳至「健康促進學校行動研究專區」 （http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/） ☐「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元 1. 檢附課程安排及活動歷程等 2. 將成果報送教育部國教署教學模組競賽		
承辦人	姓名：宋宛豫	E-mail： sheryl0721@qpjh.tyc.edu.tw	
	聯絡電話：03-2871886 #313	傳真：03-2871885	
學校過去辦理之經驗或績優事宜（請列舉） 健康促進宣導與活動： ●護理師利用新生訓練進行潔牙、視力保健及健康體位宣導。 ●護理師利用健康檢查進行潔牙、視力宣導。 ●每學期辦理健促相關講座。 ●辦理子宮頸癌防治宣導。 ●辦理健康促進各項議題影片宣導。 ●辦理兩性教育宣導。 ●辦理愛滋防治與反歧視宣導。 ●辦理藥物濫用防治宣導。 ●中壢區衛生所蒞校宣導「CPR+AED 安全急救教育」。 ●大園高中教官蒞校宣導「反毒教育」。 ●桃園市藥師公會之藥師蒞校宣導「用藥安全」。			

- 新竹風城部屋蒞校宣導「愛滋防治」。
- 健促議題融入暑假作業(繪製小海報)。
- 提倡每日中午用餐後進行潔牙活動。

健康促進比賽佳績：

- 桃園市 106 學年度健康促進學校輔導訪視獲選為優良學校。
- 桃園市 106 學年度健康促進學校反菸拒檳議題創意海報設計比賽國中組第三名。
- 107 年桃園市全國田徑分齡賽 U16 女生組 100 公尺跨欄全國第八名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組混合運動第二名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組一百公尺跨欄第三名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組一百公尺跨欄第六名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組跳高第三名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組鐵餅第三名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組鉛球第八名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組跳高第四名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組八百公尺第五名。
- 107 年桃園市運動會社會男子組游泳兩百公尺混合式第八名。
- 107 年桃園市運動會社會男子組游泳兩百公尺自由式第七名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組游泳兩百公尺混合式第二名。
- 107 年桃園市運動會國中女子組游泳兩百公尺自由式第三名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳五十公尺自由式第一名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳五十公尺蝶式第一名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳 4×100 公尺混合式接力第五名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳一百公尺蛙式第三名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳五十公尺蛙式第四名。
- 107 年桃園市運動會國中男子組游泳 4×200 公尺自由式接力第六名。
- 桃園市 106 學年度健康促進學校-口腔衛生議題創意海報製作比賽佳作。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組混合運動第三名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組 100 公尺跨欄第七名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組鉛球第六名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組 100 公尺蝶式第三名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組 200 公尺自由式第二名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國女組 400 公尺自由式第二名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 100 公尺仰式第二名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 200 公尺仰式第二名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 200 公尺自由式第三名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 4×100 公尺混合式接力第六名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 100 公尺蛙式第 7 名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 200 公尺蛙式第 8 名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 50 公尺自由式第三名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 100 公尺自由式第五名。
- 107 年桃園市中小學聯合運動會國男組 50 公尺蝶式第六名。
- 桃園市 106 年度反性/別暴力戲劇競賽第三名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組鐵餅第二名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組標槍第八名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組 100 公尺跨欄第三名。

- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組跳遠第四名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組標槍第四名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國女組 4×100 公尺接力第六名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國男組 4×100 公尺接力第八名。
- 106 年理事長盃周末田徑對抗賽八年及國男組跳遠第三名。
- 106 年桃園市全國蘆竹盃法式滾球賽全國第四名。
- 106 年度桃園市市長盃神農小學堂健康知識創意競賽-創意四格漫畫佳作。
- 桃園市 106 學年度運動會市長盃法式滾球錦標賽國中男子組第一名。
- 桃園市 106 學年度運動會市長盃法式滾球錦標賽國中男子組第二名。
- 桃園市 106 學年度運動會市長盃法式滾球錦標賽國中男子組第三名。
- 桃園市 106 學年度中小學運動會游泳競賽男子組兩百公尺仰式第三名。
- 桃園市 106 學年度中小學運動會游泳競賽女子組四百公尺自由式第二名。
- 桃園市 105 學年度運動會市長盃法式滾球錦標賽國中男子組第一名。
- 桃園市 105 學年度中小學運動會游泳代表隊選拔賽國中女生組四百公尺自由式第一名。
- 桃園市 105 學年度中小學運動會游泳代表隊選拔賽國中女生組兩百公尺自由式第一名。
- 桃園市 105 學年度中小學運動會游泳代表隊選拔賽國中男生組一百公尺仰式第一名。
- 桃園市 105 學年度中小學運動會游泳代表隊選拔賽國中男生組兩百公尺仰式第一名。
- 桃園市 105 學年度中小學運動會游泳代表隊選拔賽國中男生組一百公尺蛙式第一名。
- 桃園市 105 學年度運動會市長盃法式滾球錦標賽國中男子組第一名。
- 桃園市 105 學年度運動會全國中等學校運動會鐵人三項代表隊選拔賽第三名。
- 桃園市 105 學年度中壢區國民中小學田徑選拔賽國中男生組 4×100 公尺接力第三名。
- 桃園市 105 學年度環境知識挑戰擂台社會組第一名。
- 桃園市 105 學年度環境知識挑戰擂台國中組第一名。
- 桃園市 104 學年度運動會市長盃法式滾球國中男子組第一名。
- 桃園市 104 學年度全國中等學校運動會桃園市鐵人三項代表隊選拔賽第三名
- 桃園市 104 學年度全國中等學校運動會桃園市跆拳道代表隊選拔賽第三名
- 桃園市 104 學年度性教育（含愛滋病防治）創意標語海報比賽榮獲國中組第三名。
- 桃園市 104 年度環保知識挑戰擂台賽榮獲國中組第三名。
- 「健康促進學校-健康體位議題 85210」創意漫畫製作比賽，榮獲國中組佳作。
- 桃園市 104 年度市長盃神農小學堂正確用藥暨反毒教育健康知識創意競賽，榮獲「創意漫畫製作組」佳作。
- 桃園市 103 學年度性教育議題海報比賽榮獲佳作。

辦理健康促進學校之潛能（請列舉）

- 全校 29 班，校園寬廣，環境優美。
- 校舍新穎，空間規畫完善，維護良好。
- 學生活動中心即將落成，提供學生更多活動空間。
- 電腦資訊設備充裕，符合教師教學、學生學習需求。
- 教師年輕有衝勁，具熱忱又用心，與學生之間關係良好，互動性佳。
- 教師專業經驗豐富，進修意願高，效率佳，有團隊精神。
- 學生活潑純樸，熱愛學校，認同師長，師生良性互動。
- 家長信任學校，熱心助學、態度積極。

承辦人：

衛美宋宛豫

單位主管：

學務連志賢

機關首長：

桃園市立中壢國民中學 校長 林挺世

桃園市青埔國民中學辦理 107 學年度健康促進學校實施計畫

一、前言：

本校願景為健康、品格、多元、國際，其中以「健康」與本校健康促進目標相結合。願景如下：

1. 提昇本校教職員工生健康知能及素養。
2. 建構友善且合適的健康促進學校環境。
3. 制定合適的健康促進學校計畫並執行妥當。
4. 藉由推動各項健康促進活動參與，促進個人及
群體健康。

健康 品格
多元 國際

5. 整合健康與體育領域教師教材教法資源，融入健康教學範疇。

二、計畫依據：

1. 桃園市政府教育局 107 年 8 月 24 日桃教體字第 1070069338 號函。
2. 桃園市政府教育局 107 年 8 月 14 日桃教體字第 1070066514 號函。

三、背景說明：

1. 本校位於桃園市中壢區，鄰近有桃園高鐵、桃園國際機場及機場捷運，
經由國道二號大竹交流道也可以快速抵達，交通便利。
2. 校舍鄰近老街溪、青塘園生態公園、書法公園、青埔棒球場、壘球場等，
有利文化及運動教學活動，促進身心健康。
3. 教師素質高、教學多元、校舍及教學設備新穎，能帶領孩子活潑學習。
4. 於週會舉辦潔牙保健、視力保健、CPR 宣導、健康體位、反菸拒檳、全民

健保教育、用藥安全等健康促進宣導，也於學期間辦理各項相關繪畫及

標語競賽。

5. 學校外包營養午餐，供師生食用。午餐分由兩家廠商辦理，提供師生多樣變化的營養餐食。

6. 全校學生體育課定期實施體適能檢測，成效良好。

7. 除了成立籃球校隊、田徑校隊、游泳校隊、棒球校隊，同時也開設籃球社、足球社、桌球社、棒壘社、田徑社、舞蹈社、武術社、綜合球類社等運動類社團，有助於提升校內運動風氣。

8. 結合社區資源，透過健康教育與活動之健康服務的實施，引導學生、教職員工及社區家長，自發性地建立健康管理，共同營造健康校園。

四、SWOT 分析：

因素	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會)	T(威脅)
學校地理環境	1. 鄰近高鐵站、機場捷運站及交流道。 2. 校園優美、設備新穎。	1. 校區附近大樓興建中，砂石車多。 2. 學生放學後多數搭交通車離校，無法留校參與課後運動類活動。	1. 位於中壢區與大園區交界，地理位置佳、新設學校，能吸引師生。	1. 學生活動中心興建中，校園安全多顧慮。
菸害防制	1. 校園張貼反菸標誌及宣導海報。 2. 教師將反菸議題融入教學。 3. 教職員抽菸人數比例極低。 4. 附近幾乎沒有賣菸店家、攤販。	1. 部分教職員工有抽菸習慣。 2. 學生天性單純，易受人慫恿吸菸。	1. 發放「菸癮害之防治相關文宣」，建立正確衛生健康觀念。 2. 行政人員積極巡視校園死角，學生在校內違規不易。	1. 家人如有抽菸易受影響。
健康體位	1. 午餐採外訂餐盒（合菜桶餐）方式，並由合格廠商供應，配有合格營	1. 校舍新穎、硬體設備優良，但健體領域老師不足，健康課程多配課給非專長教	1. 體育組定期舉辦體育競賽；寒、暑假舉辦體育相關營隊。 2. 成立運動相關社	1. 家長工作忙碌無暇關心學生飲食。 2. 學生下課多至

	養師，色香味營養兼具。 2. 學生每學期於健康中心定期健檢。 3. 每學期體育課測驗體適能。 4. 每學期均有運動相關社團。 5. 本校無合作社減少學生購買零食、飲料的機會。	師授課。 2. 學生課業量多，較少利用課間運動。 3. 部分教師習慣以零食、含糖飲料作為學生獎勵。 4. 學生活動中心仍在興建中。	團，例如：籃球社、足球社、桌球社、棒壘社、田徑社、舞蹈社、武術社、綜合球類社等運動類社團。 3. 學校附近有棒球場壘球場。 4. 十二年國教重視多元發展適性揚才，有利運動的提倡。 5. 健康議題漸受關注，有利健康飲食、健康體能的宣導。	補習班上課，常以外食為主，導至營養不均。
口腔衛生	1. 七年級學生入學時做健康檢查。 2. 輔導口腔不良轉診，並積極追蹤矯治情形。 3. 全校各班皆有洗手台，每座有3個水龍頭，各班同學可就近進行潔牙。	1. 導師工作繁重，時間有限，難積極監督學生潔牙。 2. 部分同學未帶潔牙用品，還沒養成餐後潔牙習慣。	1. 家長對學校的規定配合意願高。 2. 總務處配合供應充足的飲用水設備。	1. 家長重常忽視學生矯治狀況。 2. 學生早晚潔牙較落實，在校午餐後之潔牙比率有待加強。
視力保健	1. 全校每學期定期視力檢查，針對不良者發予家長通知單提醒複檢，並持續追蹤。 2. 教室採光良好、照明充足。	1. 學生擁有手機人數多，經常使用易損害視力。 2. 部分家長未能陪同學生前往複檢，造成回條回收速度緩慢。	1. 提倡下課時間至室外活動，讓眼睛得以自動調節獲得適當休息。	1. 部分家庭對學生課後使用手機、電腦等產品並未限制時間。 2. 學生放學後或假日多至補習班補習，少有機會至戶外活動。
性教育	1. 本校「綜合活動領域」、「健康與體育領域」教師熱心專業，協助指導相關課程。 2. 輔導室例行於學期中舉辦生命教育體驗活動，融入性別平等課程，扎根穩健。	1. 部分領域較少將性教育議題融入教學。	1. 利用班親會、親職講座提供家長性教育相關文章或講座。 2. 配合健康促進議題邀請紅絲帶基金會辦理宣導。	1. 性資訊傳播媒介眾多，學生多於私下討論，若無吸收正確性觀念的學生，恐有躍躍欲試的擔憂。

正確用藥	1. 本校「綜合活動領域」、「健康與體育領域」教師熱心專業，協助指導相關課程。 2. 邀請桃園藥師公會蒞校宣導正確用藥教育。	1. 學生對於「藥物使用」的課程內容普遍陌生。 2. 容易受家長的用藥習慣影響。	1. 利用班親會、親職講座提供家長正確用藥相關文章或講座。 2. 健康中心對於學生與教師能提供正確用藥的相關知能。 3. 以健康促進計畫專款辦理演講活動來加強宣導，增強學生、家長相關認知。 4. 配合健康促進議題邀請特定團體辦理宣導，並融入社區衛生所及醫院資源。	1. 家長與學生的藥物使用教育較為不足。
全民健保教育	1. 本校教師熱心專業，協助指導教育相關課程。 2. 融入相關課程。	1. 議題較新缺乏辦理經驗。 2. 教師對於健保新制瞭解不深。	1. 利用宣傳單張向家長宣導全民健保議題。	1. 民眾對於健保新制並不清楚瞭解意願不高。

五、計畫內容與實施策略：

議題	工作重點	預定實施日期	參與人員
菸害防制	1. 反菸議題融入各領域教學。 2. 設置菸害防制專欄，公告相關文宣。 3. 佈置無菸校園設施(海報、標語、圖示)。 4. 尋求附近店家協助，堅決不販售菸品給學生。 5. 邀請永平工商教官及吉康生活藥局藥師辦理防菸拒檳及反毒知能宣導。	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組
健康體位	1. 健康飲食、體適能等議題融入各領域教學。 2. 設置健康體位專欄公告相關文宣。 3. 宣導「天天五蔬果」、每天吃早餐及相關營養知識、飲食觀念。 4. 發展多元的運動性社團，如：棒壘社、籃球社、桌球社、滾球社、跆拳道社、足球社。 5. 辦理寒暑假各類育樂營，如：棒球營。讓學生在長假期間	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組 訓育組 體育組 健康中心
	仍能保持運動習慣。		

	6. 學期間辦理足壘球比賽、排球比賽、籃球比賽、晨間慢跑。 7. 舉辦健康體位繪畫比賽。 8. 嚴格執行菜單審核及午餐留檢制度，每個月一次固定供應水果，並辦理一次蔬食日。 9. 午餐廠商營養師協助辦理營養知識、飲食觀念宣導。 10. 結合新生健康檢查，進行健康體位影片宣導。 11. 配合朝會進行晨間慢跑運動。 12. 教室布置融入健康體位議題。 13. 推行校園健康地圖集點護照，鼓勵學生利用課間時間多走動。		
口腔衛生	1. 將口腔衛生議題融入各領域教學。 2. 設置口腔衛生專欄，公告相關文宣。 3. 新生訓練由護理師進行潔牙宣導及正確潔牙說明。 4. 結合新生健康檢查，進行口腔衛生影片宣導。 5. 推動午餐後潔牙活動。 6. 提供班級充足的洗手台設備。	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組 午餐秘書 事務組 健康中心
視力保健	1. 將視力保健議題融入各領域教學。 2. 請護理師於新生訓練對學生宣導正確用眼。 3. 設置視力保健專欄，公告相關文宣。 4. 安排護理師針對學生視力保健進行宣講活動。 5. 聘請眼科醫生到校辦理「視力保健」宣導講座。 6. 結合新生健康檢查，進行視力保健影片宣導。 7. 進行校園午休寧靜計畫，讓學生每天午餐後確實在班上進行午休，每天即可多出半小時、一個月可多出約10小時的時間讓學生的眼睛獲得休息。 8. 鼓勵學生課間休息時走出教室進行戶外活動。 9. 透過教師課堂活動設計，達成「3010」視力保健行動。 10. 全校視力測量後，發予不良學生複檢通知與家長保持聯繫，共同協助學生進行矯治。 11. 透過各項刊物、校園資訊手冊及親師座談會手冊宣導正確用眼知識。 12. 進行班級(學生座位及黑板)及辦公室流明度檢測。 13. 推行課間時間教室淨空活動，鼓勵學生下課時間走出教室活動，讓眼睛獲得適當調節與舒緩。	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組 健康中心
性教育	1. 將性教育議題融入各領域學。 2. 設置性教育專欄公告相關文宣。 3. 與輔導室合作辦理「性別教育」及「愛滋防治宣導」宣導講座。	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組 輔導組 健康中心

	4. 結合新生健康檢查，進行愛滋防治影片宣導。 5. 輔導室配合輔導課程辦理「性剝削防制戲劇比賽」。 6. 安排財團法人台灣關愛基金會蒞校辦理防治愛滋與反歧視宣導活動，除了向學生宣導正確觀念，也鼓勵校內教職員工參與研習。		
正確用藥	1. 將正確用藥議題融入各領域教學。 2. 設置正確用藥專欄，公告相關文宣。 3. 發予單張至各班公告宣導。 4. 邀請桃園市藥師公會講師到校宣導防制學生藥物濫用。 5. 安排財團法人台灣關愛基金會蒞校辦理藥物濫用防制宣導活動，除了向學生宣導正確觀念，也鼓勵教職員工參與研習。	107.08 / 108.07	全校教師 衛生組 健康中心
全民健保教育	1. 將全民健保教育議題融入各領域教學。 2. 設置全民健保教育專欄，公告相關文宣。 3. 利用朝會及班週進行全民健保宣導。 4. 發予單張黏貼於聯絡簿向家長宣導。	107.08 / 108.07	各領域教師 衛生組 健康中心

六大範疇	實施內容
學校衛生政策	1. 成立衛生委員會，組成「健康促進學校委員會」。 2. 擬定健康促進學校計畫，研議相關政策，確立各議題推動工作之步驟與措施。 3. 對學校成員(教職員工生)意見調查及鼓勵參與。 4. 各處室及單位間(學校、家庭及社區等)溝通協商，形成性調整、修正相關措施。
學校物質環境	1. 提供充足安全的學習、活動空間與運動設施，並定期檢修。 2. 教室及辦公室流明度檢測。 3. 提供符合衛生健康標準的膳食與飲水，執行菜單審核、午餐留檢、異物記點制度，並定期進行水質檢測。 4. 規劃完善的無障礙設施供特殊需求學生使用。 5. 規劃健康促進相關議題的校園佈置(單張海報、學校網站、學生作品)，如無菸校園、健康體位專欄、疾病防治專區等。 6. 規劃興建學生活動中心以增加學生活動空間。
學校社會環境	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. 辦理教職員工健康促進相關活動。

七、健康促進學校人力配置：

「桃園市青埔國民中學健康促進委員會」組織表

編制	職 稱	姓 名	職 掌
召集人	校長	林挺世	督導推動健康促進學校計畫之各項事宜。
副召集人	學務主任	連志賢	1. 研究策劃，督導健康促進學校計畫執行，並協助行政協調。 2. 協調各項議題執行達成預期指標或進度。
執行委員	教務主任	陳淑婷	負責推動健康議題融入各領域教學。
執行委員	總務主任	葉力為	1. 協助活動會場開放、音響及空調。 2. 負責活動所需物品之採購及經費核銷。 3. 社區及學校資源之協調聯繫。
執行委員	輔導主任	楊子賢	提供各項心理、衛生、健康諮詢服務。
執行委員	衛生組長	宋宛豫	1. 負責支持性環境之營造及佈置。 2. 舉辦健康促進學校相關活動。 3. 健康促進議題活動推行。 4. 計畫對內、對外之聯絡窗口。
執行委員	生教組長	陳專凱	1. 協助辦理各項健促宣導之秩序管理。 2. 協助健促活動相關之學生生活教育。
執行委員	訓育組長	黃小玲	協助辦理各項健促議題之師生藝文活動推動。
執行委員	體育組長	王張詩淵	1. 體適能評估活動策略設計及效果評價。 2. 舉辦各項體育活動。
執行委員	教學組長	謝宜婷	1. 協助規畫、推廣相關課程。 2. 協助活動辦理之課務安排。 3. 各領域健康議題融入之教學成果統整。
執行委員	資訊組長	邱振源	健康促進網頁製作及維護。
執行委員	資料組長	林景梅	協助規劃並辦理健康促進議題之性教育推動。
執行委員	輔導組長	胡名鎔	協助規劃並辦理健康促進議題之性教育推動。
執行委員	護理師	鄭月枝	1. 身體健康狀況及需求評估，社區醫療及學校資源之整合。 2. 提供各項健康資料與諮詢，協助學生追蹤矯治及統計分析
執行委員	午餐秘書	龍萱	1. 督導及辦理午餐營養教育 2. 餐後潔牙推廣。
執行委員	級導師	賴穎維 陳俊志 陳芸鈞	1. 協助辦理學生需求評估。 2. 推廣並鼓勵學生參與各項活動。 3. 協助班級與行政單位之聯繫。

八、成效指標及預期效益與評價方式：

六大主題	成效指標、預期效益與評價方法																																															
菸害防制	(一) 打造無菸校園，教職員工及來賓蒞校均無吸菸行為。 (二) 將反菸議題融入各領域教學及活動中，使學生能瞭解吸菸對健康的壞處，並能拒絕他人給予的菸。 (三) 擴大無菸校園的範圍，尋求附近店家的協助，堅決不販售菸品給學生。 (四) 辦理宣導活動運用口頭及時問答了解學生對相關運用問卷調查並協請生教組進行成效評價。 (五) 本校 106 學年度吸菸率為 0%；107 學年度預期值為 0%。 (六) 本校 106 學年度檳榔嚼食率為 0%；107 學年度預期值為 0%。																																															
健康體位	(一) 將健康飲食議題融入各領域教學及活動中，使學生獲得正確的飲食觀念，並形成為自我健康把關的意識，養成良好的飲食習慣。 (二) 嚴格執行菜單審核及午餐留檢制度，要求午餐廠商以少油少鹽少糖高纖的方式烹調，一個月一天蔬食餐，對油炸品、甜品進行控管。 (三) 全校教師不以含糖飲料、零食作為學生獎勵。 (四) 透過親師聯絡管道(如親職講座、聯絡簿單張黏貼等)宣導「每天五蔬果」、「每天吃早餐」、「多喝水」等相關營養知識、飲食觀念，使家庭成為健康飲食教育的另一支持力量。 (五) 鼓勵師生從事運動，並達到每週累積 210 分鐘的運動量。 (六) 加強學生體適能，提升全校體適能通過率。 (七) 利用常規健康檢查及問卷調查了解指標達成率。 (八) 本校 106 學年度體位不良率為 37%；107 學年度預期值為 36%。 <table><tr><th></th><th>過輕</th><th>適中</th><th>過重</th><th>超重</th><th>總人數</th></tr><tr><td>106-1</td><td>51</td><td>514</td><td>102</td><td>156</td><td>823</td></tr><tr><td>百分比</td><td>6.2%</td><td>62.5%</td><td>12.4%</td><td>19.0%</td><td></td></tr><tr><td>106-2</td><td>40</td><td>520</td><td>100</td><td>166</td><td>826</td></tr><tr><td>百分比</td><td>4.8%</td><td>63.0%</td><td>12.1%</td><td>20.1%</td><td></td></tr><tr><td rowspan="2">相差</td><td>減少11人</td><td>增加6人</td><td>減少2人</td><td>增加10人</td><td></td></tr><tr><td>下降1.4%</td><td>上升0.5%</td><td>下降0.3%</td><td>上升1.1%</td><td></td></tr><tr><td>評估</td><td>優良</td><td>優良</td><td>優良</td><td>待改善</td><td>總人數增加3人</td></tr></table>		過輕	適中	過重	超重	總人數	106-1	51	514	102	156	823	百分比	6.2%	62.5%	12.4%	19.0%		106-2	40	520	100	166	826	百分比	4.8%	63.0%	12.1%	20.1%		相差	減少11人	增加6人	減少2人	增加10人		下降1.4%	上升0.5%	下降0.3%	上升1.1%		評估	優良	優良	優良	待改善	總人數增加3人
	過輕	適中	過重	超重	總人數																																											
106-1	51	514	102	156	823																																											
百分比	6.2%	62.5%	12.4%	19.0%																																												
106-2	40	520	100	166	826																																											
百分比	4.8%	63.0%	12.1%	20.1%																																												
相差	減少11人	增加6人	減少2人	增加10人																																												
	下降1.4%	上升0.5%	下降0.3%	上升1.1%																																												
評估	優良	優良	優良	待改善	總人數增加3人																																											

視力保健

- (一)辦理視力保健宣導講座，使學生獲得正確用眼的知識及技能。
- (二)藉由活動設計增加學生課間休息時間至教室外活動，並鼓勵學生課間休息時間走出教室，達到每天戶外活動累計 120 分鐘。
- (三)加強學校與家長的聯繫，共同協助視力不良學生進行矯治，提高學生視力不良矯治率。
- (四)鼓勵教師調整課堂活動安排，強化學生「用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘」的視力保健行動，提升達成率達 90%。
- (五)利用常規健康檢查、教師進行校園巡視及問卷調查了解指標達成率。
- (六)本校 106 學年度視力就診率為 98.512%；107 學年度預期值為 98.6%。

	七年級	八年級	九年級	全校
106-1 視力不良	214	211	219	644
百分比	72.5%	83.4%	79.6%	78.3%
就醫率	98.6%	97.6%	99.1%	98.5%
106-2 視力不良	227	216	231	674
百分比	75.7%	86.1%	84.0%	81.6%
就醫率	99.6%	97.7%	98.3%	98.5%
視力不良 相差	增加13人	增加5人	增加12人	增加30人
	上升3.2%	上升2.7%	上升4.4%	上升3.3%
評估	待改善	待改善	待改善	待改善

106-1受檢人數：823人

106-2受檢人數：826人

性教育

- (一)辦理愛滋防治及性教育宣導講座，並融入各領域教學，使學生獲得正確的性知識，以健康的態度面對性教育議題，並能以行動維護自己及他人的權益。
- (二)透過親師聯絡管道(如親職講座、聯絡簿單張黏貼等)宣導性教育知識，使家長擁有正確的性知識，協助學生培養正確性教育觀念及態度。
- (三)藉由校內活動辦理紀錄了解成效評價。
- (四)本校 106 學年度性教育(含愛滋防治)宣導活動場次為 1 場次；107 學年度預期值為 2 場次。

口腔衛生	(一)辦理口腔衛生宣導講座，使學生獲得正確的口腔護理知識及技能。 (二)推動午餐餐後潔牙活動，促使學生養成餐後潔牙的習慣。 (三)透過親師聯絡管道(如親職講座、聯絡簿單張黏貼等)宣導牙齒保健知識，提升家庭教育在學生牙齒保健上的影響力。 (四)提高學生每日平均刷牙次數至 2.5 次以上。 (五)藉由常規健康檢查及問卷調查了解指標達成率。 (六)本校 106 學年度齲齒就醫率為 98.41%(僅 1 人未就醫);107 學年度預期值為 98.5%。 <table><tr><td></td><td>未治療齲齒</td><td>完成就醫</td></tr><tr><td>105</td><td>54</td><td>53</td></tr><tr><td>百分比</td><td>21.3%</td><td>98.2%</td></tr><tr><td>106</td><td>63</td><td>62</td></tr><tr><td>百分比</td><td>21.2%</td><td>98.4%</td></tr></table> 105受檢人數：253人(含轉學生) 106受檢人數：297人(含轉學生) 每年只有七年級新生受檢，因對象不同，故無法比較。		未治療齲齒	完成就醫	105	54	53	百分比	21.3%	98.2%	106	63	62	百分比	21.2%	98.4%
	未治療齲齒	完成就醫														
105	54	53														
百分比	21.3%	98.2%														
106	63	62														
百分比	21.2%	98.4%														
正確用藥教育	(一)透過辦理正確用藥研習及各項正確用藥競賽(漫畫、海報比賽)，提高師生對正確用藥五大核心能力的認識。 (二)結合師生健康檢查、班際運動競賽、親職教育日、運動會等進行宣導，使正確用藥知能深入親師生日常生活中，達潛移默化之效。 (三)透過宣導活動及教師研習，加強教職員工生正確用藥的觀念。 (四)進行問卷調查知悉此主題各項成效評價。 (五)本校 106 學年度遵醫囑服藥率為 91.6%;107 學年度預期值為 92%。															
全民健保教育	(一)透過宣導加強師生及家長對全民健保的認識，破除看病迷思，做到減少醫療資源的浪費。 (二)透過宣導培養師生及家長合理就醫、珍惜醫療資源態度，並在日常生活中確實實踐。 (三)藉由校內活動辦理紀錄了解成效評價。 (四)本校 106 學年度全民健保宣導活動場次為 0 場次;107 學年度預期值為 1 場次。															

九、本計畫經校務會議通過，陳校長核可後實施，修正時亦同。

十、經費概算表。

桃園市 107 學年度健康促進學校計畫補助經費概算表

學校名稱:桃園市立青埔國民中學

申請類別：(僅擇一選擇)

☒種子學校：編列 5,000 元

☐協力學校：編列 10,000 元(☐由各中心學校邀請 ☐主動參與)

(議題：☐視力 ☐口腔 ☐體位 ☐菸檳 ☐性教育 ☐正確用藥)

額外加選項目：(可複選)

☒行動研究：可增列 5,000 元 (☒待輔導學校 ☐自主參加學校)

☐「健康促進學校優良教學模組」觀課：可增列 5,000 元

項次	經費項目	單價	單位	數量	總價
1	講師鐘點費	1600	時	2	3200
2	學生獎勵品	85	份	50	4250
3	印刷費	1500	式	1	1500
4	文具	1050	批	1	1050
5					
總計					10000

承辦人：

單位主管：

主計

校長：

衛生組 宋宛豫

學務主任 連志賢

計畫室 王建今

青埔國民中學 校長 林挺世

備註：

1. 本案編列請參考「教育部補助及委辦計畫經費編列基準表」及經常門(如:講師鐘點費、學生獎品、文具紙張、印刷費等)項目。
2. 本局將進行計畫審查及分級補助(如:計畫優劣、策略運用、成效評價等),並考量教育部國教署補助經費,保有刪減及核定貴校補助經費之權利。
3. 請於 107 年 9 月 15 日前連同計畫(紙本)1 式 2 份、概算表(正本)1 份逕送幸福國小彙辦。