新北市瑞芳區濂洞國民小學

109學年度健康促進學校期末成果

報 告 人：學輔主任 李治民

報告日期：110年7月9日

簡報大綱

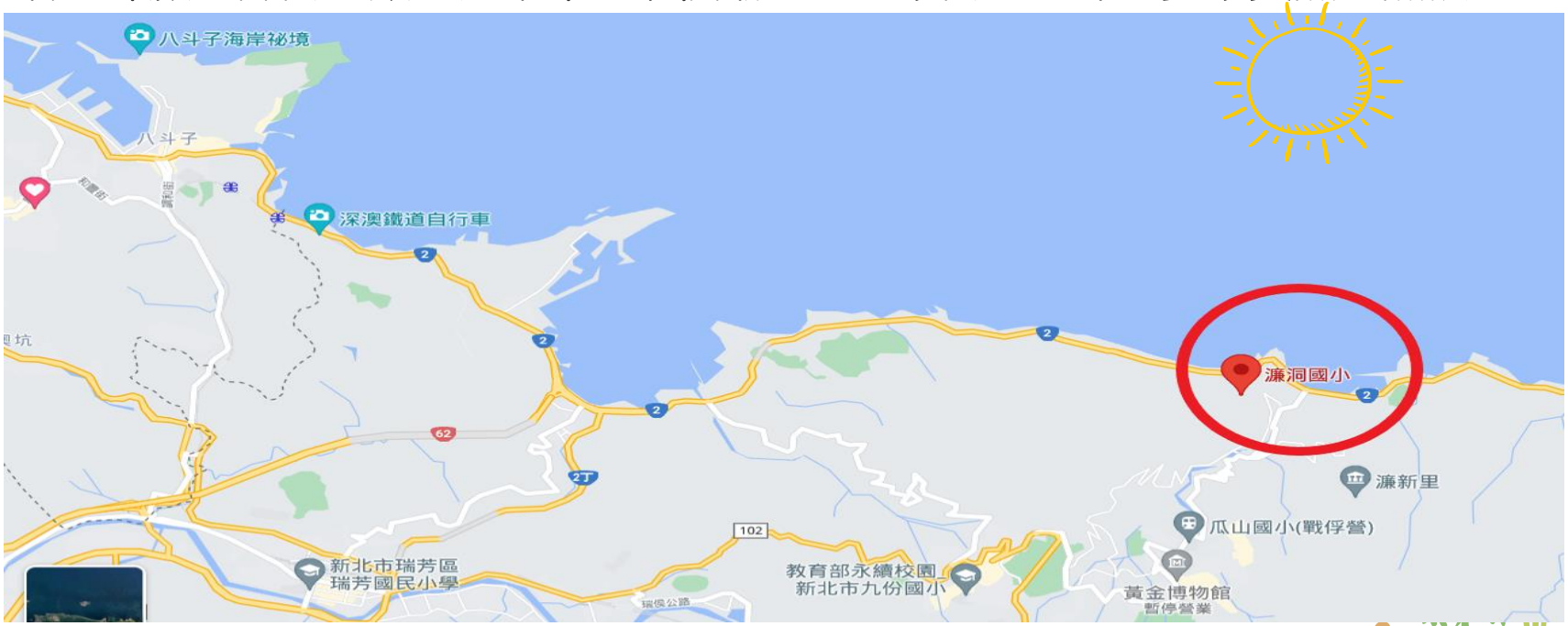
一、學校地理位置
二、背景分析
三、歷年健康促進得獎事蹟
四、SWOT分析
五、歷年視力、口腔、體位議題之統計與分析
六、學校衛生委員會運作情形
七、重點健康議題-口腔保健
八、自選重點議題與其他議題線上問卷填達成效
九、學校重點議題執行省思

一、學校地理位置

地理位置

Maps

本校位東北角海岸，背基隆山、面陰陽海，鄰近黃金瀑布及昔日採礦遺址水湳洞選煉廠。降雨日數超過半年，氣候潮濕，冬季雨量豐沛，夏季炎熱日照強。



社區環境

社區為礦業遺址聚落，多日式房舍，無商店，居民單純長者居多。



校園環境

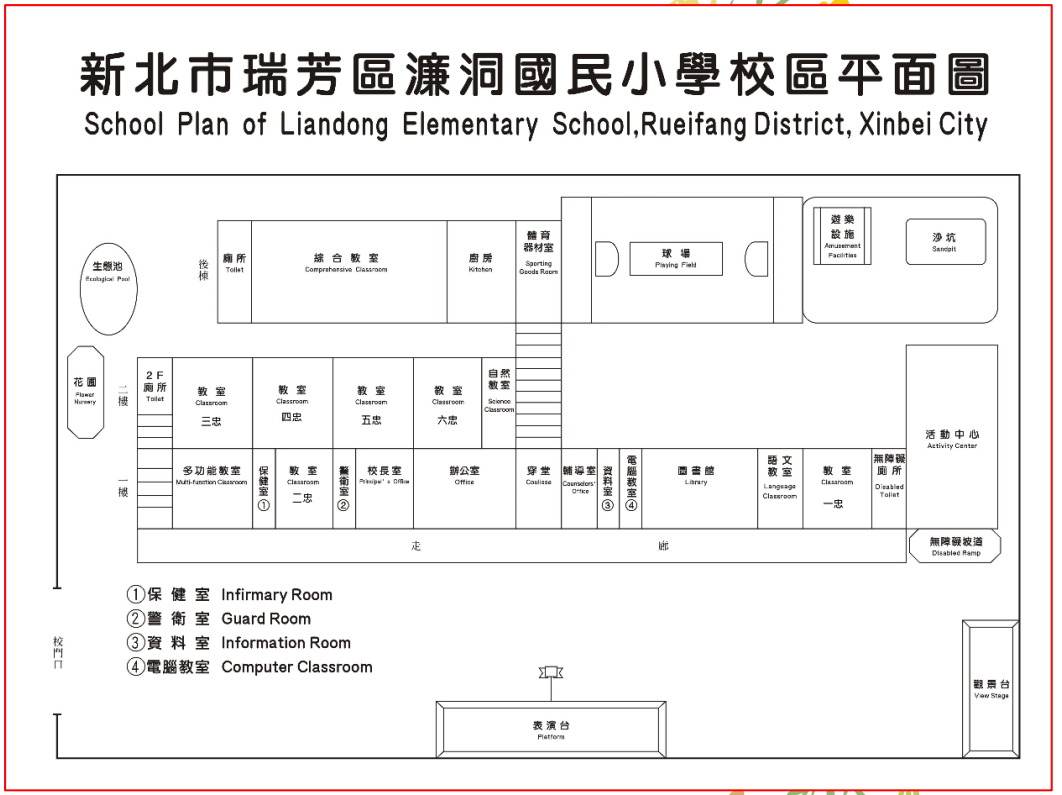
校地面積含宿舍0.625公頃，
校內建築設施如下：

東棟校舍：混齡教室三間、自然教室、分組教室、多功能教室、保健中心、校長室、辦公室。

西棟校舍：藝文、英語教室、電腦教室、圖書室。

南棟校舍：幼兒園、廚房。

運動場地：升旗臺前廣場、活動中心(雨天體育課場地)及籃球場。



二、背景分析

教職員工人數

- 全校教職員工19人，年齡平均分佈24-60歲區間。

	教師	職員	教保員	庶務委外	廚工	警衛	總計
人數	12	2	1	1	1	2	19
男女比例	4：8	0：2	0：1	0：1	0：1	2：0	6：13

學生人數

- 全校國小班級數5班、幼兒園1班
- 全校學生共15人，男：13人、女：3人，列表如下：

班級	幼兒園	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	總計
人數	4	0	1	2	2	3	3	15
男女比例	3：1	0	1：0	2：0	1：1	3：0	2：1	12：3

家庭背景

- 家長社經背景普遍不高，多以打零工為生。
- 學生家庭多為隔代教養、單親家庭…等。
- 弱勢學生佔全校73.33%，類別詳列表如下：

類 別	一般學生	弱勢學生					總 計
		單親+隔代	中低收入	原住民+中低	原住民	新住民	
百分比	26.67%	33.33%	6.67%	13.33%	13.33%	6.67%	100%
人數	4人	5人	1人	2人	2人	1人	15人

三、歷年健康促進得獎事蹟

歷年健康促進得獎事蹟

- 106學年度健康促進學校期末成果審查 優等
- 106、108學年度新北市品德教育特色學校區級績優
- 107、109學年度新北市生命教育特色學校區級績優
- 104-109 學年度瑞芳區田徑對抗賽歷年成績優異





四、SWOT分析

1. 學校衛生政策

S 優勢

1.重視學生健康，校務會議通過本學年健康促進計畫，並滾動修正。

2.重視口腔衛生，每學期兒童朝會安排口腔保健宣導。

W 劣勢

1.行政人力有限，老師配合事務繁多，影響績效提升。

2.人員異動頻繁，不利政策內化傳承。

O 機會

1.家長日益重視健康衛生相關觀念。

2.支持學校健促政策宣導及推動。

T 威脅

1.家庭多隔代教養、單親，難兼顧學生飲食均衡及衛生習慣。

2.無含糖飲料及零食不易在家庭落實。

2. 學校物質環境

S 優勢

1.每班教室皆有洗手檯，使用便利。

2.免費提供學童牙刷、含氟牙膏及牙線。

W 劣勢

1.相關衛生設備老舊，需時更新。

2. 健促經費有限，供給資源有限。

O 機會

1.地理環境優勢適合培養運動習慣。

2.社區無便利商店，較易管控飲食。

T 威脅

社區雖無便利商店，假日家長仍會帶學生至市區買零食及飲料。

3. 學校社會環境

S 優勢

1.學生人數少，老師能照顧到每位學生的身心發展狀況。

2.親師關係良好，能掌握學生在家學習與健康狀況。

W 劣勢

1.各班學生人數太少，缺乏同儕互動與文化刺激不足。

2. 學生人數少，囿於教育業務未減，教師及行政身兼數職。

O 機會

1.臨近自然環境便於校外學習活動。

2.家長會提供學生鼓勵制度獎勵品。

T 威脅

1.家長多屬打零工，少陪伴，外食偏高，常提供甜食或含糖飲料。

2.家長對學生健康均衡飲食及培養健康習慣，缺乏約束管教能力。

4. 健康生活技能教學與活動

S 優勢

1.導師及護理師指導與陪伴學生用餐及刷牙。

2.擬定主題課程活動，融入健康議題於課程教學。

W 劣勢

1.學生具有正確健康概念，惟缺乏拒絕誘惑的技能。

2.學生各項活動及宣導事項眾多，影響健促相關宣導活動時間。

O 機會

家長願意配合學校健促教育，尊重學校及肯定老師專業的付出。

T 威脅

1.家長缺乏口腔保健正確觀念，無法有效督促學生口腔衛生管理。

2.教師協助課業學習費時，對於健促議題著墨有限。

5. 社區關係

S 優勢

1.藉由辦理學校各項重大活動宣導

2.管道多元平等，並以融入方式進行。

W 劣勢

1.家庭多屬弱勢，多隔代教養或單親。

2.家長年紀大或需在外工作，較保守與被動。

O 機會

1.家長及社區願意參與活動與座談。

2.學校與社區關係良好，支持學校健康宣導與推廣。

T 威脅

1. 家長忙於工作，高齡長輩無法提供較好的生活照護。

2. 社區無醫療機構，至市區就醫不便。

6. 健康服務

S 優勢

1. 高危險群個案管理與衛教輔導。
2.定期牙醫巡迴車到校服務並追蹤。

W 劣勢

在校確實做到口腔保健與正確刷牙，惟回家後家長督促成效不彰。

O 機會

1.口腔巡迴車到校檢查提升矯治率至80%。
2.家長願意配合學校輔導及追蹤治療。

T 威脅

家長配合高關懷個案追蹤，惟態度消極，成效有限。

五、歷年視力、口腔、體位議題之統計與分析

新北市瑞芳區濂洞國民小學

104～109學年視力不良率%

108-109學年度視力不良複檢率：100%

	104上	104下	平均	105上	105下	平均	106上	106下	平均	107上	107下	平均	108上	108下	平均	109上	109下	平均
一年級	0	0	0	0	50	25	66.7	33.3	50	0	100	50	50	0	25	無學生	無學生	無學生
二年級	75	75	75	0	33.3	16.65	0	50	25	66.7	66.7	66.7	100	50	75	0	0	0
三年級	0	0	0	50	75	62.5	0	33.3	16.65	25	50	37.5	50	50	50	50	50	50
四年級	33.3	66.7	50	0	0	0	75	50	62.5	33.3	33.3	33.3	33.33	33.33	33.33	50	50	50
五年級	0	0	0	100	100	100	0	0	0	40	60	50	100	66.67	83.34	66.67	66.67	66.67
六年級	66.7	66.7	66.7	0	0	0	100	100	100	0	0	0	80	40	60	66.67	100	83.35
濂洞國小平均	40	46.7	43.35	31.3	52.9	42.1	44.4	46.7	45.55	31.6	52.6	42.1	70.59	41.18	55.88	54.55	63.60	59.08
全校惡化%	0	5.5	2.75	1.66	18.05	9.86	16.66	21.93	19.30	4.6	8.68	6.64	39.67	-13.34	13.17	-20	13.33	-3.33
瑞芳區	-			-			41.64			41.58			39.52			41.22		
新北市	48.80			48.43			47.85			47.34			46.56			46.53		
全國	46.05			45.78			45.44			44.79			44.35			44.57		

109學年視力保健與區、全市、全國評比

項目	指　標	本校	瑞芳區	新北市	全國	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率	54.55%	41.22%	46.53%	44.57%	□高於全市全國指標尚需努力
	視力不良複檢率	100%	100%	95.56%	91.06%	□符合全市全國指標以上

104~109學年未治療齲齒率%

		104上	評比	105上	評比	106上	評比	107上	評比	108上	評比	109上	評比
濂洞國小	一年級	33.33		100		66.67		50		100		無學生	
	四年級	100		100		75		66.67		66.67		50	
	增減%	0		0		0		33.34		-33.33		-16.67	
瑞芳區	一年級	-	-	-	-	46.29	高	47.62	高	44.14	高	47.00	無
	四年級	-	-	-	-	33.78	高	26.07	高	25.12	高	25.55	高
新北市	一年級	48.89	低	45.96	高	43.09	高	42.19	高	41.85	高	35.94	無
	四年級	43.05	高	38.58	高	37.28	高	35.64	高	34.27	高	30.42	高
全國	一年級	47.29	低	47.39	高	44.00	高	41.96	高	40.52	高	37.88	無
	四年級	42.88	高	41.65	高	38.53	高	36.07	高	33.81	高	33.12	高

104~109學年齲齒複檢診治率%

		104上	評比	105上	評比	106上	評比	107上	評比	108上	評比	109上	評比
濂洞國小	一年級	100		100		100		100		100		無學生	
	四年級	100		100		100		100		100		100	
	增減%	0		0		0		0		0		0	
瑞芳區	一年級	-	-	-	-	100	相同	100	相同	100	相同	100	相同
	四年級	-	-	-	-	100	相同	100	相同	98.08	高	100	相同
新北市	一年級	94.22	高	92.33	高	93.07	高	94.48	高	92.96	高	94.32	高
	四年級	92.25	高	91.17	高	90.46	高	92.84	高	91.22	高	92.76	高
全國	一年級	89.45	高	88.87	高	87.81	高	88.57	高	87.99	高	88.02	高
	四年級	87.27	高	86.37	高	85.40	高	86.24	高	85.50	高	85.72	高

109學年口腔保健與區、全市、全國評比

項目	指　標		本校	瑞芳區	新北市	全國	達成指標情形
口腔保健	學生初檢齲齒率〈一、四年級〉	小一	無學生	47.00%	35.94%	37.92%	□四年級高於全市全國指標尚需努力
		小四	50.00%	25.55%	30.41%	32.98%	
	學生齲齒就醫矯治率〈一、四年級〉	小一	無學生	100%	94.32%	88.02%	□四年級符合全市全國指標以上
		小四	100%	100%	92.76%	85.72%	
	學生窩溝封填率〈一、四年級〉	小一	無學生		10.13%	8.14%	□四年級符合全市全國指標以上
		小四	62.5%		33.34%	24.37%	

104～109學年健康體位～體位過輕%統計表

	104學年度			105學年度			106學年度			107學年度			108學年度			109學年度		
各學期	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均
一年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	無學生	無學生	無學生
二年級	0	0	0	0	50	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三年級	0	0	0	0	0	0	0	33.3	16.65	0	0	0	0	0	0	50	50	50
四年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
五年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	20	20	33.33	33.33	33.33	0	0	0
六年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	20	20	0	33.3	16.65
濂洞國小平均	0	0	0	0	6.3	3.15	0	5.6	2.8	5.3	5.3	5.3	11.8	11.1	11.45	9.1	18.2	13.65
瑞芳區	-			-			6.64			6.64			6.48			4.67		
新北市	6.95			7.50			7.67			7.29			7.30			7.04		
全國	7.37			7.90			8.25			7.87			8.01			7.97		

104～109學年健康體位～體位適中%統計表

	104學年度			105學年度			106學年度			107學年度			108學年度			109學年度		
各學期	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均
一年級	100	100	100	75	75	75	66.7	100	83.4	50	50	50	0	0	0	無學生	無學生	無學生
二年級	75	75	75	100	50	75	75	75	75	100	100	100	50	66.7	58.4	0	0	0
三年級	100	100	100	75	75	75	100	66.7	83.4	50	50	50	100	100	100	0	0	0
四年級	66.7	66.7	66.7	100	100	100	75	75	75	100	100	100	66.7	33.3	50	100	100	100
五年級	100	100	100	66.7	66.7	66.7	100	100	100	60	40	50	66.7	66.7	66.7	66.7	66.7	66.7
六年級	66.7	66.7	66.7	100	100	100	66.7	66.7	66.7	100	100	100	40	40	40	100	66.7	83.4
濂洞國小平均	80.0	80.0	80.0	81.3	75	78.2	77.8	77.8	77.8	73.7	68.4	71.1	52.9	50.0	51.5	63.6	54.5	59.1
瑞芳區	-			-			65.70 ↑			67.24 ↑			64.82 ↓			68.05 ↓		
新北市	63.72 ↑			64.18 ↑			64.52 ↑			65.25 ↑			65.60 ↓			66.15 ↓		
全國	63.70 ↑			63.82 ↑			63.95 ↑			64.51 ↑			64.72 ↓			65.21 ↓		

新北市瑞芳區濂洞國民小學

104～109學年健康體位～體位過重%統計表

	104學年度			105學年度			106學年度			107學年度			108學年度			109學年度		
	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	上	平均
一年級	0	0	0	0	0	0	33.3	0	16.7	0	0	0	0	0	0	無學生	無學生	無學生
二年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	50	50	50	0	0	0
三年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	25	25	0	0	0	0	0	0
四年級	33.3	33.3	33.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	33.3	16.7	0	0	0
五年級	0	0	0	33.3	33.3	33.3	0	0	0	0	20	10	0	0	0	0	0	0
六年級	33.3	33.3	33.3	0	0	0	0	33.3	16.7	0	0	0	20	20	20	0	0	0
濂洞國小平均	11.1	11.1	11.1	5.6	6.3	5.9	5.6	5.6	5.6	5.3	5.3	5.3	11.8	11.1	11.5	0	0	0
瑞芳區	-			-			10.86			10.71			13.47			11.67		
新北市	13.91			13.38			13.09			13.05			12.97			13.00		
全國	13.55			13.25			12.99			12.95			12.86			12.75		

104～109學年健康體位～體位超重%統計表

	104學年度			105學年度			106學年度			107學年度			108學年度			109學年度		
	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均	上	下	平均
一年級	0	0	0	25	25	25	0	0	0	50	50	50	100	100	100	無學生	無學生	無學生
二年級	25	25	25	0	0	0	25	25	25	0	0	0	0	50	25	100	100	100
三年級	0	0	0	25	25	25	0	0	0	25	25	25	0	0	0	50	50	50
四年級	0	0	0	0	0	0	25	25	25	0	0	0	33.3	33.3	33.3	0	0	0
五年級	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	20	20	0	0	0	33.3	33.3	33.3
六年級	0	0	0	0	0	0	33.3	0	16.7	0	0	0	20	20	20	0	0	0
濂洞國小平均	13.3	13.3	13.3	6.3	6.3	6.3	5.6	5.6	5.6	5.3	10.5	7.9	23.5	27.8	25.7	27.3	27.3	27.3
瑞芳區	-			-			16.80 ↓			15.42 ↓			15.22 ↑			15.61 ↑		
新北市	15.43 ↓			14.94 ↓			14.72 ↓			15.42 ↓			14.13 ↑			13.81 ↑		
全國	15.38 ↓			15.04 ↓			14.81 ↓			14.67 ↓			14.41 ↑			14.07 ↑		

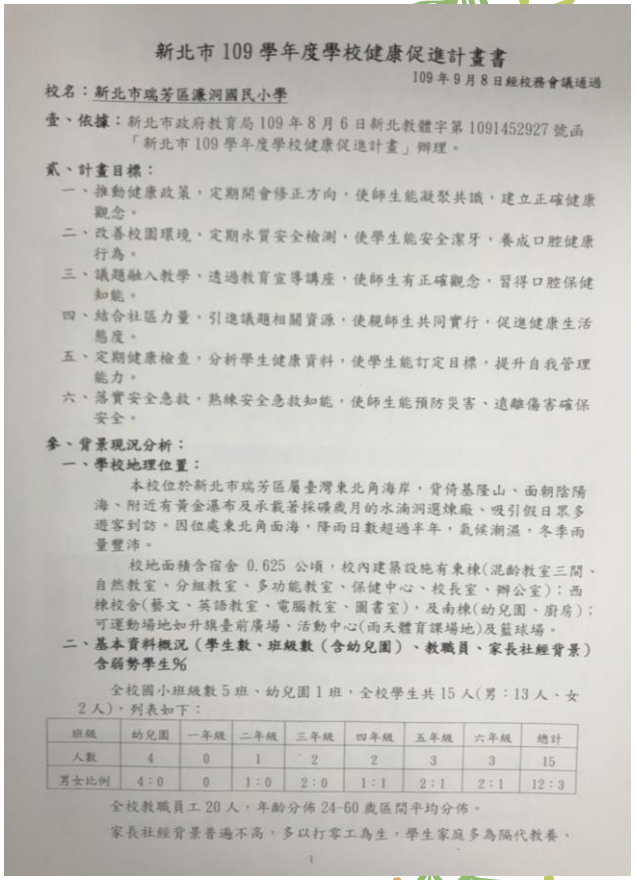
109學年健康體位與區、全市、全國評比

項目	指　標	本校	瑞芳區	新北市	全國	達成指標情形
健康體位	學生體位過輕率	9.10%	4.67%	7.04%	7.97%	□都高於全市全國指標尚需努力
	學生體位適中率	63.60%	68.05%	66.15%	65.21%	□低於全市全國指標尚需努力
	學生體位過重率	0%	11.67%	13.00%	12.75%	□符合全市全國指標以下
	學生體位肥胖率	27.30%	15.61%	13.81%	14.07%	□高於全市全國指標尚需努力

六、學校衛生委員會運作情形



期初校務會議-通過健康促進計畫



新北市 109 學年度學校健康促進計畫書

109 年 9 月 8 日經校務會議通過

校名：新北市瑞芳區濂洞國民小學

壹、依據：新北市政府教育局 109 年 8 月 6 日新北教體字第 1091452927 號函「新北市 109 學年度學校健康促進計畫」辦理。

貳、計畫目標：

一、推動健康政策，定期開會修正方向，使師生能凝聚共識，建立正確健康觀念。

二、改善校園環境，定期水質安全檢測，使學生能安全潔牙，養成口腔健康行為。

三、議題融入教學，透過教育宣導講座，使師生有正確觀念，習得口腔保健知能。

四、結合社區力量，引進議題相關資源，使親師生共同實行，促進健康生活態度。

五、定期健康檢查，分析學生健康資料，使學生能訂定目標，提升自我管理能力。

六、落實安全急救，熟練安全急救知能，使師生能預防災害、遠離傷害確保安全。

參、背景現況分析：

一、學校地理位置：

本校位於新北市瑞芳區屬臺灣東北角海岸，背倚基隆山、面朝陰陽海、附近有黃金瀑布及承載著採礦歲月的水湳洞選煉廠、吸引假日眾多遊客到訪。因位處東北角面海，降雨日數超過半年，氣候潮濕，冬季雨量豐沛。

校地面積含宿舍 0.625 公頃，校內建築設施有東棟(混齡教室三間、自然教室、分組教室、多功能教室、保健中心、校長室、辦公室)；西棟校舍(藝文、英語教室、電腦教室、圖書室)，及南棟(幼兒園、廚房)；可運動場地如升旗臺前廣場、活動中心(兩天體育課場地)及籃球場。

二、基本資料概況（學生數、班級數（含幼兒園）、教職員、家長社經背景）含弱勢學生%

全校園小班級數 5 班、幼兒園 1 班，全校學生共 15 人(男：13 人、女 2 人)，列表如下：

班級	幼兒園	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	總計
人數	4	0	1	2	2	3	3	15
男女比例	4：0	0	1：0	2：0	1：1	2：1	2：1	12：3

全校教職員工 20 人，年齡分佈 24-60 歲區間平均分佈。

家長社經背景普遍不高，多以打零工為生，學生家庭多為隔代教養、



期中滾動式修正健康促進計畫執行會議



期末校務會議-檢討本學年度健促成果

執行策略1-政策宣導與獎勵制度

- 1.落實在校零含糖飲料、零食政策
- 2.利用兒童朝會宣導口腔保健
- 3.宣導教師、家長不以含糖飲料及零食為獎勵
- 4.利用家長日或親子講座宣導口腔保健議題
- 5.公開表揚潔牙小天使

執行策略2-落實貝式刷牙法及使用牙線

- 1.落實三餐後及睡前潔牙
- 2.不定期利用牙菌斑顯示劑檢查
- 3.定期提供更新牙刷和清洗潔牙工具
- 4.提供每生>1000ppm含氟牙膏
- 5.護理師入班宣導及指導潔牙
- 6.每週使用含氟漱口水一次並記錄

七、重點健康議題-口腔保健

口腔保健六大範疇

(一) 健康政策

1. 共識凝聚
(1)健促委員會

(2)推動學校健促議題政策

2. 學生增能
(1) 貝氏刷牙法

(2)含氟漱口水使用

(3)中高年級使用牙線

3. 家長增能
家長日宣導

4. 師生增能
(1) 教師晨會

(2) 兒童朝會

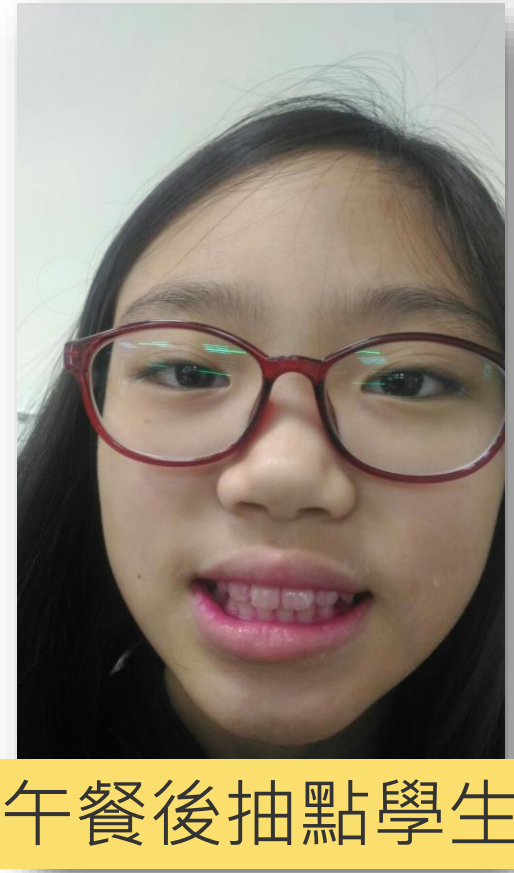
共識凝聚



健促委員會議討論口腔保健策略

學生增能-1







每日早、午餐後抽點學生潔牙情況

學生增能-2



新北市瑞芳區濂洞國民小學109學年第2學期含氟水漱口紀錄表

班級	年	110							110				110				110				110		
3-4年級	月	2-3月							4				5				6				7		
	日	23	30	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	2	執行率
座號	姓名	參加																					
1	謝[illegible]妤		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
2	趙宇[illegible]		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
3	蔡[illegible]宇		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
4	潘弘[illegible]		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
5																							
6																							
7																							
8																							
9																							
10																							
11																							
12																							
13																							
14																							
15																							
	比率																						

含氟水漱口後請確實登記並交回健康中心，謝

說明： Y：參加 N：不參加 1：有執行 0：沒執行 A：缺席 G：未參加
*，交予健康中心。

班級導師： 李[illegible]聖 護理人員： 護理師林淑靜 訓育組長： 郭淑娟 李治民

每週一次使用含氟漱口水紀錄

學生增能-3



高年級餐後自動自發潔牙、使用牙線

學生增能-4



向下紮根-幼兒園老師幫幼兒清潔口腔



家長日-示範貝氏刷牙法及使用牙線

師生增能-1



教師晨會-口腔保健宣導與策略

師生增能-2



兒童朝會-宣導口腔保健



兒童朝會-貝式刷牙&牙線

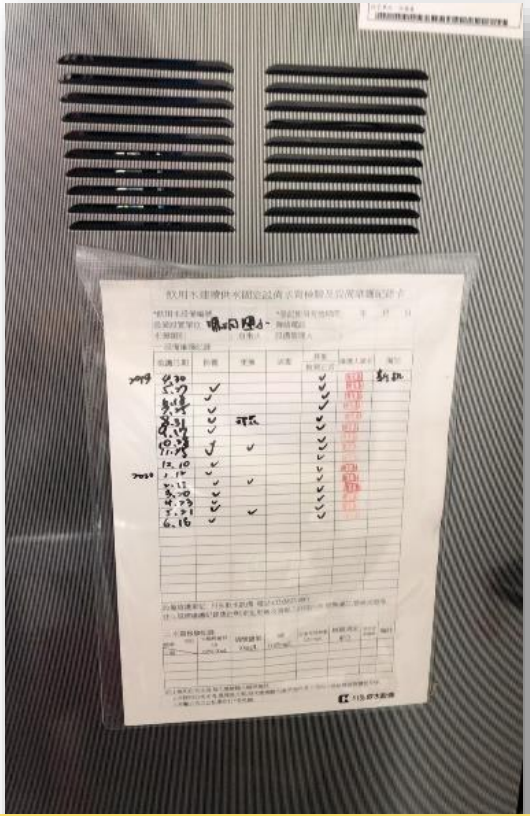
口腔保健六大範疇



設置飲水機



充足的飲水機數



定期檢測飲用水安全

充足洗手檯-1





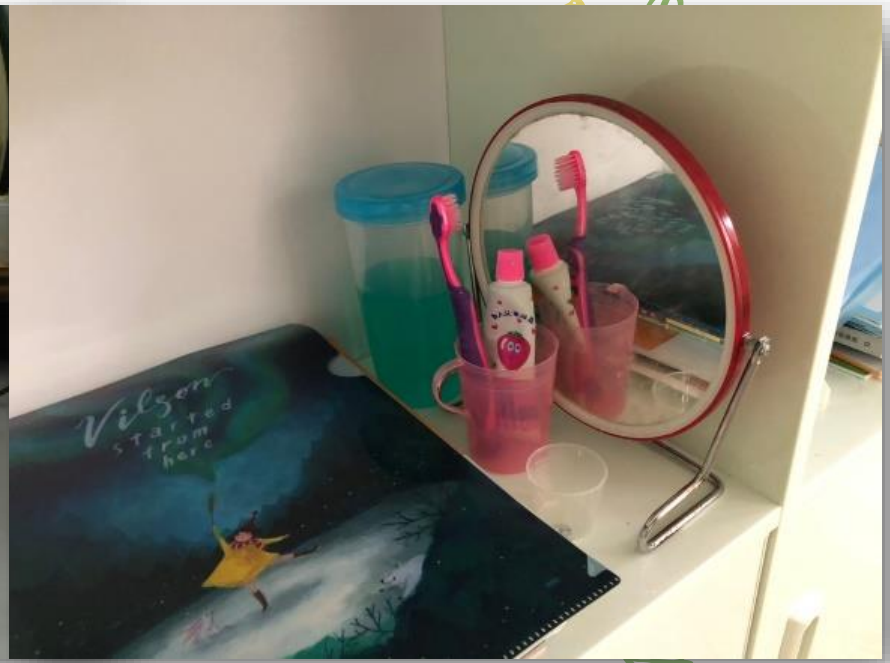
廁所內外皆備有洗手檯

充足洗手檯-2



貝氏刷牙教學教具及用品-1





貝式刷牙法教學工具

提供學生潔牙用品

(3)貝氏刷牙教學教具及用品-2



各班備有牙刷紫外線殺菌燈

口腔保健六大範疇

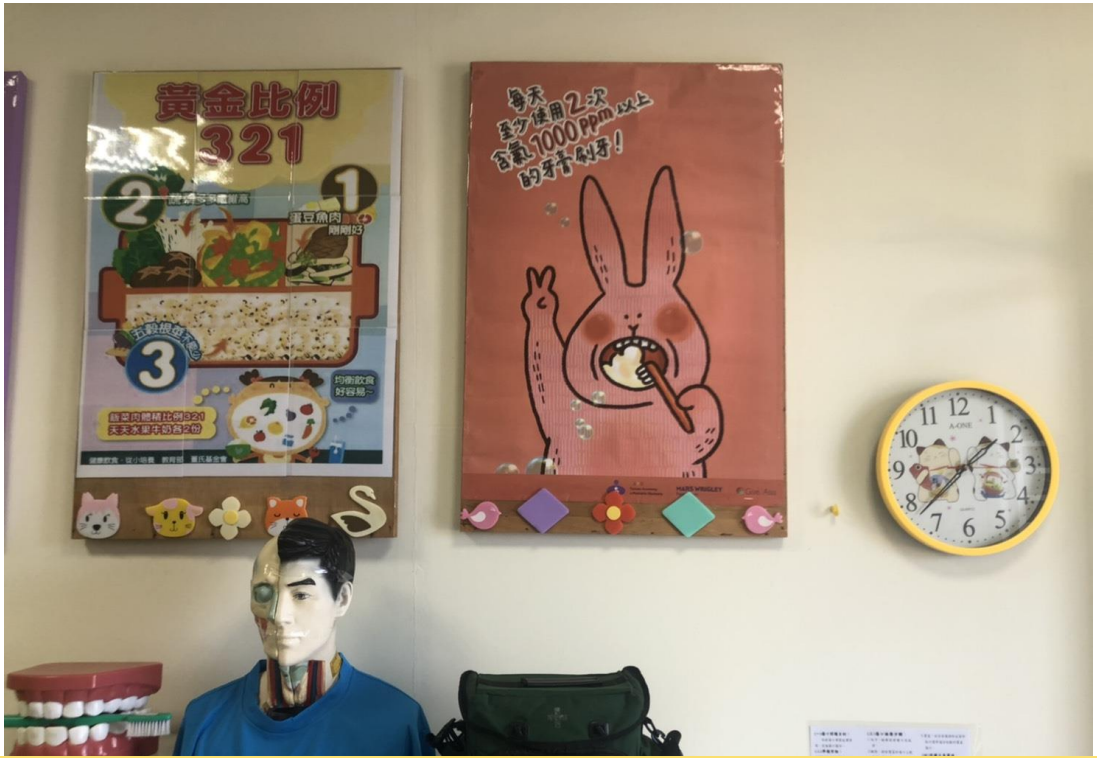


教室情境佈置



班級教室情境佈置

健康中心情境佈置



健康中心張貼黃金比例飲食暨潔牙海報

公佈欄情境佈置



川堂公佈欄情境佈置

口腔保健六大範疇

(四)
健康生活技能與教學活動

1. 獎勵制度

潔牙小天使

2. 學生增能

(1)口腔保健宣導與潔

(2)學輔處晨間檢視潔牙

3. 教學指導

(1)健體課程融入教學

(2)線上施測

4. 中央輔導團蒞校

許愛玲委員入班

(指導國小、幼兒園)

獎勵制度



潔牙小天使頒獎

學生增能-1



兒童朝會-口腔保健宣導與實作

學生增能-2



護理師入班指導潔牙



指導高年級使牙線



學輔處-晨間檢視學生潔牙成效

教學指導-1



健體課程融入口腔保健教學

二年級【刷牙】課程教案

單元名稱	刷牙【Brushing】		
活動進行方式	講述法與實際操作		
活動進行地點	教室	活動時間	約 20 分鐘
概念	刷牙可以預防牙齒相關疾病		
學習目標	1. 學生能說出刷牙能預防牙齒相關疾病的重要性。 2. 學生能夠正確的清潔牙齒外側面(唇側與頰側)和咬合面。		
教材與準備	✓ 每位學生一支牙刷 ✓ 紙袋 ✓ 學習單 1.1 刷牙 ✓ 學習單 1.2 我是小星星		
字彙	牙菌斑(plaque)		
背景資料	研究指出正確的刷牙方式可以有效預防齲齒和牙周相關疾病，學生除了學習正確的刷牙方式，更需要了解保持乾淨牙齒可以預防齲齒和牙齦發炎。 每天刷牙是牙齒健康的關鍵因素，從小養成正確刷牙習慣是一件非常重要的事。教學目標就是讓學生學習正確的刷牙技巧，此教學主題可以涵蓋各年齡層，從幼稚園到六年級。然而，依照學生的成長階段而強調不同重點。		
教學過程	*在課程開始之前，將牙刷放入紙袋中* 我要先請一位同學來講台前面，幫我描述我在袋子裡面放了什麼東西， 那台下的同學透過他的描述猜猜看那是什麼東西。 *選一位學生* 你可以直接看袋子裡面的東西，然後試著描述它，但不能直接說出他的名字。 *在學生形容完牙刷的樣子之後，讓班上同學猜袋子裡面是什麼東西。*		
說明教學目標	在這個單元裡，我們要來討論刷牙對於預防牙齒疾病的重要性。我們今天也會使用牙刷來練習正確的刷牙方法。		
教學過程	我們來複習一些你們已經知道的刷牙知識。為什麼刷牙很重要呢? *讓牙齒保持乾淨、去除牙菌斑，所以不會齲齒。* 沒錯!請記得我們每天都需要刷牙，因為細菌會在牙齒表面上形成牙菌斑，所以要透過刷牙來移除牙菌斑是一件非常重要的事。 請舉手告訴我，你記得的刷牙方法		

教學指導-2



健體課程融入口腔保健教學



健康促進議題線上施測



感謝健促中央輔導團許愛玲委員
入班指導國小學生

中央輔導團蒞校-2



感謝健促中央輔導團許愛玲委員
入班指導幼兒園潔牙

新北市瑞芳區濂洞國民小學

口腔保健六大範疇

(五)
社會環境

1.家長增能
(1)家長日宣導
(2)親職健康講座
(3)校務會議
(4) 校安會議

2.醫療服務
牙醫巡迴車到校服務

3.健康生活守則
(1)在校園零糖飲料與零食
(2)校外教學-攜帶零食規範

4.中央輔導團蒞校輔導
指導師生貝式刷牙法及潔牙

家長增能-1



家長日-國小部宣導健康促進議題



家長日-幼兒園宣導口腔保健議題

家長增能-2



親子座談-口腔保健宣導



校安會議-融入健康促進議題

家長增能-3



校務會議-家長感謝學校對學生健康付出

醫療服務-1



國小與幼兒園學童皆接受檢查與治療

健康生活守則

（一）國小：□視力保健 ■口腔保健 □健康體位(含營養教育)
（二）國中：□視力保健 □口腔保健 □健康體位(含營養教育)
（三）高中：□視力保健 □口腔保健 □健康體位(含營養教育)

二、自選議題：（請自行勾選至少一項，以■標示之）

□全民健保(含正確用藥)□性教育（含愛滋病防治） □藥物濫用防制
■ 安全急救教育 □心理衛生 □傳染病防治 □ 菸檳防制

柒、實施策略及內容：

一、重點議題：（口腔保健）

六大範疇	實施策略及內容	實施議題	主辦處室	協辦處室	實施時程
學校衛生政策	1. 制定計畫、成立委員會並經校務會議通過並納入行事曆。 2. 重視學齡前(幼兒園)齲齒狀況，口腔保健之工作向下紮根。 3. 健康中心將學生檢查報告，於行政會議、教師晨會作為改善學生健康之參考。 4. 利用教師晨會及兒童朝會時加強宣導，督促學生養成良好的健康習慣。 5. 推動無糖校園，無含糖飲料及零食進入校園。 6. 落實餐後潔牙(早餐、午餐後) 7. 製作口腔保健推動計畫，訂定相關活動期程。 8.	口腔保健	學輔處	健康中心	109年9月~110年6月

無糖校園政策

新北市瑞芳區濂洞國民小學
【109學年上學期戶外教育家長通知單】

親愛的家長，您好：

新北市為培養藝術欣賞興趣，豐厚藝文素養基礎，擬定「藝術滿城香」計畫，安排藝文欣賞活動，本校同時結合國際文化教育，活動時間、地點及活動內容詳列如下：

日期 109 年 12 月 1 日星期二

	時 間	行程內容	地 點
1	8：00	集合、出發	學校集合，山城食堂前廣場出發
2	9：00-11：20	日韓文化介紹 (含 DIY 大阪燒)	淡水國際文教中心(淡水國小)
3	11：20-12：30	車上午餐時間	前往新北市政府
4	12：30-13：00	進場就座	表演劇名：五寶歷險記 III-我的機器人世界 表演團體：黎明技術學院 表演場地：新北市政府
5	13：00-14：20	正式演出	
6	14：30-15：00	演出結束，離場返校	

＊ 服裝：淡藍色運動服、運動褲、運動鞋，視天氣狀況添加衣物。
＊ 活動當天請家長幫小朋友準備好外套及需要物品，如：健保卡、暈車藥、水、毛巾或手帕、雨衣等，以備不時之需。預計下午 15：50 前返校，請**需要接送小朋友的家長們到山城食堂接送**，若返校時間有調整將電話另行通知。
＊ 當天課後班正常上課至 5：30。
＊ 家長通知單回條請於 109 年 11 月 26 日(星期四)繳回訓育組，謝謝。
＊ **此次戶外教育活動，尚有 3 位家長名額，以登記順序補滿為止，請有意參加之家長於回條填寫姓名。**
＊ 為了孩子的健康，請家長無勿幫孩子準備含糖飲料及零食，感謝配合!

濂洞國小學輔處 啟
109.11.24

校外教學通知單

中央輔導團蒞校輔導



健促中央輔導團許愛玲委員
到校指導師生口腔清潔

口腔保健六大範疇

(六)
健康服務

1.定期檢查

(1)含氟漱口水
(2)高齲齒個案管理
(3)班導師督導餐後潔牙

2.口腔保健預防

(1)含氟漱口水
(2)高齲齒個案管理
(3)班導師督導餐後潔牙

3.個案衛教管理

4.家長衛教宣導

定期檢查



國小定期牙醫檢查



幼兒園-塗氟、檢查與治療

口腔保健預防

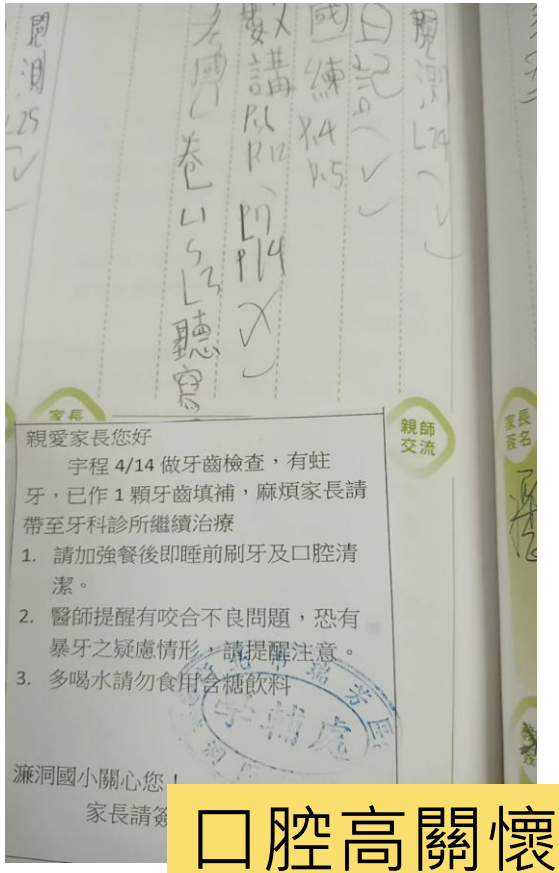


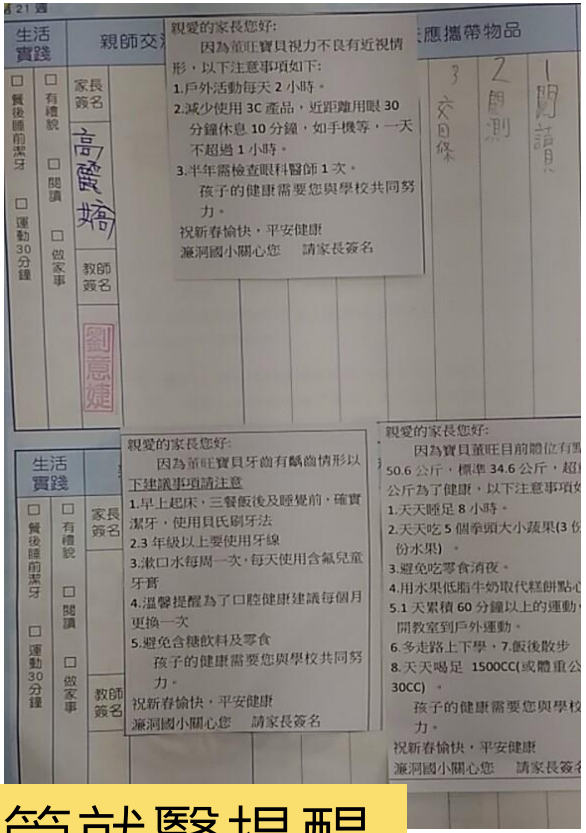


班導師督導潔牙

使用含氟漱口水

個案管理-1





口腔高關懷個管就醫提醒

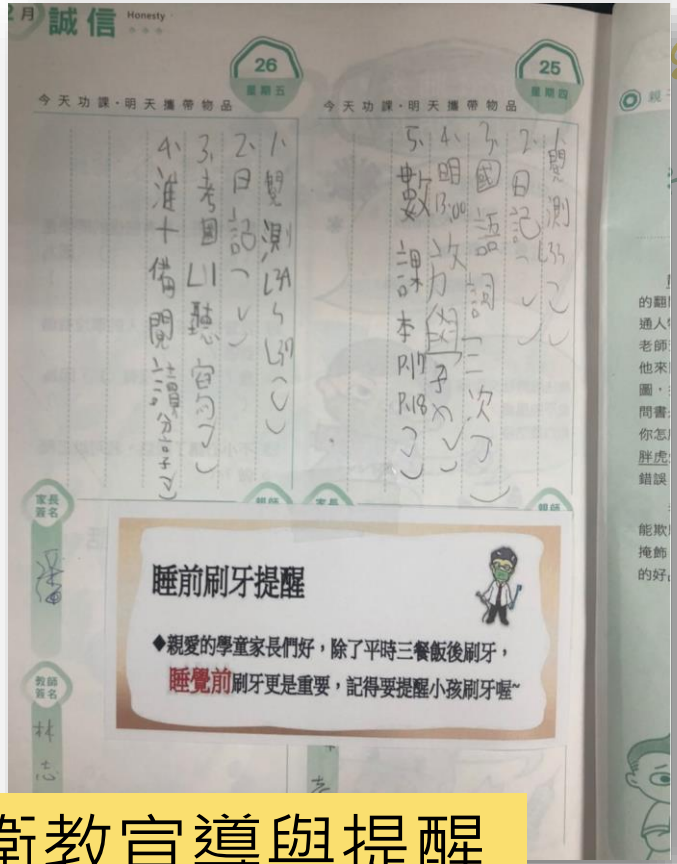
個案管理-2



高關懷個案管理-護理師個別指導及與檢視

家長衛教宣導



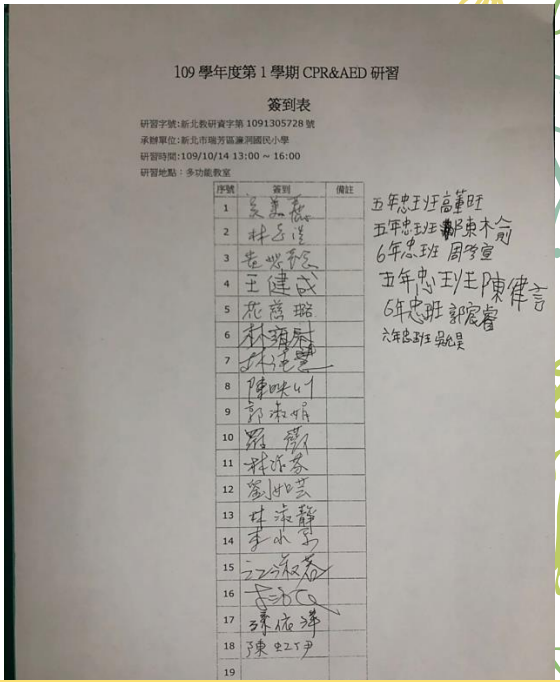


不定期的口腔衛教宣導與提醒

八-1　自選重點議題-安全急救

安全急救課程-1





109 學年度第 1 學期 CPR&AED 研習

簽到表

研習字號:新北教研資字第 1091305728 號

承辦單位:新北市瑞芳區濂洞國民小學

研習時間:109/10/14 13:00 ~ 16:00

研習地點:多功能教室

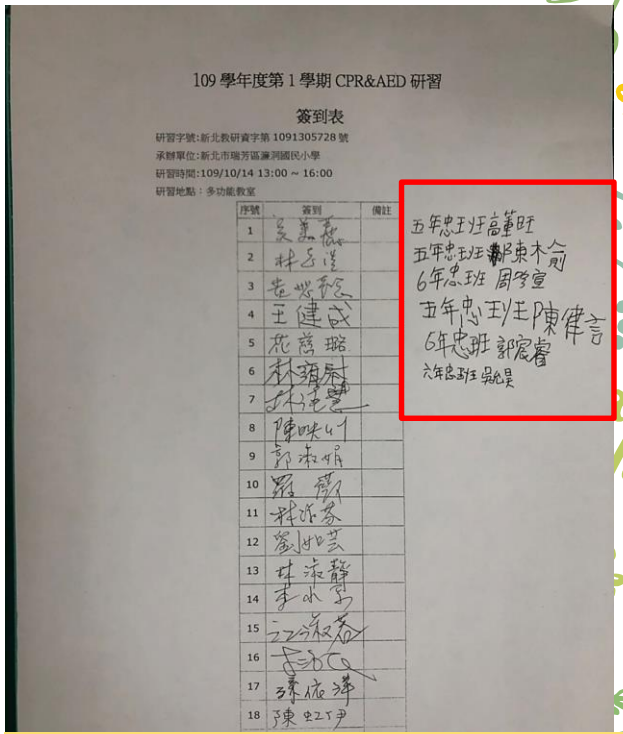
序號	簽到	備註
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		

教職員參與課程與實作

參與率：94.74%(18/19人)

安全急救課程-2





109 學年度第 1 學期 CPR&AED 研習

簽到表

研習字號:新北教研資字第 1091305728 號
承辦單位:新北市瑞芳區濂洞國民小學
研習時間:109/10/14 13:00 ~ 16:00
研習地點：多功能教室

序號	簽到	備註
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		

五年忠王汪高筆旺
五年忠王汪[illegible]東木翁
6年忠班 周芳宣
五年忠王汪陳律言
6年忠班 郭宸睿
六年忠班 [illegible]員

高年級學生參與課程與實作

參與率：100%(6/6人)

安全急救課程-3



水域安全與自救能力



防震逃生教育

安全急救課程-4



消防車救難裝備介紹



家庭安裝火災偵測器宣導

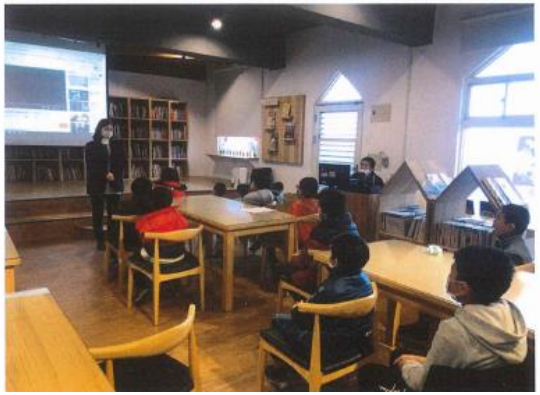
新北市教育局加強防範一氧化碳中毒宣導成果照片

校名：新北市瑞芳區濂洞國小

日期及地點：109年12月9日，地點：圖書室

照片紀要：（一）兒童朝會宣導天氣寒冷，使用熱水器時，但仍需保持室內通風，以免一氧化碳中毒。

（二）聯絡簿貼「一氧化碳」宣導，讓家長知悉。



一氧化碳宣導



承辦人：　　單位主管：　　校長：

聯絡簿一氧化碳宣導

八-2 其他重點議題-新冠肺炎防疫措施

新冠肺炎防疫措施-防疫宣導



線上開學日-防疫宣導



兒童朝會-疫情衛教說明

新冠肺炎防疫措施-師生防疫消毒





全校落實防疫消毒與清潔作業

新冠肺炎防疫措施-環境防疫消毒





區公所-至校園環境消毒

八-3 其他議題線上問卷填達成效

視力保健-問卷填答成效成效　人數：2人

序號	內 容	前 測	後 測	平 均	備 註
1	視力保健知識正確率	90	90	90	
2	視力保健行為正確率	57.70	53.85	55.78	謝同學為視力高關懷輔導對象
3	規律用眼3010達成	100	66.67	83.34	謝同學為視力高關懷輔導對象
4	戶外活動120達成率	50	50	50	
5	3C小於1達成率	100	50	75	
6	下課淨空率	0	0	0	-高年級課業訂正量大較少到一樓操場活動 -學校周二、五第2節課間活動安排全校學生統一活動

視力保健-定期檢查

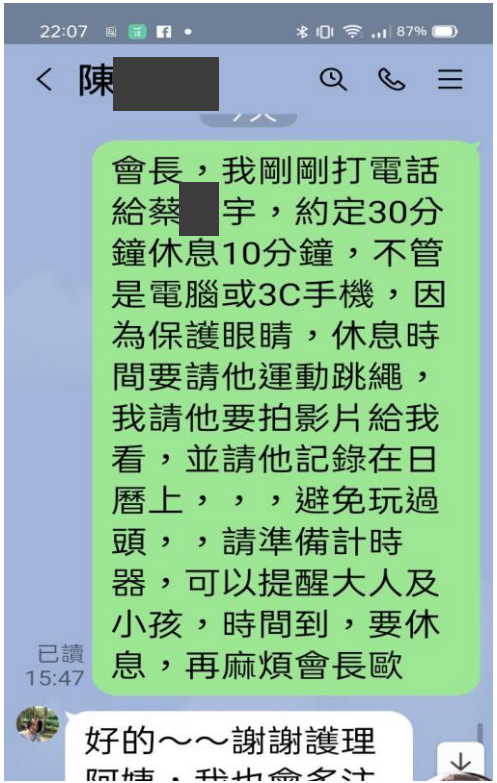


期初測量視力

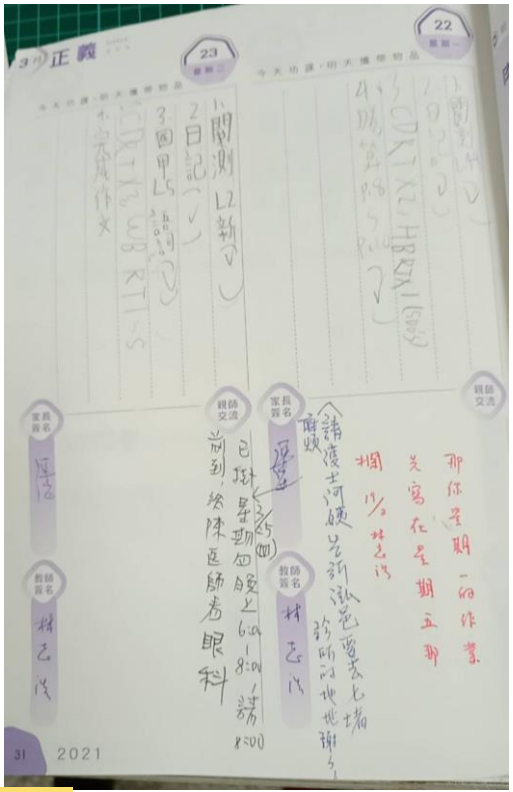


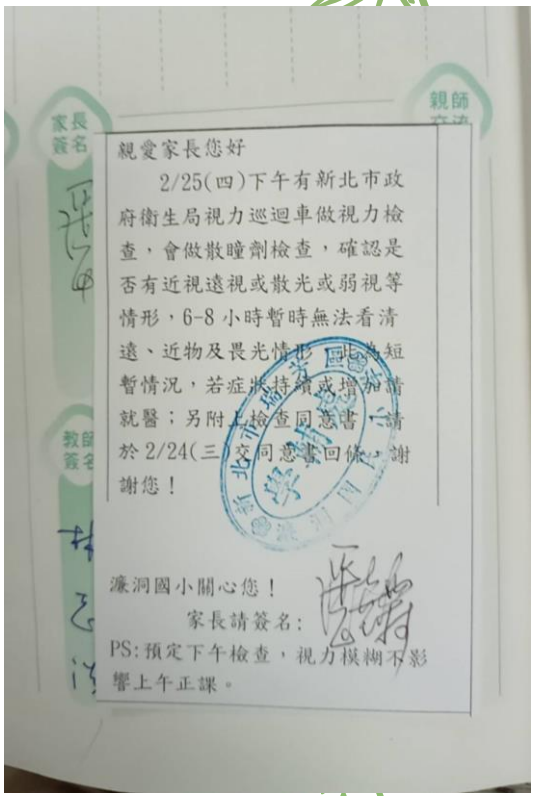
定期安排醫生入校視力檢查

視力保健-親師互動



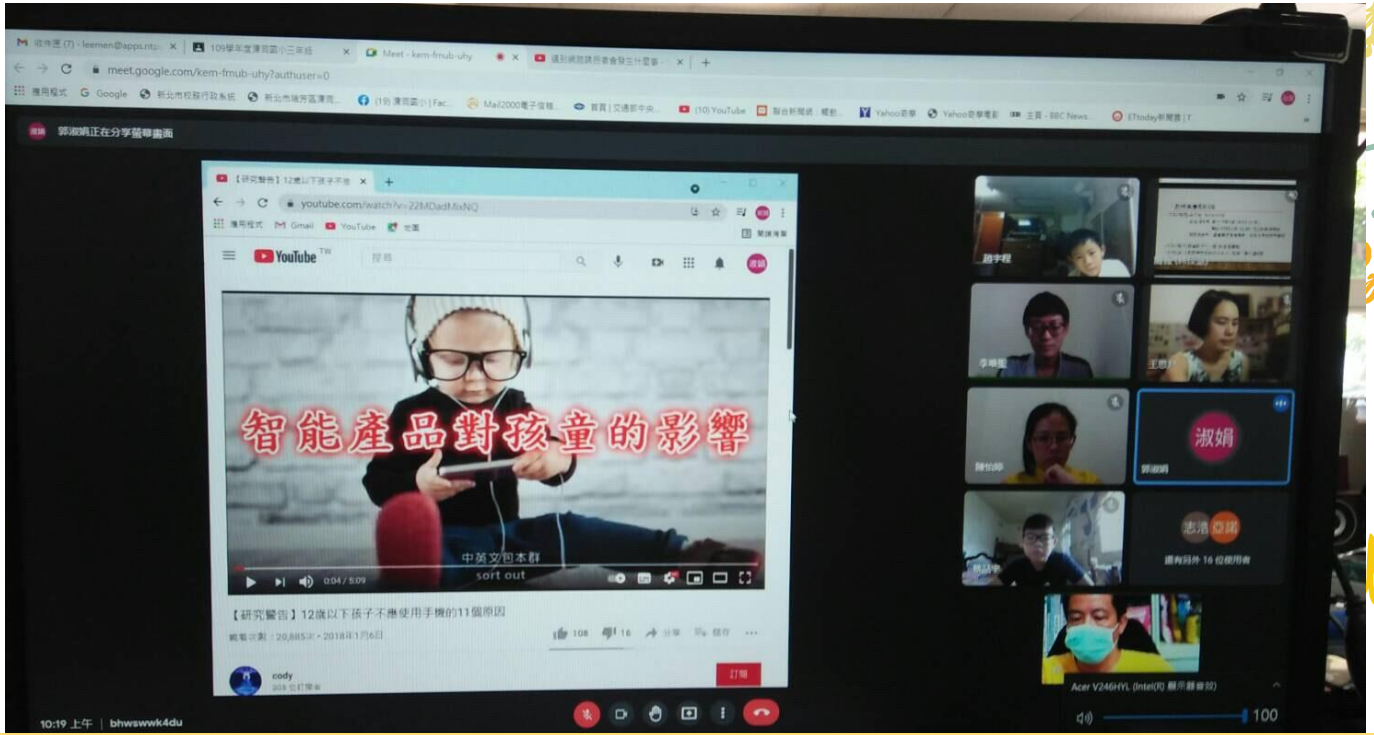
高關懷個案親師溝通





視力檢查通知

視力保健-宣導



落實3010-期末線上結業式宣導暑假減用3C產品

口腔衛生-問卷填答成效　人數：2人

序號	內容	前測	後測	平均	備註
1	學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率	66.67	100	83.34	購買含氟牙膏給全校學生
2	學生睡前潔牙比率	100	66.67	83.34	
3	國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	100	100	100	
4	學生在學校兩餐間不吃零食比率	66.67	100	83.34	
5	學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	66.67	100	83.34	成效皆提升

健康體位-問卷填答成效成效　　人數：2人

序號	內容	前測	後測	平均	備註
1	學生飲水量達成率	50	100	75	成效皆提升
2	學生睡眠時數達成率	100	100	100	
3	學生運動量達成率	50	100	75	
4	學生一日蔬菜建議量達成	50	50	50	

菸檳防制-問卷填答成效成效　人數：2人

序號	內 容	前 測	後 測	平 均	備 註
1	學生吸菸率	0	0	0	
2	學生電子煙使用率	0	0	0	
3	校園二手菸暴露率	0	0	0	
4	學生參與菸害教育率	33.33	100	66.67	與藥物濫用合併宣導，每學年全校辦理，學生印象不深
5	吸菸學生參與戒菸率	0	0	0	
6	校園檳榔暴露率	0	0	0	
7	學生嚼食檳榔率	33.33	0	16.67	學生誤會題意
8	學生參與檳害教育率	66.67	100	83.34	與藥物濫用合併宣導，每學年全校辦理，學生印象不深
9	嚼食檳榔學生參與戒檳率	0	0	0	
10	學生藥物濫用率	0	33.33	16.67	學生誤會題意
11	健康生活技能程度	0	100	50	

菸檳防制-宣導



兒童朝會-宣導菸檳對人體的害處

性教育-問卷填答成效成效　人數：2人

序號	內 容	前 測	後 測	平 均	備註
1	性態度正向率	63.81	79.05	71.43	成效皆提升
2	性知識答對率	72.22	94.44	83.33	
3	接納愛滋感染者比率	93.33	100	96.67	
4	危險知覺比率	66.67	100	83.34	
5	拒絕性行為效能比率	73.33	100	86.67	

性教育-宣導



線上兒童朝會宣導-網路使用安全及性教育

正確用藥-問卷填答成效成效　　人數：2人

序號	內容	前測	後測	平均	備註
1	遵醫囑服藥率	83.33	100	91.67	成效皆提升
2	使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比	90.48	95.24	92.86	
3	不過量使用止痛藥比率	66.67	100	83.34	

正確用藥-宣導



兒童朝會-正確用藥宣導

全民健保-問卷填答成效成效　　人數：2人

序號	內 容	前 測	後 測	平 均	備 註
1	對全民健保有正確認知比率	80	93.33	86.67	成效皆提升
2	珍惜全民健保行為比率	33.33	66.67	50	

八-4 個案管理成效
-視力、口腔、體位-

109學年度視力檢查結果與分析-高危險群及個案管理統計表

年級	總人數	高危險個案	比率	個案管理人數	比率
二年級	1	0	0%	0	0%
三年級	2	1近視 1斜弱視	100%	2	100%
四年級	2	1近視 弱視	50%	1	50%
五年級	3	2近視	66.67%	2	66.67%
六年級	3	0	0%	0	0%
合計	11人	5人	45.45%	5人	45.45%

109學年度視力檢查結果與分析-視力不良增加度數

班級	姓名	50度	50度	100度	108上	108下	109上	109下
三年級	蔡○宇			125度	150/125	275/250	325/275	350/300
三年級	潘○邑	遠視下降25度			+125/+300	+125/+400	+100/+400	+50/+400
四年級	謝○妤		50		75散光350/100散光425	125散光300/175散光400	125散光325/175散光425	150散光350/200散光425
五年級	高○旺		50		275/225	325/300	400/325	400/325
五年級	陳○	109轉入生					左眼125	左眼125
五年級	郭○睿			100	50/125	150/250	125/200	150/100
六年級	吳○昊	25			+50/0	+50/-75	+75/-75	+50/75
六年級	周○宣	109轉入生					+25/0	+50/0

-升中高年級暑假使用3C用眼過度，急速惡化
-透過多元化生活型態衛教，如鬧鐘提醒3010，強化學童和家長視力保健深植日常生活習慣。

加強衛教及溝通後，度數勉強維持

度數低，有使用散瞳劑，很有機會挽回，已與家長合作，加強視力保健

109學年度口腔檢查結果與分析-全校齲齒治療情形

班級	姓名	未治療齲齒	已治療齲齒	上顎恆牙第一大臼齒齲齒經驗	下顎恆牙第一大臼齒齲齒經驗	恆牙臼齒窩溝封填-已窩	恆牙臼齒窩溝封填—待窩	待拔牙	缺牙
2年級	林○諾	0	55.75.84	0	0	0	16.26.36.46 (未萌出)	0	0
3年級	潘○邑	0	74.84.85	0	0	16.26.36.46	0	0	0
3年級	蔡○宇	0	55	0	0	16.26.36.46	0	0	0
4年級	謝○妤	0	0	0	0	16.26.46	36		
4年級	趙○程	0	74	0	0	16.26	36.46	0	0
5年級	高○旺	0	0	0	0	16.26.46	36	0	0
5年級	陳○言	53.63	14.15.25.52.55. 64.84.85	0	0	16.26.36.46	0	0	0
5年級	陳○	轉入生	0	0	0	16.46	26.36	0	0
6年級	郭○睿	0	16.26.27.37.47. 54.55.64.65.74. 75.84.85	0	0	16.26.36.46	0	0	0
6年級	吳○昊	0	0	0	0	16	26.36.46	0	0
6年級	周○宣	轉入生 75	16.26.46.47	0	0	16.26.46	36	0	0
統計		3顆	29顆	0	0	30顆(68.18%)	14顆(31.82%)	0	0

109學年度體位檢查結果與分析-個案管理統計表

班級	姓名	體位(前)	BMI(前)	BMI(後)	體位(後)
2年級	林〇諾	超重	23.6	25.9 ↑	超重
3年級	潘〇邑	過輕	13.9	14.2 ↑	過輕
3年級	蔡〇宇	超重	22.5	23.3 ↑	超重
5年級	高〇旺	超重	30.0	30.0	超重
6年級	吳〇昊	過輕	14.8	14.6 ↓	過輕
統計	5人	2人=過輕 3人=超重	經過一年的努力 *2位過輕者：BMI一位進步 一位降低已建議就醫檢查 *3位超重者：BM一位維持，兩位上升需改進		2人=過輕 3人=超重

109學年度視力暨體位個案管理-課間活動表

星期 時間	一	二	三	四	五
7:30~8:00	閱讀/ 體能活動	閱讀/ 體能活動	學生朝會 (母語日)	閱讀/ 體能活動	閱讀/ 體能活動
8:00~8:30	班級共讀	絲竹樂練習 教師晨會		班級共讀	絲竹樂練習
課間活動 10:10~10:30		集中運動 時間	母語廣播 班級打掃		集中運動 時間
午餐時間 12:00~12:40	午餐				
午休時間 12:40~13:10	午休				
整潔活動 14:50~15:10	全校打掃	全校打掃		全校打掃	全校打掃
15:50	放學	放學	放學	放學	放學







109學年度視力暨體位個案管理-課間活動成果





晨間運動及每週二、四課間活動-教室淨空戶外活動

九、學校重點議題執行省思

1.109學年度執行檢討與改善

口腔保健

- 積極輔導不良個案，數值即會顯著進步。
- 新生齲齒主因自幼兒階段未能有效預防或治療；幼兒園口腔保健已積極著手。
- 學生家庭弱勢居多，在家落實口腔保健不易；需加強家長口腔保健的宣導，請家長配合，並提供含氟牙膏給學生在家及學校使用。
- 利用健康課或餐後校護入班進行口腔保健教學，校護協助家長帶學生至醫院複檢。
- 導師工作繁雜，有時難以顧全口腔保健協助責任，鼓勵導師參加口腔保健研習共同守護學生口腔健康。
- 停課後仍利用線上上課時間提醒學生潔牙、以及送漱口水到學生家中，但仍發現學生潔牙習慣並未確實建立，加上少數家長疏於督促，部分學生口腔問題不進反退。

1.109學年度執行檢討與改善

視力

- 執行【鼓勵下課戶外活動】、【定期就醫防盲】、【宣導3010眼安康】、【陽光下戴帽】、【減用3C產品】、【提醒個案點散瞳劑控度數】
- 辦理多場宣導，強調視力保健重要，並於課間活動時間，安排多樣性活動，鼓勵學生下課離開教室到戶外活動。
- 停課後線上上課，每日4~7節，雖提醒學生下課後離開電腦。

1.109學年度執行檢討與改善

健康體位

- 執行【鼓勵至戶外進行教學】、【安排課間活動】、【輔導個案減糖飲食】、【張貼均衡飲食佈置】、【加強親職健康宣導】。
- 利用田徑隊集訓時間，全校學生提早到校30分鐘，進行體能訓練；利用運動會個人及團體項目的準備，幫助學生找到自己的體育優勢，自主養成運動習慣。
- 針對體位高關懷學生，進行每周量體重及衛教宣導。
- 停課後學生活動力減弱，雖利用體育課進行線上有氧操，惟效果有限；少數學生在家飲食失控致體重逐漸上升，需再加強家長配合度。

2.110學年擬定執行重點議題

口腔保健

持續執行【持續推動無糖校園】、【使用正確潔牙方法】、【鼓勵在校餐後潔牙2次】、【每天使用含氟牙膏】、【每週使用含氟漱口水1次】、【定期健康檢查及追蹤】【加強高關懷個案輔導】。

2.110學年擬定執行重點議題

視力保健

- 持續執行【鼓勵下課戶外活動】、【定期就醫防盲】、【宣導3010眼安康】、【陽光下戴帽】、【減用3C產品】、【提醒個案點散瞳劑控度數】。
- 並增加安排課間多樣性活動，並對高關懷個案加強輔導。

2.110學年擬定執行重點議題

健康體位

- 持續執行【鼓勵至戶外進行教學】、【安排課間活動】、【輔導個案減糖飲食】、【張貼均衡飲食佈置】、
- 【加強親職健康宣導】。
- *開學後全校學生提早到校30分鐘，進行體能訓練
- *持續針對體位高關懷學生，進行每周量體重及衛教宣導。

3. 行政、教師、學生、家長省思

- **行政**：學校行政事項繁雜，但學生健康刻不容緩，建立全校老師及家長此共識，將學生健康視為重要事務，落實推動於班級及家中。

- **教師**：協助學生在學校建立的觀念與習慣延續至家中，並針對功能較弱家庭，進行經常性衛教，以提高家長重視程度。

3. 行政、教師、學生、家長省思

- **學生**：透過宣導、觀察、要求，逐步建立學生健康知能，養成學生終生好習慣。

- **家長**：透過宣導讓家長也建立正確照顧及教養態度，協助學生養成終生健康習慣。

感謝委員

細心指導與耐心閱讀

Thank you !!