新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School, Rueifang District, New Taipei City

106學年度
健康促進成果簡報

報告人:訓育組長 郭淑娟

日期：106年7月5日

愛美 向善 求真

大綱

一. 學校地理位置與背景分析

二. SWOT分析

三. 全國指標健康資料

四. 衛生委員運作情形

五. 健康執行議題-口腔保健報告

六. 線上問卷填答成效

七. 省思

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、附近則是黃金瀑布及承載著採礦歲月的水湳洞選煉廠。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、西棟校舍、及幼兒園、廚房。

可運動場地：司令臺前廣場、活動中心(禮堂兼雨天體育課使用場地)、後山籃球場。

背景分析

＊班級數：7班(含幼兒園1班)
＊全校學生：26人(含幼兒園7人)
＊教職員工：24人
＊全校教職員與學生人數50人的迷你小學
＊家長社經背景普遍不高，多以打零工為生。
＊大多為隔代教養，其中4位學生家近屬中低收入戶、1位學生家庭屬高關懷家庭、1位學生屬寄養家庭，弱勢家庭佔74%。



新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City

二、SWOT分析

六大範疇	S優勢（校內）	W劣勢（校內）	O機會（校外）	T威脅（校外）
學校衛生政策	1. 學校人員少，宣導健促政策可透過扁平式領導，迅速了解及協助推行。 2. 推動無含糖飲料及無零食校園。	工作繁雜，執行易受到干擾。	家長會支持學校健促政策宣導及推動	家庭多屬隔代教養或單親，家長忙於工作較無法兼顧學生飲食均衡及衛生習慣。
學校物質環境	雖因環境天候潮濕多雨，但有活動中心供運動，不因天候關係而減少學生活動。	受東北季風影響全年雨季較長，學生常只能在室內活動，活動空間有限。	社區內無便利商店學生不易取得零食飲料，較易管控健康飲食。	因氣侯潮濕體育器材及設施損耗率高，維修及添購受限。
學校社會環境	學校提供營養均衡之午餐，針對家庭弱勢家庭之學生提供免費早餐。	學生人數少，不常參與大型學生活動或競賽。	家長對於學校政策配合度高。	家長多屬打零工，平時忙於工作，少有時間陪伴及照顧學生飲食均衡及健康。

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City

六大範疇	S優勢（校內）	W劣勢（校內）	O機會（校外）	T威脅（校外）
健康生活技能教學及活動	1. 學生在用餐及刷牙時皆有老師陪同關心與指導，配合校護每週不定期抽檢與宣導。 2. 透過教學課程及定期宣導獲得正確的健康觀念及體適能之相關知識與技能	學生雖能了解正確健康概念卻缺泛拒絕誘惑的技能。	家長忙於工作，對健康與生活習慣方面較欠缺觀念及照顧。	家長對健康的飲食觀念較缺乏，雖有學校宣導，但配合率有限
社區關係	透過家長日、山林田野社區聯合運動會等活動中，融入衛生教育宣導增加家長及社區居民之健康知能。	社區家長心態較為保守、被動，親師座談會出席意願低	社區地理環境依山傍海有多條登山步道健行即走入大自然，為社區民眾偏愛之運動。	社區運動休閒娛樂的選擇性較少，對學生吸引力較低。
健康服務	體位異常之學生加以追蹤飲食習慣及配合增加運動，通知家長配合調整，一同為學生健康努力。	護理師身兼健康中心與及行政工作雙重負擔情形下，精力與壓力仍大，需調適。	配合衛生局的偏遠地區視力、口腔醫師校園駐點複檢矯治服務巡迴車，增加矯治70%。	因社區內無醫療機構要看醫生必需到瑞芳車程約20分鐘，交通不便，提高生病服用成藥的可能，及因距離造成延誤醫治時間



新北市瑞芳區濂洞國民小學

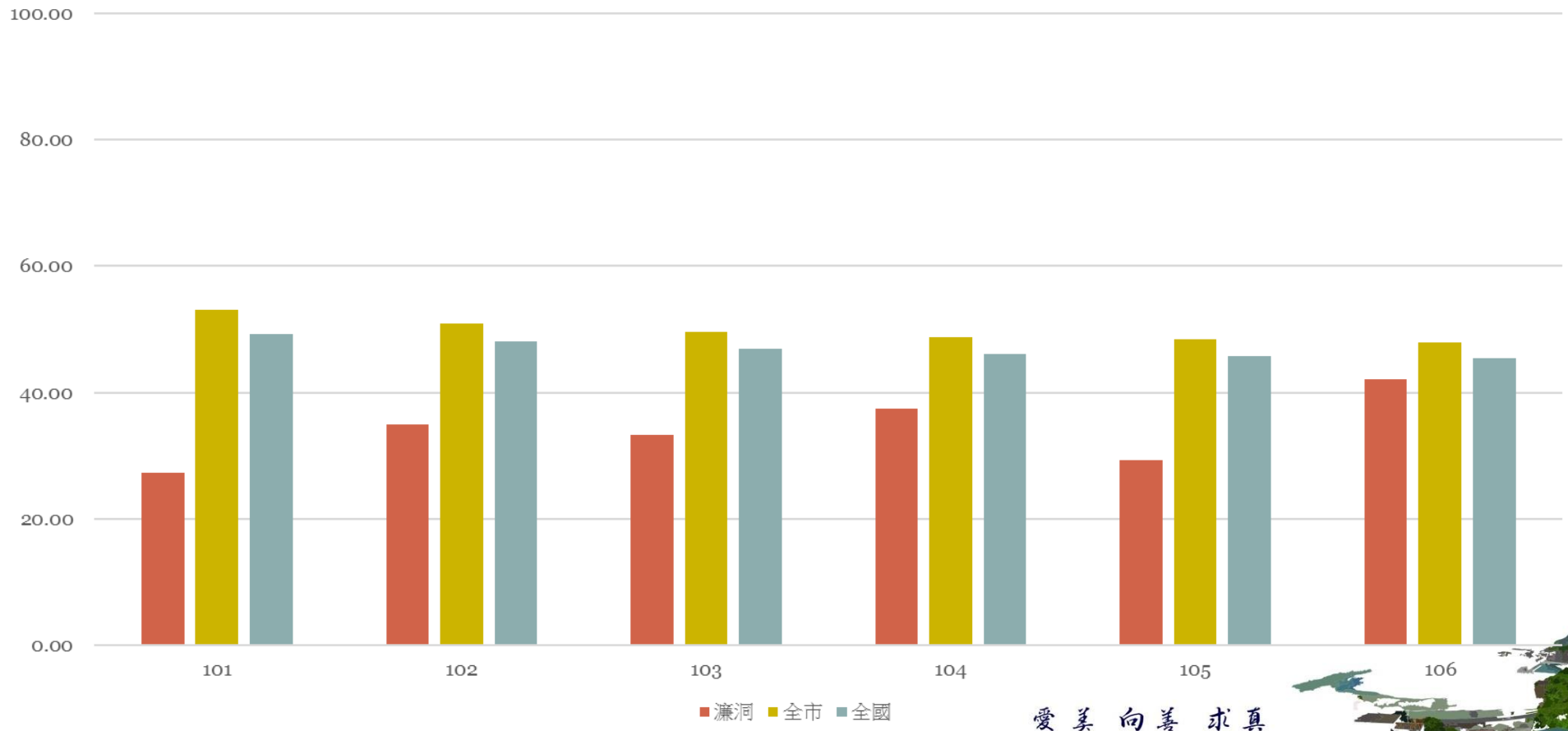
Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City

三-1、106學年與指標健康資料

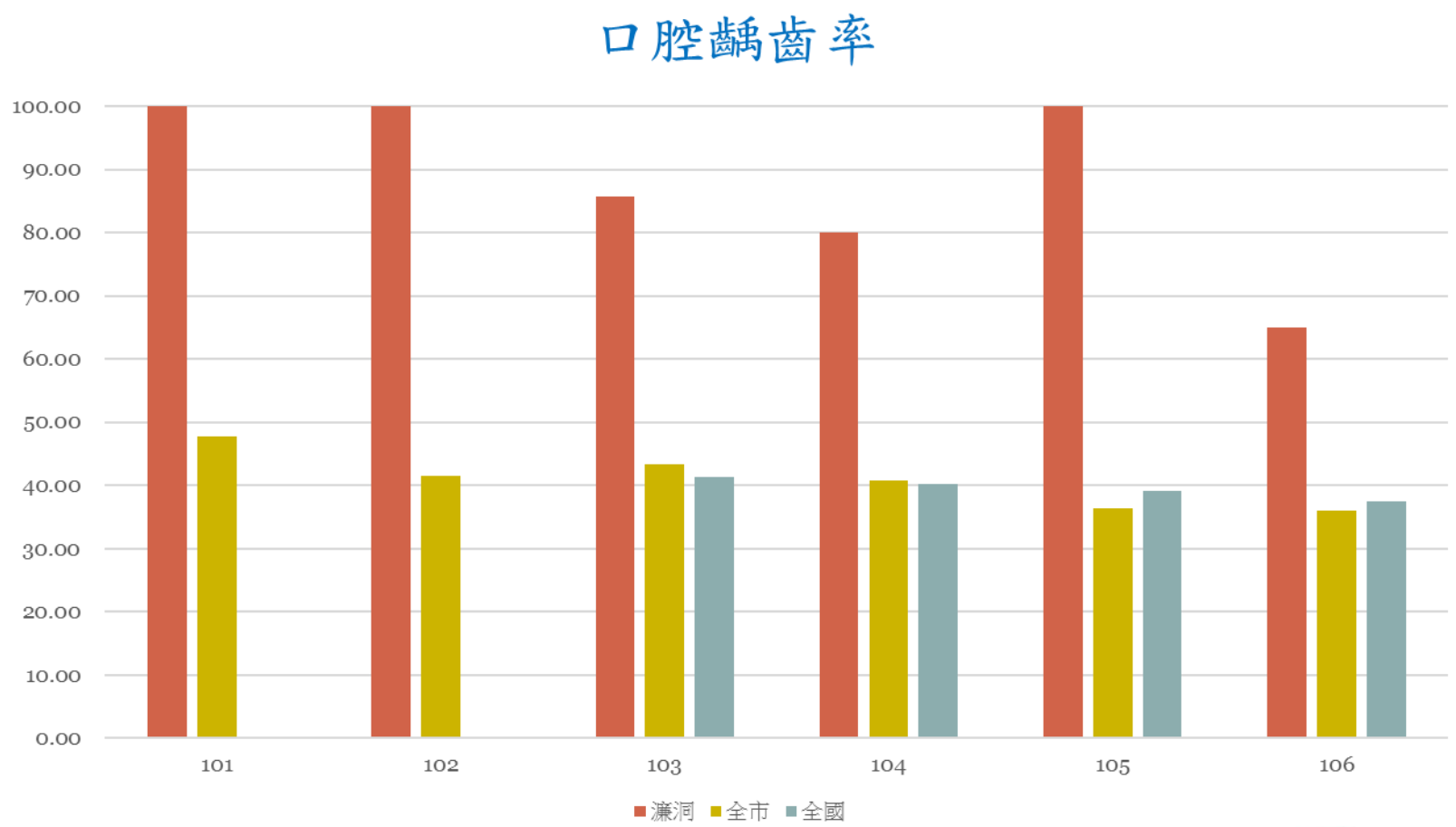
項目	指　標	本校	本市	全國	達成指標情形
視力保健	裸視視力不良率	29.41%	國小48.43%	國小45.77%	■符合全國指標以下 □高於全國指標尚需努力
	視力不良 複檢率	100.00%	國小94.53%	國小89.83%	■符合全國指標以上 □低於全國指標尚需努力
口腔保健	學生初檢齲齒率〈四年級〉	100.00%	國小38.52%	國小41.63%	□符合全國指標以下 ■高於全國指標尚需努力
	學生齲齒就醫矯治率〈四年級〉	100.00%	國小91.21%	國小86.10%	■符合全國指標以上 □低於全國指標尚需努力
健康體位	學生體位過輕率	0%	國小7.50%	國小7.89%	■符合全國指標以下 □高於全國指標尚需努力
	學生體位過重及肥胖率	17.65%	國小28.32%	國小28.28%	■符合全國指標以下 □高於全國指標尚需努力
	學生體位適中率	82.35%	國小64.18%	國小63.83%	■符合全國指標以上 □低於全國指標尚需努力

三-2、101年-106年與全國評比

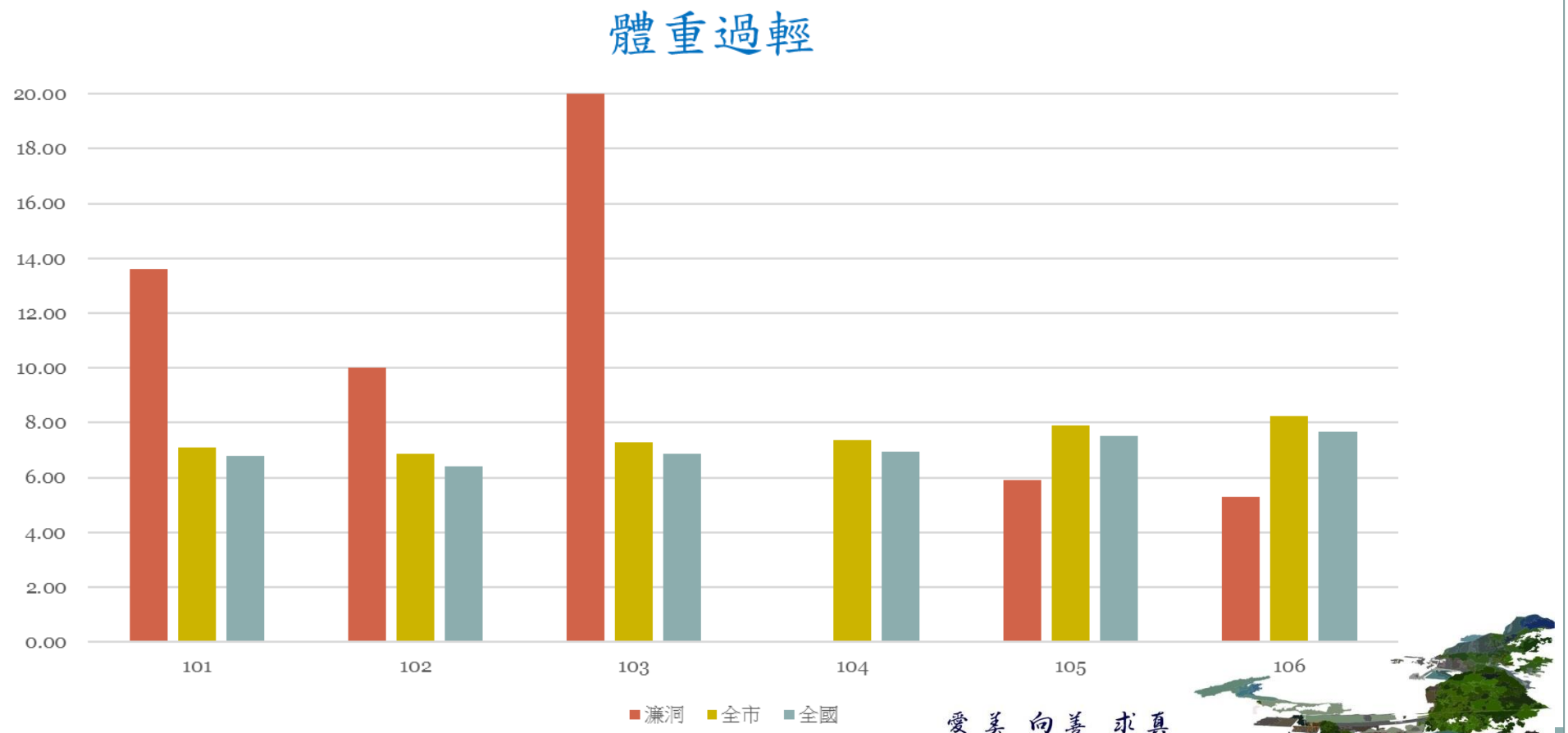
視力不良



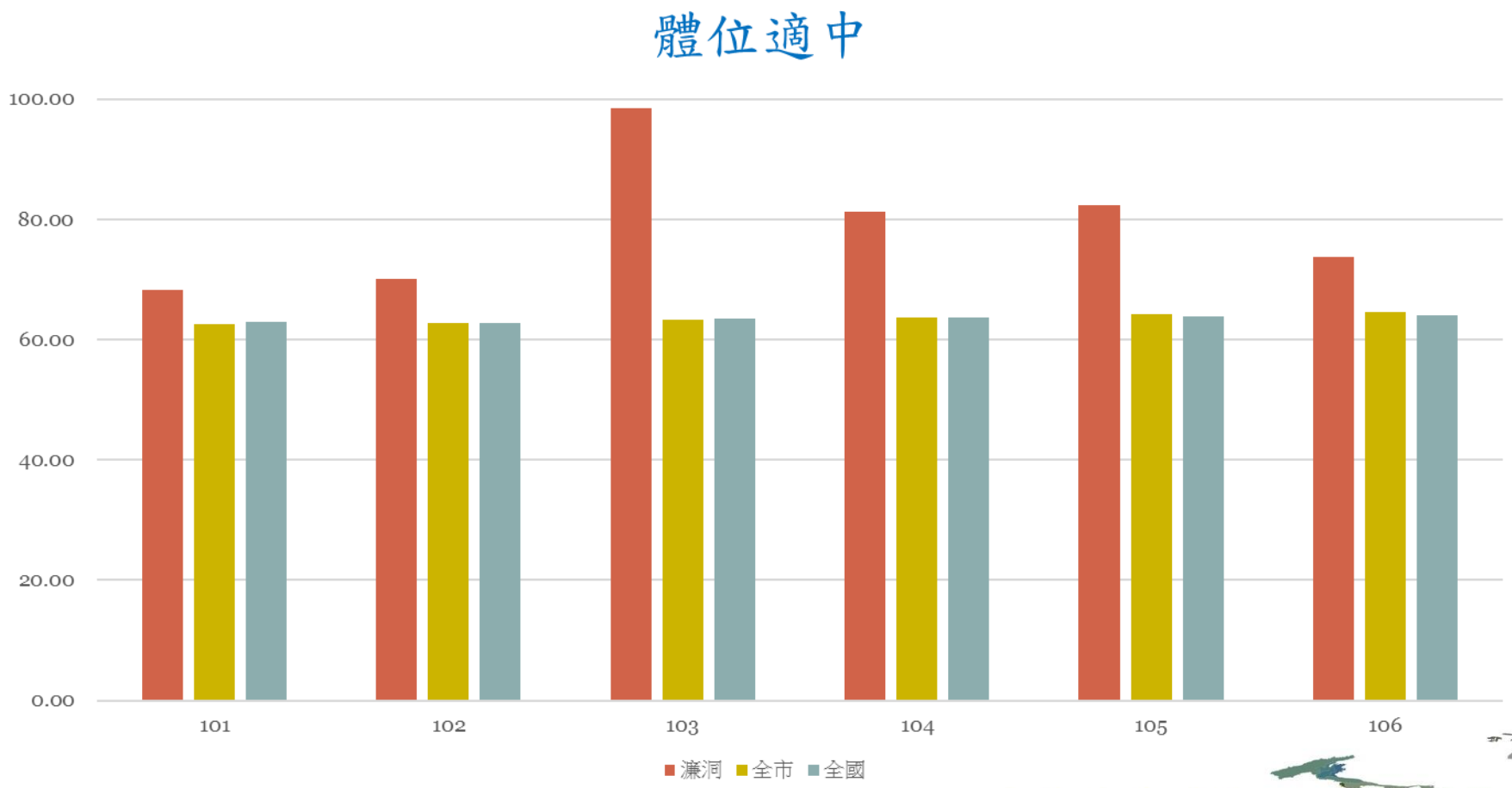
三-3、101年-106年與全國評比



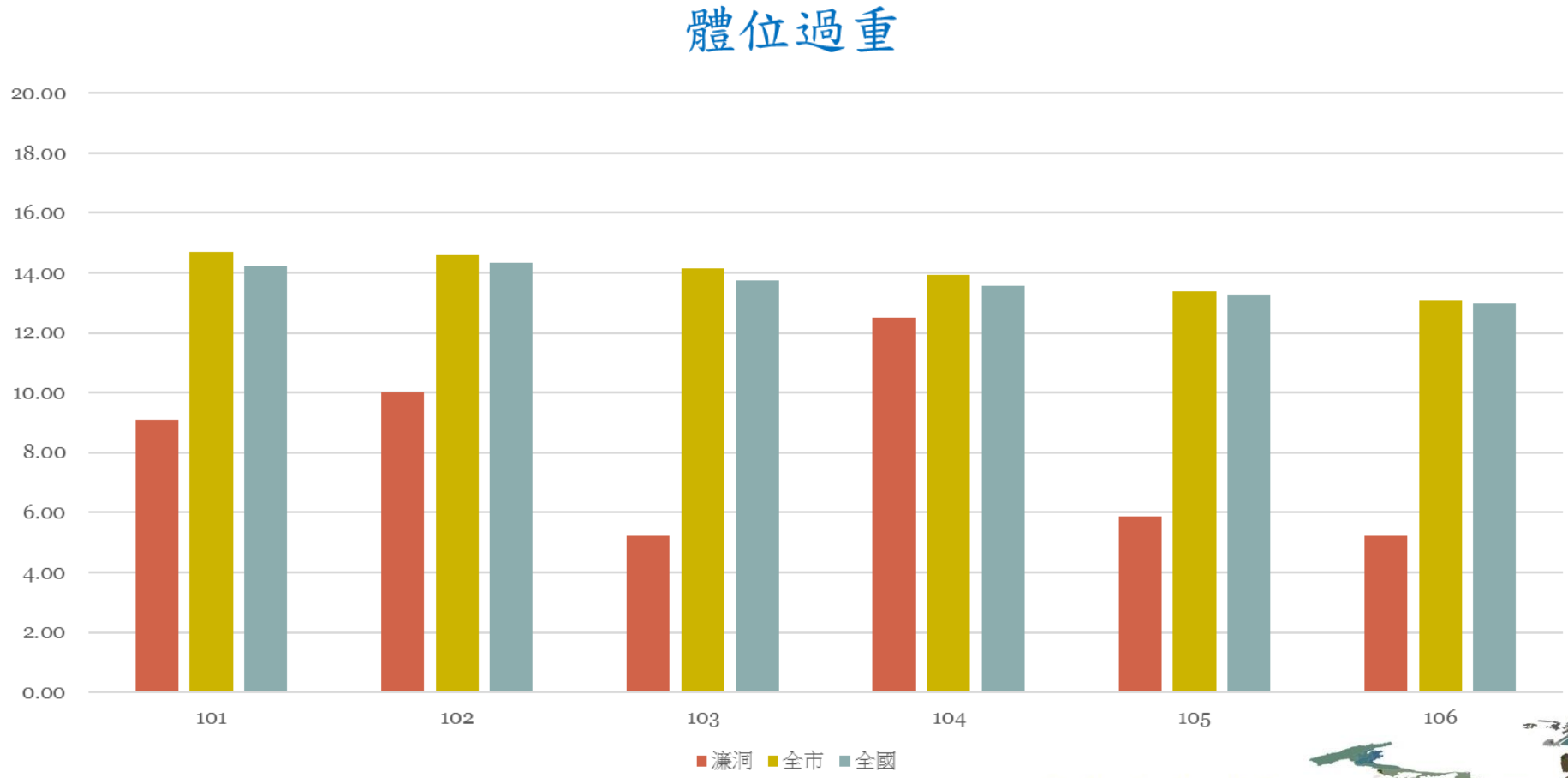
三-4、101年-106年與全國評比



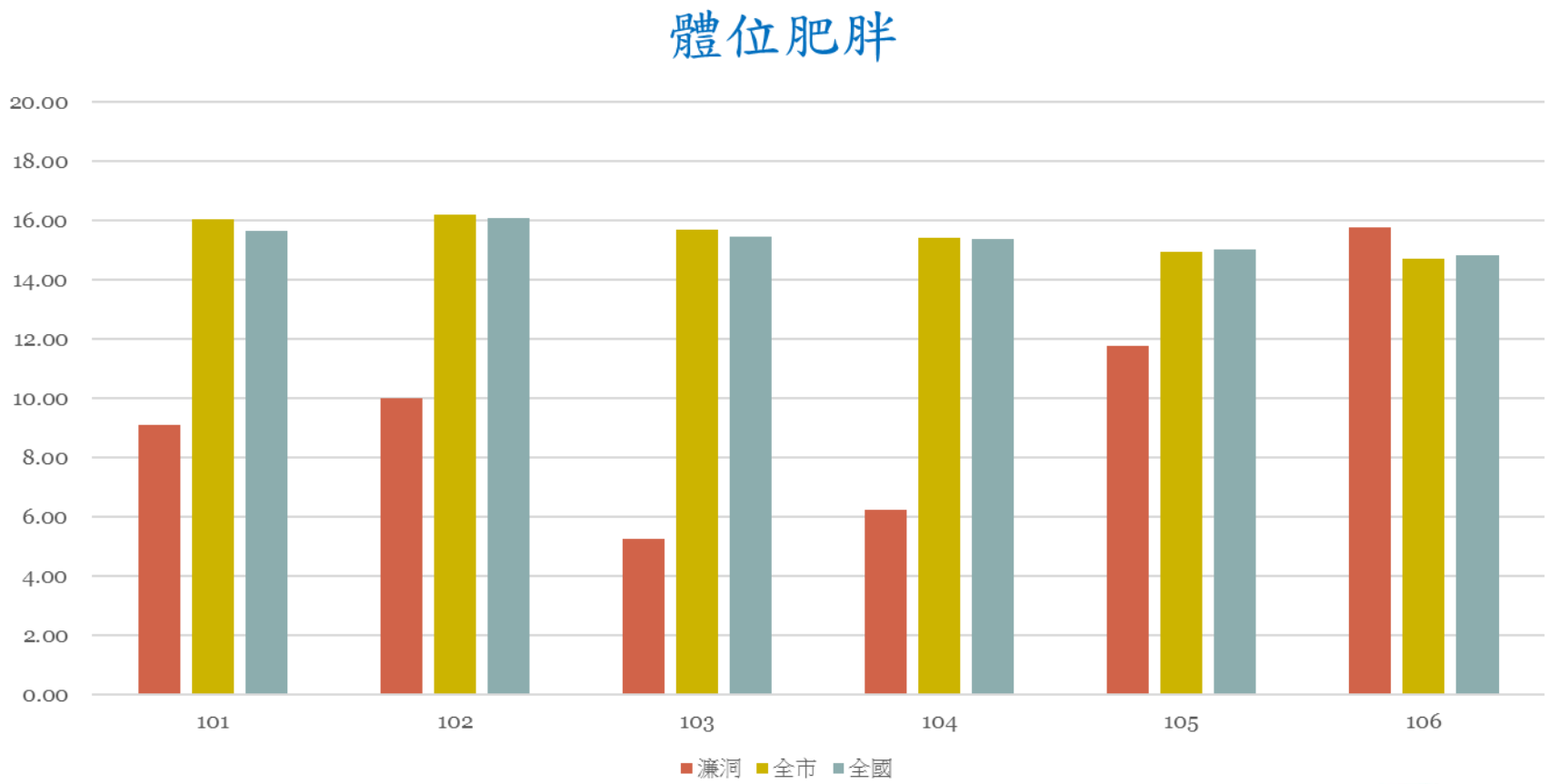
三-4、101年-106年與全國評比



三-4、101年-106年與全國評比



三-4、101年-106年與全國評比



三-5、視力與歷年同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市	53.17%	50.87%	49.65%	48.79%	48.43%	47.91%
全國	49.28%	48.07%	46.97%	46.05%	45.78%	45.44%
濂洞(平均值)	27.30%	35.00%	33.30%	37.50%	29.40%	42.10%
一年級	33.30%	0.00%	40.00%	0.00%	0.00%	66.74%
二年級	0.00%	66.70%	0.00%	60.00%	0.00%	0.00%
三年級	33.30%	0.00%	33.30%	0.00%	40.00%	0.00%
四年級	25.00%	66.70%	0.00%	33.30%	0.00%	60.00%
五年級	16.70%	25.00%	66.70%	0.00%	100.00%	0.00%
六年級	40.00%	28.60%	25.00%	66.70%	0.00%	100.00%

三-5、體位過輕與歷年同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市	6.67%	6.41%	6.87%	6.95%	7.50%	7.67%
全國	7.11%	6.85%	7.28%	7.37%	7.90%	8.25%
濂洞(平均值)	13.60%	10.00%	21.05%	0.00%	5.90%	5.30%
一年級	13.60%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
二年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	50.00%	0.00%
三年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	33.30%
四年級	25.00%	33.30%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
五年級	0.00%	25.00%	33.30%	0.00%	0.00%	0.00%
六年級	40.00%	0.00%	50.00%	0.00%	0.00%	0.00%

三-5、體位適中與歷年同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市	62.50%	62.81%	63.29%	63.71%	64.18%	64.52%
全國	63.02%	62.75%	63.49%	63.70%	63.82%	63.95%
濂洞國小(平均值)	68.20%	70.00%	98.42%	81.25%	82.35%	73.68%
一年級	100.00%	100.00%	80.00%	100.00%	75.00%	66.70%
二年級	100.00%	100.00%	100.00%	80.00%	100.00%	75.00%
三年級	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	80.00%	100.00%
四年級	50.00%	100.00%	100.00%	66.70%	100.00%	60.00%
五年級	66.70%	50.00%	100.00%	66.70%	100.00%	60.00%
六年級	40.00%	71.40%	50.00%	66.70%	100.00%	66.70%

三-5、體位過重與歷年同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市			13.67%	13.56%	13.19%	12.99%
全國			13.28%	13.21%	13.03%	12.82%
濂洞(平均值)	9.10%	10.00%	5.26%	12.50%	5.88%	5.26%
一年級	0.00%	0.00%	5.26%	0.00%	0.00%	33.30%
二年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
三年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
四年級	25.00%	33.30%	0.00%	33.30%	0.00%	0.00%
五年級	16.70%	0.00%	33.30%	0.00%	33.30%	0.00%
六年級	0.00%	14.30%	0.00%	33.30%	0.00%	0.00%

三-5、體位肥胖與歷年同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市	16.03%	16.21%	15.68%	15.43%	14.94%	14.72%
全國	15.65%	16.08%	15.47%	15.38%	15.04%	14.81%
濂洞(平均值)	9.10%	10.00%	5.26%	6.25%	11.76%	15.79%
一年級	0.00%	0.00%	20.00%	0.00%	25.00%	0.00%
二年級	0.00%	0.00%	0.00%	20.00%	0.00%	25.00%
三年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	20.00%	0.00%
四年級	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%	20.00%
五年級	16.70%	25.03%	0.00%	0.00%	0.00%	0.00%
六年級	20.00%	14.30%	0.00%	0.00%	0.00%	15.80%

三-5、口腔1、4年級與同母群比較

	101年	102年	103年	104年	105年	106年
新北市	47.83%	41.52%	43.31%	40.70%	36.40%	35.92%
全國			41.35%	40.21%	39.04%	37.42%
濂洞(平均值)	100.00%	100.00%	85.71%	80.00%	100.00%	62.50%
一年級	100.00%	100.00%	80.00%	33.33%	100.00%	50.00%
四年級	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	100.00%	80.00%

三-各項數據評比結論

1. 視力不良歷年平均都低於全國，但今年略為上升。
2. 口腔齲齒率雖每年都高於全國全市，但今年下降許多，顯見推廣成效。
3. 各項體位都優於全國全市指標，過輕過重學生均定期追蹤輔導。

四、學校衛生委員會組織

職稱	本職	任務執掌
主任委員	校　長	1、綜理學校衛生教育方針，領導及推動衛生保健計畫。 2、核定各項活動策略及其設備事項。 3、籌措學校交通安全經費。 4、主持「衛生委員會」，負責代表學校與校外有關機構建立夥伴關係。
社區組	家長會長	協助學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
副主任委員	教導主任	秉承校長之命，規劃辦理學校衛生保健並推動相關業務。
教學組委員	教務組長	各項健康促進議題融入多元課程教學,培育學生 健康知能
執行秘書	訓育組長	1、執行委員會決議事項。 2、執行主任委員、副主任委員交辦事項。 3、辦理學校環境衛生及有關整潔活動。 4、協助健康教育教學及各項衛生活動。 5、訂定校園緊急傷病處理相關規定，並協助增進師生急救知能。 6、辦理各項衛生教育競賽及活動。 7、協助改善及指導學校午餐、營養教育事宜。 8、其他有關衛生保健事項。
設備組 委員	總務主任	1、學校內外衛生環境的佈置與整理。 2、衛生環境之建置-協助保持校園內之環境衛生與安全（環境消毒、飲用水管理等）。 3、提供完善的健康教學器材管理。 4、教具室衛生保健教學資料補充與管理。 5、指揮技工友隨時維護保持校園內之環境衛生與安全。 6、學校環境衛生及有關整潔活動器材之準備 (如洗手設備、衛生器材的維護及修繕...等)

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School, Rueifang District, New Taipei City

職稱	本職	任務執掌
輔導組委員	輔導主任	1、聯絡社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 2、提供完善的家長後勤支援，俾利各項工作推動。 3、學生衛生教育學習成就及生理、心理輔導暨轉介。
醫護組委員	護理師	1、負責學校健康中心一切事務。 2、擬訂健康中心工作計畫並執行與考評。 3、妥善處理教職員生緊急傷病，並做成記錄備查與運用。 4、負責接洽、準備並協助健康檢查及缺點矯治等工作。 5、對於慢性病學生應加強管理與照護。 6、配合衛生行政單位辦理全校教職員生預防接種事宜。 7、配合防疫單位辦理學校傳染病防治及管理事宜。 8、定期測量學生身高、體重、視力等工作。 9、運用社區資源，促進學校衛生保健工作之推展。 10、負責管理健康中心各項記錄並統計、分析與運用。 11、協助推展學校健康教育、急救教育及各項衛生活動。 12、協助辦理學校衛生委員會有關工作。 13、其他學校衛生保健相關事宜。
教育組委員	健康科任	負責健康教育教學，增進學生健康教育之知能、情意與技能，培育健康生活技能、使學生、家長實踐健康生活。
	班級導師	1、落實執行學校衛生委員會所訂定之計畫。 2、協助學校醫護人員實施學生保健工作。 3、實施健康觀察，如發現學生有健康問題，應與學校護理人員、學生家長，或其他有關人員聯繫。 4、講授健康教育，隨時指導學生，使學生實踐健康生活。 5、協助保持教室內環境衛生及良好師生關係。 6、推動學校健康教育及各項健康活動。 7、聯繫家長明瞭學校衛生工作之實施及促進家庭學校間之合作關係。
社區組	志工代表	協助學校衛生工作之推動。
學生組	學生代表	協助推動健促議題，落實自主健康管理、實踐健康生活。

四、學校衛生委員會運作



期初召開「年度健康促進會議」



與社區及家長討論及說明本學年健促議題方針



健促進度議題論檢討與改進分組討論

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School, Rueifang District, New Taipei City

五、健康執行議題-口腔保健

六大範疇	實施策略及內容
學校衛生政策	1. 校園推動無糖校園，無含糖飲料及零食進入校園。 2. 製作口腔保健推動計畫，訂定相關活動期程。 3. 期末統計口腔保健。 4. 潔牙活動： (1). 護理師入班教導潔牙及其重要性。 (2). 護理師於兒童朝會時間宣導衛教新知及健康觀念。 (3). 推動早餐、午餐餐後潔牙工作。 (4). 午餐後由各班帶回教室，統一播放刷牙歌，實施潔牙運動，班上由老師或潔牙小天使檢查，護理師每週不定期到各班抽檢是否確實。 (5). 每週二使用含氟漱口水。
學校物質環境	1. 教導學生正確刷牙及口腔保健之觀念 2. 提供牙刷、牙線、牙菌斑顯示劑，每天由班導師陪同刷牙，護理師協同檢查。
學校社會環境	1. 教師不提供含糖飲料及零食當成獎勵。 2. 向家長宣導為了小朋友健康，不提供含糖飲料及零食給小朋友。 3. 不定期張貼口腔健康資訊於家庭連絡簿。

五、健康執行議題-口腔保健

六大範疇	實施策略及內容
健康生活技能教學及活動	1. 宣導口腔衛生教育。 2. 低年級健康課著重宣導口腔衛生，教導貝式刷牙法，中高年級教導正確使用牙線。 3. 學生餐後正確刷牙及正確使用牙線，以牙菌斑顯示劑檢查是否確定潔牙。 4. 每月初給「潔牙自主管理紀錄表」，由學生填寫、老師檢核，有效督促學生潔牙，預防及追蹤齲齒情況。 5. 重視學齡前(幼兒園)齲齒狀況，口腔保健之工作向下紮根。
社區關係	1. 於開學典禮、家長日、歲末聯歡、運動會等大型活動向家長及社區民眾宣導口腔衛教知識。 2. 公佈欄不定期張貼口腔衛生相關宣導，加強學生對健康飲食與健康體育之知識。
健康服務	1. 每學期實施學生健康檢查(身高、體重、視力、口腔…等)，建立檔案，若有異常，保持追蹤，並告知老師及家長學生檢查之數據，一同協助導正學生生活習慣，恢復健康。 2. 一、四年級每年實施健康檢查。 3. 每期間安排牙醫巡迴車到校，亦發家長通知單告知家長學童牙齒健康狀況，並追蹤復檢狀況。 4. 口腔檢查異常追蹤矯治。

五、口腔保健執行成效

105學年-106學年齲齒率由100%下降到65%

	濂洞	全市	全國
101年	100.00	47.83	
102年	100.00	41.52	
103年	85.71	43.31	41.35
104年	80.00	40.70	40.21
105年	100.00	36.40	39.04
106年	65.00	35.92	37.42

五、口腔保健執行成效

1. 105學年-106學年齲齒率由100%下降到65%
2. 106四年級/103一年級齲齒率下降至30.77%（26顆齲齒下降至8顆）
3. 推動無含糖飲料、無零食校園
4. 齲齒矯治完成率 100%
5. 窩溝封填達成 100%
6. 全校含氟漱口水使用達成率100%
7. 氟化物使用100%(>1000PPM含氟牙膏)：89.47%
8. 使用貝氏刷牙法100%
9. 高年級使用牙線100%
10. 早餐後到校潔牙73.68%

五、口腔保健執行成效

11. 校午餐後餐後潔牙100%
12. 晚餐後餐後潔牙68.42%
13. 睡前刷牙 78.95%
14. 每天潔牙平均次數：3次
15. 健康教育課程融入議題：低年級-貝氏刷牙法、高中年級-正確牙線教學、口腔健康議題融入健康課。
16. 教職員、家長口腔保健-教師增能研習、家長日、聯絡簿
17. 高齲齒、口腔衛生不良學生個案管理：47.36% (9/19)
18. 健康促進線上施測口腔衛生正確率100%



偏鄉牙醫巡迴車



一、四年級的健康檢查

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City



教師增能研習



家長日宣導口腔保健的重要



將口腔健康議題融入課程



兒童朝會宣導口腔保健

愛美 向善 求真



低年級貝氏刷牙教學示範



中高年級牙線示範教學

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City





早餐後第1節牙菌斑測試





每天餐後潔牙每周三牙菌斑測試

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School, Rueifang District, New Taipei City

其他議題執行成果照片



視力健康檢查



視力健康檢查



量體重



聽力檢測

愛美 向善 求真

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City



兒童朝會宣導-全民健保



兒童朝會-藥物濫用



教職員及高年級學生-CPR & AED急救課程

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City



課間活動-健康操



課間活動-跳繩



田徑隊晨訓時間



晨間活動-瘋體育

愛美 向善 求真

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City



瑞芳區田徑對抗賽



田徑隊訓練



瑞芳區三對三籃球賽



民俗體育-不一鼓表演

愛美 向善 求真

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School, Rueifang District, New Taipei City

濂洞國小樂活課表

節次	一	二	三	四	五
晨間活動 7:30-8:00	體能活動				
8:00-8:30	班級共讀 （假日書包-好書介紹）	全校圖書館共讀 教師晨會	學生朝會 （母語日）	班級共讀	濂洞瘋體育
1			本土語言教育		
2			本土語言教育		
課間	健康操	球類運動 戶外遠眺	母語廣播 公共空間打掃	健康操	環境教育 盆栽認養
3			本土語言教育		
4			本土語言教育		
營養教育	營養教育	營養教育	營養教育	營養教育	營養教育
午間活動	午休時間				
5			補救教學 不一鼓/絲竹樂		
6			補救教學 不一鼓/絲竹樂		絲竹樂
清潔打掃	服務學習 環境教育	服務學習 環境教育	補救教學 不一鼓	服務學習 環境教育	服務學習 環境教育
7		書法/閱讀 社區服務	補救教學 不一鼓/絲竹樂		絲竹樂
放學	交通安全宣導	交通安全宣導	班級路隊	交通安全宣導	交通安全宣導
	永齡精進學習	永齡精進學習 高年級補救教學	補救教學	永齡精進學習 高年級補救教學	永齡精進學習

愛美 向善 求真

六、線上問卷填達成效

線上問卷議題：口腔衛生

1. 對象：五年級
2. 人數：1人
3. 問題分析/探討：
   (1).學生午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)潔牙比率100%
   (2).學生睡前潔牙比率100%
   (3).國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率100%
   (4).學生在學校兩餐間不吃零食比率100%
   (5).學生在學校兩餐間不吃零食比率100%

4. 105學年視力、口腔、體位之前後測WEB數據如下：

(1).視力：

前測	後測
35.29%	35.29%

(2).口腔(一、四年級)：

前測	後測
100%	100%

(3).體位：

	過輕	適中	過重	肥胖
前測	0	82.4	5.9	11.8
後測	5.9	76.5	5.9	11.8

七、省 思

1. 執行成果：
   105學年-106學年齲齒率由100%下降到65%
   106四年級/103一年級齲齒率下降至30.77%（26顆齲齒下降至8顆）

2. 檢討與改善：
   (1). 因學生人數少，所以數據值差大。
   (2). 全校教職員全力配合，齲齒率趨勢已逐漸減緩。
   (3). 學生雖有口腔衛生方面知識充足，在學校會確實遵守，但返家後有無確實執行，待家長督促。
   (4). 因家長在口腔衛生方面知識尚不足，且平時忙於工作疏於管教，除了家長日、聯絡簿宣導，但執行上偏弱，擬於班導師家訪時將口腔衛生的重要性告知家長，請家長配合，一同為孩子健康努力。
   (5). 家長日邀請專業醫師或護理師到校向家長宣導；運用經費購買含氟牙膏給學生在家中及學校使用。

七、省 思

2. 107學年擬定執行重點議題：

(1). 將持續為孩子的口腔健康持續把關，努力將齲齒率降低。

(2). 因視力問題逐漸增加，擬加強視力保健。

(3). 體位將持續推動健康飲食及運動，將體位不良率降低。

(4). 其他議題融入課程及安排宣導，增加知識並融入生活中。

七、省 思

3. 行政：謝謝老師們願意配合學校政策，一同為孩子的健康而努力。

教師：健康是一輩子的事，如果孩子能從小就了解健康的重要性，學習照顧自己的健康，培養能一輩子帶著走的技能。

學生：健康對我們很重要，謝謝老師和護理師照顧我們的健康，所以我們要學習好好照顧自己的健康。

家長：謝謝學校為孩子的健康而努力。

新北市瑞芳區濂洞國民小學

Liandong Elementary School,Rueifang District,New Taipei City



感謝聆聽~謝謝指教

愛美 向善 求真