

# 新竹市 108 學年度健康促進學校

## 南寮國民小學推動「口腔衛生」成果報告

- (一)依據學校衛生法第十九條規定辦理。
- (二)教育部 108 年 7 月 2 日台教署學字第 1080071226 號函辦理。
- (三)新竹市政府 108 年 8 月 30 日府教體字第 1080135056 號函辦理。

### 二、學校特色

俗話說的好：「牙痛不是病，痛起來要人命。」早期的齲齒並無自覺症狀，好發於學齡兒童。根據 WHO 報導指出全球有 60-90% 的學齡兒童患有齲齒，而齲齒問題對於學齡兒童生活、學習與身心發展有直接影響。口腔健康不僅影響咀嚼、營養、說話、社交，更可說是全身健康與生活品質的重要基石。所以平時應該注意保持口腔衛生，正確的刷牙方式，養成定期接受醫師口腔檢查，早期發現給予適時治療，相信可避免牙痛之苦。

新竹市自實施健康促進學校計畫以來，不斷整合各級學校與社區的組織人力及資源，透過家長、老師、學生、社區之參與，以「健康促進學校」模式，打造本市成為健康優質的花園城市。

本校位於新竹市北區，全校共有 33 班，學生數共計 855 人，教職員工計 80 人，屬於市郊港邊的中型學校，學校為於南寮漁港附近，隨著 68 快速道路連接園區與南寮，本地除世居南寮的居民外，外來居民的比率亦逐年增加。然社區家長社經背景差異懸殊，家長從商、捕魚、勞工階層都有。以家庭組成來看，新住民家庭數、原住民學生數及弱勢學生數在本市學校中亦屬比例最高。

學期間發生新冠肺炎 COVID-19 疫情，影響本區家長的經濟狀況。宥於家長工作因素，家庭中隔代教養比率高。面對孫子女，祖父母往往提供含糖飲料及食物做為孩子們的獎勵品。再加上擔憂感染，對牙醫診所，若不是牙痛到不行，則不會前往看診，導致口腔保健的複檢率偏低。

由於牙齒與口腔組織長年暴露於相當複雜的環境中，使得口腔疾病包括：齲齒、牙周病、口腔癌等，成為大多數人們一生中都必须面對的挑戰。南寮國小期許自身在校園口腔保健教育的推廣下，能讓學生擁有正確的口腔保健常識，進而能陪伴學生，成為終身的良伴。這也是我們一直以來想要努力達到的目標。

本校今年擔任「口腔衛生」議題中心學校，透過建置校內友善潔牙環境，積極推廣窩溝封填及 1000ppm 含氟牙膏等正確觀念，加上推廣靜坐潔牙，落實班級的潔牙活動。期能影響家長共同正視口腔保健的重要性，與校方成為合作夥伴，共同保健學童的口腔健康。

### 三、現況分析

#### (一) SWOTS 情境評估 (背景分析) 及行動策略

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)	S (行動策略)
學校環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 位於新竹市區，交通便捷。</li> <li>2. 中清路開通學生上下學動線寬闊安全有序。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 近幻象飛機航道。</li> <li>2. 靠近道路旁，車輛頻繁。</li> <li>3. 對學校提供的議題，老師多處於被動狀態，很少提出建言。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 緊鄰南寮漁港十七公里風景區。</li> <li>2. 工商業具潛力。</li> <li>3. 教師平均年齡為 45 歲，正好是健康議題切入的適當點。</li> <li>4. 導師與家長的互動良好。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 噪音增加。</li> <li>2. 學區內新開道路過多。</li> <li>3. 本學區許多家庭精神生活較貧乏，較缺乏健康生活概念。</li> <li>4. 學校需要持續性的宣導，否則成效易打折扣。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 東大陸橋完成增強學生上下學之安全性。</li> <li>2. 配合教育優先區之方案，有效爭取補助。</li> <li>3. 辦理相關衛生健康教育講座。</li> </ol>
家庭環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 對學校肯定度佳。</li> <li>2. 配合度強。</li> <li>3. 優良傳承相當支持學校。</li> <li>4. 重視肯定教育的力量。</li> <li>5. 家長會、家長志工全力支援。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社經地位、學歷偏低。</li> <li>2. 對學生多數採放任態度。</li> <li>3. 課後生活休閒活動等安排、指導稍弱。</li> <li>4. 放學後至安親班的學生數比例偏高，親子相處時間有限。</li> <li>5. 家長對學校宣導的工作，支持度並不高。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 提供親職教育的管道。</li> <li>2. 推展學習型家庭。</li> <li>3. 鼓勵參與學校各項教育推廣活動。</li> <li>4. 家長會義工團對學校極有向心力。</li> <li>5. 班級家長會仍有可開發空間。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 隔代教養，單親家庭，新住民家庭比率偏高。</li> <li>2. 雙薪家庭多。</li> <li>3. 陪孩子時間較少。</li> <li>4. 缺乏正向典範楷模。影響生活習慣暨學習。</li> <li>5. 單親隔代教養家庭、原住民家庭、外籍子女比例逐年提高。</li> <li>6. 家長忙於工作，疏於管理子</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 結合家庭與學校建構學生安全衛生健康的環境。</li> <li>1. 加強親師活動互相成長管道。</li> <li>2. 多舉辦親職教育，以使雙向溝通。</li> <li>3. 關懷邀請走進學校，親師多溝通。</li> </ol>

				女的健康。	
社區環境	1. 熱心校務，願貢獻心力，鼓勵多於批評。 2. 舊社區擁有多人文資源。 3. 關心地方教育重視學子的教育環境改善及品質的關注。 4. 部分社區人士及家長會大力協助積極參與學校活動。	1. 不少家長忙於工作，無法參與學校活動。 2. 缺乏正確觀念、方法及社區年齡老化。	1. 熱心家長出錢出力參與學校活動。 2. 當義工者眾，推行社區活動順利。 3. 辦理社會教育整合社區資源。 4. 爭取環保回饋金挹注學子各項教育措施。	1. 義工家長干預學校行政，教學和學習均有影響。 1. 社區里民參與動機多元複雜。 3. 民意與政治力量的劃分鮮明，對學校支持也相對較具彼此衝突的可能。	1. 加強社區衛教宣導。 2. 辦理親子衛生講座。 3. 學校活動與社區活動充分融合。 4. 與人為善爭取關注，以學子最佳權益和關懷為重點

## (二)『口腔衛生』現況分析

本校 108 學年度學生齲齒及矯治分析表，表列說明如下：

年級	初檢齲齒率%	矯治率%
一年級	14.09%	80.95%
二年級	62.99%	97.94%
三年級	72.17%	97.59%
四年級	5.07%	71.43%
五年級	70.97%	96.59%
六年級	48.15%	94.87%
全校平均	44.42%	95.45%

本校初檢齲齒率在一到六年級來說，皆高於 107 學年度全市國小平均 34.7%。

但在矯治率部分，除一年級以外，本校二至六年級矯治率均超過全市平均 93.6%。可見在入學前學童的口腔狀況並不理想。入學後，則在校方的積極推廣下，家長們也願意配合，讓學童的口腔矯治率予以提升。

#### 四、計畫預期成效

校本指標	全市指標	部頒指標
1. 本校國小初檢齲齒率下降 1%。 2. 本校口腔檢查結果異常學生矯治率達 95%。 3. 本校學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)比率達 80%。 4. 本校含氟漱口水執行率達 95%以上。 5. 本校本學年於校內辦理潔牙活動至少 1 場。 6. 本校學生睡前正確潔牙率達達 80%。 7. 本校高年級學生每日至少使用一次牙線比率前後測進步 5%以上。 8. 本校學生在學校兩餐間不吃零食比率達 80%以上。 9. 本校學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 80%以上。 10. 國小第一大白齒溝窩封填施作率，較去年提高 0.5%。	1. 全市國中小初檢齲齒率下降 1%。 2. 口腔檢查結果異常學生矯治率達 95%。 3. 學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)比率國小達 80%。 4. 含氟漱口水執行率：全市國小達 95%以上。 5. 國小學校每學年於校內辦理潔牙活動至少 1 場達 95%。 6. 學生睡前正確潔牙率達 (1)國中達 90%。(2)國小達 80%。 7. 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率前後測進步 5%以上。 8. 學生在學校兩餐間不吃零食比率達 80%以上。 9. 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 80%以上。 10. 國小第一大白齒溝窩封填施作率。 11. 國中412歲學童平均每	1. 學生未治療齲齒率 2. 學生複檢齲齒診治率 3. 四年級學生窩溝封填施作率

	人齶齒指數(DMFT)	
--	-------------	--

## 五、計畫內容

依據 WHO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、健康教育與活動、學校物質環境、學校社會環境、健康服務與社區關係等六項，並回歸於教育本質：學校健康教育與活動，以此六項為主軸歸納出本校視力保健健康促進學校之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

項次	推動策略	實施內容	推動時間(預計)	評價項目	佐證方式
一	健康政策	1. 學校健康促進推行委員會推動小組運作。 2. 定期召開工作會議，掌控執行進度，分析討論計畫、實施策略。 3. 健康促進學校計畫活動納入行事曆。 4. 由課發會擬訂口腔保健議題融入課程。 5. 評估全校教職員工及家長需求，結合教師晨會宣導口腔保健衛生教育，辦理相關親職教育活動。 6. 完整建立學生健康資料檔案。	108.10 -109.6  108.8.29 109.3.19  108.9 -109.6  108.09- 109.06  108.09- 109.06  108.09- 109.06	組織架構   工作會議 內容  行事曆   課發會   落實遵行 政策規定	會議記錄 簽到單    行事曆   會議記錄 簽到單  照片   學生健康 資料檔案

二	物質環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 行政支援教學，展現組織運作功能。</li> <li>2. 提供學生營養均衡的午餐。</li> <li>3. 購買口腔衛生教材教具提供教師融入課程推展。</li> <li>4. 實施學童窩溝封填的獎勵政策。</li> <li>5. 於健康中心設置健康促進宣導專欄，張貼各項健康促進議題宣導海報與資訊。</li> </ol>	<p>全年辦理</p> <p>108.10-109.01</p> <p>全年辦理</p>	<p>健促宣導活動計畫 午餐均衡飲食</p> <p>80%學生能經由宣導建立正確觀念。</p>	<p>照片 菜單 教材教具 照片 照片 知能問卷調查</p>
三	社會環境	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 一年級新生，提供窩溝封填宣導通知單。</li> <li>2 配合市政府體健科與衛生局活動，運用所提供之資源，進行各項衛生保健、健康促進議題宣導及活動。</li> <li>3 將口腔衛生議題納入班會作為討論事項。</li> <li>4 教師晨會及兒童朝會時間加強口腔衛生的宣導活動。</li> <li>5 辦理口腔衛生藝文競賽，並進行展覽。</li> <li>6 針對二、三、四年段的學生各辦理 1</li> </ol>	<p>108.09-109.06</p> <p>108.09-109.06</p> <p>108.09-109.06</p> <p>108.10-109.06</p> <p>108.10-109.06</p>	<p>提供窩溝封填免費資源</p> <p>落實遵行政策規定</p> <p>納入班會討論</p> <p>宣導活動一學期至少一次</p> <p>參與學生數達 80%</p> <p>80%參與學生能經由宣導建立正確觀念。</p>	<p>照片 班會記錄 照片 照片 展覽照片 講座照片</p>

		<p>場口腔保健講座。</p> <p>7 護理師入一年級班級教導正確潔牙及使用含氟漱口水。</p> <p>7. 每天中午餐後播放潔牙歌，提醒全校師生餐後潔牙。</p> <p>8. 各班實施靜坐潔牙。</p>	<p>109.03-109.06</p> <p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p>	<p>80%參與人數能使用含氟漱口水</p> <p>80%參與人數能正確潔牙</p> <p>90%班級能實施靜坐潔牙</p>	<p>漱口水統計表 潔牙統計表</p> <p>照片</p> <p>照片</p>
四	健康技能(教學)	<p>1. 低年級以「我會正確刷牙、認識口腔及牙齒結構」養成每日餐後潔牙、漱口的習慣，教授正確潔牙及口腔保健生活習慣。</p> <p>2. 中年級以「貝氏刷牙法」教學，教授正確潔牙及口腔保健生活習慣，建立學生健康行為。</p> <p>3. 高年級以「我會使用牙線潔牙」為衛教目標，教授正確潔牙及口腔保健生活習慣，落實於生活中。</p> <p>4. 實施口腔保健觀念問卷瞭解學童是否確實正確瞭解口腔保健觀念。</p> <p>5. 發下口腔保健宣導單。</p>	<p>108.09-109.06</p> <p>108.08-109.06</p> <p>108.10-109.06</p> <p>108.08-109.06</p> <p>108.10.31</p>	<p>宣導活動一學期至少一次</p> <p>宣導活動一學期至少一次</p> <p>宣導活動一學期至少一次</p> <p>線上問卷前後測</p> <p>口腔保健宣導單每班兩份張貼</p>	<p>宣導內容、照片</p> <p>照片</p> <p>照片</p> <p>電腦施測問卷結果</p> <p>照片</p>

		6. 實施低年級營養教育	108.11	宣導活動 一學年一次	照片
		7. 運用多元化的健康教學策略和活動形式來推行口腔保健教育。進行有獎徵答活動。	109.03	80%的學生參與有獎徵答活動	有獎徵答題目、學生領獎單據
		8. 舉辦口腔保健教育宣導專題演講	108.11	每學期一次	照片
		9. 於班親會說明健康促進之議題-口腔衛生，使家長瞭解重要性、學校執行內容及家長配合事項。	108.09- 109.02	班親會 宣導	班親會宣導 ppt、 照片
五	健康服務	1. 上學期安排口腔衛生檢查，檢查結果通知家長。	108.10- 108.12	100% 學生完成健康檢查並建立資料	健康資料 建立
		2. 收集並分析健康檢查資料、相關的調查統計，以了解學校成員之健康狀況及改善情形。	108.08- 109.06	完成學生健康資料收集分析	統計表
		3. 由健康中心提供貝氏刷牙教學媒材與教具。	108.08- 109.06	80% 參與學生能經由課程加強口腔健康正確觀念。	照片
		4. 由健康中心護理師及具備健康教育專長教師提供相關健康諮詢與資訊。	108.10- 109.06		照片



		<p>5. 學生健康檢查資料建檔，隨時與班級導師聯繫掌握學童健康狀況。</p> <p>6. 嚴重齲齒的學童給予個案管理，安排口腔保健觀念輔導，教導其正確潔牙方法及追蹤其齲齒填補率。</p> <p>7. 不定期抽查學生之潔牙情形，並塗上牙菌斑顯示劑檢查，給於正確衛生教育。</p> <p>8. 辦理「南寮潔牙之星」活動，落實學童徹底清潔口腔。</p>	<p>108.08-109.06</p> <p>108.08-109.06</p> <p>108.09-109.06</p> <p>108.11-109.06</p>	<p>口腔不良追蹤率達90%以上</p> <p>個案管理達95%以上</p> <p>80%參與學生能正確潔牙。</p> <p>80%參與學生能正確潔牙。</p>	<p>追蹤名冊</p> <p>追蹤記錄</p> <p>照片</p> <p>照片</p>
六	社區關係	<p>1. 利用校門口電子牆，播放口腔衛生相關資訊，供社區民眾級學生家長參考。協助其建立正確觀念。</p> <p>2. 結合廠商-高露潔公司辦理口腔健康相關講座及宣導。</p> <p>3. 加強親師聯絡活動，如家庭聯絡簿、宣導單張、寒暑假檢核表、親子檢核表及校園刊物。</p> <p>4. 與家長合作落實「新減糖運動」，</p>	<p>108.09.109.06</p> <p>108.01.10</p> <p>108.08-109.06</p> <p>108.08</p>	<p>80%家長能建立正確觀念。</p> <p>80%學生能經由宣導建立正確觀念。</p> <p>80%家長學生由宣導建立正確觀念</p> <p>80%家長學生由宣導</p>	<p>隨機家長問卷</p> <p>照片 學生知能問卷調查</p> <p>照片</p> <p>宣導單</p>

	減少校內外含糖食品的使用。	109.06	建立正確觀念	
	5. 邀請社區早餐店加入「新減糖運動」優良商家，減低飲品中糖類的使用。	108.08-109.06	校內 200M 內的早餐店，50% 願意參加	照片
	6. 結合學校附近醫療機構、救護人員，建立緊急醫療聯絡網。	108.08-109.06	醫療分層網絡	醫療分層網絡聯繫資訊

## 六、預定進度 (以甘梯圖表示)

項目	時間	108	108	108	108	108	109	109	109	109	109	109
		年	年	年	年	年	年	年	年	年	年	年
		8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
		月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
1. 成立學校健康促進委員會		■	■									
2. 組成健康促進工作團隊		■	■									
3. 進行現況分析及需求評估			■	■								
4. 擬定學校健康促進計畫			■	■								
5. 成效評量前測				■	■							
6. 執行健康促進計畫			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
7. 過程評估						■	■	■	■	■	■	■
8. 成效評價後測									■	■		
9. 資料分析及召開成果檢討會議											■	
10. 報告撰寫												■
11. 經費核結												■

## 七、人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會團隊成員及工作團隊之成員，各成員之工作項目如下表。

計畫職稱	姓名	工作項目
計畫主持人-校長	李佳穎	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	黃淑娟	協助處理推行健康促進學校相關事務，協調相關處室配合相關活動。
協同主持人-教務主任	劉麗娟	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。
協同主持人-總務主任	張翠容	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	簡吟文	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-衛生組長	徐泰毓	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-體育組長	張博翔	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-資訊組長	羅文明	負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
研究人員-活動組長	陳映妃	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	邱佳寧	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	王怡婷	負責健康促進相關活動的推動及統籌，社區及學校資源之協調整合。
研究人員-會計主任	陳淑貞	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-學年主任	楊冬英	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	葉琇玫	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	吳美賢	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	朱季媛	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-學年主任	李劭芬	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。

研究人員-學年主任	林佑瑾	協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。
研究人員-家長會代表	彭峰家	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項知能研討進修、改進策略

### 捌、實施成果暨分析探究

本校 108 學年度一-五年級初檢齲齒率為 53.07%，本學年度二-六年級為 51.87%，達成本市今年口腔衛生議題進步幅度 1% 以上之指標。

年級	106 初檢齲齒率	107 初檢齲齒率	108 初檢齲齒率
一	49.52%	52.26%	14.09%
二	69.70%	51.35%	62.99%
三	57.50%	57.66%	72.17%
四	48.74%	51.61%	5.07%
五	71.43%	49.32%	70.97%
六	54.07%	49.07%	48.15%
總計	58.59%	56.64%	44.42%
二-六年級	48.42%	53.07%	51.87%

一、依據本校近年(106-108 學年)的齲齒複檢率統計表得知，108 學年複檢率 95.45%，達成本市口腔衛生議題指標 95%。

年級	106 齲齒複檢率	107 齲齒複檢率	108 齲齒複檢率
一	94.23%	88.89%	80.95%
二	93.48%	100%	97.94%
三	100.00%	98.73%	97.59%
四	96.15%	95.31%	71.43%
五	93.00%	98.73%	96.59%
六	100.00%	97.53%	94.87%
總計	96.14%	96.37%	95.45%

- 二、本校學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)比率 86%，達到本市國小指標 80%。
- 三、本校本學年度一至六年級含氟漱口水執行率達 99.38%以上，達成本市口腔衛生議題指標 95%。
- 四、本校學生睡前潔牙率 93.67%，達成本市口腔衛生議題指標 80%。
- 五、國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率前後測(60.71%→64.29%)進步 3.58%，未達成本市口腔衛生議題指標 5%。
- 六、學生在學校兩餐間不吃零食比率 83.44%，達成本市口腔衛生議題指標 80%。
- 七、學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率 83.44%，達成本市口腔衛生議題指標 80%。
- 八、本校一年級第一大白齒窩溝封填施作率總數 8/149(5.37%)，二年級第一大白齒窩溝封填施作率總數 62/154(40.26%)。
- 九、健康授課教師依課程計畫於二上第六單元:保護牙齒我最行、四上第五單元:健康守護者、三下第三單元:健康百分百，將口腔衛生議題融入健康與體育領域教學。
- 十、本校本學年於校內辦理潔牙宣導活動共 18 場，詳見下表。

	內容	日期	對象
1	全校班親會，向家長宣導健康促進各項議題	108.09.07	全校家長座談會健促宣導
2.	窩溝封填入班宣導	108.09.07	低年級家長
3	牙醫師宣導口腔保健	108.10.18	三年級口腔保健講座
4	升旗口腔衛教	108.10.23	低年級
5	六年級潔牙比賽	108.11.07	六年級
6	升旗口腔衛教	108.11.13	一至三年級
7	五年級潔牙比賽	108.12.05	五年級
8	含氟 1000ppm 牙膏宣導	108.11.18- 108.11.22	一年級
9	幼稚園大班級小一窩溝封填宣導	108.12.12	幼稚園大班級一年級

10	一年級口腔構造 認識正確潔牙技巧	107.12.17- 107.12.22	一年級各班口腔保健 宣導
11	牙醫師宣導口腔保健	107.12.25	四年級口腔保健講座
12	四年級潔牙比賽	108.01.03	四年級
13	護理師宣導口腔保健(結合高露 潔衛教)	108.01.11	二年級各班口腔保健 宣導
14	認識口腔保健常識 複習牙線使用技巧	108.02.26	五年級各班潔牙宣導
15	一年級窩溝封填推廣	109.03.01 -109.06.30	一年級
16	認識口腔保健常識 複習貝氏刷牙法	108.05.21	各班潔牙宣導
17	全校口腔保健有獎徵答活動	108.04.01- 108.05.08	全校師生
18	午餐後潔牙及含氟漱口水	長期推展	全校師生

#### 伍、檢討與建議

- 一、本學年透過 18 場親、師、生口腔保健的講座及潔牙競賽的活動，加強大家對口腔衛生的重視與潔牙的知能。並利用朝會升旗時間宣導及有獎徵答活動，讓學生在認知方面更重視口腔保健。
- 二、口腔保健知識塗色活動運用校慶週辦理，圖樣中讓學生選出正確的敘述塗色，加強學童對口腔保健常識的認知。塗色正確的同學，一至三年級贈送牙刷，四到六年級則以含氟量 1000ppm 牙膏為贈品。竭力維持學生的口腔健康。
- 三、上學年全校口腔潔牙設施的建置，讓班班都有網架及金屬筆筒。學生在潔牙完都有固定的地方可以置放，增進學生確實潔牙的情況。本學年訂製適合該金屬筆筒的潔牙杯具，讓杯子上有可以插牙刷的地方，一舉兩得。
- 四、本學年推廣班級靜坐潔牙。推廣中播放潔牙歌，讓學生依造程序操作，較能切實潔牙。可惜後因為疫情的關係，未能貫徹到底。
- 五、新生入學及發放學校活動宣導品時，我們使用含氟量 1000ppm 的牙膏加強推

廣。

- 六、本學年強力推廣幼稚園大班及小一窩溝封填宣導，提通家長免費窩溝封填的診所及資訊。再配合窩溝封填宣導單，鼓勵家長帶孩童前往。因此，家長們能夠加了解窩溝封填的重要性，也較願意帶孩子前往施作。本校另提供氟碘鹽作為家長帶學童前往窩溝封填的禮品。
- 七、以全校性親子講座來看，我們向家長推廣口腔保健觀念，並將於新生座談和班親會加強宣導使用含氟量 1000ppm 以上的牙膏，作為家長選擇的參考。期能讓學生和家長對於牙齒保健的知識普遍提升，進而讓齲齒複檢率和睡前潔牙率有顯著改善。
- 八、本年度繼續推廣潔牙技巧，二年級時加強貝氏刷牙法，五年級則複習牙線的使用。由護理師及健康科目任教老師入班教學。平日午餐餐後播放潔牙歌，由級任導師協助督導靜坐潔牙，學校提供牙線，鼓勵學生在校午餐餐後潔牙並使用牙線潔牙。盼能養成學生的習慣。

#### 陸、活動成果：



班級制定口腔健康生活守則與獎勵辦法



班級實施靜坐潔牙

班級：一丁 座號：23 姓名：張佑

各位同學小朋友：

大家好！請在下面方格中，選出正確的口腔保健常識，並將它們塗上顏色。完成後，請在5月9日前交到學務處衛生組。若塗色圖樣正確，便可以兌換獎品一份。此外，紅卡全班交回健康中心，完成班上家長簽名及護診，低中高年段最快交回的前三名班級，另有團體人獎。

保護口腔健康，從「齒」開始！

每天至少去一次牙醫。	只要是甜膩的零食，我就會用。	多吃蔬菜瓜果，對口腔保健沒有幫助。	喝完牛奶不用刷牙沒有關係。	我可以和別人共用牙刷。
刷牙刷牙法，每次刷牙五分鐘。	牙齒刷牙時，應該把牙刷放在牙齒中間。	牙刷可以用牙刷刷牙。	牙齒刷牙時，應該把牙刷放在牙齒中間。	牙齒刷牙時，應該把牙刷放在牙齒中間。
牙刷刷頭越硬越好。	只要認真刷牙，就可以不使用牙膏。	刷牙時應該用舌頭刷牙，因為舌頭刷牙可以刷牙齦。	只要一分鐘就可以把牙刷乾淨。	牙膏的含氟量，對口腔保健沒有影響。
漱完含氟漱口液後，可以立刻吃東西或喝水。	一年換一次牙刷就好。	刷牙時應該用舌頭刷牙，因為舌頭刷牙可以刷牙齦。	使用含氟漱口液一次，漱口水停留在口腔30秒就好。	碳酸飲料有益於清潔牙齒。
糖果餅乾，刷牙的紅牙不但吃多少就吃多少。	刷牙的紅牙不但吃多少就吃多少。	刷牙的紅牙不但吃多少就吃多少。	刷牙的紅牙不但吃多少就吃多少。	刷牙的紅牙不但吃多少就吃多少。

口腔保健知識塗色



牙醫師辦理口腔保健講座



校內潔牙比賽



於班親會說明健康促進口腔保健議題