**新竹市北門小學110學年度**

**健康促進計畫自選議題:視力保健**

**一、依據**

(一)依據學校衛生法第十九條規定辦理。

(二)本市110學年度健康促進學校計畫辦理。

**二、學校特色**

北門1899年創校，是一間歷史悠久的學校，本校地處市中心，規模屬中型學校，計有普通班43班，幼兒園6 班。教職員工約為100人，學生約1100人。大部分家長為雙薪家庭投入職場無暇顧及學生且弱勢家庭（單親、隔代教養、原住民、低收入戶等）家長對學生健康照護不積極，較易疏忽學生放學後健康生活型態，且放學後安親班時間過長對於運動時間減少，用眼時間增加，遇上COVID-19疫情停課在家上線上課接觸3C電腦平板過長，讓學童的視力惡化倍增，因此希望藉由學校、家庭及學生三方面共同合作為主軸擬定視力保健介入行動策略，及配合學校願景

健康─運動探索，接納關懷，身心健康。  
活潑─教學生動，學習多元，活潑快樂。  
負責任─重視榮譽，自尊自治，擔負責任。

培養學生正確用眼習慣與觀念。學校端多元的社團活動也強化健康體能及調劑生活，促進學生身心手腦的健全發展，以營造健康友善的校園環境。

**三、現況分析**

本校屬於都會型縣市，家長和學生普遍重視課業，因此視力不良率也逐年提升，且因疫情關係中高年級使用平板3C電腦線上上課，視力不良率更是高達45%以上，近視不是簡單的屈光不正，並非配副眼鏡就好了，而應該被認為是一種會造成失明的疾病

|  |  |
| --- | --- |
| 視力不良就醫率 | |
| 107年 | 92% |
| 108年 | 91% |
| 109年 | 92% |

為了推動學校視力保健計畫，以 SWOT 分析法進行學校視力保健現況及行動策略

|  |  |
| --- | --- |
| Strength 優勢 | * 學校位於市區，醫療便利、可提供足夠醫療服務。 * 學校教師對健康非常重視在執行健康促進計畫配合意願高。 * 視力保健議題融入教學課程，實際執行。 * 健康中心建立學生完整健康資料，定期追蹤。 |
| Weakness 劣勢 | * 弱勢家庭面對健康素養的重要性不足夠。 * 視力疾病不是立即影響身體嚴重疾病容易被忽略。 * 健康議題眾多， 護理師無法全部兼顧。 |
| Opportunity 機會點 | * 正確視力的習慣是多數家庭高度願意學習的健康觀念。 * 視力議題教學的方式多元，容易引發學生學習動機。 * 融合知性、趣味性和體驗的技能更能提升內化為生活習慣。 |
| Threat 威脅點 | * 學生皆以課業課本為主要學習目標，易忽略國小階段視力疾病往後延伸至青少年或成年其所產生的高度近視等問題。 * 電腦化及白板教學影響學童視力。 * 部分家長不重視學童視力問題。 |
| Solution 解決之道 | * 播放相關視力保健教學影片，觀看正確的知識。 * 設計視力初檢異常學童叮嚀單，釘於視力矯治紀錄卡上，宣導家長及學童重視視力保健複檢重要性。 * 視力不良未複檢學生發下第二次複檢追蹤單，加強就醫矯治，及早預防高度近視。 |

**四、計畫預期成效**

|  |
| --- |
| 110學年預期成效指標 |
| 1.平均裸視視力不良率下降至42%以下。  2.裸視篩檢視力不良就醫複檢率達91％。  3.國小裸視篩檢視力不良惡化率109、110學年之差異。  4.規律用眼3010後測比率增加1%。  5.戶外活動120分鐘後測比率增加1%。  6.下課淨空後測比率增加1%。。  7.3C不超過1小時後測比率增加1%。 |

**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 | 推動範疇 | 實施內容 | 實施時間 |
| 一 | 健康政策 | ➢組成健康促進工作團隊，制訂實施計畫。  ➢健康促進計畫納入學校行事曆。  ➢擬定視力保健議題融入課程。 | 110/09-110/11 |
| 二 | 物質環境 | ➢每學期依照身高測量結果調整課桌椅。  ➢提供學生均衡營養的午餐。  ➢製作校園視力保健衛生海報專欄區，張貼各項健康資訊。  ➢校園多處綠色植栽，並配合課程讓學童種菜體驗，減少待在教室內環境及減少用眼。  ➢學校教師及護理師積極展現專業知能與熱誠，發揮衛生教育指導功能 | 110/12-111/05 |
| 三 | 社會環境 | ➢推動視力健康促進議題的健康環境。  ➢兒童朝會加強宣導視力保健宣導。  ➢結合社區空軍醫院健康服務單位提供衛生教育宣導。  ➢學校藉由各種活動的宣導如校慶運動會強化學生及家長對視力保健的重視。  ➢學校多元運動社團，增加學童體能，並持續推動3010。  ➢落實下課淨空率。 | 110/12-111/05 |
| 四 | 健康技能 (教學) | ➢撥放視力保健相關影片宣導-衝出黑暗谷視力保健之旅。  ➢真實眼睛模型構造教學，讓學童了解眼睛的重要性。 | 110/12-111/03 |
| 五 | 健康服務 | ➢每學期實施視力檢查工作，並建立視力資料檔案。  ➢收集並分析視力檢查資料、發放視力叮嚀衛教單，以了解學童視力狀況及改善情形。  ➢發下學童視力矯治紀錄卡，將視力測量結果通知家長，並請視力不不良學童安排就醫複檢診治。 | 110/12-111/05 |
| 六 | 社區關係 | ➢結合社區團體辦理健促活動，協助推動視力保健衛生教育工作。  ➢利用聯絡簿、宣導單張、親師通訊等加強親師聯絡。 | 全年辦理 |

六、預定進度（以甘梯圖表示）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 月 次    工作項目 | 8  月 | 9  月 | 10  月 | 11  月 | 12  月 | 1  月 | 2  月 | 3  月 | 4  月 | 5  月 | 6  月 |
| 1.組成健康促進工作團隊 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.進行現況分析及需求評估 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3.決定目標及健康議題 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4.擬定學校健康促進計畫 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5.活動設計及編製活動教材 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6.執行健康促進 計畫 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.資料分析 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8.成果撰寫 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**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**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **職 稱** | **姓名** | **編 組 任 務** |
| 主任委員-校長 | 賴雲鵬 | 總理本校健康促進學校一切相關事宜。 |
| 副主任委員-學務主任 | 陳桂理 | 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。 |
| 副主任委員-教務主任 | 蕭文欽 | 協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。 |
| 副主任委員-總務主任 | 許志銘 | 協助健康促進計劃環境建置之事宜。 |
| 委員-生活輔導組長 | 洪振全 | 負責校內健康促進活動宣傳及工作執行、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。 |
| 委員-健康中心護理師 | 許玉雲  張舒景 | 負責健康促進學校衛生保健相關活動的推動及統計、負責活動策略設計及效果評價、社區及學校資源之協調整合。 |
| 委員-生活輔導組長 | 林孟信 | 協助各項計畫活動之推展。 |
| 委員-學生活動組長 | 簡曉瑩 | 協助各項宣導及學生活動之推展。 |
| 委員-主計主任 | 郭燕玲 | 負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。 |
| 委員-事務組長 | 簡任瑩 | 負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。 |
| 委員-資訊組長 | 薛永浩 | 負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。 |
| 委員-導師 | 班級導師 | 負責健康促進計劃隨機教學、執行督導。 |
| 外聘顧問-家長會會長 | 王崧益 | 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 | 新竹市教育處 | 協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請。 |
| 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。 |

**八、本計畫經校長同意後送市府核准後實施，修正亦同。**