

新竹市 109 學年度虎林國小健康促進學校計畫

議題：視力保健成果報告

壹、學校背景分析

一、學校特色

本校位處於新竹市香山區，是一所中型學校，幼稚園、一至六年級共有 27 班，學生數約 585 人，教職員工約 60 人。學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較普通；單親、新住民及隔代教養學生比例佔全校約 28%。學校雖不屬偏遠地區，但缺乏醫療院所，眼科、牙科、小兒科皆不在學區內，導致就醫不便，複檢意願低。

二、現況分析

本校近二年學生裸視視力不良比例統計表(%)			
學年度	裸視視力不良率		
	全校平均	全市	一年級新生
107	50.2%	43.81%	40.6%
108	48.4%	42.18%	41.8%

本校近二年視力不良平均就醫率統計表(%)		
學年度	全校平均	一年級平均
107	95.41%	90.7%
108	84.76%	94.74%

經由近二年視力檢查統計結果得知，本校裸視視力不良率在 48% 以上，皆高於全市視力不良率平均值；而視力異常複檢矯治率，在 108 學年度因新冠肺炎影響，未達 95%。

由這些數據發現，隨著 3C 產品的推陳出新，學生接觸電子產品更加便利與頻繁，造成裸視視力不良率居高不下，且幼兒園年齡層的視力問題也逐漸增多，致小一視力不良率逐年上升，108 學年度已升至 41.8%。

貳、 本校視力保健議題指標

1. 全校平均裸視視力不良率下降 0.5%。
2. 裸視視力不良就醫複檢率達 90%以上。
3. 裸視篩檢視力不良惡化率比較。
4. 規律用眼 3010 後測比率達 75.10%以上。
5. 戶外活動 120 後測比率達 68.55%以上。
6. 下課淨空後測比率達 73.69%以上。
7. 3C 小於二後測比率達 74.37%以上。

參、 具體策略

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	工作大項	實施內容	實施時間
一	制訂健康促進學校政策	1、健全組織運作	1、學校衛生暨健康促進委員會 2、結合家長會與志工團	每學期兩次會議
		2、現況分析及需求評估	1、辦理學生健康檢查 2、配合各議題中心學校前後測作業 3、擬定辦理工作計畫 4、收集資料後進行成效評估	109.09- 110-05
		3、決定目標及健康議題	1、定期召開工作會議 2、工作團隊依據學校現況分析需求與成效評估，提出目標及健康議題之建議方案。 3、擬訂健康促進學校計畫推行項目，將各項活動納入行事曆。	109.08- 110.06
二	發展健康教育與活動	1、安排課程教學	1、視力保健議題融入健體領域課程教學。 2、辦理各年級視力保健宣導活動。 3、辦理視力保健議題教師增能研習活動或	109.10- 110.06 110.04.21

			指派健康授課老師參加府內相關研習。	教師研習
		2、辦理健促活動	1、辦理健促議題相關講座活動 2、結合校慶辦理健促闖關活動 3、辦理兒童節健促闖關活動	109.10-110.05 109.11.14 110.03.31
		3、辦理體育與環境教育活動	1、班際體育競賽 2、鼓勵室內課程戶外化 3、組訓學生體育團隊(棒球隊、田徑隊等) 4、辦理寒暑假營隊(因疫情臨時取消)	109.10-110.06
三	提供健康之學校物質環境	1、建構安全健康的環境	1、班級電子白板使用，全面依據教育部電子白板使用規範。 2、確保學童午餐供應品質 3、清潔飲用水供應 4、強化安全教育	全年辦理
		2、營造環保、美化的校園環境	1、推展環境教育、營造校園美綠化 2、定期環境消毒、環境整潔維持	全年辦理
四	營造學校社會環境	1、營造支持性健康環境	1、辦理學生體育類課後社團，如：棒球隊、直排輪、桌球等體育課後社團。 2、張貼視力保健相關海報，提醒學生養成良好生活習慣。	109.10-110.06 109.10-110.06
		2、營造溫暖心理環境	1、專輔與兼輔老師個案輔導 2、特殊需求學生個案管理	109.08-110.06
五	建立完善之健康服務	1、辦理健康服務事項	1、執行健康檢查，並建檔、儲存與運用。 2、體育組辦理學生體適能檢測。 3、個案管理與追蹤服務，針對貧困及高度近視兒童進行衛教宣導及個案管理。	109.09-110.06

		2、健康資訊提供	1、利用手機群組訊息功能，提供健康訊息。 2、透過聯絡簿張貼宣導通知單 3、親師座談	109.09- 110.06
六	結合社區共同營造健康校園	1、社區資源運用	1. 結合社區學校、衛生所、里辦公處、家長會、志工媽媽等的合作。 2. 班親會說明健康促進之議題-視力保健，使家長瞭解重要性、學校執行內容及家長配合事項	109.08- 110.06 109.08 110.06

肆、實施成果暨分析探究

一、由下表可知，在健康促進議題推動下，全校視力不良率逐年下降，109 學年度視力不良率比 108 學年度進步 0.8%，達到平均裸視視力不良率下降 0.5%的指標。

二、由表顯示，因新冠肺炎疫情的影響之下，視力不良複檢率較往年低，隨著疫情的趨緩，複檢率有維持在 90%以上的指標。

三、小一新生的視力不良率有開始下降的趨勢，顯示家長開始重視幼兒視力的問題。

學年度	105	106	107	108	109
虎小裸視視力不良率	50.3%	52.3%	50.2%	48.4%	47.6%
視力不良矯治就診率	95.3%	95.4%	95.4%	84.8%	92%
全市裸視視力不良率	44.3%	44.7%	43.8%	42.2%	未統計
虎小小一裸視視力不良率	32.3%	43.1%	40.6%	41.8%	30.7%

三、依健康促進前後測結果顯示(如下表)：

1. 用眼 30 分鐘休息 10 分鐘，達到指標 75.1%以上的目標。
2. 每日戶外活動或運動至少 120 分鐘的比率，達到指標 68.55%以上的目標。
3. 3C 小於 1 的比率，達到指標 74.37%以上的目標
4. 下課淨空率未達 73.69%以上的指標，原因多為學生補功課、補訂正、留教室吹冷氣等等因素，故須持續加強導師端的宣導。

知識正確率		規律用眼 3010 達成率		戶外活動 120 達成率		下課淨空率		3C 小於一	
前測	後測	前測	後測	前測	後測	前測	後測	前測	後測
81.48%	79.63%	96.30%	92.59%	87.04%	94.44%	62.96%	55.56%	79.63%	90.74%

四、由下表可知，各年級裸視篩檢視力不良惡化率皆上升 5% 以上，尤其以三升四年級的惡化程度最大，高達 15.94%。

新竹市香山區虎林國小 109 學年第 2 學期_裸視篩檢視力不良惡化率								
109 學年度				108 學年度				
年級	視力受 檢人數	裸眼視力 不良人數	裸眼視力 不良率	年級	視力受 檢人數	裸眼視力 不良人數	裸眼視力 不良率	裸視篩檢視力 不良惡化率
二	92	39	42.39%	一	92	34	36.96%	5.43%
三	106	48	45.28%	二	105	37	35.24%	10.04%
四	69	38	55.07%	三	69	27	39.13%	15.94%
五	70	36	51.43%	四	70	32	45.71%	5.71%
六	107	69	64.49%	五	107	62	57.94%	6.54%
平均								8.74%

五、視力保健健康促進活動辦理宣導場次及人次詳如下表。

新竹市虎林國小 109 學年度健康促進-視力保健議題宣導活動場次一覽表			
日期	內容	對象	參與人數
109.09	暑假作業—夏日的花園繪畫	三年級	106
109.11.14	校慶進場—愛眼健康操	二年級	92
109.11.14	校慶健促闖關—手眼協調	全校師生及家長	1000
110.03.31 兒童節闖關	健康促進闖關活動	全校學生	511
110.04.21	視力保健教師研習	教職員工	50

109.09~110.04	視力保健專欄	全校	600
110.05	視力回條摸彩活動	全校學生	511
長期推展	下課出去玩	全校	563

伍、檢討與建議

1. 小一新生入學時的視力不良率開始有下降，所以學齡前兒童的視力保健宣導及家庭教育是非常重要的，不僅可以早期發現早期治療、更可以預防視力不良率的上升。

陸、活動成果：

	
<p>學校衛生暨健康促進委員會議</p>	<p>視力保健暑假作業優良作品-夏日的花園</p>
	
<p>藝文寫字比賽</p>	<p>校慶進場—愛眼健康操表演</p>



視力保健教師研習—眼鏡的選擇技巧



教師研習中—講師教導自我分辨慣用眼



校慶健促闖關—手眼協調百發百中



視力保健海報宣導



兒童節健促闖關—大家來找碴



兒童朝會—愛眼操

承辦人：

組長：

主任：

校長：