

# 新竹市 111 學年度龍山國小健康促進學校

## 從「心」出發，無「齲」一生

### 壹、依據：

府教體字第 1110171347 號 111 學年度學校健康促進計畫前導會議會議紀錄辦理。

### 貳、學校背景：

#### 一、背景分析：

本校歷史悠久，是所百年老校，位於交流道下，園區的出入口。處於新竹科學園區及交流道匯集處，家長組成多為高科技高學歷工作就業人口；全校共有國小 63 班及幼兒園 4 班，國小學生人數 1635 人，幼兒園 93 人。本校歷年推展健康促進議題，以孩子「健康」為中心的宗旨，打造健康「心」生活；在教學方面，冀望學生將健康生活技能以「人與自己」增進適應力與自我管理能力為出發，進而學習「人與他人」溝通與人際互動能力，最後推展至「人與社會」自己做決定、解決問題及批判思考的能力，將「健康知識」轉化為「健康行動」養成日常生活習慣。同時讓學生知道生活型態是以滿足個人生存基本需要，而進行個人行為與一連串事件交互作用的結果；不僅包括個人健康知識、態度和行為、社會價值觀，同時也是個人生活的信念和哲學；且健康的型態建立來自於個人的選擇，當個人決定採行健康行為，而避免危害行為時，他的健康便獲得均等的健康機會。因此，透過學校教導學生維護健康的正確知識、態度、習慣、技能和行為，讓改變生活形態的價值觀從小做起，以達成「帶得走」健康生活技能。

「口腔保健」健康促進本校推動多年，學生生活作息習慣及飲食精緻化，每年對學生「齲齒」也產生不同影響及變化，本學年擬以新課綱健康教育課為中心，以健康促進活動為輔之策略，讓本校學生往無「齲」一生的目標前進。

#### 二、SWOTS 分析：

項目	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅點)	Strategy(略)

外 在 背 景	家長環境及參與	<p>1. 家長普遍的社經地位高，對學校支持度較高。</p> <p>2. 家長對有關學生情緒管理及認知的課程學習度較高。</p> <p>3. 家長帶孩子矯治大部分配合度高。</p>	<p>1. 學校家長志工編制數量雖多，但因工作忙碌，實際參與學校活動及常態性比率不成正比。</p> <p>2. 部分經濟弱勢家庭或家長工作忙碌對孩子異常追蹤矯治有拖延情形。</p>	<p>規劃多元多樣資源之相關宣導活動，容易引發社區家長的參與。</p>	<p>1. 部分家長對與認知學習無關之親職講座出席率偏低。</p> <p>2. 家長重智育，健康衛教觀念次之。</p> <p>3. 家長職業多數服務新竹科學園區、工作忙碌。</p>	<p>1. 創新家長教學參觀日及親職教育活動。透過親師合作，班親會，親職講座等場合加強與家長的接觸與溝通。</p> <p>2. 加強導師與家長的聯繫工作，讓家長了解學生的在校表現及學校特色。</p> <p>3. 落實矯治通知單給家長。</p> <p>4. 配合每學期1次口檢及每學期齲齒矯治。</p>
	社區環境及支援	<p>1. 鄰近清大及交大，社團支援意願較高。</p> <p>2. 鄰近醫療院所，可配合社區經營。</p> <p>3. 學校與社區互動良好，教育政策執行上且順利</p>	<p>1. 鄰近大學團體因學校屬性，關於健康議題學生社團設置不多。</p> <p>2. 部分家長心態較保守。</p>	<p>1. 少子化及家長社經地位關係，對孩子的健康也較為重視。</p>	<p>1. 少子化影響，部分家長對學生關注度很高。</p> <p>2. 社區國小重疊性高，易形成競爭及比較。</p>	<p>1. 與鄰近國小保持良好關係，適時宣導學校發展特色，以提昇學校共好。</p> <p>2. 結合社區團體，發展並帶動社區總體營造，共創雙贏局面。</p> <p>3. 結合醫療及衛生單位衛教宣導。</p>
內 在 背 景	學校環境設備	<p>1. 地處新竹科學區及交流道交通便利。</p> <p>2. 班級教學設備齊全。</p> <p>2. 鄰近有多家牙科診所及豐富的醫療資源。</p>	<p>1. 校舍拆除，部分年級班級編制人數上限35人，學生上課及活動空間受限。</p>	<p>1. 新校舍及新空間可利用。</p>	<p>1. 部分教室配置洗手台略顯不足。</p>	<p>1. 健康經費有限，爭取不易。</p> <p>2. 推動學生坐在教室潔牙。</p>

	3. 健康中心設備齊全，能提供較學資源。				
教師與教學	1. 教師平均年齡約 40 歲，教學經驗豐富。 2. 依專長排課，達到教學正常化的目的。 3. 設置健康中心，編制護理師 2 人。 2. 大型學校，較難推動健康計畫。	1. 國小學生 1635 人，幼兒班 93 人。 2. 大型學校，較難推動健康計畫。 2. 因年段課程安排，健康科目部分年段僅能聘請兼任教師授課。	1. 12 年國民教育核心前導型學校。	1. 精進康健課堂教學之推動需要更多教師專業上的支持與協助，彼此間的互動須加強，以提升教師的團隊合作。	1. 聆聽家長意見，公開對話。 2. 辦理教師專業成長研習。 3. 合作式備課，減少教師負擔。 4. 積極參與策略聯盟會議與研習。 6. 鼓勵教師增進第二專長(健康)之專業知能，增益教學效果 7. 積極辦理衛教活動宣導。 8. 落實餐後潔牙、牙線使用及含氟漱口潔牙
行政團隊	1. 行政團工作認真、負責。 2. 積極規劃並推動各項計劃，提昇學校整體表現。 3. 行政團隊與教師間溝通無礙。	1. 行政工作繁重，處室工作橫向聯繫支援持續加強。	2. 行政人員認真、負責、主動。	1. 健康課程教學，忽略了學生健康融入十二年國教的技能及落實。 2. 部分資深教師兼任行政職務意願不高。	1. 建立學校願景，提昇學校經營品質。 2. 建立良好的行政業務交接程序與制度，以利業務迅速步入正軌。 2. 營造良好的處室氛圍，打造同儕支持的工作環境。 4. 檢視相關健康課程，融入十二年國教議題創意教學。
學	1. 提供學生多	1. 學生背景	1 陶冶學生良	1. 學生參與	1. 老師關心學

生 表 現	元化學習，展現才能。	各異，在校園中講求紀律和秩序，考驗師長愛心及耐力。	好的品德重視品德教育，塑造良好的校園風氣。 2. 鼓勵學生參與多元化社團活動。	學校活動，對學校表定時間管理的觀念較為缺乏。	生生活，讓「正向」的力量持續發酵。 2. 提供多元的展能機會、讓學生的才能被看到、增益自信心
-------------	------------	---------------------------	--	------------------------	---

### 三、問題現況分析：

以口腔齲齒盛行率、口腔未治療率、DMFT 指數、窩溝封填、齲齒已治療率及新竹市抽樣問卷等六面向探討本校口腔現況：

#### (一)、本校歷年齲齒盛行率統計(%) (表一)：

新竹市龍山國小齲齒盛行率

學年	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	平均
111 學年上	57.85%	58.38%	73.13%	71.36%	59.47%	52.07%	62.04%
110 學年上	56.19%	76.11%	77.57%	69.37%	58.51%	48.77%	64.42%
110 學年下	63.32%	76.34%	79.53%	46.63%	59.69%	34.26%	59.96%
109 學年上	65.93%	75.73%	75.90%	78.31%	65.64%	62.27%	70.63%
109 學年下	69.00%	78.00%	75.00%	72.00%	59.00%	60.00%	68.83%
108 學年上	72.64%	74.41%	80.72%	76.13%	71.43%	64.63%	73.33%
107 學年上	65.07%	74.61%	76.52%	79.68%	69.30%	73.71%	73.15%
107 學年下	67.94%	77.06%	76.54%	77.02%	64.85%	63.16%	71.10%
106 學年上	73.05%	71.79%	83.27%	78.82%	69%	69.67%	74.27%
106 學年下	72.44%	75.15%	80.66%	74.38%	68.73%	69.23%	73.43%

#### (二)、本校歷年齲齒未治療比率統計(%) (表二)：

學期	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
111 上學期	34.82%	22.9%	25.55%	24.41%	13.66%	9.58%
110 上學期	33.02%	31.42%	28.04%	24.32%	19.81%	11.04%
110 下學期	34.17%	32.14%	29.3%	13.39%	13.23%	7.1%
109 上學期	44.10%	41.26%	39.29%	27.11%	23.31%	20.55%
109 下學期	39.65%	34.17%	25.45%	28.01%	16.56%	13.62%
108 上學期	44.28%	30.33%	30.12%	27.49%	16.72%	15.31%
107 上學期	41.15%	35.60%	34.45%	35.81%	30.27%	23.14%
107 下學期	37.32%	34.86%	30.67%	31.07%	22.53%	22.37%
106 上學期	47.34%	40.44%	37.70%	32.29%	30.57%	23.60%
106 下學期	40.71%	33.96%	35.41%	30.96%	30.40%	29.12%

備註：108 學年第二學期因新冠病毒，牙檢未做。

(三)、本校歷年齲齒恆齒(DMFT)指數(表三)

新竹市龍山國小歷年齲齒恆齒(DMFT)指數						
學期/年級	一年級(顆)	二年級(顆)	三年級(顆)	四年級(顆)	五年級(顆)	六年級(顆)
111 上學期	0.02	0.08	0.21	0.35	0.55	0.73
110 上學期	0.06	0.15	0.37	0.45	0.63	0.79
110 下學期	0.13	0.24	0.41	0.42	0.77	0.63
109 上學期	0.05	0.29	0.33	0.66	0.76	1.07
109 下學期	0.11	0.38	0.41	0.69	0.76	1.2
108 上學期	0.2	0.34	0.58	0.57	0.88	1.3
107 上學期	0.12	0.26	0.48	0.6	1.1	1.52
107 下學期	0.21	0.45	0.44	0.75	1.12	1.43
106 上學期	0.08	0.26	0.53	0.91	0.98	1.61
106 下學期	0.16	0.35	0.51	0.91	1.24	1.8

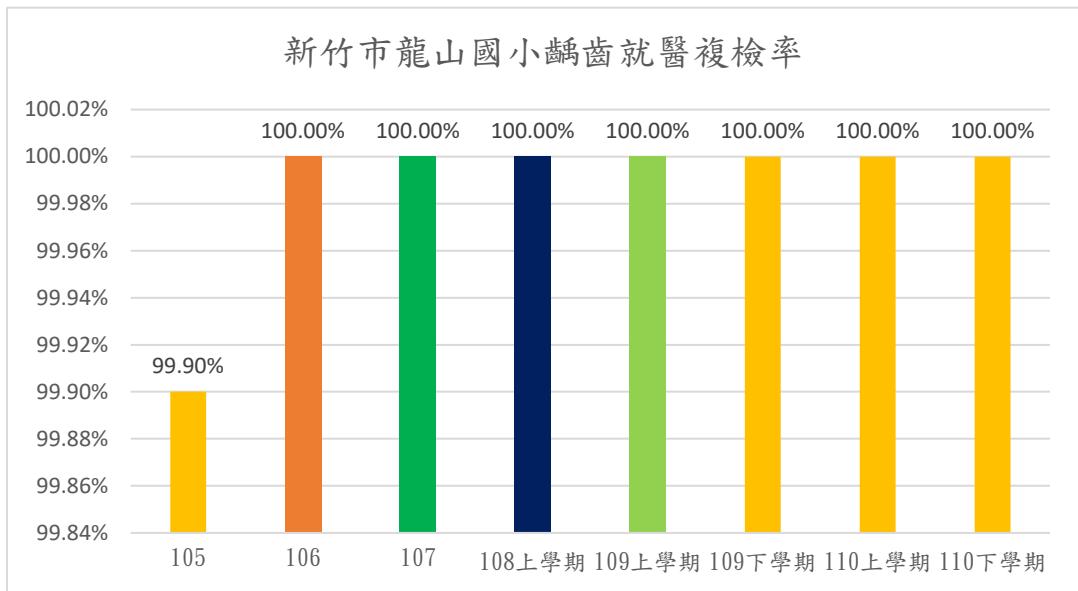
(四)、本校歷年齲齒已治療齲齒率(表四)

新竹市龍山國小齲齒已治療比率						
學年	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
111 學年上	23.%	35.48%	47.58%	46.95%	45.81%	42.49%
110 學年上	23.17%	44.69%	49.53%	45.05%	38.7%	37.73%
110 學年下	29.15%	44.2%	50.23%	33.04%	46.46%	27.16%
109 學年上	21.83%	34.47%	36.61%	51.20%	42.33%	41.72%
109 學年下	29.49%	44.5%	50.%	45.14%	41.98%	46.75%
108 學年上	28.36%	44.08%	50.60%	48.64%	54.92%	49.32%
107 學年上	23.92%	39.01%	42.07%	43.87%	43.20%	45.41%
107 學年下	30.62%	42.20%	48.16%	45.95%	42.32%	40.79%
106 學年上	25.71%	31.35%	45.57%	46.53%	38.43%	46.07%
106 學年下	31.73%	41.19%	45.25%	43.42%	38.33%	40.11%

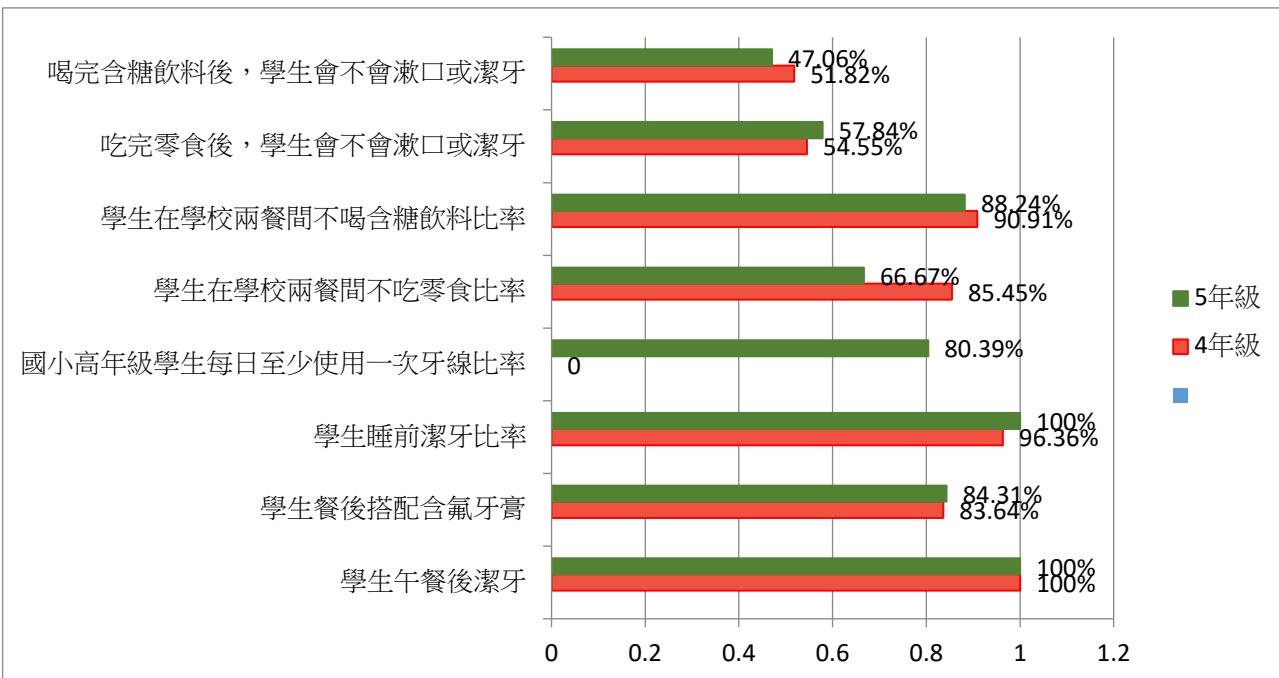
(五)、本校歷年「國小第一大臼齒窩溝封填施作率」(表五)

學年/年級	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
111 學年上	6.39%	46.13%	67.84%	64.79%	58.15%	57.51%
110 學年下	28.84%	53.13%	53.02%	35.71%	48.62%	32.72%
110 學年上	20.%	47.79%	46.73%	56.31%	47.37%	46.93%
109 學年下	45.81%	57.79%	59.38%	49.40%	45.12%	34.98%
109 學年上	7.86%	37.07%	50.89%	48.49%	46.63%	38.46%
108 學年上	18.91%	33.65%	46.69%	48.34%	34.92%	36.73%
107 學年上	5.26%	41.49%	59.45%	44.52%	37.76%	32.75%
107 學年下	37.32%	53.82%	43.87%	39.16%	38.23%	28.51%
106 學年上	25.08%	32.29%	39.34%	35.42%	14.41%	20.22%
106 學年下	50.96%	73.27%	37.70%	49.82%	37.44%	28.02%

## (六)、本校歷年來齲齒矯治率(表六)



## (七)、本校「新竹市問卷前測」(表七)



### 參、成果指標(以新竹市成果指標為導向)：

- 全校齲齒盛行率下降幅度達 1%以上
- 初檢齲齒率:1、4 年級下降幅度達 0.5%以上。
- 口腔檢查異常學生矯治率後測達:85%以上
- 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率達 75%:
- 含氟漱口水執行率 95%。
- 學生睡前正確潔牙後測比率:95%以上。
- 高年級每日至少使用一次牙線比率增加 1%以上。
- 在校兩餐間不吃零食後測比率增加:健康飲食有益心理健康 1%以上。
- 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加:健康飲食有益心理健康國小 1%以上。
- 國小 4 年級學童窩溝封填施作率提升 1%以上

肆、實施策略及內容：

項 次	推動 策略	實施內容	推動時間	評價項目	佐證方式
一	健康行政	<p>1. 成立學校促進委員會推行運作</p> <p>2. 定期召開工作會議，討論分析學童健康促進相關議題及實施策略與計畫。</p> <p>3. 擬訂健康促進學校計畫推項目，將各項活動納入行事曆。</p> <p>4. 實施計畫列入校務會議報告及通過議題執行策略。</p> <p>5. 課發會：</p> <p>(1). 與健康領域課程結合，了解課程內容並說明健康促進學校計畫與課程結合。</p> <p>(2). 健康教育教學落實口腔衛生教學</p> <p>7 宣導「含糖飲料及零食不進校園」</p> <p>8. 健康生活實踐：</p> <p>(1)一至六年級採班級督導式潔牙。</p> <p>(2)一至六年級每週含氟漱口水活動。</p> <p>(3)四至六年級每日能使用牙線一次。</p> <p>(4)推動餐後潔牙使用 1000ppm 含氟牙膏。</p> <p>(5)6-12 歲推動免費窩溝封填</p>	<p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p> <p>111.09</p> <p>111.09</p> <p>全年辦理</p> <p>111.09</p> <p>111.12</p> <p>112.03</p> <p>全年辦理</p>	<p>1.1 完成組織架構</p> <p>2.1 口腔現況依目標達成比率</p> <p>3.1 完成行事曆</p> <p>4.1 校務會議達成率 100%</p> <p>5.1 課程計畫達成率 100%</p> <p>7.1 80%學生能執行「含糖飲料及零食不進校園」</p> <p>8.1 90%都能完成餐後潔牙、含氟漱口水使用</p> <p>8.2 每日能使用牙線一次增加 1%。</p> <p>搭配 1000ppm 含氟牙膏達 75%。</p> <p>8.3 窩溝封填上升</p>	<p>1.1 簽到表</p> <p>2.1 會議記錄</p> <p>2.2 口腔過程及成效評值</p> <p>3.1 學校行事曆</p> <p>3.2 活動計畫照片</p> <p>4.1 簽到表、紀錄紀錄</p> <p>5.1 學習單或照片</p> <p>5.2 教案及課程計畫</p> <p>7.1 問卷統計</p> <p>8. 問卷統計、照片、健康檢查統計</p>

		<p>。</p> <p>9. 課發會決議：配合二及四年級刷牙及牙線課程：</p> <p>(1)二年級貝氏刷牙法技能檢核。</p> <p>(2)四年級牙線技能檢核</p> <p>10. 結合圖書展覽辦理健康祈福</p> <p>11. 三年級健康促進大躍進闖關</p> <p>12. 週三教師研習</p>	<p>全年辦理</p> <p>112. 03</p> <p>112. 04</p> <p>112. 04</p>	<p>1%。</p> <p>9. 100%都能完成餐後潔牙、含氟漱口水使用</p> <p>10. 全校參與達 75%</p> <p>11. 三年級參與 100%</p> <p>12. 全校教師參與 90%</p>	<p>9. 照片、檢核表</p> <p>10. 照片.計畫</p> <p>11. 照片.計畫</p> <p>12. 照片</p>
二	物質環境	<p>1. 提供班級學生潔牙工具放置地點及潔牙用鏡子。</p> <p>2. 提供潔牙模型、影音及繪本供教師融入課程。</p> <p>3. 加強環境情境佈置，製作宣導標語、單張及學藝作品，落實口腔衛生情境融入。</p> <p>4. 加強口腔環境衛生工作及充實洗手台水源設施。</p> <p>5. 提供學生營養均衡的午餐。</p> <p>6. 設置健康促進宣導專欄，張貼各項相關健康促進議題宣導與資訊。</p>	<p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p> <p>111. 09- 112. 06</p> <p>全年辦理</p>	<p>1.1 完成班級潔牙工具放置地點及提供鏡子</p> <p>2.1 完成遊戲大富翁等教材建置</p> <p>3.1 健促宣導活動計畫</p> <p>4.1 一至三年年級坐下來刷牙</p> <p>5.1 午餐均衡飲食</p> <p>6.180%學生能宣導建立正確觀念。</p>	<p>1.1 照片及記錄表</p> <p>1.2 財產登錄及借用登記表</p> <p>1.3 活動紀錄及照片</p> <p>1.4 活動紀錄及照片</p> <p>5.1 菜單、均衡食公告</p> <p>6.1 正確知能問卷統計</p>
三	社會環境	<p>1. 健康時事報導：跑馬燈及健康促進網頁口腔衛生宣導。</p> <p>2. 口腔衛生議題納入班會討論</p>	<p>全年辦理</p>	<p>1.1 宣導活動一學期至少三次</p> <p>2.1 100%納入班會討論且提出方案。</p>	<p>1.1 活動成果</p> <p>2.1 紀錄、照片</p>

			112.4		
四	健康 教學 技能	1. 結合閱讀及節慶推動相關活動。 2. 結合各課程領域多元化教學融入 3. 健康教案課程內容：如附件(一)	全年辦理	1.1 80%教師有融入 教學課程 2.1 80%學生能建立 技能	1.1 學習單、 教案、照片等 2.1 照片、宣 導單、簽到表
五	健康 服務	1. 健康服務資訊化，落實師生健康管理，資料檔案並做適當矯治 轉介工作。  2. 健康訊息網頁交流站 健康訊息交流站  3. 健康中心口腔衛生宣導櫈窗及教職員工生的健康管理及諮詢 。  4. 班級學生自主管理制度建立： (1)潔牙小天使及牙線小天使組訓。 (2)全校班級督導式潔牙，確實潔牙 333 落實。 (3)四年級入班教導牙線使用，餐後 潔牙落實。 (4)每週中午定期抽驗學生牙菌斑。 (5)窩溝封填及超氟牙膏家長宣導說明。  5. 提升服務品質 - 每學期學生口腔 健康檢查。  6. 健康服務中家長角色定位：提高 家長對學生健康問題矯治的意識 - 各項健康問題回條	全年辦理 全年辦理 全年辦理 全年辦理 全年辦理	1.1 100%學生完成 矯治及轉介。  2.1 完成網頁建置。  3.1 宣導櫈窗建置完 成。  4.1 80%學生能完成 口腔衛生自主管理。  5.1 100%學生能完成 口腔檢查  6.1 100%學生能完成 追蹤矯治	1.1 健康資料 建立  2.1 網頁紀錄  3.1 照片及記 錄  4.1 計畫、照 片、宣導單  5.1 學生健康 收集分析資料  6.1 個案管理 名冊及記錄

六	社區關係	1. 結合醫療機構或社區團體辦理口腔衛生宣導活動及檢查。 2. 利用親師日、校慶等節日辦理口腔衛生、含糖飲料及零食不進校園宣導及闡關活動。 3. 加強親師口腔衛生溝通聯繫。如：聯絡簿、健康護照、龍山園地及宣導單等。 4. 利用學校網頁及健康促進網頁聯繫宣導口腔衛生活動。 5. 邀請社區牙醫師半年至學校為學童檢查牙齒。	111.09-112.06 全年辦理 全年辦理 全年辦理 111.10-11 111.03-04	1.1 80%家長能建立正確觀念。 2.1 80%學生能經由宣導建立正確觀念。 3.1 80%家長學生經由宣導建立正確觀念 4.1 80%家長學生由宣導建立正確觀念 隨機家長訪談 5.1 100%學生能完成口腔檢查	1.1 隨機家長訪談 2.1 學生知能問卷調查 3.1 隨機家長訪談及隨機學生訪談、檢核表 4.1 隨機家長訪談 5.1 牙檢紀錄
---	------	---	---	--	---

伍、預定進度（以甘梯圖表示）：

時間 項目	八 月	九 月	十 月	十一 月	十二 月	一 月	二 月	三 月	四 月	五 月	六 月
1. 成立健康促進-推行委員會組成工作團隊		■									
2. 將計畫列入學校年度行事曆	■										
3. 健康問題現況評估 校務會議通過			■								
4. 健康促進議題納入 學校總體課程計畫書				■■■							
5. 議題融入教學教案				■■■■■							
6. 活動設計及執行			■■■■■								
7. 成效評量前測			■■								
8. 執行口腔衛生策略				■■■■■							
9. 過程評估				■■■■■							
10. 成效評價後測							■■				
11. 資料分析及召開成果檢討會議							■■				
12. 報告撰寫								■■■■■			
13. 校務會議報告	■	■		■				■	■		
14. 經費核結							■■				

## 陸、人力配置：

健康促進委員會團隊成員共包含校長、各處室主管、學年主任、校護、家長代表、學生代表

職稱	姓名	編組任務
總召集-校長	陳彩文	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
主任委員-學務主任	黃佳文	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。
主任委員-教務主任	郭伶伊	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。
主任委員-總務主任	廖妙柔	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
主任委員-輔導主任	陳幸貳	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
委員-衛生組長	許慧英	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。 負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
委員-體育組長	李君慧	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
委員-活動組長	賴慧齡	協助各項宣導及學生活動之推展。
委員-課發組長	李宛錚	提供健康教育教學諮詢，及健康議題教學融入
委員-資訊組長	陳冠樺	協助健康促進網站建置及過程評值
委員-輔導組長	趙淑芬	協助各項計畫活動之推展。
委員-護理師	曾翠華	協助校內健康促進活動宣傳及工作執行。 協助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。 負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
委員-會計主任	陳麗雅	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
委員-學年主任	黃孟婷	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
委員-學年主任	陳怡靜	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
委員-學年主任	楊璧華	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
委員-學年主任	樊姝玲	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

委員-學年主任	陳如瑾	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
委員-學年主任	桂佩玲	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
委員-家長會代表	周世傑	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
委員-家長會代表	郭凱琳	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
委員-學生代表	李瑋博	協助辦理學生需求評估與活動及協助學生與行政單位之聯繫
委員-學生代表	陳穗云	協助辦理學生需求評估與活動及協助學生與行政單位之聯繫

玖、經費來源:本活動所需經費由市府專款補助。

拾、本計劃經校長同意後經校務會議通過且送市府核准後實施，修正亦同。

拾壹:敬會建議及意見:

附件(一)新竹市龍山國小健康教育課程融入口腔保健、心理健康、正確用藥暨全民健保

附件(二) 新竹市龍山國小「健康三達人」獎勵實施辦法