新竹市富禮國民中學 111 學年度
健康促進計畫自選議題:口腔保健

一、 依據

(一) 依據新竹市新竹市 111 年 9 月 7 日府教體字第 1110136881 號函辦理。
(二) 依據新竹市新竹市 111 年 9 月 29 日府教體字第 1110148137 號函辦理
(三) 依據本校 111 學年度行事曆規劃辦理。

二、 學校特色

本校位於新竹市的邊陲濱海區，全校僅有九班，學生人數為 128 人，是新竹市最小的國中。學區家長大多社經地位不高，從事勞力性工作居多，由於家庭結構改變，雙薪家庭比率高，家長忙於就業，加上家長缺乏口腔方面的學科認知，學生齲齒比率逐年提升，故更需透過學校教育來建立其知識。

本校師生相處融洽，是一所小巧精緻、充滿活力且溫馨的學校，本校教職員工亦具有教學熱忱與經驗，在眾多有利條件配合下，盼藉於推動口腔保議題亦能發揮家庭之影響力與教育功能，也因應十二年國教，本校以「精緻教育」、「創新轉型」、「藝術環境」、「開放共榮」、「前瞻視野」」為努力的目標，盼能落實全人教育。

三、現況分析

（一）SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

S【優勢】	W【劣勢】	O【轉機】	T【威脅】	S【行動策略】
1. 學校位於邊陲濱海區環境，全校僅為九班較為單純。 2. 本校師生相處融洽，是一所小巧精緻、充滿	1. 學區家長大多社經地位不高，從事勞力性作居多，且工作繁忙，多數為弱勢家庭，家長較無口腔保健的	1. 學校定期召開健康促進委員會。 2. 教務處規劃各年級的口腔保健觀念融入課程。 3. 健教領域召集人定	1. 現代手搖飲料店盛行，學生人手一杯手搖飲。 2. 學校地區偏遠，學生多數為單親、低收、新住民等弱勢家庭，	1. 校慶、懇親會辦理宣導口腔清潔及衛教等相關知識。 2. 與家長配合定期帶學生口腔檢查。 3. 邀請鄰近醫療院所進行宣導講座。

活力且溫馨的學校。 3. 教職員工亦具有教學熱忱與經驗，因應十二年國教，本校以「精緻教育」、「創新轉型」、「藝術環境」、「開放共榮」、「前瞻視野」為目標。	相關學科知識。 2. 因小校師資配置不足，部分健康老師由非科任教師擔任。	期召開領域會議討論口腔保健防治課程。 4. 與處室合作，辦理口腔保健宣導，並融入校慶活動，增加學生基本潔牙知識。	較無口腔保健等相關學科知識。	

(二)『口腔保健』現況分析

本校七年級新生都會實施全身性健康檢查，檢查報告結果近三年本校七年級的齲齒率有大幅度上升的趨勢，108 學年齲齒率為 11.11%，109 學年齲齒率為 15.79%，110 學年齲齒率為 29.63%，顯示學生在口腔保健認知不足，因此本校學生的回診率也一直是我們實施的重點，以多元方式推動校園口腔保健，提升學校與家長對於學生口腔保健的重視度，定期口腔檢查等健康守則，讓學生齲齒率下降。

新竹市富禮國中 108 至 110 學年學生齲齒率統計表(%)	
108 學年	**11.11%**
109 學年	**15.79%**
110 學年	**29.63%**

四、 計畫預期成效

校本指標	全市指標	部頒指標
1. 本校初檢齲齒率七年級 27.11%以下。 2. 本校初檢齲齒率進步幅度 0.5%以上。 3. 本校口腔檢查異常學生矯治率達 80%以上。 4. 本校學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率達 71%。 5. 本校含氟漱口水執行率 95%。 6. 本校本學年度辦理潔牙活動 1 場。 7. 本校學生睡前正確潔牙後測比率 95%以上。 8. 本校學生在校兩餐間不吃零食後測比率增加 1%以上。 9. 本校學生在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加 1%以上。	1. 學生初檢齲齒率國中七年級 27.11%以下。 2. 國中初檢齲齒率平均數以上的學校，各校進步幅度 0.5%以上。 3. 國中口腔檢查異常學生矯治率達 80%以上。 4. 含氟漱口水執行率 95%。 5. 學生睡前正確潔牙後測比率 95%以上。 6. 在校兩餐間不吃零食後測比率增加 1%以上。 7. 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加 1%以上。	1. 學生未治療齲齒率 2. 學生複檢齲齒診治率

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融入本位課程。 5. 召開健康教學模組融入課程計畫會議。 6. 推行電子白板及投影機使用原則。	111.09	組織架構 工作會議內容 行事曆 課發會 融入教學課程會議 落實遵行政策規定	健促委員會人力資源 會議記錄單、簽到單 健促活動行事曆 會議記錄單、簽到單 會議記錄單、簽到單 問卷，抽樣調查
二	物質環境	1. 購買口腔衛生教材教具提供教師融入課程推展。 2. 提供學生營養均衡的午餐。 3. 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。 4. 設置健康促進宣導佈告欄，張貼	111.09-112.06	健促宣導活動計畫 午餐均衡飲食 80%學生能宣導建立正確觀念。 80%學生能經由宣	執行健康促進計畫 菜單、均衡食公告 正確知能問卷統計 知能問卷調查

		各項健康宣導及資訊。		導建立正確觀念。	
三	社會環境	1. 健康促進議題融入健康教育課程。 2. 朝會時間加強口腔保健的宣導活動。 3. 口腔保健議題納入班會作為討論事項。 4. 校慶活動融入議題。	111.09-112.06	健促納入課程 參與學生數達 80%	課程記錄 照片 活動成果 成果 照片
四	健康技能(教學)	1. 辦理全校師生健促議題-口腔保健相關宣導活動。 2. 運用本市健康種子教師設計之各健康議題教學模組，進行各學年彈性及本位課程融入教學。 3. 結合本校體育季及校慶推行各項體能及體育競賽。 4. 結合校慶活動推行『健康促進活動-口腔保健』。	111.09-112.06	80%學生能建立正確技能。 80%班級有融入教學課程。 各年級健促結合體育季活動 80%學生參與活動	活動計畫、照片 融入教學成果 各級體育季活動計畫、照片 學習單、領域會議記錄、照片
五	健康服務	1. 定期實施口腔檢查工作，並建立	111.09-112.06	100% 學生完成健康檢查並建	健康資料建立

		全校師生口腔資料檔案。 2. 本校新竹市健體輔導團種子教師辦理校內健康授課教師教學精進工作坊及教學諮詢服務。 3.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。 4. 辦理教師口腔保健增能研習講座。		立資料 70%健康教育教師參加工作坊。 完成學生健康資料收集分析	學生健康收集分析資料
六	社區關係	1. 利用家長會日或校慶活動辦理健康促進議題宣導，建立家長正確觀念。 2. 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。 3. 結合醫療機構或社區團體辦理各項健康篩檢及促進活動。		80%家長能建立正確觀念。 80%家長學生由宣導建立正確觀念 參與活動人數50人以上	隨機家長問卷 參與篩檢活動簽到表

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
計畫主持人-校長	涂靜娟	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	彭淑華	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	葉明智	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	曾文慧	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	曾蘭英	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。

研究人員-訓育衛生組長	蔡振銨	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行，協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-生教體育組長	李承祐	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-護理師	陳淑雯	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	陳昱安	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-學年導師	周尚言	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-學年導師	黃筱惠	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-學年導師	陳欣怡	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。
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。

新竹市111學年度健康促進學校實施計畫宣導活動

一、活動日期: 111學年度上

二、活動目的: 新生健檢齲齒率高達51%，口腔衛生不良率達65%； 衛生組長致力推動餐後潔牙，預防齲齒的重要。

<table>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明：七年級新生健檢齲齒及口腔衛生不良率高達50%↑，辦理防治宣導。</td><td>說明：衛生組長致力推動預防齲齒餐後潔牙。</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明：食物殘渣，容易殘留在臼齒牙面，未落實潔牙，很容易蛀牙。預防齲齒餐後潔牙，相信同學們都做得到。</td><td>說明：用餐後，沒有牙膏牙刷，我們就不潔牙了嗎?至少要漱口。</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明：每日至少刷牙二次，尤其睡前那次最重要並配合牙線的使用，預防齒間齲齒的發生。</td><td>說明：如何選擇一把好牙刷?刷頭小刷毛軟三排六束，每個月定期更換牙刷，以免細菌孳生</td></tr>
</table>

新竹市111學年度健康促進計畫口腔保健防治宣導

健康促進議題結合校慶議題融入活動表演

一、活動日期： 111.11.05

二、活動目的: 結合校慶進場活動融入健康促進議題口腔保健防治宣導，加強學童對預防齲齒的重要

說明：結合校慶辦理本學年度健康促進計畫-口腔保健防治宣導。	說明：導師帶領學童參與口腔保健防治進場活動，以達到寓教娛樂目的。
說明：將貝氏刷牙法融入進場活動中。	說明：導師帶領同學牙齒洗刷刷洗刷刷，預防齲齒大家一起來。
說明：各班發揮創意融入各項健促議題進場表演活動，達到寓教於樂的目的。	說明：結合校慶社區民眾參與,將各項健促議題融入進場表演活動，以期達到社區宣導目的。

新竹市111學年度健康促進學校實施計畫宣導活動

融入健教課程合作辦理口腔保健防治教育

一、活動日期:111學年度下

二、活動目的:透過小組共學，學習牙齒保健的各面向知識，如：牙齒的構造、蛀牙如何形成、有哪些潔牙用具、保護牙齒的好方法，同時透過模型學習貝氏刷牙法。期待透過小組討論、自主搜尋的過程，加深學生對此議題的印象，未來能落實牙齒保健。

三、活動照片：

說明： 學生一邊搜尋牙齒保健資料，教師同時至各組複習貝氏刷牙法。	說明：課堂中請學過貝氏刷牙法的學生上台示範。
說明：透過小組合作找尋牙齒構造的正確資訊，並記錄在海報上。	說明：透過小組合作找尋潔牙用具、保健方法等資訊，並記錄在海報上。
說明：學生參與健康教育牙齒保健課程繪製海報。	說明：透過課程，更了解牙齒保健的知識以及重要性，全班展現海報成果。

新竹市111學年度健康促進學校實施計畫宣導活動

結合社區醫療資源合作辦理預防齲齒大家一起刷刷牙

一、活動日期:112.03.13

二、活動目的:本校齲齒率高達65%，社區牙醫師蒞臨本校以醫師臨床常見因未落實口腔潔牙或嚼食檳榔，造成嚴重口腔疾病案例跟同學們分享,提醒請同學們落實後潔牙重要性。

<table>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明：善用社區醫療療資源邀請社區診所牙醫師蒞臨本校辦理口腔保健講座。</td><td>說明:有效預防齲齒，每日至少二次餐後潔牙，尤其睡覺時口腔唾液分泌少，不刷牙即睡覺，造成齲齒比例高</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明:案例分享—長期不潔牙或餐後潔牙未落實造成放任齲齒不治療造成殘留齒根或滿口缺牙 。</td><td>說明:案例分享—放任蛀牙發展，除了使牙齒內部神經受損外，牙冠結構也逐漸崩壞最後只剩下牙齦底下的牙根結構，此時則需要拔牙或製作假牙或植牙。</td></tr>
<tr><td> </td><td> </td></tr>
<tr><td>說明:案例分享—未落實口腔潔牙或嚼食檳榔產生嚴重口腔疾病，放任未治療造成牙齒神經感染、發炎，甚至壞死，需要進行根管治療。</td><td>說明：當牙齒排列不整齊或增生贅牙時使用牙間刷輔助清潔咬合不正或增生牙齒。</td></tr>
</table>