

新竹市大湖國民小學 111 學年度

健康促進計畫自選議題：口腔衛生

一、依據

新竹市 111 學年度健康促進計畫辦理。

新竹市政府 111 年 11 月 11 日府教體字第 1110171347 號函。

二、學校特色

本校位於新竹市香山區，全校僅有 6 班，學生數共計 55 人，教職員工計 20 人，是一所綠意盎然的迷你小學。週遭環境以農村為主，但家長工作性質大多屬於園區上班族，工作繁重，對於小孩的健康衛生等生活習慣養成較無足夠的時間培養，期待透過有效擬訂健康促進計畫，養成學童生活的好習慣，能夠建立學童正確口腔衛生觀念並素養化，進而降低齲齒率。

三、現況分析

(一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

S 【優勢】 1. 本校班級數與學生數少，易於評量學習成效。 2. 行政與導師較無隔閡，入班宣導難度低。	W 【劣勢】 1. 本校因不分學區關係，學生家庭社經地位有 M 型化趨勢，老舊社區對於健康的知能明顯不足。 2. 本校週遭多農地，生活機能不發達，導致最近的診所都超過四公里以上，學生多半因牙痛才會去診所就醫。
O 【轉機】 1. 將口腔衛生相關資訊融入健康與體育領域課程，充實教學內容，落實口腔衛生素養化。 2. 規劃多元的口腔衛生之相關宣導活動及競賽，增進學生正確的觀念。	T 【威脅】 1. 家長易輕忽口腔衛生知識，認為乳齒蛀牙沒關係。 2. 窩溝封填沒有被所有的家長接受。

S 【行動策略】

1. 加強教師在職進修，強化教師能力
2. 聘請專家學者，擬定相關口腔衛生規準。
3. 結合社會資源擴大辦理口腔衛生，以提升健康知能。
4. 加強教育宣導，爭取家長支持配合。
5. 針對健促議題，設計更多元與跨領域之課程。
6. 辦理家長親職教育，爭取支持認同和協助。
7. 鼓勵家長、教職員參與「健康自主管理」，連結點、線、面邁向健康促進社區。

（二）「口腔衛生」現況分析

口腔健康是全身的縮影，良好的牙齒衛生是身體健康的第一步。而口腔保健的目的即是減少齲齒的發生，進而對於各項身體健康有更正確的自我認知。

本校今年擔負起執行「校園口腔衛生」教育議題重任，營造健康生活環境，以其維護兒童牙齒健康的發展。國小階段在一生中是可塑性極高的學習時期，許多行為習慣的養成、認知能力的建立與正確態度的培養皆奠基於此階段，盼能在此計畫中能夠落實學生的基本能力。

口腔衛生觀念的習得，不僅只是個人健康的基礎，更能影響家人對口腔衛生保健之重視。自從健康促進推動以來，本校一直依循此精神，持續推動健康促進的概念，就「口腔衛生」議題持續發展有效的策略及計畫，藉由此議題之實施，期盼能增進學校成員產生對於口腔衛生有正確的知識以及行動力，進而影響社區家長、居民共同提升健康品質。

四、計畫預期成效

1. 確認學生口腔衛生知能。
2. 達成新竹市設定指標。

全市指標
(1) 初檢齲齒率國小一、四年級 26.23%以下。
(2) 初檢齲齒率平均數以上的學校，各校進步幅度 0.5%以上。
(3) 口腔檢查異常學生矯治率達 85%以上。
(4) 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏 (1000ppm) 以上比率達 71%。
(5) 含氟漱口水執行率 95%。
(6) 國小學校每學年辦理潔牙活動至少 1 場。
(7) 學生睡前正確潔牙後測比率 95%以上。
(8) 國小高年級每日至少使用一次牙線比率：後測增加 1%以上。
(9) 在校兩餐間不吃零食後測比率增加 1%以上。
(10) 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加 1%以上。
(11) 國小 4 年級學童窩溝封填施作率。

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	經常性 111.10-112.06 111.10-112.06	組織架構 工作會議內容 行事曆	健促委員會 會議記錄單、簽到單 健促活動行事曆

		曆。 4. 每日午餐後播放「潔牙歌」，提醒學童潔牙。 5. 推行含氟漱口水的使用。 6. 舉辦口腔衛生宣導講座。	全年辦理 每週二 111.11	健促問卷 健促問卷	照片 照片 校園新聞
二	物質環境	1. 每學期提供學生一組刷牙用具。 2. 每班設有一台牙刷專用的紫外線消毒箱。 3. 蒐集口腔衛生相關教材及參考資料。 4. 張貼口腔衛生海報、活動及學校辦理活動訊息。	111.08 111.10- 111.06 111.10- 111.06	80%學生能經由宣導建立正確觀念	照片 照片 照片
三	社會環境	1. 利用學生朝會、親師座談會及跑馬燈加強宣導。 2. 配合本校「健康」課程加強對家長宣導口腔衛生相關概念。	111.10- 112.06 111.09	活動記錄 活動記錄	導護值勤日誌 照片
四	健康技能(教學)	1. 鼓勵教師將議題融入教學活動，讓學生了解口腔衛生的相關知識。 2. 搜尋口腔衛生相關新聞，於課堂上討論。 3. 辦理全校潔牙比賽，並邀請專家來進行評分。 4. 辦理口腔衛生海	111.10- 112.06 111.10- 112.06 111.01 112.01-	課程紀錄 課程紀錄 全校學生參與活動 70%學生	校園新聞 課程記錄 校園新聞 校園新聞

		報設計競賽。 5. 辦理寒假營隊，推行口腔衛生。	112.02 112.02	參與活動 50%學生參與活動	校園新聞
五	健康服務	1. 定期辦理口腔檢查。 2. 利用學校網頁提供口腔衛生相關資訊。 3. 健康中心提供口腔衛生相關宣導資料及諮詢服務。	111.10 111.10-112.06 111.10-112.06	80%學生參與活動 80%學生能經由宣導建立正確觀念。	口腔檢查表 學校網頁 照片
六	社區關係	1. 利用親師座談會時間宣導「健康促進學校計畫」內涵。 2. 於校慶運動會，力邀家長及社區民眾參與口腔衛生宣導活動攤位。	111.09 111.12	80%家長與學生能經由宣導建立正確觀念。	後測問卷

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 称	姓名	編 組 任 務
計畫主持人-校長	徐美玉	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學輔 主任	張凱柔	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	王依仁	協助健康促進計畫課程融入、統整規劃事宜。
協同主持人-總務 主任	張志善	協助健康促進計畫環境建置之事宜。

研究人員-活動組長	魏婉庭	<p>協助健康促進計畫與家長及社區之聯繫工作。</p> <p>負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。</p> <p>負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。</p> <p>負責健康促進計畫相關網站資料之建置製作。</p> <p>協助各項宣導及學生活動之推展。</p> <p>協助各項計畫活動之推展。</p>
研究人員-教學組長	陳韋儒	協助健康促進計畫課程融入、統整規劃事宜。
研究人員-護理師	陳碧蓮	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	薛慧美	負責健康促進計畫經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-一年級班導	吳文玲	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。
研究人員-二年級班導	陳婉琳	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-三年級班導	徐汶誼	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-四年級班導	段愛娟	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-五年級班導	詹鳳君	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-六年級班導	張萍	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	黃建雙	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
研究人員-學生環保小署長	許承軒	協助宣導活動及作為學生與行政單位聯繫之橋梁。
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、實施成果與分析探究

(一) 初檢齲齒率：一、四年級 26.23%以下

	一年級	四年級
大湖國小	16.67%	14.09%
結果分析	達成	達成

(二) 口腔檢查異常學生矯治率達 85%以上

大湖國小	46.17%
結果分析	未達成

(三) 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率達 71%

	四年級	五年級
大湖國小	55.56%	66.67%
結果分析	未達成	未達成

(四) 含氟漱口水執行率達 95%

大湖國小	94.83%
結果分析	未達成

(五) 國小學校每學年辦理潔牙活動至少 1 場

大湖國小	1 場
結果分析	達成

(六) 學生睡前正確潔牙後測比率達 95%以上

	四年級	五年級
大湖國小	100%	100%
結果分析	達成	達成

(七) 國小高年級每日至少使用一次牙線比率後測增加 1%以上

	前測	後測
大湖國小	77.78%	77.78%
結果分析	未達成	

(八) 在校兩餐間不吃零食後測比率增加 1%以上

	四年級		五年級	
	前測	後測	前測	後測
大湖國小	55.56%	44.44%	77.78%	11.11%
結果分析	未達成		未達成	

(九) 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加 1%以上

	四年級		五年級	
	前測	後測	前測	後測
大湖國小	100%	88.89%	66.67%	66.67%
結果分析	未達成		未達成	

(十) 國小四年級第一大白齒窩溝封填施作率

	四年級
大湖國小	33.33%

九、檢討與建議

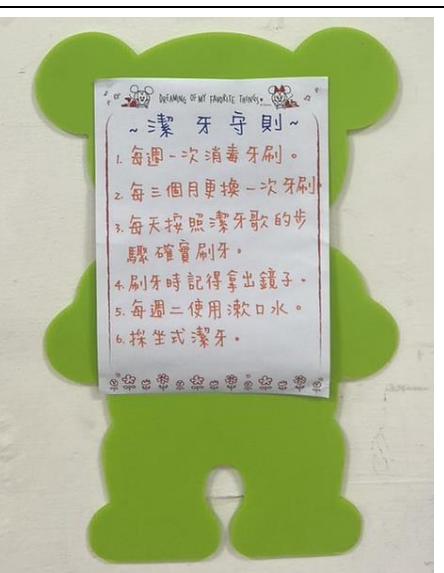
- (一) 由以上結果顯示，學生在睡前潔牙率達 100%，說明學生皆養成餐後潔牙的習慣。
- (二) 學生初檢齲齒率 16.67%，符合全市指標，但口腔檢查異常的矯治率卻只有 46.17%。部份家長對於牙齒保健較不重視，因此我們要持續利用親師座談會向家長宣導牙齒的重要，也期許家長能跟學校一起守護孩子的健康。
- (三) 餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率未達全市指標。每學期學校會提供學生一組潔牙用具，因此每位學生皆使用 1000ppm 以上的含氟牙膏刷牙。由上述結果得知，多數學生對於含氟牙膏的認知較為不足，學校應辦理氟化物的相關宣導，讓學生了解到氟化物的重要。
- (四) 學生含氟漱口水執行率為 94.83%。少數學生因身體特殊狀況的因素，家長不同意孩子使用含氟漱口水。

(五) 高年級每日至少使用一次牙線比率未達指標。多數學生沒有使用牙線的習慣，學校應入班教導學生使用牙線，並說明刷牙時搭配牙線使用能讓潔牙效果更好，降低齲齒風險。

(六) 學生在學校兩餐間不吃零食和不喝含糖飲料均未達指標。經詢問後，零食來源是學校的無人商店活動，未來若舉辦類似的活動，將與負責老師協調把零食和飲料換成堅果或是其他健康食品。

十、成果照片

	
每學期提供學生一組潔牙用具	每班設置牙刷用具杯架
	
每班設置牙刷專用的紫外線消毒箱	每學期辦理口腔檢查

<p>口腔檢查結果通知單</p> <p>親愛的家長：貴子女 本學期口腔檢查結果為發現下列問題：</p> <table border="1"> <tr> <td>未治療齒</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>口齶齒</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>是</td> <td><input type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>牙齶石</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>是</td> <td><input type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>牙齶洞</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>牙齶裂</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>口齶齶洞</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>口齶齶齶洞</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>口齶齶齶齶洞</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>口齶齶齶齶齶洞</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> <tr> <td>其他</td> <td><input type="checkbox"/>是</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>否</td> </tr> </table> <p>目前全口牙複檢結果如下圖：請參考並依此改善</p> <table border="1"> <tr> <td><input type="checkbox"/>缺齒</td> <td><input type="checkbox"/>缺隙</td> <td><input type="checkbox"/>C-斜齒</td> <td><input type="checkbox"/>F-二齒治</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>D-斜齒</td> <td><input type="checkbox"/>E-斜齒</td> <td><input type="checkbox"/>G-四齒</td> <td><input type="checkbox"/>S-黃金齒</td> </tr> <tr> <td>上</td> <td>18 17 16 15 14 13 12 11 21 22 23 24 25 26 27 28</td> <td>右</td> <td>50 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> </tr> <tr> <td>下</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> <td>左</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> </tr> <tr> <td></td> <td>上</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> <td>下</td> </tr> <tr> <td></td> <td>右</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>左</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>下</td> <td>55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40</td> <td></td> </tr> </table> <p>市立大湖國小 健康中心啟用2022年10月21日</p> <p>口腔健康檢查復檢與矯治回報</p> <p>牙醫師的矯治與建議如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> 暫時無須治療 治療中，仍須回診 已完全所著治療 應另行轉診 應加強口腔衛生 其他： <p>請依下列建議改善：1. 保持牙齒潔白，並定期回診治療。2. 保持牙齒潔白，並定期回診治療。3. 保持牙齒潔白，並定期回診治療。4. 保持牙齒潔白，並定期回診治療。</p> <p>醫療機構： 診師簽章： 檢查日期：110.10.21 家長聯絡事項： 家長簽名： 學生姓名：學生家長請依家庭聯絡事項回覆</p>	未治療齒	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	口齶齒	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否	牙齶石	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否	牙齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	牙齶裂	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	口齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	口齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	口齶齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	口齶齶齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	其他	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否	<input type="checkbox"/> 缺齒	<input type="checkbox"/> 缺隙	<input type="checkbox"/> C-斜齒	<input type="checkbox"/> F-二齒治	<input type="checkbox"/> D-斜齒	<input type="checkbox"/> E-斜齒	<input type="checkbox"/> G-四齒	<input type="checkbox"/> S-黃金齒	上	18 17 16 15 14 13 12 11 21 22 23 24 25 26 27 28	右	50 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40	下	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40	左	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40		上	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40	下		右	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40			左	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40			下	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40		<p>~潔牙守則~</p> <ol style="list-style-type: none"> 每週一次消毒牙刷。 每三個月更換一次牙刷。 每天按照潔牙歌的步驟確實刷牙。 刷牙時記得拿出鏡子。 每週二使用漱口水。 採坐式潔牙。 
未治療齒	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
口齶齒	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否																																																													
牙齶石	<input checked="" type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否																																																													
牙齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
牙齶裂	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
口齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
口齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
口齶齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
口齶齶齶齶齶洞	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
其他	<input type="checkbox"/> 是	<input checked="" type="checkbox"/> 否																																																													
<input type="checkbox"/> 缺齒	<input type="checkbox"/> 缺隙	<input type="checkbox"/> C-斜齒	<input type="checkbox"/> F-二齒治																																																												
<input type="checkbox"/> D-斜齒	<input type="checkbox"/> E-斜齒	<input type="checkbox"/> G-四齒	<input type="checkbox"/> S-黃金齒																																																												
上	18 17 16 15 14 13 12 11 21 22 23 24 25 26 27 28	右	50 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40																																																												
下	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40	左	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40																																																												
	上	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40	下																																																												
	右	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40																																																													
	左	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40																																																													
	下	55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40																																																													
<p>每學期發放口腔檢查結果通知單</p>	<p>班級制訂潔牙守則</p>																																																														
																																																															
<p>布告欄張貼宣導海報</p>	<p>每班張貼督導式潔牙海報</p>																																																														
																																																															
<p>每日實施餐後潔牙</p>	<p>每周二使用含氟漱口水</p>																																																														



貝氏刷牙法教學(一年級)



漱口水教學(一年級)



督導式潔牙宣導

口腔衛生宣導(牙齒構造)-護理師



菸檳防制宣導-陽光基金會

預防齲齒宣導-校牙醫

<p>口腔保健戲劇-好玩的劇團</p>	<p>口腔保健宣導-親師座談會</p>
<p>親子日設置口腔衛生宣導攤位</p>	<p>辦理潔牙比賽</p>