

# 新竹市東區建功國民小學 111 學年度 健康促進計畫自選議題：口腔保健

## 一、依據

- (一) 新竹市 111 學年度健康促進學校計畫。
- (二) 新竹市政府 111 年 11 月 11 日府教體字第 1110171347 號函。

## 二、學校特色

健康狀態是影響學習及生活品質的重要因素，而學校在學生及教職員工的健康促進上則扮演極重要的角色，有效的學校健康促進計畫必須是廣泛而完整，才能涵蓋影響健康的諸多因素(黃元松，民 82)。台灣兒童的蛀牙狀態 WHO(世界衛生組織)2001 年 9 月統計全球 12 歲兒童 DMFT 為 1.74，行政院衛生署 2000 年的調查台灣 12 歲學童 DMFT 為 3.3，盛行率為 67%，2003 年台北市 6 歲學童 dmft 為 6，盛行率為 75%，新竹市 2004 年調查 6 歲學童的 dmft 為 6.93，d=4.97，m=0.06，f=1.90，盛行率 2.56%，台灣兒童口腔狀況為全世界倒數 30%，國小學童正值價值觀念形成期，因此校園推廣各項健康促進相關議題更是重要。

本校位處於新竹市東區比鄰科學園區、清華大學及交通大學，住宅密集的文教區生活機能極佳之黃金地段，是一所中大型學校一

至六年級共有 58 班及 4 班幼稚園 1 班特教班及 1 班資源班，學生數共約 1572 人，教職員工 130 人。學區家長菁英薈萃部分屬於勞工階層，少部分屬於軍眷子弟，家庭結構改變，本校單親家庭及隔代教養學童比例也不少。本校鄰近科學園區校區內多所安親班林立，周遭商業商店林立，且大部分家長為雙薪家庭投入職場忙於就業，難免疏忽子女下課放學後學童之生活作息行為及健康行為養成，外食家庭占大多數飲食型態，學習與成長頗值得關切。

### 三、現況分析

#### (一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會點)	T (威脅點)	S(行動策略)
地理環境	1. 鄰近交通、清華大學，科學園區、工研院。 2. 交通便捷，校地完整。 3. 學生使用單位面積優於其他學校	1. 校地呈階梯狀。 2. 圍牆外東北側為中油所有閑置用地。	1. 商店林立，資源豐富。 2. 文教機構多，有學術資源。 3. 新興社區增加，學生人數逐年增加。	1. 社區文化發展中 2. 校園安全維護困難	1. 結合社區家長學者專家掌握社區發展趨勢
學校規模	1. 全校 58 班 (含幼稚園、特教、學生人數約 1572 人)。 2. 中大型學校。	1. 員額編製受限，科任教師編製受限，影響特色規劃與發展。	1. 班級數逐年增加	1. 校園整體規劃缺乏足夠經費	1. 定時檢討校園整體規劃
硬	1. 落實校園	1. 新增班級	1. 各項場地	1. 水電費逐	1. 加強預算

體 設 備	綠、美化。 2. 設學生午 餐廚房(公辦 民營)。 3. 具備體育 館一座。 4. 全校設有 飲水點，共67 點。	電腦不足。 2. 設備逐年 老舊、不足維 修更新經費 不足。 3. 午餐廚 房、體育館內 部設備待充 實。 4. 校園幅 廣，安全防護 設施待加強。	租借逐年增 加。	年增加。 2. 教室等設 施、設備維護 級充實經費 不足。	規劃與執行 效能。 2. 加強老舊 教室維護保 養。 3. 運用社會 資源。 4. 改建教室 增強使用效 能。
師 資 概 況	1. 逐年年輕 化。 2. 平均學歷 提昇。 3. 電腦能力 漸增加。 4. 師資專長 多元化。 5. 教師自主 性高。	1. 教師自主 與專業需調 適。 2. 教師自主 與家長參與 需調適。 3. 教師自主 與學校行政 需調適。	1. 教師人數 逐年增加。	1. 教改腳步 迅速，教師觀 念專業知能 要繼續充實。 3. 行政服務 效能要加強。	1. 建立雙向 溝通管道。 2. 推動學校本 位研習進 修，提昇教師 專業態度。
學 生	1. 學生活潑。 2. 學生多元 學習意願高。	1. 休閒生活 習慣單調。 2. 親子互動 需輔導。 3. 單親與隔 代教養家庭 多。	1. 推動十二 年一貫協同 教學精神。 2. 多元化教 學。	1. 學生學習 需求多元。 2. 單親與隔 代教養家庭 多，需加強輔 導。	1. 發展社團 活動。 2. 推動親職 教育。 3. 設計多元 學習活動，如 校園學習步 道。
家 長	1. 人口持續 成長。 2. 家長平均 學歷逐年提 高。 3. 家長參與 度提昇與學 校互動增加。	1. 家長社經 文化地位有 落差。 2. 外來人口 多。 3. 部分家長 參與校務意 願低。	1. 家長會組 織健全，各項 委員會功能 逐漸健全。	1. 親職教育 需加強。 2. 單親、隔代 教養多。 3. 家長參與 方式需輔導。	1. 發展志工 組織。 2. 參與家長 會各級組織 發展及運作。

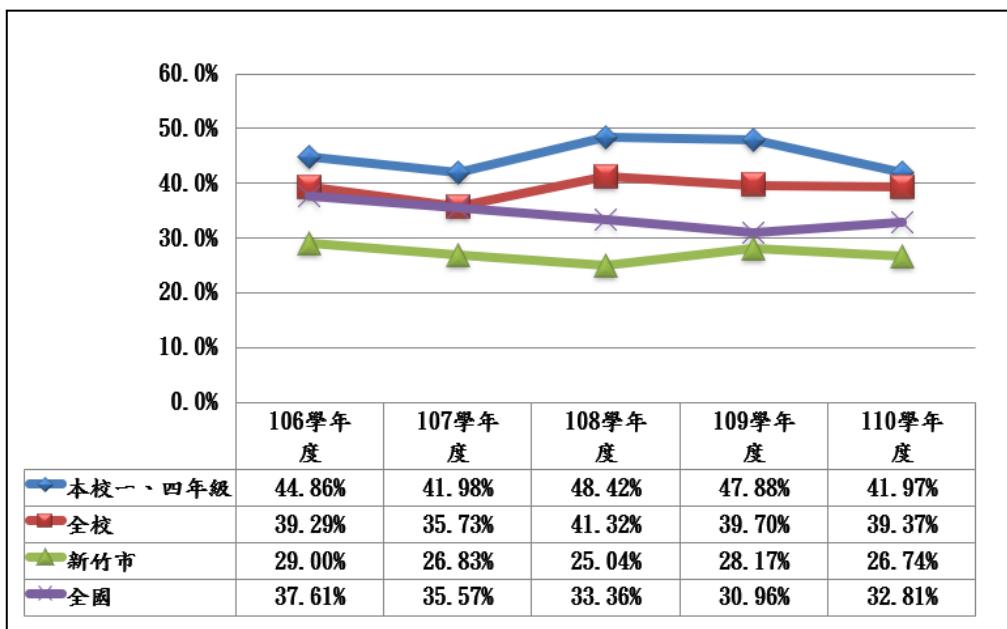
社區資源	1.家長會贊助學校經費。 2.熱心人士支援校務發展。 3.公務及文教機關對學校支援多。	1.人口流動頻繁。 2.經濟不景氣，資源日益減少。 3.社區文化發展中。	1.積極推動家長會會務。 2.善用社會熱心人士之資源。 3.新興社區民眾參與意願較積極。	1.社區環境規劃發展中。 2.參與社區文化特色發展。

## (二) 自選議題:『口腔保健』現況分析

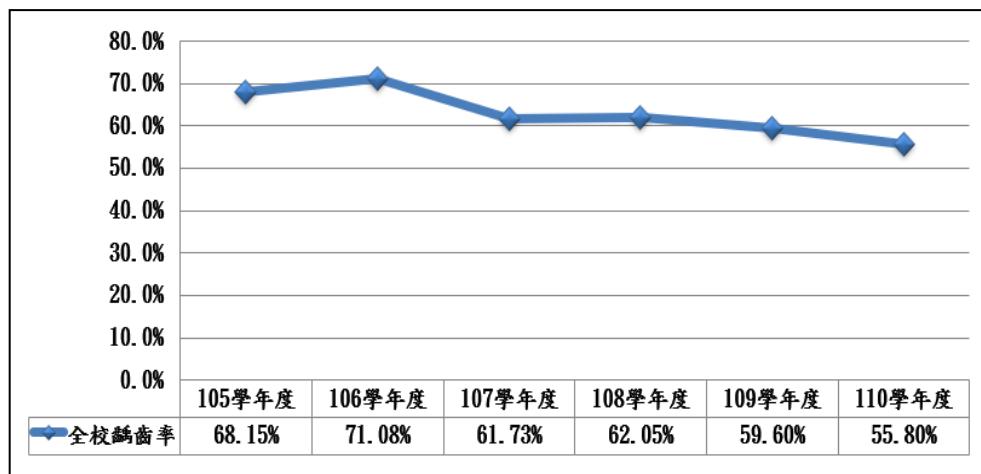
依據表一及表二顯示本校 106-110 學年度學童未治療齲齒上升至 0.08% 且較全市高 12.63%，較全國高 6.56%，但學童齲齒(未治療+已填補)情形有持續下降 12.35%，矯治率近三年均達 95-96.52%，高於全市及全國 11.05-12.93%，惟 109 學年度因新冠疫情，矯治率未達 95%。本校校齲齒率雖有下降趨勢，但仍高於 40% 以上，口腔保健議題及齲齒率下降仍是本校重點推動議題。

表四顯示本校學生餐後搭配含氟牙膏（超過 1000ppm）潔牙比率前後測 40%-69%，前後測雖有進步，但仍在 70% 以下，學生在學校兩餐間不吃零食比率僅 37%-49%，前後測有退步情形，這兩項仍為本校推動重點。

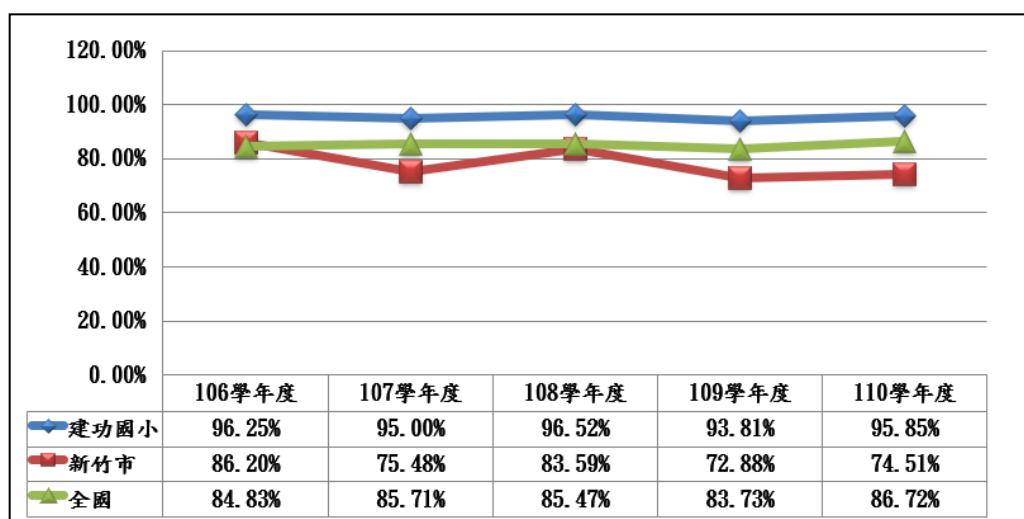
表一、本校與全市全國 106-110 學年度學童未治療齲齒情形比較圖表



表二、本校 105-110 學年度學童齲齒(未治療+已填補)情形圖表



表三、本校與全市全國 106-110 學年度齲齒矯治率比較分析表



表四、110 學年度口腔保健問卷結果

學生午餐後潔牙		學生餐後搭配含氟牙膏（超過 1000ppm）潔牙比率		學生睡前潔牙比率		學生在學校兩餐間不吃零食比率	
校平均		校平均		校平均		校平均	
前測	後測	前測	後測	前測	後測	前測	後測
85.715	84.97	41.07	69.265	100	100	49.11	37.855
學生在學校兩餐間不吃零食比率		吃完零食後，學生會不會漱口或潔牙		喝完含糖飲料後，學生會不會漱口或潔牙			
校平均		校平均		校平均			
前測	後測	前測	後測	前測	後測		
75.89	74.3	65.625	72.005	52.23	55.745		

#### 四、計畫預期成效

全市指標	校本指標
1. 初檢齲齒率： (1)一、四年級 26.23%以下。 (2)七年級 27.11%以下。	1. 初檢齲齒率： (1)一、四年級 35%以下。
2. 110 學年度國中小初檢齲齒率平均數以上的學校，各校進步幅度 0.5%以上。	2. 111 學年度全校初檢齲齒率平均進步幅度 0.5%以上。
3. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1)國小 85%以上。 (2)國中 80%以上。	3. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1) 85%以上。
4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏 (1000ppm)以上比率國小達 71%。	4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏 (1000ppm)以上比率達 75%。
5. 含氟漱口水執行率 95%。	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。	6. 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： (1)國小 95%以上。 (2)國中 95%以上。	7. 學生睡前正確潔牙後測比率： (1)達 95%以上。
8. 國小高年級每日至少使用一次	8. 國小高年級每日至少使用一次

<p>牙線比率：國小後測增加 1%以上。</p> <p>9. 在校兩餐間不吃零食後測比率增加：</p> <p>(1) 國小 1%以上。</p> <p>(2) 國中 1%以上。</p> <p>10. 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加：</p> <p>(1) 國小 1%以上。</p> <p>(2) 國中 1%以上。</p> <p>11. 國小四年級學童窩溝封填施作率。</p>	<p>牙線比率：後測增加 1%以上。</p> <p>9. 在校兩餐間不吃零食後測比率增加：</p> <p>(1) 達 1%以上。</p> <p>10. 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率增加：</p> <p>(1) 達 1%以上。</p> <p>11. 本校四年級學童窩溝封填施作率達 40%以上。</p>
--	---

## 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. 成立學校健康促進推行委員會，組成工作推動小組。 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. 由課發會擬訂健康體位融入本位課程。 5. 召開健康教學模組融入課程計畫。 6. 規劃推行全校學童「天天五蔬果，營養午餐蔬菜吃光光活動」。	111.08.01~ 111.09.30  111.08.01 112.06.30  111.08.01  111.08 112.02  111.09 112.02  111.10~ 112.06	組織架構  工作會議內容  行事曆  課發會  融入教學課程計畫  活動計畫書	健促委員會人 力資源  會議記錄檔、 簽到單  健促活動行事 曆 課程計畫  課程計畫  活動成果 照片

二 物質 環境	1. 提供學生營養均衡的午餐及說明所需份數及熱量。	111.09-112.06	菜單內容	菜單 份數照片
	2. 足夠的刷牙設備(包含 1000ppm 含氟牙膏)並採督導是座位潔牙。	111.09-112.06	牙刷牙杯放置處。 潔牙工具及含氟牙膏。 座位潔牙隔板	設備數量
	3. 含糖飲料不進校園，並建立教師及家長不以含糖飲料、油炸食物等做為獎勵學生的氛圍。	全年辦理	教師及家長能建立不以含糖飲食為獎勵措施。	隨機抽問
	4. 成立師生多元健康活動社團，以提升教職員工學生健康體能。	111.08-112.06	社團資料。	社團計畫 照片
	5. 每班均設置飲水機，並張貼鼓勵飲用白開水標語。	全年辦理	80%學生每日飲水 1500cc 以上。	行為問卷 照片
	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。	111.08-112.06	80%學生能宣導建立正確觀念。	知能問卷調查 統計

三	社會環境	1. 將健康促進議題納入班會作為討論事項。  2. 教師晨會及兒童朝會時間加強口腔保健宣導活動及 <b>使用含氟牙膏 1000ppm</b> 。  3. 成立師生多元健康活動社團，以提升教職員工學生健康體能。  4. 推行全校學童「我要零零食集點卡活動」。	111.09.01 112.06.30  111.09.01- 112.06.30  111.08- 112.06  111.08.01- 112.05.30	80%健促納入班會討論  宣導活動一學期至少一次  社團活動包含健康活動社團  90%以上的師生家長參加健康卡活動	班會記錄照片  活動成果  社團活動計畫  健康集點卡活動參加率活動成果
四	健康技能(教學)	1. 辦理全校師生家長口腔保健議題相關宣導。  2. 運用本市健體輔導團設計之健康議題教學活動課程。  3. 結合各課程領域及資源推行『健康促進活動-口腔保健』。  6. 結合愛的書庫繪本提供晨讀時間推行各項健康促進議題觀念。  4. 推行全校學童「健康集點卡活動」，落實生活技能。	111.09.08- 112.06.30  111.09- 112.06  111.08- 112.06  111.09- 112.06  111.09- 112.02	70%師生家長參加宣導活動。  80%班級有相關議題教學課程。  70%學生參與活動  80%學生閱讀健康相關繪本  90%學生完成集點卡活動。	活動照片  教學計劃、照片  學習單照片  隨機抽問學生晨讀照片  集點卡完成率活動照片

四	健康服務	<p>1. 定期實施學生口腔檢查，並建立口腔資料檔案。</p> <p>2. 學童健康檢查異常矯治追蹤管理。</p> <p>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。</p>	111.08-112.06 111.08-112.06 111.08-112.06	<p>100%學生完成健康檢查並建立資料</p> <p>95%健康檢查異常學生完成矯治追蹤。</p> <p>90%以上學生健康資料收集分析。</p>	<p>健康資料建立</p> <p>矯治追蹤完成率</p> <p>學生健康收集分析資料</p>
五	社區關係	<p>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(包含<u>睡前潔牙及含氟牙膏</u>)。</p> <p>2. <u>結合社區艷紫荊故事志工辦理相關健康故事列車-1000屁屁ㄟ活動</u>。</p> <p>3. 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。</p> <p>4. 結合社區資源舉辦口腔保健活動。</p>	112.03.04	80%家長能建立正確觀念。	隨機家長問卷
			111.05-112.06	80%學生能經由宣導建立正確觀念。	學生知能回饋調查
			111.08-112.06	80%家長學生由宣導建立正確觀念	隨機家長問卷 隨機學生問卷 檢核表
			111.09.15-112.06.30	70%學生參與活動。	活動照片

## 六、預定進度（以甘梯圖表示）

月 次	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月
工作項目											
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	賴雲鵬	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	陳秀仔	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	謝玉姿	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	蔡均旺	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	林政君	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-衛生組長	蔡欣容	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。

研究人員-體育組長	陳瑩燕	負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-生輔組長	楊玉豪	負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
研究人員-活動組長	徐嘉鎂	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	賴玟潔	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	吳欣怡	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-護理師	劉耘均	負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-會計主任	馮捷	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-學年主任	余春慧	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-學年主任	林靜宜	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-學年主任	林美瑩	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-學年主任	陳玟吟	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-學年主任	潘睿婷	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。
研究人員-學年主任	邱婉芬	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	江錦晟	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-學生自治市長	邱宥凱	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。
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。
諮詢單位	新竹市牙醫師公會	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

承辦人

組長

主任

校長