

新竹市華德福實驗學校 113 學年度健康促進計畫

「口腔衛生」議題

一、依據

(一)新竹市 113 學年度健康促進學校計畫

(二)新竹市政府 113 年 9 月 13 日府教體字第 1130140949 號函

二、學校特色

本校位處於新竹市香山區，屬於一所偏遠地區學校，比鄰中華大學及元培科技大學等，全校共有 9 班，學生數共 169 人，教職員工 24 人。學生家長之家庭型態以雙薪家庭居多，因此工作較為繁忙，故鮮少重視健康生活型態的相關知識，學童之生活、學習與成長頗值得關切。因此學校透過『學校健康促進計畫』培養學生正確之健康知識，建立健康的態度與行為，進而推動學校及社區的健康營造，期盼於未來能降低健康問題，減少疾病及的發生率。提升全校教職員生之健康，是學校責無旁貸的責任。

三、現況分析

(一) SWOTS 情境評估及行動策略

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	位於新竹市郊區，環境清幽寧靜。 位於茄苳交流道附近，交通便利。	學校地處偏遠，周圍多為建設區及工廠，相關優質公共建設缺乏。 能進行戶外運動的空間少。	運用外來資源，提升校內教學成效。	戶外活動空間風勢強勁，課程辦理於戶外容易受天氣影響。	積極申請各項計畫，善用校外資源發展學校特色課程，並爭取學生家長認同及行動支持。
學校規模	全校包括國中小，共九班，學生人數共 169 人。	少子化影響，班級人數越來越少。	學生人數不多，可以充分照顧學生的需求 發展教學特色提升學生學習成就。	少子化影響，使得近年來招生率逐漸下降。	提供多元課程給部分弱勢學生，提升其自信及學習成就。 加強空間整體規劃，善用情境教室。 規劃活動課程分配，妥善運用教學空間。
硬體設備	1. 自然環境優美、生態豐富。 2. 各項專科教室設備完整且新。	剛搬進新校舍，各項情境教室、設備都還在建置當中。	積極申請市府補助，提升學生學習能力。	缺乏雨天足夠運動的場地。	加強空間運用，使各領域能夠物盡其用
教師資源	工作效率高。 教學經驗豐富。 進修意願高。	老師於健康相關知識背景缺乏。 面對特殊學生，較少教師具備緊急應變處理的能力。	教師能以專長授課，自我增能意願高，主動參與各項研習。 建立協同教學教師群，建立溝通的橋梁。	教師需教授非專長科目。	以教師專業發展及教師成長社群，建立教師行動研究風氣。 善用校外專業人力資源，擴大學生學習視野。

課程發展	各領域教學正常化。	各領域間橫向聯繫較少。	善用課餘時間研發主題式教材。開設多元學習課程使學生多元學習。老師需要有足夠資源協助教學。	教師設計教材不易，且需求的教材牽扯範圍及資源多，需要更多經費挹注。	以學生為教學中心，利用體育課、晨圈、綜合活動等課程，加強戶外運動，以及體能上的鍛鍊。運用主題教學方式，納入各領域課程提供學生具未來性與統整性之教學主題，提升學生學習興趣與效果
行政人員	行政人員熟悉各部門業務。 依法各司其職。	業務量日增，行政教師工作繁重。 各項評鑑帶來工作壓力。	各處室能預先規劃工作流程，熟悉各項業務，以協助補位。	業務日益繁重。	建立工作小組協助個業務處理流暢。 於經費調配可安排人力來協助安排課務、教學物品採購及經費核銷。
學生	質樸率真。 創意、主動探索力高。 潛力大。	學生對於健康相關知識的不清楚。	學生有可塑性，主動學習意願強。 學校提供多元學習管道，激發個人潛能。	學生自學能力仍不足。 前青春期與青春期學生對自身行為、情緒尚未穩定。	以活潑的教學活動引導學生投入學習。 申請各項計畫，提供學生多元發展機會。
家長	對學校期望高。 關心學校教學品質。	家長工作繁忙，疏於教導給子女正確健康觀念。	建立家長會組織完整，各項業務功能逐漸健全。 建立師生溝通管道。 建立家長有正確的親子教養概念。	多數家長工作繁忙或缺乏相關知能，無法給孩子學習上的榜樣。	辦理相關講座時，邀請家長參加，加強親師溝通及合作。

(二)「口腔衛生」現況分析

近年來，雙薪家庭的比例逐漸攀升，學生家長工作繁忙，要兼顧健康的生活較為困難，因此對於健康生活型態的相關知識、態度與行為，家庭能夠影響學童的部分漸趨式微，再加上社會變遷快速，3C 產品日新月異，網路資訊傳播迅速，學童之成長過程中易受到同儕、媒體、網路的影響，易產生價值觀與行為上的偏差，基於站在教育前線上，必須加強健康促進各方面議題之推動，尤其是口腔衛生議題，口腔衛生與全身健康息息相關，透過知識性宣導及相關活動實施，降低學童齲齒率及強化牙齒，期能讓他們正視口腔衛生保健之重要性。

四、計畫執行成效

校本指標	全市指標
1. 初檢齲齒率： (1)1 年級 34.24 %以下 (2)4 年級 28.99 %以下 (3)7 年級 11.57 %以下。 2. 國中小初檢齲齒率平均數以上進步	1. 初檢齲齒率： (1)1 年級 34.24 %以下 (2)4 年級 28.99 %以下 (3)7 年級 11.57 %以下。 2. 國中小初檢齲齒率平均數以上的學

幅度 0.5%以上。	校，各校進步幅度 0.5%以上。
3. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1)國小 90 %以上。 (2)國中 80 %以上。	3. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1)國小 90 %以上。 (2)國中 80 %以上。
4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏 (1000ppm)以上比率國小達 76.5 %	4. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏 (1000ppm)以上比率國小達 76.5 %
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. 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： (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)國小 95%以上。 (2)國中 95%以上。
8. 國小高年級每日至少使用一次牙線 比率：國小後測增加 1%以上。	8. 國小高年級每日至少使用一次牙線 比率：國小後測增加 1%以上。
9. 在校兩餐間不吃零食後測比率增 加：	9. 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)國小 1%以上。 (2)國中 1%以上。	健康飲食有益心理健康 (1)國小 1%以上。 (2)國中 1%以上。
10. 在校兩餐間不喝含糖飲料後測比率 增加：	10. 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 (1)國小 1%以上。 (2)國中 1%以上。	健康飲食有益心理健康 (1)國小 1%以上。 (2)國中 1%以上。
11. 國小 4 年級學童窩溝封填施作率	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推展健康促進計畫之目的，據以擬定推動策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

項次	推動範疇	實施內容	實施時間	評價方法
一	健康政策	成立學校健康促進委員會，規劃並執行健促業務。	113.08 – 114.06	組織架構
		2. 擬訂健康促進學校計畫推行項目，將各項活動納入行事曆。		

		3. 健康促進推動議題-口腔融入學校課程： (1)體衛組長進入課發會，說明健康促進學校計畫如何與課程結合。 (2)健康促進議題標記在各年級教學進度總表。 (3)健康促進計畫納入學校課程計畫書。	113.10 114.03	課程計畫
二	健康教育與活動	1. 規劃 1-9 年級課程融入口腔衛生議題	114.03 - 114.05	課程計畫
		2. 辦理學生的口腔衛生宣導	114.03 - 114.05	照片
三	物質環境	1. 學務處旁及健康中心旁設置健康促進宣導專欄，張貼口腔衛生保健相關宣導與資訊	全年辦理	海報
四	社會環境	1. 將口腔衛生議題納入教師會議作為討論事項。	113.12 - 114.05	照片
		2. 結合健康中心，利用綜合活動課程及晨圈時間加強宣導，並進行系列課程。 列活動	113.03 - 113.05	照片
五	健康服務	1. 本校健康中心協助指導學生正確的口腔保健概念。	全年辦理	照片
		2. 利用體育課程進行口腔衛生網路問卷前測。	113.11	統計分析
		3. 利用體育課程進行口腔衛生網路問卷後測。	114.04	
六	社區關係	1. 利用聯絡簿或相關學習單，家長共同與孩子完成學習單，協助釐清口腔衛生迷思。	114.03- 114.05	學習單
		2. 在學校家長日融入口腔衛生保健宣導，協助社區民眾、家長獲得正確口腔知識及態度。	114.03- 114.05	照片
		3. 結合新竹市衛生局，協助到校宣導。	114.03- 114.05	照片

六、預定進度(以甘特圖表示)

項目	時間											
	八月	九月	十月	十一月	十二月	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月
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、進行現況評估擬定健康促進計畫		■										
4、口腔衛生議題納入校本課程計畫			■									
5、成效評量前測				■								
6、執行口腔衛生防治計畫						■						
7、過程評估							■					
8、成效評量後測								■				
9、資料分析及召開成果檢討會議									■			
10、報告撰寫										■		
11、經費核結											■	

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	張慧媛	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	劉修如	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	簡敏惠	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	李元文	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	孫宗鳳	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-體衛組長	陳姿君	1. 負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。 2. 負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-生教組長	黃均琦	1. 負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。 2. 協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	張鈞屹	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	張碧花	1. 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。 2. 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	黃美珠	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-家長會代表	楊文璋	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
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。

承辦人 **體衛組長陳姿君** 組長 **體衛組長陳姿君** 主任 **學務主任劉修如** 校長 **校長張慧媛**

八、實施成果暨分析探究

新竹市華德福實驗學校前後測與各項指標對照表如下：

項目	測別	施測結果			校本 指標	全市績效指 標	是否達全市績效指標		
		四年級	五年級	七年級			四年級	五年級	七年級
學生午餐後潔牙	前測	72.73%	100%	100%	-	-	-	-	-
	後測	90.48%	100%	87.50%					
	後-前	+17.75%	0%	%					
學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏	前測	4.55%	43.48%	33.33%	國小後測 比率達 76.5 %	國小後測 比率達 76.5 %	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	-
	後測	47.62%	77.27%	37.50%					
	後-前	+43.07%	+33.79%	+4.17%					
學生睡前潔牙比率	前測	100%	100%	100%	後測比率 達 95%以上	後測比率 達 95%以上	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
	後測	100%	100%	100%					
	後-前	0%	0%	%					
學生每日至少使用一次牙線比率	前測	-	78.26%	88.89%	後測比率 增加 1%以 上	後測比率 增加 1%以 上	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	後測	-	90.91%	87.50%					
	後-前	-	+12.65%	-1.39%					
學生在學校兩餐間不吃零食比率	前測	86.36%	95.65%	100%	後測比率 增加 1%以 上	後測比率 增加 1%以 上	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	後測	95.65%	100%	100%					
	後-前	+9.29%	+4.35%	0%					
學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率	前測	100%	95.65%	88.89%	後測比率 增加 1%以 上	後測比率 增加 1%以 上	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
	後測	100%	100%	100%					
	後-前	0%	+4.35%	+11.11%					
	前測	68.18%	91.30%	88.89%					

吃完零食後，學生會不會漱口或潔牙	後測	80. 95%	100%	87. 50%	-	-	-	-	-
	後-前	+12. 77%	+8. 7%	-1. 39%					
喝完含糖飲料後，學生會不會漱口或潔牙	前測	72. 73%	91. 30%	88. 89%	-	-	-	-	-
	後測	80. 95%	100%	100%					
	後-前	+8. 22%	+8. 7%	+11. 11%					

1. 結果分析：

國小部因入班進行督導式潔牙與含氟牙膏之宣導，故全部指標數據皆有明顯提升，未出現持平或降低之現象。

本校國中部僅有一班、8人，一人之答題變動則可能明顯牽動數據，故數據變動上下大至12%，然數據多持平穩定且維持在80%以上。

在校市指標方面，多數皆達標，未達標者多為前測比率較高所致。

2. 檢討與建議：

(1) 含氟牙膏之使用

本校多數家庭因於教育理念，多半不使用含氟牙膏，學生齦齒率亦較低，故老師以帶學生認識含氟牙膏為主，未硬性強調含氟牙膏之使用，然則題目中有使用含氟牙膏之項目，故整體無論前後測數據皆偏低，不知是否可以含氟牙膏之知識正確率為主要指標。

(2) 持續以多元方式進行相關推廣，並加強知識面向

將口腔議題融入課程外，多加補充知識面向之學習，使學生不僅能在生活中落實口腔衛生之內容，更能知其所以而後為之。

九、活動成果：成果照片，A4 大小六張照片（附說明）



說明：含氟牙膏入班介紹



說明：牙醫師到校進行口腔檢查



說明：牙醫師講座宣導



說明：牙菌斑顯示劑教學



說明：潔牙方式教學

說明：點心時間提倡「吃原型、少精緻」，減少精緻澱粉攝取，避免牙菌斑孳生。