

# 新竹市 114 學年度新科國民中學健康促進學校計畫 視力保健議題

壹、依據114年8月11日府教體字第1140136060號文辦理114學年度健康促進學校計畫。

## 貳、學校背景分析

### 一、學校特色

本校位於新竹市東區與新竹縣竹中交界點，114 學年度目前 22 個班，學生人數總約 524 人，教職員約 64 人，是一所中小型學校。校舍緊鄰科學工業園區，後方有金山面公園，本校建築以雙面走廊居多。運動場設備完整，校園內設置景觀優美之庭園，104 年新科運動中心落成更提供了多元的運動場地。校長特別重視學生品德發展、身心健康，對健康促進推動更是不遺餘力。

本市因科學工業園區之進駐，經濟發展與科技進步改善了個人、家庭及社會之物質生活水準，而本校緊鄰科學園區，居民生活忙碌致缺乏健康生活型態，並影響人們對於健康的照顧，加上本區學童家長多為雙薪，市內安親班、補習班及托育中心亦擔負部分學生照護工作，然其大多以課業之督導為主，較易忽略學生視力健康行為之建立，因此配合新竹市實施健康促進學校計畫，整合學校與社區的組織人力及資源，透過家長、老師、學生、社區之參與，打造健康的生活環境。

### 二、現況分析

#### (一) SWOTS情境評估（背景分析）及行動策略

|      |      |
|------|------|
| S 優勢 | W 弊勢 |
|------|------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1.校內鼓勵喝水，沒有零食及含糖飲料販賣。</p> <p>2.學生淳樸善良，個性天真單純。</p> <p>3.緊鄰光復路，生活機能便利。</p> <p>4.社區醫療資源豐富，包含各類中西醫院及診所。</p> <p>5.各國中小有健康促進議題策略聯盟經驗。</p> <p>6.學校設置一間專用健康中心，基本設備齊全，位於學校一樓近辦公室及操場位置。</p> <p>7.每學期學生健康檢查確實，資料完整並積極針對不良狀況學生追蹤。</p> <p>8.學校已加入健康促進學校，並有多年的推行經驗。</p> <p>9.每學期舉辦親師座談會，宣導衛生政策。</p>                   | <p>1.學生背景多為雙薪家庭，下課後多有時間可以接觸到3C產品。</p> <p>2.多數家長忙於工作，視力保健觀念較不足。</p> <p>3.學生對於視力保健促進的概念尚未熟悉，影響參與視力保健促進活動的動機。</p> <p>4.教師及家長們對於各項健康促進推行計畫，僅在於配合階段，較少提出積極性的建言與方案。</p> <p>5.教師因課務較繁重或其他因素，對於學校的視力保健促進措施無法深入了解。</p> <p>6.家長對於學生之視力保健，除非達到生病狀況，否則不易去運用資源。</p>                                                |
| <b>○ 機會</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>T 威脅</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>1.緊鄰金山面公園，多一個休閒運動空間。</p> <p>2.與新科運動中心有合作關係。</p> <p>3.校長及行政人員採用民主式領導，對於視力保健促進議題活動接受度較高。</p> <p>4.上級主管機關對於學校視力保健促進業務，態度積極並要求有成果。</p> <p>5.學校有較多足量之閒置教室，有利改造視力促進活動教室或是樂活教室。</p> <p>6.學校配合政策參與視力保健促進學校的運作及上級機關的重視。</p> <p>7.學校社區化，開放校園空間，提供社區民眾運動場所。</p> <p>8.110 學年度起增設體育性社團，推動樂活慢跑 Run For Health 活動。</p> | <p>1.網路媒體發達，新穎事物(3C 訊息)傳達快。</p> <p>2.校園附近 3C 產品店多及資訊傳達快，學童易被商品廣告吸引住。</p> <p>3.社區家長較重視學業表現，對於各項親職活動之參加意願較不積極。</p> <p>4.雙親忙碌，容易疏忽對子女之照顧。</p> <p>5.校內推行視力保健促進的組織大致以學務處為主，其他處室不容易全力配合推動。</p> <p>6.課業的學習進度與成效會讓教師在推展視力保健促進活動方面有所顧慮。</p> <p>7.家長對於視力保健促進的概念不足，成為推動時的較難掌控的部份。</p> <p>9.少子化的影響，間接使得學校家長會及</p> |

|  |                                   |
|--|-----------------------------------|
|  | 志工招募不易。<br>10.隨著科技發展，3C 產品廣告漸趨普遍。 |
|--|-----------------------------------|

## 參、 計畫目標：

- 一、裸視視力不良率下降 0.5%。
- 二、裸視篩檢視力不良就醫複檢率達 95%。
- 三、提高達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘學生人數比率達 90%以上(規律用眼 3010)。
- 四、學生每天戶外活動時間 120 分鐘比率達 90%。
- 五、學生每天使用電腦、看電視及玩電動不超過 2 小時的比率前後測增加 5%。

## 肆、 環境檢測

- 1、檢測教室的燈光照度是否足夠。
- 2、請教師配合電子設備的使用時間勿過長。

## 伍.、視力篩檢與矯治之追蹤與輔導

- 1、由護理師協助篩檢視力，並發給視力不良通知書與家長。
- 2、辦理視力保健宣導演說及進行戶外護眼活動。

## 陸 . 學校衛生政策

- 1、召開健康促進推行小組會議，規劃視力保健議題及實施方式。
- 2、將視力保健議題納入學校本位課程、設計課程計畫及教學活動實施。
- 3、訂定並實施「樂活慢跑運動計畫」。
- 4、辦理「運動性社團」等活動。
- 5、辦理學生增能宣導以增加學生視力保健知能。
- 柒 .、利用學生朝會或其他大型集會共同時間進行視力保健宣導。

## 捌、成立學校健康促進委員會（含組織架構及成員名單）

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   | 林燕玲    | 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 | 林宜龍    | 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 | 陳麗方    | 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 | 林秋宜    | 協助健康促進計劃環境建置事宜。                         |
| 協同主持人-輔導主任 | 莊菁雯    | 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  | 葉美瑩    | 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  | 王琛智    | 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  | 江濬明    | 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  | 許賀凱    | 協助各項宣導及學生活動之推展。                         |
| 研究人員-輔導組長  | 張維容    | 協助各項計畫活動之推展。                            |
| 研究人員-護理師   | 張雅媯    | 負責健康促進相關活動策略設計，社區及學校資源之協調整合效果評價及資料分析統計。 |
| 研究人員-會計主任  | 陳逸凡    | 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  | 潘建輝    | 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  | 楊惠婷    | 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  | 許慧如    | 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-樂活班教師 | 江濬明    | 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 | 家長會會長  | 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。               |

五、本活動所需經費由市府專款補助，相關經費概算如附件。

六、本計劃經校長同意後送市府核准後實施，修正時亦同。

**承辦人**

**組長**

**主任**

**校長**

中華民國 114 年 11 月 10 號





