

新竹市虎林國中114學年度 健康促進議題：「口腔衛生」成果

一、依據

- (一) 新竹市 114 學年度健康促進學校計畫。
- (二) 新竹市114年8月29日府教體字第1140144824號「114學年度健康促進學校計畫」。

二、背景分析

本校位於新竹市香山區，是一所中小型郊區學校，七至九年級共有15班。學生數309人，教職員55人。本校學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，再加上近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，隔代教養與單親家庭比例高，學童之生活、學習與成長需要校方更多關切。

本校目前的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、教職員工健康促進及健康心理等層面。

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)	T (威脅)	S (行動策略)
地理環境		1. 延平路狹窄車流量大影響交通安全至鉅。	1. 運用外來資源，提升校內教學成效。 舉辦營隊活動引入	1. 操場風勢強勁，尤其冬天季風肆虐，戶外課備受影響。	1. 積極申請各項計畫，善用學生環境資源以發展實驗特色課程。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)	S (行動策略)
學校規模	<ol style="list-style-type: none"> 1. 全校普通班12班，體育班3班學生309人。 2. 校舍尚新 3. 屬小規模學校。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 持續面臨減班超額困境 2. 市區竹光國中距離近，形成減班壓力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生人數不多，可以充份照顧學生的需求。 2. 發展教學特色提升學生學習成就。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 市區國中增設，面臨校際競爭 2. 學區劃歸方式，使本校面臨減班威脅。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供多元課程予為數不少的弱勢學童，提供其學習成就感。 2. 加強空間運用之整體規劃，善用英語情境中心等 3. 規劃活動課程分配表，多元運用教學空間。
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校舍建築規劃美麗，新建專科大樓已完工。 2. 校舍具噪音防制之空調設備。 3. 各班視聽教學設備完善。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校舍具噪音防制設施，雖具備空調設施，但電費花費大，需分樓層分時段使用。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 積極申請市府補助各項教學設備，以輔助課程發展。 2. 成立數位攝影棚，軟硬體兼備，提升教師科技素養高，充分運用於教學，嘉惠學生。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校地2.8公頃不易擴展 2. 校門口較狹小 3. 學生人數少，維護硬體設備經費較易不足 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強空間運用，使用各種教學設備提升教學效能。 2. 在既有的設備基礎上，思考課程發展所需資源，不僅豐富課程的多元性，同時也使設備發揮最大效益。
教師資源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 皆學有專長 2. 教學經驗豐富。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 因年年減班造成年年超額，不安全感重。 2. 教師新陳代謝不易。 3. 學生單親隔代教養比例高，加上需認輔學生多，教師工作負荷重。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師能以專長授課，自我成長意願高，主動參與各項研習活動及教師成長團體。 2. 建立協同教學教師群，暢通溝通管道。 3. 加強教師專業對話。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自主性高，意見整合不易 2. 減班造成超額問題，人心不安 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 進行跨領域對話，設計主題式教材。 2. 以教師專業發展計畫及教師成長社群，建立教師行動研究風氣。 3. 善用校外專業人力資源，擴大學生學習視野。

課程發展	<ol style="list-style-type: none"> 各領域正常化教學 綜合、藝文及健體領域均由專業教師進行授課 	<ol style="list-style-type: none"> 受限於課程綱要，各科目間的橫向聯繫少 兼課老師多，不安全感重 	<ol style="list-style-type: none"> 善用第八堂課及寒、暑假期間，研發主題式教材。 調查學生學習意願後，開設多元課程供學生選擇。 	<ol style="list-style-type: none"> 教師設計教材不易，需求的教材資源多，需有經費挹注。 兼課教師課程多，影響學生學習之安定感。 	<ol style="list-style-type: none"> 以學生為教學的中心，運用夏日時光進行創意課程。 運用主題教學方式，納入各領域資源。 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，提升學習成效。
行政人員	<ol style="list-style-type: none"> 依法行政，各司其職 	<ol style="list-style-type: none"> 業務量日增，教師兼任行政意願不高。 各項評鑑工作持續帶來工作壓力。 各處室間的配合度須加強。 	<ol style="list-style-type: none"> 軟硬體設備齊備，調度作業容易。 評鑑課程之教學績效。 	<ol style="list-style-type: none"> 業務日益繁重，壓力大，年齡也大。 	<ol style="list-style-type: none"> 提供課程進行之軟硬體設備。 協助安排課務、教學物品採購及經費核銷。 辦理各項研習提昇教師專業素養，提升教學效能 召開座談會，加強授課講師對話。
學生特質	<ol style="list-style-type: none"> 質樸率真。 草根性濃厚。 活潑潛力大。 	<ol style="list-style-type: none"> 主動學習意願不高。 單親隔代教養比率高。 文化、藝術刺激不足。 	<ol style="list-style-type: none"> 健康活躍體力充沛。 具可塑性。 學校提供多元化學習管道，激發個人潛力。 	<ol style="list-style-type: none"> 自學能力及意願較差。 學生上下學通勤耗時較長。 單親隔代教養多，需更多的輔導心力。 	<ol style="list-style-type: none"> 以活潑的教學活動引導偏差行為及弱勢學生投入學習。 辦理多元的藝文活動，提昇學習興趣並陶冶氣質。 申請夏日樂學計畫，提供學生多元發展機會。

家長特質	<ol style="list-style-type: none"> 1. 關心學校教學品質。 2. 對學校期望高。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 家長社經地位弱勢，於假日多無法提備孩子學習才藝之機會。 2. 多元入學方案持續修正，需及時宣導。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 尊重孩子選擇，鼓勵孩子參加活動。 2. 家長會運作正常，親師溝通管道暢通。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 多數家長忙於生計或缺乏相關知識，無法給予孩子學習上的督促，健康方面的協助或陪伴相對缺乏。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請補助於暑假提供多元課程，減輕家長負擔。 2. 辦理家長會，加強親師溝通及合作。
------	--	--	---	---	---

社區參與	1. 里長及社區賢達支持學校辦學。 2. 社區與學校溝通良好。	1. 社區居民工作繁重，無法配合學校各項活動。	1. 社區資源多，可供教學於環境及人力的助力。	1. 社區參與校務各有優缺點。	1. 運用本位課程，進入社區、了解社區。 2. 運用夏日課程從學習開始，再進入社區，逐步拓展學習範疇。
地方資源	1. 鄰近公私立大學資源豐富。	1. 學生家庭經濟中等以下居多，資源缺乏。 2. 低收入及失業家庭多，有待援助。	1. 尋求合作。	1. 經濟不景氣，地方資源萎縮。	1. 配合政府政策，關注資源於弱勢學生。 2. 利用社區資源發展校本課程。 3. 善用網路資源，進行教學合作及人力支援合作。

(二)「口腔衛生」現況分析

當前國中生的口腔衛生現況值得關注。根據調查，許多國中生對口腔衛生的重視程度不足，導致蛀牙、牙周病等問題逐漸增加。首先，學校的健康教育雖然有實施，但實際上學生的口腔護理知識仍然有限。他們往往對正確刷牙和使用牙線的方法不夠了解，甚至忽視定期檢查的必要性。

其次，飲食習慣也是影響口腔健康的重要因素。許多學生喜愛攝取含糖量高的零食和飲料，這些食品不僅對牙齒有害，還可能影響整體健康。此外，繁忙的學業壓力使得部分學生無法保持規律的口腔護理習慣，進一步加劇了口腔問題的發生。

最後，家庭環境對口腔衛生的影響也不可忽視。有些家長對口腔衛生的重視程度較低，未能給予子女正確的引導，導致學生在口腔護理上缺乏良好的榜樣。

總結來說，國中生的口腔衛生現況極需改善，學校和家庭應加強合作，提供更多的健康教育與支持，鼓勵學生養成良好的口腔護理習慣，以提升整體口腔健康水平。

本計畫為指定「口腔衛生」為健康促進議題，發展多元層面、多元策略、多元評價之整合型學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康。

◇ 虎林國中112~115年-年級初檢齲齒率

年級	112年	113年	114年
七	33.33%	34.13%	39.13%

◇ 計畫執行成效

校本指標	全市指標
1. 口腔檢查異常學生矯治率後測達85%以上。	1. 口腔檢查異常學生矯治率後測達85%以上。
2. 學生睡前潔牙率達95%。	2. 學生睡前潔牙率達95%。
3. 在校兩餐間不吃零食比率後測增加1%。	3. 在校兩餐間不吃零食比率後測增加1%。
4. 在校兩餐間不喝含糖飲料比率後測增加1%。	4. 在校兩餐間不喝含糖飲料比率後測增加1%。

◇ 預計施行方法:

1. 施行口腔衛生教育課程，建立良好的口腔保健知識。

2. 持續午餐座位潔牙政策，使用含氟牙膏、搭配含氟漱口水。
3. 透過健康課程和宣導活動讓學生更明確認識及建立在睡前潔牙、不吃過多零食、不喝含糖飲料等習慣。
4. 有效的策略及計畫，並提供充分的環境支持及服務，以使「口腔衛生與健康飲食」的倡導與落實，永續發展。

四、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口腔衛生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. 參與健康促進口腔保健校群會議，與專家及中心、種子學校進行討論，並達成共識。 4. 評估需求，辦理相關研習宣導活動。	114.08.01~115.05.30 114.09.01~115.03.31 114. 09-115. 06 114.08~115.03	組織架構 工作會議內容 健康促進計畫 場次名稱	健促委員會人力資源 會議記錄單、簽到單 健康促進計畫、成果 成果照片
二、	物質環境	1. 辦理口腔衛生檢查。	全年辦理	定期檢測	紀錄

		<p>2. 規劃七年級健康課程融入口腔衛生。</p> <p>3. 設置健康促進宣導專欄，張貼健康促進宣導資訊。</p>	<p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p>	<p>健康促進計畫</p> <p>確實設置</p>	<p>健康促進計畫、成果</p> <p>活動照片</p>
三、	社會環境	健康促進議題納入班會作為討論事項。	114.09 ~115.06	班會討論	班會記錄照片
四、	健康技能	<p>1. 利用朝會時間加強宣導，並進行系列活動。</p> <p>2. 將健康促進融入課程教學。</p>	<p>114.11 ~115.06</p> <p>114.09 ~115.06</p>	<p>場次名稱</p> <p>課程計畫</p>	<p>成果照片</p> <p>成果照片</p>
五、	健康服務	<p>1、本校健康中心協助輔導學生正確的口腔衛生相關概念。</p> <p>2、結合新竹市衛生局，協助到校宣導。</p>	<p>114.09 ~115.06</p> <p>114.09 ~115.06</p>	<p>全年辦理</p> <p>全年辦理</p>	<p>講座、照片</p> <p>照片</p>

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。	114.09.	辦理家長日活動	活動照片
		2. 結合消防局、衛生單位或台大醫工所等，協助提供相關教育宣導。	114.11	確實辦理	活動照片

五、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.成立衛生委員會工作小組	■	■	■									
2.擬定安全教育與急救計畫成員工作職責		■	■									
3.將計畫列入校園年度行事曆		■	■	■	■	■	■	■	■			
4.擬定學校健康促進計畫		■	■									
5.研習、宣導活動設計及時間規劃		■	■	■	■	■	■	■	■			
6.執行健康促進計畫		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

7.資料分析												
8.成果撰寫												

(一) 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。

組別		成員	職稱	工作內容
召集人		校長	涂靜娟	召集與督導學校健康促進計畫之推動、執行及考核事宜。
總幹事		學務主任	游秀綾	學校健康促進工作計畫之訂定與執行推展、綜理協調各組事務工作。
執行秘書		衛生組長	謝承融	執行健康促進計畫有關事項及各項活動之推展。
健康課程組	組長	教務主任	陳威任	學校健康促進融入教學、課程規劃、健康促進教材之發展。
	組員	教學組長	奚采薇	
		課研組長	呂美琪	
		健體領域教師		
健康設備組	組長	總務主任	洪睦盛	校園硬體環境安全維護。 協助健康促進工作及活動所需器材及設備。
	組員	工友		
健康輔導組	組長	輔導主任	鄭竹昱	提供健康促進心理衛生輔導。 協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
	組員	輔導組長	蔡尚晏	
	組員	輔導教師		

健康服務組	組長	護理師	宋祖昀	學生環境衛生宣導及疾病之預防。 學生意外傷害之處理與紀錄。 健康促進之推動。
	組員	營養師	陳文宗	負責健康飲食、營養均衡宣導。
教育宣導組	組長	學務主任	游秀綾	綜理協調健康促進宣導事項
	組員	訓育組長	李泊鈺	執行健康促進藝文活動
	組員	生教組長	王世源	執行無菸拒檳校規訂定與執行
	組員	體育組長	袁孝賢	執行健康體位相關活動
	組員	衛生組長	謝承融	執行健康促進宣導活動
	組員	護理師	宋祖昀	執行健康促進宣導活動
	組員	營養師	陳文宗	執行健康飲食宣導活動
	組員	健體領域教師		健康促進融入教學以及宣導活動。
會計組	組長	會計主任	邱子軒	健康促進之各項經費預算與支出相關事宜。
家長會		會長	關大烈	配合學校進行健康促進各項相關事宜。

承辦人:謝承融

主任:游秀綾

校長:涂靜娟

(一) 活動進度表

日期時間	地點	對象	課程與活動	主講者
114年9月11日	虎中校園	七年級全體學生	融入班級實作口腔保健及潔牙宣導	宋祖昀護理師

114年12月4號	虎中校園	七年級全體學生	口腔健康促進活動與講座	吳欣怡護理師
115年3月2日	虎中校園	八年級學生	口腔衛生教育講座	宋祖昀護理師
115年4月13日	虎中校園	八年級學生	指導正確餐後潔牙	宋祖昀護理師

六、活動成果：成果照片



◇ 114.09.11-融入班級實作口腔保健及潔牙導。



◇ 114.12.4-口腔健康促進活動與講座。



◇ 114.12.4-口腔健康促進活動與講座。

◇ 115.03.02-口腔衛生教育講座。



◇ 115.03.02-口腔衛生教育講座。

◇ 115.04.13-指導正確餐後潔牙。

