

新竹市東區東園國民小學

114 學年度健康促進學校實施計畫書

自選議題：口腔保健

一、計畫依據：

- (一)、學校衛生法第十九條規定辦理。
- (二)、新竹市政府 114 年 9 月 24 日府教體字第 1140155167 號函辦理。

二、學校特色：

本校位於新竹市東區，與培英國中、建華國中、國立新竹高中、新竹高商以及交通、清華兩所大學為鄰，因文教風氣鼎盛而成為許多移入人口居住地的首選。是以本校學生數並未因少子化而顯著減少。114 學年度計有普通班 77 班、特教 1 班、幼兒園 4 班，人數高達 2173 人，是新竹市學生數最多的學校。

然而，學區中多數為雙薪家庭，父母常因工作繁忙無暇自備餐點並陪孩子在家用餐，加上孩子課後多在安親班待到晚上，家長基於關心，額外的準備餅乾、水果當點心已是常態，零食已成為他們日常生活不可或缺的部分。進食的次數多，不可能次次確實潔牙；含糖食物比例高則容易造成齲齒，這些都是危害口腔健康的因子。

以我國而言，113 年度學齡前兒童乳齒齲齒率雖有下降，但仍高達 46%；12 歲兒童恆牙齲蝕指數(DMFT)則是 2.01 顆，略高於 WHO 所訂少於 2 顆之目標，且相較於全球平均值 1.67 顆為高。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十分重要。

二、現況分析：

(一)本校112學年度學生齲齒率分析

年級	人數	初檢齲齒人數	初檢齲齒率%	齲齒複檢率%
一	349	101	28.94	95.05
二	360	60	16.76	88.33
三	345	52	15.16	92.31
四	357	86	24.09	94.49
五	390	44	11.28	95.45

六	386	24	6.22	75
總計	2287	367	16.7	92.97

(二)本校113學年度學生齲齒率分析

年級	人數	初檢齲齒人數	初檢齲齒率%	齲齒複檢率%
一	329	55	16.72	94.55
二	327	59	18.04	94.92
三	355	56	15.77	100
四	358	50	13.97	88.88
五	370	44	11.89	93.18
六	354	28	7.91	85.71
總計	2187	292	13.3	86.7

世界衛生組織指出，口腔健康是全身健康與生活品質的重要基石，協助孩子擁有一口好牙，擁有健康的行為是身為第一線的教師們責無旁貸的。

俗話說：牙痛不是病，痛起來要人命。本校自健康促進實施計畫推行以來，對學生的齲齒、提升家長參與健康照護觀念仍持續推動。以111-113年全學年齲齒率分析，齲齒矯治率仍然高於全市平均值，足見策略的有效性。眾所皆知，大部分的口腔疾病可以預防，本校對於口腔健康持續重視，並將兩餐間不吃零食列為重點宣導方向。上述除了有賴班級教師在課堂中諄諄善誘，也需要提升家長與學童的健康意識。加強對學生及對家長的口腔保健宣導，期盼家長能更加了解口腔保健的重要，一起為學童口腔健康努力。

(三)、口腔衛生SWOT分析

S【優勢】 1. 老師協助執行午餐後潔牙及每週二的含氟漱口水活動。 2. 大部分班級外都洗手台，有助於學生的潔牙活動。 3. 與社區牙醫診所配合檢查孩童牙齒。 4. 家長重視孩童的身體健康，接到齲齒通知大多會帶孩子就診治療，	W【劣勢】 1. 學生欠缺耐心，潔牙不夠確實。 2. 學生缺乏潔牙動機，需要時常提醒。 3. 學生喜歡吃零食，彼此間會分享。 4. 課後安親班及才藝班較忽略口腔保健，學生吃完點心後，較少要求漱口或潔牙。
---	--

O【轉機】 1. 一、四年級進行口腔健康檢查，有助於及早發現和治療。 2. 健康老師指導學生學習正確刷牙法及使用牙線。 3. 結合社區牙醫診所，照護學生口腔健康。	T【威脅】 1. 教師因課程及班級經營繁重，執行上難免會影響學生的潔牙成效。 2. 家長口腔保健教育觀念不足，沒有定期檢查的習慣。 3. 疫情解封，學生喜歡吃零食，彼此間會分享機會恐會更頻繁。
---	--

四、計畫預期成效

部訂指標	全市指標	校本指標
1. 學生未治療齲齒率 2. 學生複檢齲齒診治率 3. 四年級學生窩溝封填施作率	1. 學生初檢齲齒率 (1)1 年級 32%以下 (2)4 年級 26%以下 (3)7 年級 20%以下 2. 口腔檢查異常學生矯治率後測達： (1)國小 85%以上 (2)國中 85%以上 3. 學生餐後潔牙搭配含氟牙膏（1000ppm 以上）比率國小達 75%。 4. 含氟漱口水執行率達 95%。 5. 國小學校每學年辦理潔牙活動至少一場。 6. 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. 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. 吃完東西後有白開水漱口或用牙線、或潔牙：健康行為有益	1. 口腔檢查結果異常學生矯治率達 86.7%。 2. 學生午餐餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)比率國小達 80%。 3. 含氟漱口水執行率：全市國小達 95%以上。 4. 國小學校每學年於校內辦理潔牙活動至少 1 場達 95%。 5. 學生睡前正確潔牙率達 80%。 6. 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率前後測進步 5%以上。 7. 學生在學校兩餐間不吃零食比率達 80%以上。 8. 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 80%以上。 9. 提高國小第一大白齒窩溝封填施作率。

	心理健康 (1)國小 1%以上 (2)國中 1%以上 9. 每半年檢查牙齒：健康行為有益心理健康 (1)國小 1%以上 (2)國中 1%以上 10. 國小四年級學童窩溝封填施作率。 11. 國中 12 歲學童平均每人齲齒指數(DMFT)	
--	--	--

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口腔衛生健康促進學校計畫之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

項次	推動範疇	實施內容	推動時間(預計)	評價項目	佐證方式
一	健康政策	1-1 成立「學校健康促進推行委員會」，並定期召開會議，研討本學年度健康促進實施情形，以有效推動相關議題之執行。	114.9~115.6	委員會組織、去年度問卷結果分析、訂定執行目標	健促委員會人力資源、健體領域成員會議記錄單、簽到單
		1-2 擬定健康促進計畫推行項目，將內容納入健康教育課程計畫。	114.9~115.6	符合市訂指標	課程計畫
		1-3 整合學校健康衛生業務，制定相關規章與實施計畫。	114.10~115.01	健康促進計畫	健康促進計畫、成果
		1-4 評估全校教職員工及學校需求，辦理相關研習活動。	114.8~115.6	研習計畫	計畫、成果
		1-5 每日餐後潔牙與每周一次含氟漱口水。	全年辦理	執行率達 96%	紀錄表

二	物質環境	2-1 設置衛教牆，張貼各項健康促進議題海報。	全年辦理	85%學生能建立正確觀念	照片、文宣
		2-2 學校備有口腔保健衛生教育教材。	全年辦理	82%學生能使用正確方式潔牙	照片、紀錄表
		2-3 每班均設有洗手台，以利學生進行潔牙。	全年辦理	潔牙率達 96%	紀錄表
		2-4 班級中闢有健康促進宣導專欄，張貼各項相關口腔衛生議題宣導與資訊。	全年辦理	85%學生能建立正確觀念	照片、文宣
		2-5 設置「健康促進學校網頁」，提供各項健康資訊與教材。	全年辦理	70%知道並使用	網頁內容
三	社會環境	3-1 配合相關單位提供的資源，進行宣導及活動	全年辦理	85%學生能建立正確觀念	照片、文宣
		3-2 善用聯絡簿、班親座談或學校刊物宣導口腔衛生保健。	全年辦理	85%學生能建立正確觀念	照片、文宣
		3-3 結合社區有關單位協助提供相關衛教宣導。	全年辦理	85%師生能建立正確觀念	照片、回饋表
		3-4 口腔衛生藝文活動。	114.11~115.3	鼓勵學生參與並從中獲取知識	作品
四	健康服務	4-1 每學期安排牙醫師到校為學童執行口腔檢查。	114.9~115.6	檢查結果通知單	照片、統計資料
		4-2 通知並追蹤齲齒學生複診矯治情形。	114.10~115.6	95%以上的矯治率	統計資料
		4-3 學生健檢資料建檔，隨時與級任老師和家長聯繫，掌握學童健康狀況。	全年辦理	100%的完成率	統計資料
		4-4 學校護理師及具備健康教育專長的教師提供相關健康諮詢與資訊。	全年辦理	82%學生能使用正確方式潔牙	統計資料
五	健康技能	5-1 口腔衛生教學(貝氏刷牙法、牙線使用) 5-1-2 口腔衛生教學(週二午餐後播放潔牙歌，宣導正確刷牙方式。)	114.9~115.6	95%的學生參與活動並用正確方法潔牙	照片

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	曾玉蓮	理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	黃懿卿	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	羅翊榛	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	陳政智	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	歐聖凡	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-環衛組長	蔡孟芳	負責校內健康促進活動宣傳及工作執行，並負責健康促進計畫相關網站資料的建置作業。
研究人員-活動組長	劉素君	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-研究組長	許文福	協助健康促進議題融入課程納入課程計畫，督導領域教師列入教學。
研究人員-資訊組長	林咏璇	協助健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
研究人員-護理師	趙慧敏	負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-護理師	陳玟靜	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	陳美靖	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-健體領域召集人代表	劉素君	協助整合健促議題融入健體課程。
研究人員-學年代表	游閔惠	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-學年代表	周俊好	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	吳玉善	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-學年代表	李明昭	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-學年代表	楊婷雅	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-學年代表	江惠珍	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-科任代表	許幸華	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	賴怡君	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。

八、獎勵與考核：

辦理本計畫圓滿完成，工作人員依新竹市教育專業人員獎懲規定予以敘獎。

九、本計劃經校長同意後送市府核准後實施，修正亦同。

十、執行成果：

 親愛的家長： 開學了，看到孩子們健康愉快的回到校園，真是我們最開心的事！孩子們邁入新學期，陸陸續續的換牙，萌發恆齒，此時如果可以把握機會，請牙醫師施作窩溝封填，將可有效預防齲齒喔！ 什麼是窩溝封填？什麼時候做窩溝封填效果最好？窩溝封填有健保給付嗎？邀請您欣賞由高醫大製作的窩溝封填介紹影片，裡面有清楚的說明。 我們一起為孩子的牙齒健康加油！ 東園國小健康中心敬上	
班親會口腔保健議題宣導 	校園布置及健康促進櫥窗展示 

餐後督導式潔牙與含氟漱口水



班級坐式刷牙訓練

口腔衛生入班宣導



護理師入班宣導-低年級認識乳牙語

護理師入班宣導-低年級認識乳牙、換牙

預期目標達成率：

(一)口腔檢查結果異常學生矯治率 86.87%以上。

本學年度成效：達成，矯治率達 96.43%。

(二)全校學生餐後潔牙搭配含牙膏(1000ppm)達 80%以上。

本學年度成效：未達成，餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)僅達 100%

策略：持續加強推動宣導親師生對含氟牙膏的認識。

(三)全校學生含氟漱口水執行率達 97%以上。

本學年度成效：達成，全校學生含氟漱口水執行率達 99.72%。

(四)國小學校每學年於校內辦理潔牙活動至少 1 場達 95%。

本學年度成效：達成，本學年共辦理相關宣導與示範活動達 10 場以上。

(五) 學生睡前正確潔牙率達 80%。

本學年度成效：達成，學生睡前正確潔牙率達 83.93%。

(六) 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率前後測進步 5%以上。

(七) 學生在學校兩餐間不吃零食比率達 80%以上。

本學年度成效：達成，學生在學校兩餐間不吃零食比率達 91.07%。

(八) 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 80%以上。

本學年度成效：達成，學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率達 89.29%。