

新竹市立三民國中 114 學年度

健康促進計畫種子學校--推動「口腔衛生」計畫

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。
- (三) 114 學年度健康促進學校計畫。

二、實施期程

自 114 年 8 月 1 日起至 115 年 7 月 31 日止。

三、學校特色

本校位於新竹市市區，周邊鄰近牙科診所與區域醫療資源，學生獲得牙科醫療服務相對方便。然而，校內學生普遍受飲食習慣影響，如含糖飲料攝取頻繁、零食取得容易、清潔齒面與使用牙線之習慣尚不穩定，且對預防性口腔保健措施（如定期塗氟、牙齒咬合面窩溝封填）的認知不足。

另外，學生易受網路與同儕影響，對牙齒美白、矯正、口腔保健產品可能存有錯誤期待與迷思。部分家庭對口腔保健資源與正確清潔方式缺乏一致性教育，學生在日常照護上出現落差。

因此，本校將結合校護專業、外部牙醫與衛生單位資源，透過課堂融入、宣導、體驗、家庭合作，提升學生口腔保健知識、態度與行為，並建立可持續的口腔健康促進文化。

111學年第1學期_口腔齲齒複檢結果統計								
年級 / 性別	人數	初檢齲齒人數A	初檢齲齒%	齲齒未就醫人數B	齲齒複檢正常人數C	齲齒複檢異常人數D	齲齒複檢% (E)	
7	男	332	35	10.54%	0	0	35	100.00%
	女	348	37	10.63%	3	0	34	91.89%
	小計	680	72	10.59%	3	0	69	95.83%
112學年第1學期_口腔齲齒複檢結果統計								
年級 / 性別	人數	初檢齲齒人數A	初檢齲齒%	齲齒未就醫人數B	齲齒複檢正常人數C	齲齒複檢異常人數D	齲齒複檢% (E)	
7	男	357	52	14.57%	0	4	48	100.%
	女	340	79	23.24%	0	3	76	100.%
	小計	697	131	18.79%	0	7	124	100.%
113學年第1學期_口腔齲齒複檢結果統計								
年級 / 性別	人數	初檢齲齒人數A	初檢齲齒%	齲齒未就醫人數B	齲齒複檢正常人數C	齲齒複檢異常人數D	齲齒複檢% (E)	
7	男	505	107	21.19%	2	6	99	98.13%
	女	492	119	24.19%	2	6	111	98.32%
	小計	997	226	22.67%	4	12	210	98.23%

四、現況分析

(一) SWOTs 情境評估（背景分析）及行動策略

Strength 優勢	1. 校內護理師具備健康教育與口腔衛教能力。 2. 導師與科任教師願意配合議題融入教學。 3. 曾執行健康促進方案，行政與跨處室合作經驗充足。
----------------	---

	4. 學生參與度高，能配合校內衛生活動。
Weakness 劣勢	1. 學生對正確刷牙方式、牙線使用率不足。 2. 存在高頻率含糖飲料與零食攝取習慣。 3. 部分學生鮮少定期牙科檢查或塗氟。 4. 家庭口腔健康知能與規範不一致。
Opportunity 機會點	1. 衛生局與牙醫師公會提供教材、講師與塗氟資源。 2. 政府鼓勵兒童及青少年定期牙科檢查與防蛀措施。 3. 社區診所可進行醫療合作與參訪活動。 4. 可利用數位影音與口腔模型協助教學。
Threat 威脅點	1. 市售含糖飲料便利取得，替代選擇不足。 2. 學生受社群平台美白、快速矯正廣告影響。 3. 部分家庭缺乏定期檢查與預防觀念。 4. 忙碌生活型態易忽略每日完整口腔清潔流程。
Solution 解決之道	結合課程教育、環境策略與家庭合作，推動正確潔牙習慣、含糖飲食自我管理、定期檢查與預防性醫療措施，並融入媒體素養教育避免誤信錯誤廣告。

五、計畫預期成效

(一) 完成校內設定指標：確認學生正確用藥與全民健保知能。

(二) 符合完成新竹市設定指標

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%。
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%。

六、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、服務活動、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促進正確用藥與全民健保知能之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

六大層面	實施內容	工作期程	佐證方式
健康政策	召開健康促進委員會會議。	114/08 114/10	會議記錄單、簽到單
健康技能 (教學)	鼓勵教師將該議題融入教學活動，讓學生了解正確用藥與全民健保知的相關知識。	114/09 114/01	課程照片

健康服務	邀請學者專家對全校職員工生進正確用藥講座（含廢藥處理）。	115/02 115/06	活動照片、簽到表
物質環境	蒐集正確用藥相關教材及參考資料。	經常性	活動照片
社會環境	收集報紙或媒體報導，公佈因疏忽用藥安全危害身體健康之資料。	經常性	書面資料
社區關係	召開親師座談會宣導「健康促進學校計畫」內涵。	114/09	活動計畫、照片

七、 預定進度

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											

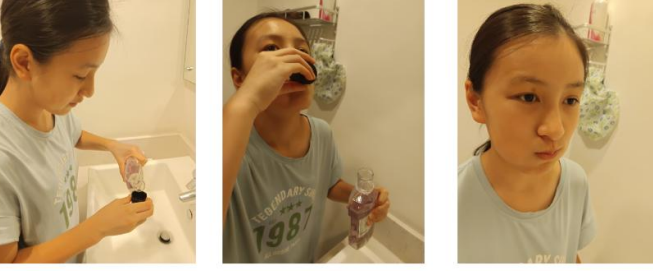
八、 人力配置

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	丁淑觀	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	陳國慶	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	吳昌諭	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	謝偉傑	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	陳龍志	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	葉庭均	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	林合展	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	郭福鈞	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	周筱軒	協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	詹玉霜	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	陳淑貞	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	彭瑾惠	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	林鈺琇	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	陳耀川	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。

九、活動照片

	
1.健保用藥講座宣傳海報	2.講座現場
漱口 	
3.口腔保健融入寒假作業	4. 召開健康促進委員會會議。
	
5.海報宣導走廊	6.結合世界口腔健康日於午餐時間播放口腔保健影片
	
7. 本校朝會時間表揚藝文競賽得獎學生。	8. 結合社區服務推動口腔衛生正確觀念。

十、結語

本校 114 學年度口腔衛生健康促進計畫，以 WHO 健康促進學校六大範疇為推動架構，整合行政團隊、教師、護理師、家長及社區醫療資源，透過健康教育課程融入、專題講座、校園環境布置、世界口腔健康日宣導、寒假作業及社區服務等多元策略，建構兼具教育性、生活化與持續性的口腔健康支持環境，將口腔保健由課堂學習延伸至家庭及社區，逐步建立全校共同參與的健康促進文化。

本計畫除完成各項預定工作外，亦展現良好的推動成效。從前後測結果可見，學生在口腔保健知識、健康態度及健康行為均呈現正向成長，顯示多元教學與情境式宣導已有效提升學生對正確潔牙、健康飲食、定期口腔檢查及預防保健的認知與實踐能力。活動照片亦呈現學生高度參與及教師積極投入，透過校園宣導、午餐影片播放、課程融入及社區服務等方式，使健康促進理念融入日常生活，發揮由學生影響家庭、由校園連結社區的擴散效益，充分展現健康促進學校整體推動成果。

「本校以『生活即教材、校園即教室、社區即學習場域』為推動理念，透過多元情境與跨域合作，讓口腔健康教育不僅停留於知識傳遞，更落實於學生生活實踐，逐步建立具有三民國中特色且可持續推廣之健康促進模式。」

未來，本校將持續依據健康數據分析與學生需求，精進各項推動策略，深化跨領域課程設計，增加口腔保健實作體驗、數位教材及互動式學習活動，提升學生自主健康管理能力。同時持續鏈結牙醫師公會、衛生局及社區醫療資源，強化親師生夥伴關係，建立長期追蹤與成效檢核機制，逐步發展具本校特色之口腔健康促進模式，讓健康知能轉化為終身受用的健康行為，落實健康促進學校「由知識到行動、由校園到社區、由現在到未來」的永續發展目標。

承辦人

葉庭均組長

陳國慶主任

丁淑觀 校長