

新竹市 114 學年度學校衛生與健康促進計畫

中心學校南寮國小推動口腔衛生保健議題成果報告

壹、口腔衛生保健議題分析

本市學校現有國小校數31所，學生總數約為31,460人；國高中16所，學生總數13,685人；市立高中4所，學生總數約2,900人(114學年度統計資料)。其中齲齒、視力不良、體位過重或過輕是目前校園三大健康問題，也是本市健康促進推動的重點項目。

本市國小學童齲齒率由112學年度27.5%至113學年度微幅降低至27.03%，114學年度則降低為22.54%，此顯示本市國小在推行口腔衛生保健的策略上，藉由中心學校、牙醫師公會及高雄醫學大學口腔保健系三管齊下逐漸有成效，近幾年新竹市推動牙醫師公會的牙醫師定期到校牙齒健檢；學校教職員辦理口腔保健研習與班級經營技術指導；高雄醫學大學黃教授為議題指導教授，協助參與議題之學校共同建立正確口腔知識觀念。各校於暑期時間加強宣導定期牙齒檢查及學期中推行潔牙習慣，一年級初檢齲齒率自112學年度35.24%至113學年度31.91%有下降的趨勢，若能向下扎根在幼兒園推動口腔衛生，建立乳齒清潔的習慣，期許能繼續降低國小一年級學童的初檢齲齒率。在國中部份，學童齲齒率自110學年度的19.26%至112學年度持續下降到12.57%，114學年度國中端逐步加強口腔衛生的推動加上學生知能與技術的建立，方能收推廣之效。

在口腔複檢率方面，112學年度國小學生矯治率為89.40%至113學年度微幅下降至88.15%、國中學生為75.84%，國小端矯治率微幅下降，國中端則較比112學年度88.66%下降了12.82%，需要加強推動口腔保健的複檢率。另外，在健康資訊系統矯治複檢率填報時，留意時效對齲齒的學生進行追蹤提醒複檢，鼓勵至牙醫診所就診複檢。

本市參與口腔衛生議題種子學校：舊社國小、北門國小、大湖國小、港南國小、龍山國小、科園國小與華德福學校；行動研究學校：南隘國小、高峰國小，在推行口腔衛生保健的行動上，更是推動的重要推手；114學年度透過中心學校印製口腔宣導海報及宣導品與提供相關資訊；牙醫師到校口腔檢查與宣導，建立正確口腔保健觀念；各校努力推行口腔保健策略，盼有成果展現。本學年邀請高雄醫學大學黃詠愷教

授給予本市口腔衛生的協助，未來將以此為基礎逐步推動口腔衛生相關策略，除此之外，加強推動學生在校期間餐後潔牙及使用1000ppm以上之牙膏、6至12歲窩溝封填、推行使用牙線等潔牙工具、氟化物的使用及睡前正確潔牙等策略，為首要推廣目標，藉由提升學生自主管理能力，讓學生能創造一個對自己口腔健康友善的環境。我們期許新竹市的每位學童從小做好口腔保健，減少齲齒發生率及未來失智的風險。營造出健康身體、健康城市的願景。

家長的支持與配合一直是學校努力推行的最佳助力，學校護理人員可以針對健康資訊系統矯治複檢率填報前，可對齲齒的學生進行個案追蹤，鼓勵家人帶個案學生去牙醫診所就診。今年度於問卷中加上口腔定期複檢的訊息，能讓口腔檢查的複檢率逐步提升，再為守護學童口腔保健盡一份心力。

貳、新竹市 114 學年度全市口腔衛生保健指標

一、初檢齲齒率：

(一)1 年級 32%以下

(二)4 年級 26%以下

(三)7 年級 20%以下。

二、國中小初檢齲齒率平均數以上的學校，各校進步幅度 0.5%以上。

三、口腔檢查異常學生矯治率後測達：

(一) 國小 85%以上

(二) 國中 85%以上。

四、學生餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)以上比率國小達 75%。

五、含氟漱口水執行率 95%。

六、國小學校每學年辦理潔牙活動至少 1 場。

七、學生睡前正確潔牙後測比率：

(一) 國小 95%以上。

(二) 國中 95%以上。

八、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。

九、吃完東西後有白開水漱口或用牙線、或潔牙：

(一) 國小 1%以上。

(二) 國中 1%以上。

十、 每半年檢查牙齒：

(一) 國小 1%以上。

(二) 國中 1%以上。

十一、 國小 4 年級學童窩溝封填施作率。

參、 計畫實施策略

一、 結合學校健康促進推行委員會及國教輔導團健體領域輔導團，每學期召開輔導與分享會議，並督促各項活動的執行與困難之解決。

(一) 成立議題中心學校，以觀摩學校為標竿，協助強化口腔衛生健康促進學校議題活動推展，不定期進行檢核，進行計畫評估過程與成效評價。

(二) 加強學校共識，結合健康促進學校網路平台，鼓勵本市國（高）中、國小加入口腔衛生保健議題之種子學校、行動研究學校、自選議題學校行列。

(三) 透過新竹市健康促進計畫系統中前測與後測的統計數據，發現事實現況與共同趨勢，提出分析建議。

(四) 透過議題學校討論及專家指導，建立更有信、效度的口腔問卷，以期填報情況能如實反映學童的口腔保健知能。

(五) 由中心學校發放口腔保健宣導海報及宣導品至各校，加強口腔保健常識。

(六) 結合本市友善口腔診所，宣導學童補助第一大白齒窩溝封填費用減免的行列。

二、 辦理各項輔導知能研習及活動，將口腔衛生融入教師教學及學生日常生活之實踐。

(一) 召開健康促進學校口腔衛生保健議題校群共識會議，透過討論與分享、專家指導，讓中心、種子、行動研究、自選議題學校互相學習、經驗傳承。

(二) 結合中心學校辦理的口腔保健創意藝文創作，將推廣口腔保健的意涵，

製作成精美的宣導品，讓學生在使用時，能夠熟悉口腔保健的正確常識，並內化於生活之中。

- (三) 辦理校際教師研習活動。加強教師口腔衛生知能，透過研習知能將口腔議題推展至校園，並結合行政部門共同推展口腔衛生。
- (四) 各校亦配合牙醫師公會年度計畫推行氟化物的使用、潔牙知識相關比賽。
- (五) 配合社區、衛生機關或教育團體規劃健康議題，辦理口腔衛生宣導活動。
- (六) 促使衛生機關及醫療團隊，至學校協助學童口腔衛生的健康檢查服務。

三、 鼓勵本市各學校逐步設置更完善的物質環境，符合安全、便利及高使用率。

- (一) 學校應妥善管理飲用水的清潔，且每學期定期清洗水塔。
- (二) 學校應加強校內宣導，避免以零食或含糖飲料作為學生獎勵品。
- (三) 學校應增設足夠水龍頭設施並設有洗手台，班級內配有鏡子設備，提供學生潔牙使用。
- (四) 學校應加強校園食品管理，避免學童攝取過多含糖食品而危害口腔健康。
- (五) 校內健康中心設置牙齒診療台，協調醫療院所提供堪用牙科診療台，協助學校為孩子口腔檢查。
- (六) 鼓勵班級教室內設置潔牙工具專區及知識補給區，讓學生取用方便。
- (七) 爭取各項經費挹注於健康促進口腔保健活動及相關設備的添購。鼓勵編列經費獲家長會補助，統一購買全校學生牙刷、班級牙膏（含氟1000ppm以上）、高年級牙線及口腔清潔相關產品等。
- (八) 結合相關保健廠商資源，加強推廣口腔保健教育。

四、 落實多元化課程與教學，養成學童正確潔牙習慣，降低齲齒率的發生。

- (一) 將口腔保健融入健體領域，兼顧正式課程與潛在課程的統整，掌握隨機的效能。
- (二) 將口腔保健融入藝術領域，舉辦口腔保健創意藝文比賽，提升學生對口腔保健的關注。
- (三) 督促學校將口腔議題納入學校校訂課程、彈性課程，融入部定領域課程計畫，如英語課、英語讀者劇場等，並透過日常生活中進行健康指導。
- (四) 結合學校營養教育、健康教育課程，讓學生認識健康飲食，建立學生均

衡飲食觀念並減少在日常生活中攝取零食及含糖飲料。

- (五) 實施口腔衛生教學模組課程，運用潔牙教具進行貝氏刷牙法教學，及教導牙線使用方法。
- (六) 建議學校規劃採生活技能取向，口腔保健成為日常生活的習慣。學生自然而然的每日實施，健康成效自然顯現。
- (七) 藉由健康促進輔導員及種子教師知能增進，結合學校行政人員，推動校園健康促進口腔議題。積極催收檢查回條，確認學生完成治療。
- (八) 請各校運用齲齒防治費或其他經費，採購牙菌斑顯示劑，於中午午餐後抽檢學生，以協助學生檢視自己是否有刷乾淨，提升潔牙自我察覺技巧。
- (九) 校內提供的獎勵禮品部分，建議可以選擇含氟量超過 1000ppm 以上牙膏或牙線，一方面鼓勵學生，一方面增益於口腔保健，收一舉多得之效。

五、 建議學校發展屬於自己的特色策略，擬定多方策略，以長期改善學生齲齒狀況，有效降低齲齒率為目標。

- (一) 落實教師與學童用完早餐才入校園，並提倡不攜帶零食及含糖飲料到校。
- (二) 鼓勵學校推動早刷牙及午刷牙活動，餐後播放潔牙歌提醒學童，由導師、護理師、衛生組隨機督導。
- (三) 宣導兩餐間不吃零食、喝含糖飲料；以及若有飲食則事後應漱口或刷牙。
- (四) 學校嘗試提供免費牙線（及牙線棒）使用或請學生攜帶至校。護理師入班宣導牙線使用訓練，並推廣至各班。高年級學生加入餐後牙線的使用。
- (五) 對於口腔檢查結果之高齲齒顆數學童建立個案管理機制，運用健齒小天使關懷制度，給予學生正向支持與關心，以促使其修正不良之生活習慣。
- (六) 辦理「口腔保健」有獎徵答活動，提升學童對口腔保健議題的興趣。
- (七) 透過全市藝文競賽，提升學生對大白齒窩溝封填防齲（可合併氟漆）施作的認識，製作成宣導品推廣，並鼓勵家長多運用政府相關補助服務方案。
- (八) 落實氟化物使用，使用含氟牙膏及含氟漱口水；推動家庭使用“健康氟碘鹽”，含氟鹽助齒健康，小孩吃含氟鹽讓恆牙長更好。
- (九) 班級推廣潔牙活動。

六、 整合口腔衛生保健議題網路問卷線上測驗平台之前測與後測資料統計數據，並以公文或公務簽收請本市填報校內實際統計數據、成果照片等，撰寫本市健康促進口腔衛生保健成果報告，提出相關結果與未來的建議。

七、 113 學年度前後測問卷題目修正如下：

- (一) 於健康促進問卷中修改為較精確用語：我覺得修改為我知道。
- (二) 參照維基百科說明，加入問卷中「含氟牙膏」「超氟牙膏」之定義。
- (三) 整合相似題目：「我知道何時牙刷需要更換？」與「每三個月要換一次牙刷？」
- (四) 根據今年預期指標，刪除兩題詢問上學期間是否會吃零食與喝含糖飲料。
- (七) 增加題目：「除了學校安排的牙齒檢查外，我是否有到牙科檢查牙齒？」

肆、 成立組織運作：本計畫之主要人力為學校健康促進工作團隊成員，各成員之職稱及工作職掌見下表。

計畫職稱	姓名	所屬單位及職稱	在本計畫之工作項目
指導教授	黃詠愷	高雄醫學大學教授	指導並主持計畫、檢視各單位計畫、執行及成果
地方輔導委員	李佳穎	種子學校校長	研究策劃，督導計畫執行，分派各項議題負責單位（新竹市北區舊社國民小學）
地方輔導委員	何信煒	種子學校校長	研究策劃，督導計畫執行，分派各項議題負責單位（新竹市東區高峰國民小學）
計畫執行長	李麗娥	中心學校校長	研擬並主持計畫，分派各項議題負責單位（新竹市北區南寮國民小學）
計畫執行秘書	朱芋蓉 張晏寧	中心學校學務主任	彙整執行計畫，協助與協調各項相關推廣活動、督導各項計畫執行及資源協調，彙整報告撰寫（新竹市北區南寮國民小學）
計畫執行總幹事	曹亦蓉	中心學校環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行（新竹市北區南寮國民小學）
計畫執行副總幹事	王怡婷	中心學校護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行（新竹市北區南寮國民小學）
協同計畫	黃俐文	行動研究學校	各項相關推廣活動、各項計畫執行

執行員	吳其瑾	學務主任 衛生組長	(新竹市香山區區南隘國民小學)
協同計畫 執行員	陳俐伶	行動研究學校 環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區高峰國民小學)
協同計畫 執行員	張璿月	種子學校 環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市北區北門國民小學)
協同計畫 執行員	魏婉庭	種子學校 環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市香山區大湖國民小學)
協同計畫 執行員	林美君	種子學校 護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市香山區港南國民小學)
協同計畫 執行員	阮亮諭	種子學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區龍山國民小學)
協同計畫 執行員	林靜宜	種子學校 體衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區科園國民小學)
協同計畫 執行員	游小嬋	種子學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市北區舊社國民小學)
協同計畫 執行員	陳志航	種子學校 體衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市華德福實驗學校)
協同計畫 執行員	章珍珍	自選學校 活環組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區水源國民小學)
協同計畫 執行員	姜詠馨	自選學校 護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區茄苳國民小學)
協同計畫 執行員	范姜俊傑	自選學校 體衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市香山區虎林國民小學)
協同計畫 執行員	吳欣怡	自選學校 護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區建功國民小學)
協同計畫 執行員	廖珮茹	自選學校 環教組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區民富國民小學)
協同計畫 執行員	張德榮	自選學校 環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市香山區大庄國民小學)
協同計畫 執行員	傅禕譽	自選學校 訓育組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區青草湖國民小學)
協同計畫 執行員	蔡孟芳	自選學校 環衛組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區東園國民小學)
協同計畫 執行員	翁暄睿	自選學校 活動組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市北區載熙國民小學)

協同計畫 執行員	李晏均	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區新竹國民小學)
協同計畫 執行員	郭淑如	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市東區竹蓮國民小學)
協同計畫 執行員	蕭志民	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市成德高中)
協同計畫 執行員	梁組長	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市香山高中)
協同計畫 執行員	葉文莉	自選學校 護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市育賢國中)
協同計畫 執行員	黃修如	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市光華國中)
協同計畫 執行員	侯又嘉	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市富禮國中)
協同計畫 執行員	葉庭均	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市三民國中)
協同計畫 執行員	張雅惠	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市內湖國中)
協同計畫 執行員	宋祖明	自選學校 護理師	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市虎林國中)
協同計畫 執行員	陳信君	自選學校 衛生組長	各項相關推廣活動、各項計畫執行 (新竹市竹光國中)

伍、 口腔衛生保健實施成果暨分析探究

一、 114 學年度口腔衛生保健活動推廣情形：

114 學年度口腔衛生校內推廣統計					
研習講座		課程教學		宣導活動	
37 場	4744 人次	346 場	14940 人次	146 場	37976 人次
合作機構： 新竹市立馬偕兒童醫院、新竹市空軍醫院、馬偕醫院、牙醫師與社區牙醫、親親牙醫診所、天空島牙醫診所、品傑牙科診所、寶傑美學牙醫診所、東大牙醫診所、創美牙醫、朝春牙醫診所、牙醫師公會、口腔照護協會、新竹市故事協會、陽光基金會、新竹市衛生局、新竹市香山衛生所、北區衛生所、高雄醫學大學牙醫系。					

二、 114 學年度口腔衛生保健相關數據：

填報項目	比率
(一) 全市國小初檢齲齒率	22.54%
(二) 全市國小矯治率	89.12%
(三) 全市國小窩溝封填率	44.96%
(四) 全市國小含氟漱口水執行率	99.00%
(五) 全市國中七年級初檢齲齒率	14.17%
(六) 全市國中七年級矯治率	87.09%

三、 新竹市健康促進口腔衛生學生問卷施測狀況

114 學年度口腔衛生保健前後測填答學生數如下表：114 學年度國中小施測率均為 100%，可看出各校師生對於口腔衛生保健議題皆配合施測有完整的施測結果。

	四年級	五年級	七年級	合計
前測人數	1078	997	549	2624
後測人數	1064	980	542	2589

四、 新竹市實施成效分析：

(一) 114 學年度新竹市初檢齲齒率、矯治率與窩溝封填率變化：

1. 114 學年度新竹市初檢齲齒率：由表一、表二數據可得知，國小 1 年級為 25.25%、4 年級為 25.19%、國中 7 年級為 14.17%，均達成市府指標：1 年級為 32%以下、4 年級為 26%以下、國中 7 年級為 20%以下。國小各年級初檢齲齒率較 113 學年度比率皆呈現下降趨勢，尤其一、五、六年級的齲齒率下降比率達 5%-9%，國中則是明顯下降了 10.36%，可見本市國中小學校今年在推動降低齲齒率的努力與決心。
2. 114 學年度新竹市口腔檢查異常學生矯治率：國小為 89.12%、國中為 87.09%，皆達成新竹市指標國中小矯治率達 85%以上。從表一數據觀察，矯治率有隨年齡階段上升而逐漸降低的趨勢，高年級學生正值乳牙更換為恆牙的最後階段，若能在齲齒矯治的追蹤或定期牙檢的提醒下提升矯治率，更能將牙齒保健的觀念深植在學生心中。
3. 114 學年度國小 4 年級第一大白齒窩溝封填施作率為 47.43%，由表一和圖一可知 114 學年度窩溝封填率年齡增加比率逐年提升，觀察

表三 107 年至 114 年一、二、四年級窩溝封填施作比率的變化，可知同一群體的比率呈現穩定上升，可見推廣窩溝封填的政策持續推動將有更好的成效。

表一 113 與 114 學年度國小初檢齲齒率、矯治率及窩溝封填率變化

年級	113 學年度 初檢齲齒率	114 學年度 初檢齲齒率	113、114 學年度 初檢齲齒率變化		114 學年度 矯治率	114 學年度 窩溝封填率
一年級	32.35 %	25.25 %	年級變化	齲齒率差異	87.99%	16.02%
二年級	29.45 %	26.47 %	一升二	-5.87%	91.04%	37.36%
三年級	31.24 %	26.42 %	二升三	-3.03%	91.09%	45.05%
四年級	28.43 %	25.19 %	三升四	-6.05%	86.16%	47.43%
五年級	22.90 %	19.26 %	四升五	-9.17%	85.13%	49.29%
六年級	18.00 %	14.62 %	五升六	-8.28%	88.61%	50.86%
全校學生	27.03 %	22.54 %	113 至 114	-4.49%	89.12%	44.96%

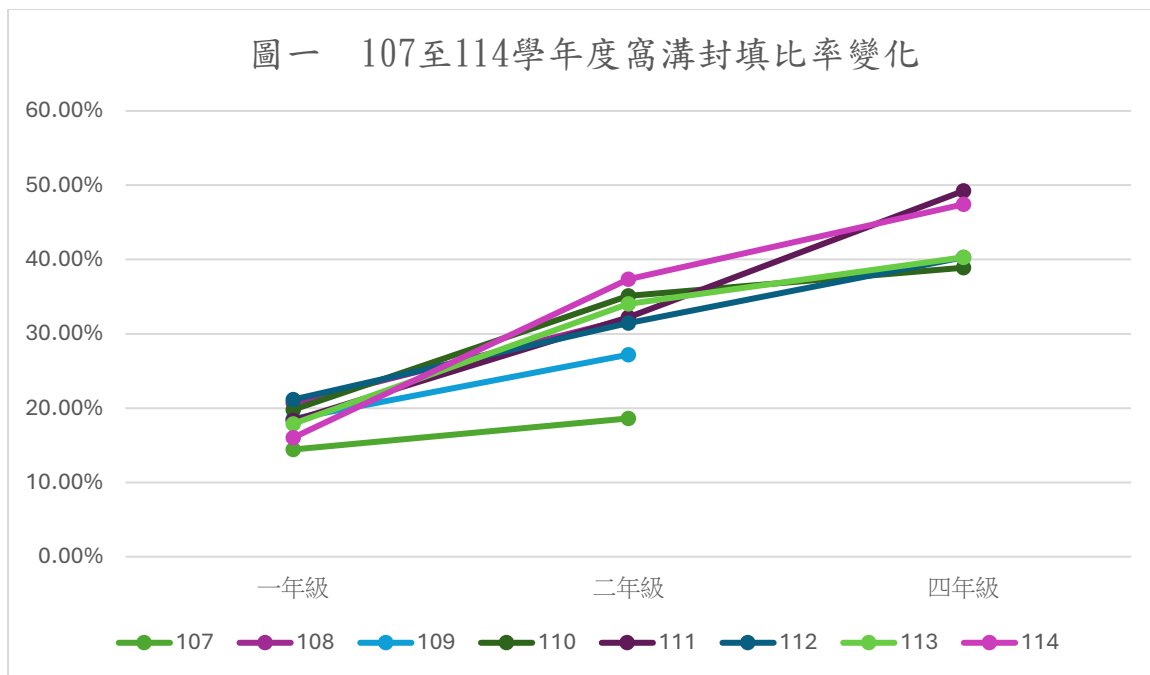
表二 113 與 114 學年度國中初檢齲齒率、矯治率及窩溝封填率變化

年級	113 學年度 初檢齲齒率	114 學年度 初檢齲齒率	113、114 學年度 初檢齲齒率變化	114 學年度 矯治率
七年級	23.88%	14.17%	-10.36%	87.09%

表三 107 學年度至 114 學年度新竹市國小學童第一大臼齒窩溝封填施作比率變化

學年度	一年級 窩溝封填施作比率	二年級 窩溝封填施作比率	四年級 窩溝封填施作比率
107	14.43%	18.61%	
108	20.69%	32.02%	
109	18.55%	27.19%	
110	19.78%	35.10%	38.90%
111	18.33%	32.24%	49.23%
112	21.15%	31.46%	48.76%
113	17.89%	34.04%	40.3%
114	16.02%	37.36%	47.43%

圖一 107至114學年度窩溝封填比率變化



(二) 113 學年度國中小初檢齲齒率全市平均數以上學校，114 學年度各校進步幅度：

- 1、表四中 113 學年度初檢齲齒率高於全市平均的國小共有 16 所，114 學年度有達成進步幅度 0.5% 以上的國小有 14 所。分別為新竹國小、東門國小、竹蓮國小、三民國小、龍山國小、載熙國小、南寮國小、虎林國小、大庄國小、頂埔國小、舊社國小、陽光國小、科園國小、高峰國小；未達成進步幅度 0.5% 以上的學校有 2 所，分別為北門國小、建功國小。
- 2、表五 113 學年度初檢齲齒率高於全市平均的國中 5 所，114 學年度有達成進步幅度 0.5% 以上的國中有 4 所。分別為成德附中、育賢國中、內湖國中、虎林國中。未達成進步幅度 0.5% 以上的學校有 1 所，富禮國中初檢齲齒率增加 4.59%。

表四 113 學年度國小初檢齲齒率平均數以上的學校進步幅度

填報學校	113 學年度初檢齲齒率	114 學年度初檢齲齒率	進度幅度	是否達成
新竹國小	34.05%	30.47%	-3.58%	達成
北門國小	29.92%	29.76%	-0.16%	未達成
東門國小	28.12%	21.47%	-6.65%	達成

竹蓮國小	31.62%	27.05%	-4.57%	達成
三民國小	29.00%	23.51%	-5.49%	達成
龍山國小	58.70%	43.66%	-15.04%	達成
載熙國小	27.32%	23.00%	-4.32%	達成
南寮國小	41.36%	27.89%	-13.47%	達成
建功國小	44.64%	47.10%	2.46%	未達成
虎林國小	44.91%	36.29%	-8.62%	達成
大庄國小	36.14%	22.47%	-13.67%	達成
頂埔國小	31.22%	23.69%	-7.53%	達成
舊社國小	30.53%	21.08%	-9.45%	達成
陽光國小	28.43%	24.73%	-3.70%	達成
科園國小	29.11%	19.04%	-10.07%	達成
高峰國小	28.20%	21.69%	-6.51%	達成
全市平均	27.03%			

表五 113 學年度國中初檢齲齒率平均數以上的學校進步幅度

填報學校	113 學年度初檢齲齒率	114 學年度初檢齲齒率	進度幅度	是否達成
成德附中	31.46%	6.45%	-25.01%	達成
育賢國中	29.23%	17.52%	-11.71%	達成
富禮國中	39.53%	44.12%	4.59%	未達成
內湖國中	38.89%	26.98%	-11.91%	達成
虎林國中	41.74%	6.14%	-35.60%	達成
全市平均	23.88%			

(三) 學生午餐餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)比率：

- 1、國小學生以問卷施測，四年級後測進步 8%，後測平均值為 83.60%。五年級學生後測進步 6.2%，後測平均值為 84.54%。餐後潔牙搭配含氟牙膏(超過 1000ppm)國小均達到 76.5%的目標值。
- 2、新竹市各區域是否達標情況，可見表七：新竹市國中小午餐餐後潔牙搭配含氟牙膏（超過 1000ppm）比率國小四、五年級均達成指標 76.5%以上，從各區的數據來觀察，東區與北區在午餐後潔牙後測的數據有些微下降，而香山區學校國小與國中後測皆有進步。

表六 新竹市國中小午餐餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)前後測比率

學生午餐 後潔牙	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
新竹市	95.83	96.16▲	95.69	94.9▽	51.55	51.29▽
東區	94.41	94.36▽	94.97	92.83▽	38.85	34.67▽
北區	96.81	96.42▽	96.5	96▽	54.01	51.49▽
香山區	97.93	100▲	96.55	99▲	75.37	85.07▲

表七 新竹市國中小午餐餐後潔牙搭配含氟牙膏(1000ppm)前後測比率

學生午餐 後潔牙搭 配含氟牙 膏（超過 1000ppm） 潔牙比率	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測 (%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
指標是否 達成		達成		達成		
新竹市	75.6	83.6▲	78.34	84.54▲	51.37	56.64▲
東區	75.77	79.82▲	77.09	82.45▲	45.32	47.99▲
北區	75.89	83.87▲	80.16	85.8▲	56.57	56.34▽
香山區	74.9	92.02▲	79.31	88.5▲	58.58	74.63▲

(四) 新竹市國小含氟漱口水執行率達 95%：

114 學年度本市國小含氟漱口水執行率為 99.00%，達成本市預期指標。

(五) 學生睡前正確潔牙率

1、本市睡前正確潔牙率參考問卷中詢問睡前是否潔牙與是否有使用 1000ppm 以上含氟牙膏共兩題的答案計算正確比率，相較於 113 學年度的九成比率，114 學年度比率僅四年級香山區比率有達到九成，國小其他區與全市平均僅八成，國中端數據較低僅七成九到八成，國中小均未達到指標 95%以上。

2、觀察前後測變化數據，國中小各區與全市平均均有成長。

表八 新竹市國中小睡前正確潔牙率

學生睡前 正確潔牙 比率	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
指標是否 達成		未達成		未達成		未達成
新竹市	76.86	84.82▲	79.49	86.58▲	75.05	80.07▲
東區	77.66	81.91▲	78.58	85.57▲	75.36	79.93▲
北區	76.06	84.77▲	80.93	87▲	78.47	79.48▲
香山區	75.93	91.6▲	80.05	88.75▲	70.9	80.97▲

(六) 學生吃完東西後有白開水漱口或使用牙線與牙刷潔牙：

- 1、由表九的數據分析可得知國中小吃完零食後漱口或潔牙行為的後測比率各區與全市平均皆有增加，均達成指標增加 1%以上。
- 2、表十呈現的是喝完含糖飲料後漱口或潔牙行為的數據分析，後測比率各區與全市平均皆增加，達成指標增加 1%以上。
- 3、由表九、表十分析比較，發現香山區各年級比率後測表現均有大幅度的成長，香山區學校在推動學生在牙齒保健行為上的努力可作為楷模。
- 4、兩項數據比較中，仍會發現喝完含糖飲料後漱口或潔牙的比率與吃完零食後漱口潔牙的比率相較起來較低，若能結合健康體位議題互相配合，宣導喝足夠的水並避免含糖飲料的攝取，會有事半功倍的成效。

表九 新竹市國中小學生吃完零食後會不會漱口或潔牙

吃完零食 後，學生 有漱口或 潔牙	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
指標是否 達成		達成		達成		達成
新竹市	80.06	88.85▲	77.13	85.61▲	78.87	83.58▲
東區	78.92	86▲	75.98	83.02▲	77.7	78.1▲
北區	79.08	88.89▲	76.65	84▲	77.37	84.33▲
香山區	83.82	95.38▲	80.79	94.5▲	82.84	94.03▲

表十 新竹市國中小學生喝完含糖飲料後會不會漱口或潔牙

喝完含糖 飲料後， 學生會不 會漱口或 潔牙	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
指標是否 達成		達成		達成		達成
新竹市	73.47	84.25▲	72.22	82.04▲	70.49	77.31▲
東區	70.81	81.27▲	73.37	79.43▲	68.71	72.63▲
北區	73.76	83.87▲	68.87	80.8▲	67.15	76.87▲
香山區	79.25	91.6▲	73.4	90.5▲	77.61	87.31▲

(七) 國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率

- 1、由表十一可以觀察到五年級與七年級學生在後測的比率均有增加，五年級增加幅度為 0.95%，未達到指標需增加 1%以上。

表十一 新竹市國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率

國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
指標是否達成		未達成		
新竹市	84.05	85▲	78.87	84.87▲
東區	85.66	85.85▲	80.94	86.5▲
北區	79.38	82▲	73.72	79.85▲
香山區	85.71	86.5▲	79.85	86.57▲

(八) 新竹市學生每半年檢查牙齒比率

- 1、由表十二可以看出國中小檢查牙齒全市平均後測的比率皆增加。各區表現中國小五年級東區和北區在後測的數據上呈現小幅度下降的狀況。

表十二 新竹市學生每半年檢查牙齒比率

每半年檢查牙齒	四年級		五年級		七年級	
	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)	前測(%)	後測(%)
新竹市	95.36	98.22▲	96.79	96.84▲	93.26	95.57▲
東區	95.14	98.55▲	96.46	95.66▽	91.73	94.89▲
北區	95.39	96.42▲	98.05	97.2▽	96.35	94.03▲
香山區	95.85	99.58▲	96.06	99.5▲	93.28	98.51▲

陸、執行成效檢討與建議

綜合以上成效分析與探究，以及 114 學年度健康促進口腔衛生保健三場次共識會議意見彙整如下，希望能為本市提出更有效促進口腔衛生的策略。

- 一、口腔議題執行方向建議可以鼓勵學童在用餐後養成潔牙或漱口的習慣。
- 二、針對口腔衛生保健議題的行動研究建議長期規劃：結合校本理念不要貪多，應思考為三到五年的長期規劃，而非一年就要完成所有行動，以利推廣至全新竹市或全國。小校可發揮精緻化優勢。
- 三、口腔議題的推動，除了看資料統計數字量化的呈現，有時可以進行非量化的推廣（ex:找一個完全沒齲齒的健康者，探究為什麼會這麼健康？他做了什麼特別的行為？）
- 四、學校 3 個月提供新牙刷給學生替換，建議請學生拿舊的牙刷來換新的，不但可以讓學生認知牙刷的耗損樣態，也可以強化學生自我責任。
- 五、建議在健康課程方面的授課者，分享提供優良的教材，授課者共備後彙整至議題中心學校，提供各校可以推動同質性及提高課程品質內容。
- 六、口腔衛生概念加強在幼兒園推廣，即使幼小推動正確潔方式不易，但至少做到餐後多喝水漱口。
- 七、由初檢率統計資料中，可以探究數字變化的原因。（如：五升六初檢率增加，可見恆牙齲齒；常數字起伏不定，可以觀察班級經營的作為…）
- 八、關於牙膏的認知可結合數位教學，請學生拍家裡牙膏上傳，課堂找碴來進行。
- 九、刷牙時間的掌控，可以是個別小沙漏，全班一個大沙漏或用大屏計時器來共同操作。
- 十、零食及含糖飲料食用後喝水漱口，確實有落實推廣的必要。
- 十一、正餐外零食的限制若不易推行，可從限制零食的種類（口糧、蘇打餅、原型食物）著手。
- 十二、比賽不應該只為了比賽而比賽，而是應該將其視為一種「學習及評量」的過程。透過比賽，學生可以檢視自己的學習成果，並從中獲得學習與成長。
- 十三、各校發展出許多創新的推廣方式（如：結合體育活動、食農教育等），值得互相學習與借鏡。

柒、 中心學校推動口腔衛生各項活動成果



期初共識會議



期中共識會議



期末共識會議



口腔衛生教師增能研習



繪者：關埔國小 吳睿格

上學期口腔衛生宣導海報



繪者：南華國中 朱嘉萱

下學期口腔衛生宣導海報



口腔衛生宣導品_帆布袋



口腔衛生藝文競賽作品評選



114 學年度口腔衛生藝文競賽得獎作品_國中組第一名



114 學年度口腔衛生藝文競賽得獎作品_國小組第一名

捌、 114 學年度口腔衛生保健議題各校活動成果

	
三民國小一培訓潔牙小天使，落實同儕教育與口腔衛生。	大庄國小一學生齊舉手繪標語透過鏡頭向全校宣導，「天天刷牙、蛀蟲 Bye」口號響亮。
	
大湖國小一一年級貝氏刷牙法教學	內湖國小一於新生家長座談會進行口腔衛生宣導
	
水源國小一口腔保健深耕幼兒_校牙醫入班教刷牙	北門國小一牙醫師口腔檢查
	
民富國小一口腔照護協會研習	竹蓮國小一竹蓮國小邀請親親診所院長到校為五年級孩子，進行口腔保健課程



西門國小一走進全國潔牙比賽，讓我們小種籽隊員變成宣傳員。



東門國小—東門國小口腔保健藝文作品



東園國小—未正確潔牙，牙齒容易因實物殘留，透過模型建立正確刷牙方式



虎林國小—每周牙菌斑抽測



青草湖國小—教師研習讓老師們查找牙膏上的含氟 ppm。



南隘國小—南隘國小牙齒健康檢查活動



南寮國小—南寮國小校慶靜態展覽宣導



建功國小—建功國小-神秘大廚到我们班氟碘鹽篇



科園國小－健康課

茄苳國小－含氟牙膏 1000PPM 宣導



香山國小－牙線使用指導

高峰國小－高峰國小口腔衛生學生作品暨
頒獎活動



頂埔國小－頂埔國小貼紙宣導

朝山國小－健康三冠王



港南國小－港南國小－健康技能與教學－餐後潔
牙漱口－1140911

華德福實小－牙醫師到校檢查牙齒



陽光國小一口腔保健講座宣導



新竹國小一校慶園遊會進行口腔衛生答題闖關摸彩活動



載熙國小一社區牙醫診所參訪



龍山國小一健促融入國語文競賽書法比賽



舊社國小一舊社國小-潔牙健康週-牙菌斑顯示劑挑戰賽



關東國小一全校潔牙大樂透活動



關埔國小一朝會活動宣導



三民國中一口腔保健課程融入



內湖國中—320 世界口腔日宣導

光武國中—學校物質環境



光華國中—校慶口腔保健主題創意進場

成德附中—成德高中-口腔議題宣導活動



竹光國中—口腔保健宣導活動回饋單

育賢國中—課程教學-護齒潔牙



虎林國中—虎林國中-劉欣怡護理師 健康促進
口腔衛生講座

南華國中—南華國中口腔保健入班宣導



建功附中—建功高中園遊會八大議題闖關

建華國中—校內學生參加 114 年藝文競賽
榮獲佳績



香山附中—健康促進活動-口腔衛生宣誓行動

培英國中—口腔照護計畫藝文競賽



富禮國中—校慶擺攤宣導

華德福實中—餐後潔牙

新竹市 114 學年度健康促進學校輔導與網路維護計畫

口腔衛生保健問卷(四年級)

114.9.19 修正版

親愛的同學：

你好！這份問卷主要是想了解現在學生口腔保健的狀況，這不是考試，所以沒有標準答案，也不會算成績，你所填寫的結果會保密，所以請你安心依照實際情形填寫。

請依照老師的說明去填寫問卷，如果有不明白的地方，請隨時舉手發問。謝謝你！

一、 基本資料：

1. 年級：☐四年級

2. 性別：☐生理男 生理女

二、 個人口腔保健行為：

請仔細閱讀每一個題目，並在☐內勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

1. 我在學校吃完午餐後會刷牙嗎？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

2. 我在晚上睡覺前會刷牙嗎？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

3. 我知道氟化物的功能有哪些（本題可複選）？

☐ (1) 我不知道

☐ (2) 強化、保護牙齒

☐ (3) 抑制牙菌斑

4. 我**知道**使用含氟量多少 ppm 的牙膏，才能有效保護牙齒？

☐ (1) 500ppm

☐ (2) 800ppm

☐ (3) 1000ppm 以上

5. 我**有**會使用含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)或**超氟牙膏**來刷牙嗎？

(含氟牙膏：主要成分含有氟化物的牙膏，可以有效預防蛀牙。)

(超氟牙膏：含有氟濃度超過 1000ppm 以上氟化物的含氟牙膏。)

☐ (1) 我有使用

☐ (2) 我**沒有**使用

☐ (3) 我**不知道**我用的牙膏是不是「含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)」

6. 我每次刷牙大概都要刷多久呢？

☐ (1) 1 分鐘以內

☐ (2) 1 分鐘以上至 2 分鐘

☐ (3) 2 分鐘以上

7. 我**知道何時**牙刷需要更換(本題可複選)？

☐ (1) 都不需更換

☐ (2) 當牙刷根部變髒了(顏色變深)

☐ (3) 牙刷毛**變形**

☐ (4) 牙刷**最多使用三個月**

8. 如果我吃完零食後，會不會使用水漱口或潔牙？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

9. 如果我喝完含糖飲料後，會不會使用水漱口？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

10. 除了學校安排的牙齒檢查外，我是否有到牙科檢查牙齒？(複選)

☐ (1) 有，每半年一次

☐ (2) 有，但不定期

☐ (3) 牙齒痛才去

☐ (4) 從未去過

☐ (5) 收到學校複檢通知才去

指標名稱	計算方式
學生午餐後潔牙	第 1 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏（超過1000ppm）潔牙比率	第 1 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 與第 5 題 【答(1)我有使用的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%的平均
學生睡前正確潔牙比率	第 2 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 與第 5 題 【答(1)我有使用的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%的平均
吃完零食後，學生有漱口或潔牙	第 8 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
喝完含糖飲料後，學生有漱口	第 9 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
每半年檢查牙齒	第 10 題 【答(1)有, 每半年一次或(2)有, 但不定期或(5)收到學校複檢通知才去的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%

新竹市 114 學年度健康促進學校輔導與網路維護計畫

口腔衛生保健問卷(五年級/七年級)

114.9.19 修正對照表

親愛的同學：

你好！這份問卷主要是想了解現在學生口腔保健的狀況，這不是考試，所以沒有標準答案，也不會算成績，你所填寫的結果會保密，所以請你安心依照實際情形填寫。

請依照老師的說明去填寫問卷，如果有不明白的地方，請隨時舉手發問。謝謝你！

一、基本資料：

1. 年級：☐五年級 ☐七年級

2. 性別：☐生理男 ☐生理女

二、個人口腔保健行為：

請仔細閱讀每一個題目，並在☐內勾選一個符合你的選項，請按照你的實際情形作答。

1. 我在學校吃完午餐後會刷牙嗎？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

2. 我在晚上睡覺前會刷牙嗎？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

3. 我知道氟化物的功能有哪些（本題可複選）？

☐ (1) 我不知道

☐ (2) 加速琺瑯質再礦化

☐ (3) 減少琺瑯質再礦化

☐ (4) 增加蛀牙菌的生長

☐ (5) 減少蛀牙菌的生長

4. 我**知道**使用含氟量多少 ppm 的牙膏，才能有效保護牙齒？

☐ (1) 500ppm

☐ (2) 800ppm

☐ (3) 1000ppm 以上

5. 我**有**使用含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)**或超氟牙膏**來刷牙嗎？

(含氟牙膏：主要成分含有氟化物的牙膏，可以有效預防蛀牙。)

(超氟牙膏：含有氟濃度超過 1000ppm 以上氟化物的含氟牙膏。)

☐ (1) 我**有**使用

☐ (2) 我**沒有**使用

☐ (3) 我**不知道**我用的牙膏是不是「含氟牙膏(氟濃度 1000ppm 以上)」

6. 我每次刷牙大概都要刷多久呢？

☐ (1) 1 分鐘以內

☐ (2) 1 分鐘以上至 2 分鐘

☐ (3) 2 分鐘以上

7. 我**知道何時**牙刷需要更換(本題可複選)？

☐ (1) 都不需更換

☐ (2) 當牙刷根部變髒了(顏色變深)

☐ (3) 牙刷毛**變形**

☐ (4) **牙刷最多使用三個月**

8. 我每天至少會使用一次牙線潔牙？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

9. 如果我吃完零食後，會不會使用水漱口或潔牙？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

10. 如果我喝完含糖飲料後，會不會使用水漱口？

☐ (1) 都會

☐ (2) 有時會，有時不會

☐ (3) 都不會

11. 除了學校安排的牙齒檢查外，我是否有到牙科檢查牙齒？(複選)

☐ (1) 有，每半年一次

☐ (2) 有，但不定期

☐ (3) 牙齒痛才去

☐ (4) 從未去過

☐ (5) 收到學校複檢通知才去

指標名稱	計算方式
學生午餐後潔牙	第 1 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 × 100%

學生午餐後潔牙搭配含氟牙膏（超過1000ppm）潔牙比率	第 1 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 與第 5 題 【答(1)我有使用的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 的平均
學生睡前正確潔牙比率	第 2 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 與第 5 題 【答(1)我有使用的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100% 的平均
國小高年級學生每日至少使用一次牙線比率	第 8 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
吃完零食後，學生有漱口或潔牙	第 9 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
喝完含糖飲料後，學生有漱口	第 10 題 【答(1)都會和(2)有時會，有時不會的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%
每半年檢查牙齒	第 11 題 【答(1)有，每半年一次或(2)有，但不定期或(5)收到學校複檢通知才去的學生數】 / 【受測學生總人數】 ×100%