

桃園市 103 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：龍潭區雙龍國民小學

健康促進學校願景：

本校辦學願景為「健康、積極、精緻、創新」，健康列為首重項目，期待學生能在健康中成長，能夠積極學習以求精緻與創新，將來成為社會之棟樑。

本校推動健康促進學校工作願景為「體能優良、生理健康、心理健全、社會和諧」，希望每個雙龍人兼具健康議題之認知、技能及情意全人健康素養，在快樂中學習，在健康中成長。

- 一、**體能優良**：推展運動與休閒，邀聘體育專長之教師及教練蒞校指導，增設體育設施與器材，開設運動性社團，辦理及參加運動性競賽，落實體育教學與晨光運動—運動333、運動210等，提升親師生之體適能，擁有強健之體魄。
- 二、**生理健康**：以「食在健康」均衡飲食之營養教育及居家就學安全教育（含環境、交通、遊戲、競技、器械使用、正確用藥……）和正常生理發育成長認識為重，健康檢查及疾病預防次之，傷病醫療處遇轉介為輔，促進親師生身體健康。
- 三、**心理健全**：成就每一個小孩為目標，拓展各項展演發表的舞臺，讓師生樂意學習分享，並學習團隊合作及問題解決之能力，體驗勝不驕敗不餒的運動家精神，終而獲得成就感、自信心與鑑賞力，透過和諧的人際交流認識自己，進而悅納自己、實現自己。
- 四、**社會和諧**：推動友善校園拒絕校園霸凌、品格教育及心三美運動等活動，建立祥和之社會氛圍，以亦師亦友正向管教方式關懷學童，營造支持接納、問題解決之能力與人格，尋求社會資源給予弱勢更加照護，形塑溫馨小社會。

健康促進學校特色：

- 一、本校榮獲桃園縣國民中小學**健康促進學校**在地輔導團訪視96學年度「績優」、98學年度「優等」、99學年度「特優」、100學年度「特優」、100學年度衛生署國民健康局和教育部辦理之**健康促進學校國際認證「銅質獎」**，及102學年度「優等」。
- 二、落實推動學校整體健促計畫，包含心理、生理和社會三個層面，辦理的多項衛教宣導、樂活行動及體育競賽，親師生樂於參與，養成運動及保健的習慣。
- 三、本校教職員工生無人吸菸及嚼檳榔，來賓也都能配合，在校內禁菸及嚼檳榔。
- 四、善用社會資源與社區衛生所、國軍總醫院、敏盛醫院、清潔隊、警察局及其他社團（慈濟、獅子會、游泳裁判教練協會、扯鈴協會、午餐廠商營養師、區域聯合藥局……）合作密切，辦理各項宣導活動與健康檢查成效良好。
- 五、建立健康管理態度（疾病預防、身體保健、優良適能），培養學生管理自我健康的能力。
- 六、學校教職員工盡心負責，家長及志工熱心協助與配合相關活動，共同形塑及執行健康促進學校願景，發展多元層面、多元策略、多元評價的整合型學校健康促進計畫。
- 七、學校能利用課程、會議、宣導活動、親師溝通互動等，落實推動學生健康生活教育，促進親師生健康議題的共識。
- 八、校園健康環境規畫完善，推動環教教育不遺餘力，連續榮獲**永續校園與環境教育「特優」學校**，及101年度教育部「**百大優良學校環境教育計畫**」，環境整潔明亮又美麗，校園氣

氛溫馨和諧友善，充滿人情味；此外本校四方林教學團隊榮獲2012台灣網博會地方觀光資源組銅質獎、獲邀參與2013國際網界博覽會，榮獲「金獎」殊榮。

- 九、開放校園，社區人士到校園運動人口倍增，且學生假日及放學後運動風氣鼎盛，增進親子互動及休閒之風氣。
- 十、校舍新穎設備完善，符合安全、人性、藝術、綠建築節能永續等原則，提供師生優良的學習環境及視野。
- 十一、積極辦理課後社團及專長團隊（成立25餘個社團，近500人次參與），讓學生發展潛能並習得一技之長，韻律體操隊、桌球隊、舞蹈社、客語生活學校團隊履獲全國冠軍等獎項，媒體廣為報導，為校爭取榮譽。
- 十二、與社區醫療院所及衛生單位和教育單位合作，落實疾病通報制度，避免疫情擴大，確保師生健康。
- 十三、辦理營養午餐認真，為師生午餐衛生及營養把關，榮獲98、100、101、102學年度「特優」學校。
- 十四、重視家庭教育，推展各式家庭活動，如祖父節、祖孫週、母親節等學習活動，及家長參與學校事務，如運動會、班親會、親職教育日，以及親職教育講座等，榮獲98學年度「績優」學校。
- 十五、本校學生2-5陳芳毅、5-4陳怡汝獲選100年度「桃園縣政府100腰動動」記者會代言人。
- 十六、本校護理師認真盡責，為全校親師生做好健康把關工作，榮獲桃園縣99學年度「優秀護理人員」殊榮，本校幹事協助推展各項活動等，榮獲100年度「全國優秀公務人員」至高榮譽。
- 十七、本校積極推動品格教育，實施品格認證及心三美、友善校園及反霸凌活動，榮獲100學年度品格教育評鑑「特優」。

壹、評價指標（30分）：

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
學校衛生政策 4分	1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-1-2 學校衛生委員會(或類似委員會)設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校物質環境 4分	1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-2-2 訂定飲用水設備管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校社會環境	1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	

評價項目		評價結果	
		自評分數	複核分數
6分	1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
社區關係 4分	1-4-1 學校積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。(如：健康體位、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康教學與活動 4分	1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每2學年至少參加學校衛生相關研習18小時專業在職進修。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
健康服務 8分	1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)並建置個案管理。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
	1-6-4 學生接受健康檢查完成率達100%。(2分) (達100%為2分、95.0~99.9為1分、低於95為0分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
合計(30分)		30	

貳、成效指標(52分)：請檢附佐證資料

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
視力保健			
2-1-1 學生視力不良矯治率=A÷B×100% (5分)	A【至合格眼科診所就診或配鏡的學生數】= 323 B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】= 354 學生視力不良矯治率= 91.24%	<input type="checkbox"/> 5 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 3 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率=A÷B×100% (3分)	A【達到近距離用眼30分鐘，休息10分鐘視力保健行動目標之學生數】= 958 B【學生總人數】= 1037 學生視力保健行動平均達成率= 92%	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-1-3 學生戶外活動平均達成率 =A÷B×100% (2分)	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計2小時之學生數】= 993 B【學生總人數】= 1037 學生戶外活動平均達成率= 96%	■2 (91%以上) □1 (81-90%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生齲齒就醫率 =A÷B×100% (5分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】= 125 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】= 134 學生齲齒就醫率= 93.3%	□5 (96%以上) ■3 (91-95%) □1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐餐後潔牙活動 (2分)		■2 (有) □0 (無)	
2-2-3 學生每日平均刷牙次數=A÷B (3分)	A【學生每日刷牙次數總數】= 2748 B【學生總人數】= 1037 學生每日平均刷牙次數= 2.65	□3 (3.0次以上) ■2 (2.6-3.0次) □1 (2.0-2.5次)	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= A÷B×100% (3分)	A【學生體位適中人數】= 730 B【學生總人數】= 1034 學生體位適中(正常)比率= 70.6%	■3 (60%以上) □2 (55-59.99%) □1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= A÷B×100%	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】= 304 B【學生總人數】= 1034 學生體位不良比率= 29.4%		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= A÷B×100% (3分)	A【達到每周累積210分鐘運動量之學生數】= 978 B【學生總人數】= 1037 學生目標運動量平均達成率= 94%	■3 (91%以上) □2 (81-90%) □1 (80%以下)	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= A÷B×100% (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】= 937 B【學生總人數】= 1037 學生理想蔬果量平均達成率= 90%	□2 (91%以上) ■1 (81-90%)	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= A÷B×100% (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】= 1016 B【學生總人數】= 1037 學生每天吃早餐平均達成率= 98%	■2 (91%以上) □1 (81-90%)	
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= A÷B×100% (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】= 905 B【學生總人數】= 1037 學生多喝水目標平均達成率= 87%	□2 (91%以上) ■1 (81-90%)	
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸人數	係指過去30天內曾經使用菸品的學生人數。		

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-4-2 學生吸菸率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】= 0 B【學生總人數】= 1037 學生吸菸率= 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸人數】= 0 B【吸菸學生人數】= 0 吸菸學生參與戒菸率= 0% 【備註】參與戒菸：指「吸菸學生」曾參加學校戒菸班、戒菸輔導，或參加校外醫療院所、衛生單位辦理之戒菸教育活動(含戒菸班、戒菸專線、戒菸門診、戒菸網站等)	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 吸菸學生點戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自詢問的時間往前回推7日皆未吸菸學生數】= 0 B【參加戒菸教育學生人數】= 0 吸菸學生點戒菸率= 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-5 吸菸學生持續戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】 B【參加戒菸教育學生人數】 吸菸學生持續戒菸率= 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
檳榔防制			
2-5-1 學生嚼檳榔人數	係指過去30天內曾經嚼檳榔學生數= 0		
2-5-2 學生嚼檳榔率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生過去30天內曾經嚼檳榔人數】= 0 B【學生總人數】= 1037 學生嚼檳榔率= 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【遵醫囑服藥人數】= 979 B【需用藥人數】= 1037 遵醫囑服藥率 = 94%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-2 學生家庭具有用藥諮詢電話比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【具有藥師諮詢電話人數】= 992 B【需用藥人數】= 1037 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = 96%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-3 曾口頭或電話進行用藥諮詢比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾口頭或電話進行用藥諮詢人數】= 519 B【需用藥人數】= 1037 曾口頭或電話進行用藥諮詢比率 = 50%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-7-1 性教育推動模式 (1分)	依據健康促進學校模式推動性教育	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-7-2 性教育宣導活動成效 (2分)	推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input type="checkbox"/> 1 (1場)	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動成效 (2分)	推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input type="checkbox"/> 1 (1場)	
合計 (52分)		42	

參、健康促進學校網頁資料 (10分)：

網址或連結方式	聯絡人及電話	自評分數	複核分數
※訪視期間倘無法開啟，將不予計分。 網址： http://163.30.183.142/shlps/modules/tad_evaluation/index.php?evaluation_sn=6	聯絡人： 羅世珍 電話： 03-4991888	10	

肆、校本特色及特殊貢獻(18分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
健康促進學校 校本特色 (活動及成效) (10分)	一、將衛教宣導及其相關藝文競賽列入行事曆，納入課程計畫討論，成為螺旋式避免重複之衛教議題課程，讓每位教師都成為健康教育的推手及優秀執行者，更讓學生畢業前能將衛教相關議題完整學習。 二、每年辦理一、四年級學生健檢活動，讓學校及家長一起關注健康，強調預防重於治療，生病就醫的觀念，重視健康是人生最重要也是一輩子的事。 三、學生自治市組織及健康中心保健小志工擔綱衛教宣導戲劇演出，如：視力保健宣導、口腔衛生保健宣導、資源回收宣導、品格故事小學堂……，宣導多元化、精緻化，寓教於戲，深獲好評！	10	

- 四、本校設有環校步道，是提供晨光健走慢跑運動 333 或 210 計畫和員工下班後慢跑的最佳場域，並為體育課鍛鍊肌耐力的良好方式之一，更為每年學校特色運動—校園路跑賽的比賽場地。
- 五、設備完善的專科教室、場地及師資：如韻律體操教室—專業運動教練、桌球教室—國際裁判及國手訓練級教練，和足球場—體育系專長教練群，獨輪車—民俗表演藝技師傅，不僅讓學校菁英小朋友發揮專長，屢獲全國性比賽冠軍成為國手，更向下紮根普及所有學生，成為本校體育特色課程，納入體育領域教學，雨露均霑人人受益。
- 六、善用社會資源與社區結合，環保局、鄉公所、衛生所、國軍總醫院、敏盛醫院、壠新醫院、清潔隊、警察局、村鄰長、慈濟文教基金會、獅子會、同濟會、社區診所、永瑞慈善事業基金會、眼鏡行、早餐店、7-11 便利商店、溫馨導護站、社區藥局、午餐公司、游泳裁判教練協會、扯鈴協會……，提供人力、課程、器材及相關資源造福雙龍親師生，共同營造安全健康溫馨之學區環境。
- 七、推行品格教育、家庭教育等潛在學習課程，讓學生身心靈皆健全發展。
- 八、舉辦多元活動：體育類如桌球排名賽、班際體育競賽(各學年自訂)、校園路跑、游泳賽、健康操觀摩賽、3 對 3 籃球賽、足球賽……；節慶類如賀年發紅包說吉祥話、元宵節猜燈謎、聖誕嘉年華、兒童節慶祝活動、教師節、母親節感恩活動、祖孫週活動、祖父母節活動……，藝文類如衛教藝文競賽、語文競賽、剪報心得創作、各類海報設計、閱讀心得比賽、卡片設計比賽……，豐富學生的學習面向，讓學有所長者有展現的機會和舞台。
- 九、校園設置健康促進樂活專欄、健領領域專欄和相關網頁連結(如：H7N9)，及健康中心設置網頁和佈告欄，提供各式各樣健康促進訊息，供親師生教學或生活實踐參考。
- 十、落實各項健康生活，如望遠凝視、眼睛按摩、餐後潔牙、含氟漱口、清除積水容器消滅病

	媒蚊、環境整潔維護、資源回收、運動 333 或 210、晨光及課間運動、健康體適能、發燒不上學、感冒戴口罩、書包減重……等，養成良好健康生活習慣。		
行動研究(3分)	<input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 反菸拒檳 <input type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥教育 <input type="checkbox"/> 全民健保教育 (請檢附行動研究成果)	0	
特殊貢獻(5分)	<input checked="" type="checkbox"/> 視力保健 <input checked="" type="checkbox"/> 口腔衛生 <input checked="" type="checkbox"/> 健康體位 <input checked="" type="checkbox"/> 反菸拒檳 <input checked="" type="checkbox"/> 性教育 <input checked="" type="checkbox"/> 正確用藥教育 <input checked="" type="checkbox"/> 全民健保教育	5	
	合計 (18 分)	15	

自評總分	97	複核總分		評分表總分 110 分
訪視意見	(由訪視委員填寫)			

承辦人：

主任：

校長：

伍、活動紀錄：

成果照片
活動照片附於各指標項目內

活動感想

感想：

透過健康促進學校計畫的實施，讓家長、老師、學生對健康活動更加重視及落實，提升學校與社區正確的健康知能形塑成一種態度並養成習慣，減少傷病頻率及程度，達成全人健康的目標而終身受用，也減少個人、家庭及社會的醫療負擔。

「健康就是財富」人生有再多的零，如果少了前面的1，那麼再多的零都是無意義的，前面的1指的就是「健康」。追求快樂，從健康開始，有了健康的身心靈才有從事其他工作的機會，所以藉由各式教學及宣導活動落實健康生活，是學校教育最重要的工作，看見學童快快樂樂上學，健健康康成長是教育工作者最感欣慰之事。

健康促進推展從1996年「提升學生健康四年計畫」萌芽開始，至2000年「學校健康促進計畫」準備，再到2003年試辦，2008年國中小全面推動，及至現在進入追求卓越之二代健促時期，本校從2004年（民國93年）設校以「健康、積極、精緻、創新」學校願景中「健康」為首要任務迄今，也從單一教師孤軍奮戰，到教師協同、學校整體進而社區行動，一路走來樂於見到親師生社區全員動起來互通、互補與互助推廣與落實健康生活，積極推展健康促進活動，讓大家在快樂與成就中成長或工作。

建議：

二代健促強調實證式前後測之行動研究數據，來展現健康成效之證據力，對於兼辦行政業務之老師而言，實有其困難度，可否考慮由中心學校（已承辦行動研究學校）在專家學者指導下，利用「台灣健康促進學校輔導網路」所設計提供之前後測問卷，進行目標統合、工作分工之有計畫的統計探究，更利於建立全國統一性指標，進而進行跨國性比較，與世界健促精神同步。