

主旨：呈本校「桃園市 108 學年度健康促進暨學校評分表」以及本校健康促進學校網建置成果，請鑑核。

說明：

- 一、 依據桃教體字第 1090037491 號函辦理。
- 二、 學校應於 109 年 7 月 3 日前將資料建置「108 學年度健康促進學校訪視」專區（含計畫書、評分表、特色、佐證資料及成果照片等）。
- 三、 有關「成效指標」於 109 年 7 月 3 日(星期五)前至教育公務單一認證授權平台(網址：<https://sso.tyc.edu.tw/TYESS0/Login.aspx>)-辦公室自動化系統-線上填報暨通知系統，點選「桃園市 108 學年度健康促進學校輔導訪視成效指標調查表」進行填報。
- 四、 本(108)學年度維持全面訪視並僅以網頁資料進行審查，本校健康促進學校網已建置完成，可由本校首頁下方「學務資源」中進入，其網址為：http://t3d.ymhs.tyc.edu.tw/ischool/publish_page/146/。
- 五、 另呈「桃園市 108 學年度健康促進暨學校評分表」，核章後將掃描置於本校健康促進網中呈現。

敬陳

校 長

第 1 層 決行

承辦單位

教師兼衛生組長 羅筱恩

單位主管

教師兼學務主任 趙文

決行

桃園市立楊梅高級中等學校校長 鄒岳廷

0703/0910

桃園市 108 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：桃園立市場梅高級中等學校

健康促進學校願景：

1. 加強體能訓練，提升健康適能。
2. 強化安全教育，落實防震防災。
3. 加強環境教育，推動永續校園。
4. 推動無菸校園，增進師生健康。
5. 增加保健知識，落實自主管理。

健康促進學校特色：(欄位請自行增加)

一、落實全校日常整潔工作

1. 落實公共區域回收站。
2. 設立衛生糾察，建立環境評分制度，維護環境整潔，實施整潔競賽，做為寒暑假返校打掃的依據。
3. 成立環保志工社，社團時間進行校園內、外環境整潔活動。
4. 定期集合衛生股長，掌握並宣佈整潔相關事務，以求環境打掃的效率。
5. 辦理全校「廁所淨化暨健康促進比賽」，鼓勵班級在廁所環境多一份心力，增進同學對環境淨化、健促議題瞭解。
6. 期中「加強打掃」、期末「大掃除」，藉由班級合作打掃，以親身實踐的態度令同學領悟整潔環境的美好及重要。
7. 成立「春暉愛心社」，舉辦淨灘活動，以及身心障礙機構進行服務。

二、重視校園安全維護

1. 與總務處合作定期清洗水塔、更換飲水機濾心。
2. 與總務處合作不定期進行登革熱消毒、施藥。
3. 與總務處合作積極針對校園設施進行不定期進行登革熱消毒、施藥。
4. 與教官室合作，利用班、週會時間舉行交通安全、反毒、反霸凌、防火防災防震等宣導。

三、重視健康體位與健康飲食等，運動觀念與飲食習慣

1. 辦理運動會，提升個人榮譽，增進班級向心力。
2. 舉辦各式運動競賽，如籃球、排球、羽球、桌球、游泳等，提倡規律運動。
3. 舉辦「1824 養成班」，鼓勵過重、過輕同學參加。
4. 舉辦「梅岡迷你馬拉松」，鼓勵師生、家長、職員參加，自我挑戰。
5. 辦理「教職員工運動計畫」，養成平時運動習慣。
6. 成立教職員工運動社團，如羽球社、瑜珈課等，並鼓勵利用空白課時運動。
7. 建置「樂活教室」，讓教職員工生不因天候情況無法運動。

8. 舉辦「投籃機比賽」，讓運動也可以很有趣。
9. 辦理「健康飲食講座」、「運動防護講座」等，提升健康飲食觀念，重視運動安全。
10. 配合市府政策辦理全校流感疫苗接種，提高同學免疫力。
11. 輔導室舉辦教職員紓壓研習、維持身心健康。

四、健康促進綜合議題宣導，充實健康知能

1. 菸害防制：校園全面禁菸、設立無菸人行道，並以跑馬燈、海報及網站等方式宣導菸品傷身。
2. 健康體位：健康中心主動提供資料，體育教師配合教導正確體態養成技巧，並透過體育課持續練習。
3. 口腔衛生：以跑馬燈、海報及網站等方式宣導檳榔對口腔的危害及後遺症。
4. 視力保健：透過跑步存摺、全校路跑賽，鼓勵同學下課時間離開手機前往戶外。
5. 性教育（含愛滋病防治）：配合輔導／健護課程，讓學生在各式課堂活動中接受正確兩性知識及性知識。
6. 正確用藥：利用廁所內置公布看板，宣導毒品、藥物對身體之傷害性及強化正確用藥認知。
7. 全民健保教育：邀請公民教師支援於授課中進行全民健保制度的介紹與分析。
8. 不定期與教師合作，對班宣導各項議題，如交通安全、子宮頸疫苗、登革熱及愛滋病宣導等。
9. 透過電郵及校網即時更新本校疫病現況及處置狀態，並援引衛福部疫病宣教資料提供教職員最正確的防疫、就醫作為參考。

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 訂定飲用水設備及照明系統管理辦法，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、 <u>照明設備檢核紀錄</u> 等)(2分)	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2	
學校 社會 環境 6 分	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	
	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。健康教育授課教師應建置個人教學檔案(含教案、教材及學習單等)(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)建置個案管理， <u>並分別擬定生活照護要點</u> ，持續關懷，掌握病情做成紀錄。(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
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 裸視篩檢視力不良就醫複檢率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【裸視篩檢至合格眼科診所就醫複檢學生數】=973人 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】=1392人 裸視篩檢視力不良就醫複檢率=70%	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼30分鐘，休息10分鐘視力保健行動目標之學生數】=160人 B【受調查人數】=600人 學生視力保健行動平均達成率=26.7%	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-1-3 下課淨空率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【每節下課有90%以上的學童至教室外的班級數】=15 B【 施測班級數 】=16 下課淨空率=91%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-1-4 學生戶外活動120達成率= $A \div B \times 100\%$ (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】=428人 B【受調查人數】=600人 學生戶外活動120達成率=71.4%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生 複診 齲齒診治率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=76人 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=133人 學生 複診 齲齒診治率=57.9%	<input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input type="checkbox"/> 1 (85-90%)	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		<input type="checkbox"/> 1 (有) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (無)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過1000PPM)潔牙學生數】=32人 B【學生總人數】=600人 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率=5.3%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-4 學生睡前潔牙比率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【睡前潔牙學生數】=545人 B【學生總人數】=600人 學生睡前潔牙比率=90.7%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】=292人 B【學生總人數】=600人 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率=48.6%	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 0	
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【每日至少使用一次牙線學生數(國小高年級或國高中)】=120人 B【受調查人數】=600人 學生每日至少使用一次牙線比率=20%	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 0	
健康體位			
2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【學生體位適中人數】=938人 B【學生總人數】=1637人 學生體位適中(正常)比率=57.3%	<input type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下)	
2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=699人 B【學生總人數】=1637人 學生體位不良比率=42.7%		
2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分)	A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=494人 B【學生總人數】=600人 學生目標運動量平均達成率=82%	<input type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下)	
2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天五蔬果目標之學生數】=493 B【學生總人數】=600 學生理想蔬果量平均達成率=82%	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天吃早餐目標之學生數】=544 B【學生總人數】=600 學生每天吃早餐平均達成率=91%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=510 B【學生總人數】=600 學生多喝水目標平均達成率=67	<input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
菸害防制			
	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。		
2-4-1 學生吸菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【學生吸菸人數】=46 B【學生總人數】=600 學生吸菸率=7.5	<input type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (1%以上)	
2-4-2 學生參與菸害教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】=550 B【學生總人數】=600 學生參與菸害教育率=91	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率= $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】= B【吸菸學生人數】= 吸菸學生參與戒菸教育率=	<input type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96~99%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (95%以下)	
2-4-4 學生電子煙使用率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】=31 B【學生總人數】=600 學生電子煙使用率 5	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-4-5 校園二手菸暴露率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】=115 B【學生總人數】=600 校園二手菸暴露率=19	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
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=11		
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】=11 B【學生總人數】=600 學生嚼檳榔率=1.8	<input type="checkbox"/> 1 (0%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】=572 B【學生總人數】=600 學生參與檳榔教育率=95	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【遵醫囑服藥人數】552 B【受調查人數】600 遵醫囑服藥率=92	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-2 不過量使用止痛藥比率 = $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【不過量使用止痛藥人數】600 B【受調查人數】600 不過量使用止痛藥比率= 100	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-3 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】548 B【受調查人數】600 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 =91.5	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
2-6-4 學生參與正確用藥教育率比率 = $A \div B \times 100\%$ (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】600 B【學生總人數】600 學生參與正確用藥教育率=100	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input type="checkbox"/> 0 (80%以下)	
性教育(含愛滋病防治)			
2-7-1 學生性教育課程參與率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程學生數】600 B【學生總人數】600 學生性教育課程參與率=100	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-7-2 宣導活動 (1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"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動 (1分)	推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率= $A \div B \times 100\%$ (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】=600 B【學生總人數】=600 學生參與全民健保教育率=100	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
合計 (52分)		25	

※各議題問卷及工具可逕至「臺灣健康促進學校輔導網絡」<http://hps-ar.hphe.ntnu.edu.tw/>下載使用。

參、其他(18分)：

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
<p>校本特色 (活動及成效) (10分)</p>	<p style="text-align: center;">校本特色</p> <p>一、學校衛生政策：透過健康促進委員會暨衛生委員會，制訂健康促進學校計畫，規劃本校健康促進政策與方向，以及各種傳染疾病處理程序與分工組織。</p> <p>二、學校物質環境：重視校園整體硬體環境規劃，廣設飲水機、洗手台、廁所、照明設備，使全校師生增進身心健康的維護。</p> <p>三、學校社會環境：制定學校健康生活守則，訂定各類事件處理程序與組織，重視教職員工生健康活動。</p> <p>四、健康教學與活動：依部定課程安排校內健康運動課程且正常授課，辦理相關健康促進活動，以求健康目的。</p> <p>五、健康服務：提供完整健康服務，特殊個案與管理，並與家長導師密切聯繫。</p> <p>六、社區關係：與怡仁醫院長期合作，重視親職教育，鼓勵家長參與學校活動。</p> <p>健促活動</p> <p>本校透過多元的宣導活動，傳達給師生健康促進的相關訊息與正確觀念，以求師生能常保健康活動、健康飲食、健康生活，回應「健康存摺」的概念。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 身高體重視力檢查暨衛教宣導 2. 健康大使招募與訓練 3. 校慶園遊會健促營養知識遊戲活動 4. 1824 養成班 5. 高一青少年飲食講座 6. 健康促進廁所淨化競賽 7. 健康促進-七大議題海報競賽 8. 教職員工健康運動計畫 9. 梅岡迷你馬拉松 10. 毒品 OUT 藝起棒—無毒青春才能出投 11. 增肌減脂講座 12. 正確用藥講座 13. 視力保健講座 14. 菸檳防治講座 15. 捐血活動 16. 反毒宣導 	10	

	17. 生命教育 18. 情感教育 19. 家庭同行輔導知能研習 20. CPR+AED 學生教學活動 21. 環境教育桌遊 22. 交通安全演講(職科) 23. 入班反毒拒菸宣導 24. 防制藥物濫用講座 25. 交通安全教育宣導(山葉基金會)		
推動前後成效 評價 (3分)	<input checked="" type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input checked="" 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 <input type="checkbox"/> 全民健保教育	3	
特殊貢獻(5分)	5分：國際認證或教育部辦理之健促競賽 (成效評價報告、教學模組、競賽等) 5分：中心學校或全市性健促「主辦」競賽「學校」 3分：其他(協力學校等) 1分：待輔導學校「成效提升」	5	
合計 (18分)		18	

自評總分	73	複核總分		評分表總分 100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



成果照片



活動感想

本校今年辦理多項健康促進活動，希望藉由活動增進同學健康保健知識、知能。

健康七大議題海報比賽，發揮創意，將知識具現化為精彩圖文；CPR講座讓全校教職員工生具備緊急救護知識與步態聚；迷你馬拉松透過運動培養健全身心。

捐血奉獻的精神，成為好公民。更期盼未來能身體力行，健康一輩子。