

桃園市 112 學年度「健康促進學校」高、國中評分表

學校名稱：市立楊梅高中

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：

一、落實全校日常整潔工作

1. 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。
2. 成立環保志工社，社團時間進行校園內、外環境整潔活動。
3. 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。
4. 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。

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，利用月會時間舉行交通安全、反毒、菸檳防治、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「梅岡迷你馬拉松」，鼓勵師生、家長、職員參加，自我挑戰。
4. 成立教職員工運動社團，如羽球社、瑜珈課、教職員工健康動起來等，並鼓勵利用空白課時運動。
5. 辦理教職員工健康動起來-健康 333 活動，每週 3 次，每次 30 分鐘，最高心律每分鐘達 130 次以上。
6. 午餐秘書結合團膳營養師協助宣導健康飲食觀念，建立良好的習慣。
7. 配合市府政策辦理全校流感疫苗接種，提高同學免疫力。

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、電視牆及學校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、電視牆及學校網站等方式宣導檳榔對口腔的危害及後遺症。
4. 視力保健：鼓勵同學下課時間離開手機前往戶外、電視牆宣導視力保健。
5. 性教育（含愛滋病防治）：配合輔導／健護課程、辦理宣導講座，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：利用電視牆宣導毒品、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：護理教師於授課中進行全民健保制度的介紹與分析。
8. 正向心理健康促進：輔導室於課程中引導學生正向心理知識。
9. 不定期與教師合作，對班宣導各項議題，如交通安全、流感疫苗、登革熱及愛滋病宣導等。
10. 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。
11. 輔導室舉辦教職員工、家長家長委員參與沉浸式情緒桌遊融入輔導與教學師生身心健康。
12. 輔導室辦理性別平等教育，增進師生對性別平等、情感教育、性侵害、性騷擾、家庭暴力防治 等相關知能 與態度，共同營造性別友善空間。

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，且經由校務會議或相關會議通過。 (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（或相關委員會、校務會議）設置及運作情形，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設備管理辦法，定期維護。 (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	

評價項目		評價結果		
		自評分數	複核分數	
環境 6分	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、校園性別事件、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 學校每學年積極舉辦可讓家庭及社區民眾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、菸(檳)害防制、口腔保健、視力保健、性教育(含愛滋病防治)、全民健保(含正確用藥)教育、正向心理健康促進議題)(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，以學生為中心的教學策略。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 健康教育課程各年級每週至少一節課；教師應參與健康促進學校相關課程研習或專業在職進修。(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，事前對學生說明，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、身障、高度近視等)建置個案管理並作成紀錄。(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一定比率(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分		

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】= 146 B【裸視篩檢結果為視力不良的學生數】= 1707 裸視篩檢視力不良就醫複檢率 = 47.63%	<input type="checkbox"/> 3 (90%以上) <input type="checkbox"/> 2 (85-89%) <input type="checkbox"/> 1 (79-84%)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 $= A \div B \times 100\% \text{ (3分)}$	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】= 112 B【受調查人數】= 511 學生視力保健行動平均達成率 = >1.9%	<input type="checkbox"/> 3 (90%以上) <input type="checkbox"/> 2 (85-89%) <input type="checkbox"/> 1 (79-84%)	
2-1-3 下課淨空率 $= A \div B \times 100\% \text{ (2分)}$	A【每節下課有 90%以上的學童至教室外的班級數】= 2 B【施測班級數】= 17 下課淨空率 = 11%	<input type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
2-1-4 學生戶外活動 120 達成率 $= A \div B \times 100\% \text{ (2分)}$	A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計 2 小時之學生數】= 450 B【受調查人數】= 511 學生戶外活動 120 達成率 = 88.06%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
口腔衛生			
2-2-1 學生複診齲齒 診治率 $= A \div B \times 100\% \text{ (3分)}$	A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】= 17 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】= 170 學生複診齲齒診治率 = 10.59%	<input type="checkbox"/> 3 (90%以上) <input type="checkbox"/> 2 (85-89%) <input type="checkbox"/> 1 (79-84%)	
2-2-2 推動午餐潔牙活動 (1分)		<input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無)	
2-2-3 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 $= A \div B \times 100\% \text{ (2分)}$	A【午餐後搭配含氟牙膏(超過 1000PPM)潔牙學生數】= 46 B【學生總人數】= 1707 學生午餐後搭配含氟牙膏潔牙比率 = 2.69%	<input type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
2-2-4 學生睡前潔牙 比率 = $A \div B \times 100\% \text{ (2分)}$	A【睡前潔牙學生數】= 1649 B【學生總人數】= 1707 學生睡前潔牙比率 = 96.6%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
2-2-5 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率 $= A \div B \times 100\% \text{ (1分)}$	A【學生在學校兩餐間不喝含糖飲料學生數】= 868 B【學生總人數】= 1707 學生在學校兩餐間不喝含糖飲料比率 = 50.08%	<input type="checkbox"/> 1 (74%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 0	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-2-6 學生每日至少使用一次牙線比率 = A÷B×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)】= 134 B【受調查人數】= 511 學生每日至少使用一次牙線比率= 26.22%	<input type="checkbox"/> 1 (74%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÷B×100% (3分)	A【學生體位適中人數】= 1017 B【學生總人數】= 1707 學生體位適中(正常)比率= 59.58%	<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÷B×100%	A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】= 690 B【學生總人數】= 1707 學生體位不良比率= 40.42%		
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 分鐘運動量目標之學生數】= 1200 B【學生總人數】= 1707 學生意願運動量平均達成率= 76.15%	<input type="checkbox"/> 3 (85%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (75-84%) <input type="checkbox"/> 1 (74%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】= 1650 B【學生總人數】= 1707 學生意願蔬果量平均達成率= 96.46%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
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】= 1519 B【學生總人數】= 1707 學生每天吃早餐平均達成率= 88.89%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
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】= 845 B【學生總人數】= 1707 學生多喝水目標平均達成率= 49.5%	<input type="checkbox"/> 2 (85%以上) <input type="checkbox"/> 1 (75-84%)	
菸害防制			
2-4-1 學生吸菸率 = A÷B×100% (2分)	係指過去 30 天內曾經使用菸品的學生人數。 A【學生吸菸人數】= 5 B【學生總人數】= 511 學生吸菸率= 0.9%	<input type="checkbox"/> 2 (0%) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-4-2 學生參與菸害教育率 = A÷B×100% (2 分)	A【曾經上過有關菸害防制教育課程學生數】= 1709 B【學生總人數】= 1700 學生參與菸害教育率 = 99%	<input checked="" type="checkbox"/> 2 (90%以上) <input type="checkbox"/> 1 (80~89%)	
2-4-3 吸菸學生參與戒菸教育率 = A÷B×100% (2 分)	A【吸菸學生參與戒菸教育人數】= 5 B【吸菸學生人數】= 5 吸菸學生參與戒菸教育率 = 100%	<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 學生電子煙使用率 = A÷B×100% (1 分)	A【過去 30 日曾經使用電子煙學生數】= 6 B【學生總人數】= 1709 學生電子煙使用率 = 0.3%	<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÷B×100% (1 分)	A【過去 7 日校園內有人在面前吸菸學生數】= 130 B【學生總人數】= 1709 校園二手菸暴露率 = 7.6%	<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 = 0		
2-5-2 學生嚼檳榔率 A÷B×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】= 1709 學生嚼檳榔率 = 0%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上)	
2-5-3 學生參與檳榔教育率 = A÷B×100% (1 分)	A【曾經上過有關檳榔防制教育課程學生數】= 1600 B【學生總人數】= 1709 學生參與檳榔教育率 = 93.7%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
正確用藥教育			
2-6-1 遵醫囑服藥率 = A÷B×100% (1 分)	A【遵醫囑服藥人數】= 470 B【受調查人數】= 511 遵醫囑服藥率 = 91.9%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	
2-6-2 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = A÷B×100% (1 分)	A【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】= 470 B【受調查人數】= 511 使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率 = 91.9%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (91%以上) <input type="checkbox"/> 0 (90%以下)	

指標名稱	定義	自評分數	複核分數
2-6-3學生參與正確用藥教育率比率 = A÷B×100% (2分)	A【曾經上過有關正確用藥教育課程學生數】 B【學生總人數】 學生參與正確用藥教育率 = 98%	<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÷B×100% (1分)	A【曾經上過有關性教育(含愛滋病防制)課程，並完成至少五題前後測之學生】 B【學生總人數】 學生性教育課程參與率 = 13.94%	<input type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 0	
2-7-2 宣導活動 (1分)	每學年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 (2場以上) <input type="checkbox"/> 0	
全民健保教育			
2-8-1 宣導活動 (1分)	每學年推動宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (2場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-8-2 學生參與全民健保教育率 = A÷B×100% (1分)	A【曾經上過有關全民健保教育課程學生數】= 1690 B【學生總人數】= 1707 學生參與全民健保教育率 = 99%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
正向心理健康促進			
2-9-1 宣導活動 (1分)	每學年宣導活動場次	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (2場以上) <input type="checkbox"/> 0	
2-9-2 學生參與正向心理健康促進率 = A÷B×100% (1分)	A【曾經上過有關正向心理健康促進課程學生數】= 1600 B【學生總人數】= 1707 學生參與正向心理健康促進率 = 93%	<input checked="" type="checkbox"/> 1 (80%以上) <input type="checkbox"/> 0	
	合計 (52分)	29分	

參、其他(最高採計 28 分) :

指標名稱	內容	自評分數	複核分數
------	----	------	------

校本特色 (活動及成效) (7分)	<p>一、</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> <p>1- 身高體重視力檢查暨衛教宣導 2- 流感疫苗接種 3- 健康大使召募與訓練 4- 世界地球日海報競賽 5- 梅岡迷你馬拉松 6- 捐血活動 8- 教職員工健康 333 活動 9- 性別平等教育書展 10-菸檳防治宣導</p>	7	
議題行動研究成果 (3分)			
特殊貢獻(18分)	參與本市重點宣導計畫--活力無菸校園計畫	5	
合計 (28分)		12分	
自評總分	71 分	複核總分	評分表總分 110 分

承辦人：

代理教師兼
衛生保健組長
周珍璉

主任：

教師兼
學務主任
廖健順

校長：

桃園市立楊梅
高級中等學校
校長
鍾碧霞

備註：

- 一、特優：100分以上 優等：95分以上 優良：90分以上
- 二、本學年度本市重點宣導計畫：活力無菸校園(參與教育部菸檳危害防制教育計畫、桃園市無菸校園計畫擇一採計)或成立戒菸班(參與桃園市校園戒菸班計畫、自行辦理戒菸班擇一採計)。