

彰化縣立陽明國民中學108學年度健康促進學校實施計畫

109.02.24校務會議通過

壹、計畫依據

- 一、依據教育部國民及學前教育署 108 年 07 月 2 日臺教國署學字第 1080071226 號辦理。
- 二、依據彰化縣政府函府教體字第 1080341096 號辦理。

貳、計畫摘要

一、背景說明

本校位於市區，45 班中型學校，學生共 1240 人，教職員工 151 人，為都會型學校，多數學生課業繁重，放學後仍需參與課後補習安親班，持續進行室內紙筆活動，戶外活動相較之下比較少，加上現今 3C 產品的使用非常普及，學生常於假日時，長時間近距離用眼，如看電視、電腦、玩電動、甚至手機、平板等，忽略了正確的用眼習慣；家長對視力保健的錯誤認知：部分家長認為視力不良就是近視，直接到眼鏡行配眼鏡即可，且因經濟、時間、家庭因素，無法配合就醫複檢。為了減緩或降低學生近視比率，培養學生健康行為及健康生活型態，建立正確視力保健知識、態度與行為，強化學生規律用眼、戶外活動的重要性，預防高度近視的發生，並針對高度近視學生進行個案管理，期能減少近視發生及做好度數控制。

二、推動議題

本校以「菸害與檳榔防制、健康體位、性教育、視力保健」為本年度健康促進計畫之主要實施議題。學校鼓勵教師在課程規劃納入健康議題並進行融入教學，深耕學生正確健康理念。透過舉辦各項宣導活動、專題演講、研習、張貼宣導海報情境佈置、體適能檢測等有系統有組織的方法來宣導與落實計畫的推展，以期能有效減少或降低裸視視力不良率、初檢齙齒率、過重及肥胖率、減少吸菸

及嚼檳榔率，更期許本計劃實施後能增進強化師生及社區家長們的健康知能繼而實踐健康的生活型態，也創造師生健康與良好學習效果的優質校園環境。

三、執行流程

本校針對健康促進計畫，賡續推動的議題為「視力保健」、「健康體位」、「拒菸拒檳」、「性教育」四大議題。旨在發揮推行多元層面、多元策略、多元的評價、多元的技能來整合學校健康促進計畫，以增進全校教職員工生的全人健康為目的。本計畫分四階段進行推動計畫(Plan)、執行(Do)、查核(Check)、改善(Action)。說明如下：

在「Plan」(for changes to bring about improvement)的部分，主要涵蓋了準備期(啟動、整合)以及規畫期(需求評估、訂定優先順序、訂定計畫)。流程如下：首先成立學校健康促進委員會，並組成工作團隊，先診斷出學校教職員生之健康狀況、現有人力、物力、資源及進行評估健康需求進而確定學校成員共同認定目標達成率和健康議題的優先順序。

在「Do」(for changes on small scale first to trial staff)的部分，主要是依據所訂下的目標和議題發展推行有效策略及計畫並提供友善的環境支持和健康服務以增強學校成員內化養成健康行為並建立健康生活型態。

在「Check」(to see if changes are working and to investigate selected processes Data check sheets)的部分，主要在於進行過程中檢討評估，能適時適度修正計畫和策略，來回饋計畫實施效果。

在「Action」(to get the greatest benefit from changes)的部分，主要針對未達計畫中執行目標或達成率，作為下年度健康促進計畫和策略修訂，利用此 PDCA 的概念來執行健康促進的計畫，期望對全校教職員工生都有相當的幫助來促進個人、學校、家庭甚至帶動社區民眾健康風氣。

四、需求評估(SWOT分析：以視力保健為例)

1. 學校外部因素

因素	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅點)	A(行動)
學校環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 位居市區中心，較易取得資源。 ➢ 學校規模大，共 45 班，學生人數 1240 人。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 學校課外活動空間因學校人數多，顯得較為不足。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 社團活動高達 15 個，學生選擇性多，提供學生正規課程外的另一項選擇，有助身心方面的健康促進。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 學生接觸網路容易，較易受青少年次級文化影響。 ➢ 家長重視智育教育，推展健康活動策略機會相對減少。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 將社區可利用資源與學校健康促進計畫結合帶動健康生活。 ➢ 結合學校環境永續發展與健康促進計畫建立健康自然環保的校園。
家庭環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 熱心參與親職講座。 ➢ 重視親師溝通，互動良好。 ➢ 能尊重學校政策及教師的教學理念。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 部分家長因工作關係，無暇兼顧親子及學校間的溝通。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 教師教學認真有熱忱，學生可塑性高。 ➢ 健全家長會制度，為推動政策建立強而有力的後盾。 ➢ 配合健康意識的抬頭，適時推廣健康議題。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 部分家長工作忙碌，甚少有親子互動機會。 ➢ 隔代教養或單親家庭增多。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 辦理健康促進講座提供家長成長機會。 ➢ 結合家庭與學校，建構學生安全衛生健康的生活環境。
社區環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 社區機關團體能熱心提供相關資源。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 學校附近的開放空間，有時易成為不良少年的 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 位居市區，周邊資源豐富。 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 學校附近網咖、電玩遊戲場較多，較易吸引同 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 辦理親職衛生教育講座，提昇衛生水準。

	<ul style="list-style-type: none"> 學校旁邊有陽明運動公園、兒童公園、陽明公園可提供學生、家長從事休閒活動。 	<p>聚集地，嚴重威脅到學生安全。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 社區社團活動團體多，可供同學家長多樣性選擇。 	<p>學接觸不良習慣。</p> <ul style="list-style-type: none"> 容易接觸電子媒體，易使學生戶外活動減少。 	<ul style="list-style-type: none"> 結合社區醫療機構，辦理衛教諮詢。
--	--	-----------------------	--	--	--

2. 學校內部因素

因素	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅點)	A(行動)
<p>整體學校衛生政策</p>	<ul style="list-style-type: none"> 成立學校健康促進委員會與工作團隊。 依學生需求及社區資源訂定有效學校健康政策 每學期初、末召開校務會議，學期中則不定期召開行政會議，有效溝通各處室的問題。 	<ul style="list-style-type: none"> 教師能配合各項衛生教育活動的推行，但較少主動提出意見或改進的方法。 	<ul style="list-style-type: none"> 參與辦理健康促進學校的推行，擬定詳實可行之衛生政策。 辦理各項視力活動盡量配合學校擬訂的行事曆以不影響學校運作為原則。 	<ul style="list-style-type: none"> 在推動上級單位交辦之各項衛生活動時，礙於學校人力、時間有限，實難充分實行。 學校衛生經費有限，多少會影響視力保健活動的推行。 	<ul style="list-style-type: none"> 積極規劃學校衛生教育宣導活動，並於期末時檢討推行效果，做為下一學年改進的地方。
<p>學校物質環境</p>	<ul style="list-style-type: none"> 每學年由護理師進行教室桌面及黑板採光測量。 	<ul style="list-style-type: none"> 學生課桌椅雖堪用但已屬老舊，缺乏經費汰舊換新。 	<ul style="list-style-type: none"> 建議請上級單位補助健康中心各項設備與消耗性產品。 	<ul style="list-style-type: none"> 追蹤視力不良學童輔導人力不足，大多落在護理師身上。 	<ul style="list-style-type: none"> 對學生加強宣導，若生病時請請假在家休養，避免到

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 校園多種植綠色植物，走廊、廁所擺放綠色植栽。 ➤ 學校建有危急及災難應變機制。 			<p>理人員身上。</p>	<p>校，以免擴大傳染源。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 多舉辦運動性質活動，增強學生從事戶外活動的動機。
<p>學校社會環境</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 透過獎勵制度，鼓勵學生執行健康的行為。 ➤ 學校針對特殊需求學生能確實追蹤掌握。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學校學生數較多，護理師時間有限，無法徹底追蹤輔導每位學生。 ➤ 老師及家長較重視成績，下課時間學生亦長時間用眼。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 善用學校、社區資源辦理親師座談會、成長團體等活動。 ➤ 由學務處提供獎品鼓勵學生執行健康行為。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 3C 產品的風行，讓學生對視力保健的實施與執行無法配合。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 與社區合作，推動健康促進相關活動。
<p>健康教學與活動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 定期召開健康與體育教學研究會。 ➤ 適時辦理各項健康講座。 ➤ 健康教育老師在課堂上能培養學生的生活技能。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 相關教學設施與場所仍有不足之處。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 在開設社團活動時多以活動性社團為主。 ➤ 對全校學生實施太陽日卡，配合獎勵制度，鼓勵學生自主管理。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學校經費有限，無法採購相關教學所需之教材。 ➤ 上級規範推動活動多，學生學習時數飽和，以致於學生 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 利用假日或全校自修課辦理相關講座。 ➤ 透過校刊傳遞健康資訊，建立衛生健康教育觀念。

				分身乏術。	
健康服務	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 開學一個月內進行全校視力篩檢。 ➤ 適時辦理視力保健各項健康講座。 ➤ 特殊疾病學生資料建立詳實。 ➤ 視力結果輸入電腦資訊化管理並統計分析結果。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 少數家長經溝通後，仍選擇直接至眼鏡行處理視力不良的問題。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 利用多樣化衛生教育活動和把握各種家長聚會場合宣導各種健康知識。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 大部份的家長重視智育的成績而忽略眼睛健康的重要性。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 辦理相關研習及利各種集會加強宣導健康衛生及矯治重要性。 ➤ 聘請專業醫師宣導衛生講座 ➤ 每學年新生免費健康檢查。 ➤ 安排教師健康檢查。
社區關係	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 優良校風能獲社區家長的支持。 ➤ 與家長、社區溝通管道暢通。 ➤ 每學年均舉辦新生家長親職講座。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 多數家長未能在居家日常生活中，落實健康自主管理檢核表。 ➤ 多數學生假日仍有補習，常過度近距離用眼。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 利用親師及新生座談會，宣導健康觀念，請家長共同參與並配合學校各項健康活動推行。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 會到校參與活動的家長一般都是比較重視孩子的健康，反而真正有問題兒童的家長都未能出現。 ➤ 有些家長參與的意願不高，可能是時間無法配合。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 利用假日辦理相關健康講座。

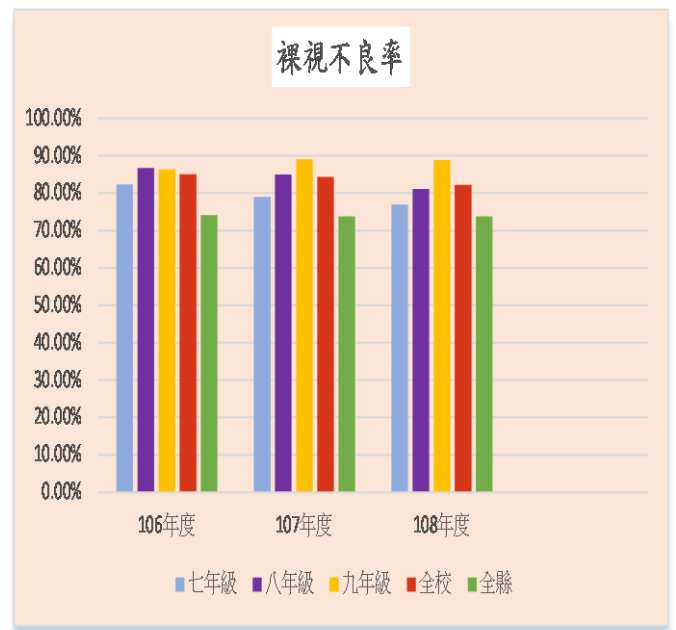
				<p>➤ 單親家庭、或外籍媽媽，日漸增多。</p>	
--	--	--	--	---------------------------	--

五、問題分析

(一)視力分析

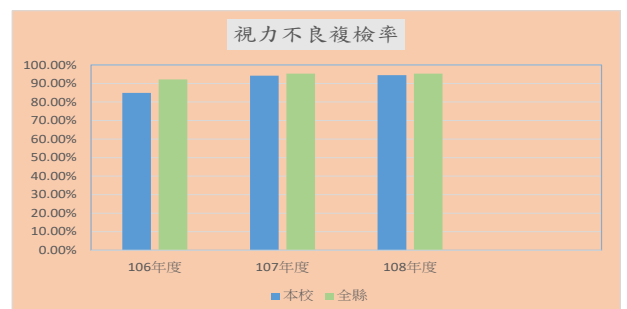
全校裸視視力不良情形(%)

年級/年度	106年度	107年度	108年度 (上學期)
學生總數	1486	1294	1240
七年級	82.3%	79%	76.9%
八年級	86.7%	85%	81.1%
九年級	86.4%	89%	88.8%
全校平均值	85.1%	84.3%	82.2%
全縣平均值	74.11%	73.78%	尚未公布



近視不良複檢率(%)

年度	106年度	107年度	108年度
就醫率	84.96%	94.2%	94.5%
全縣平均值	92.17%	95.34%	尚未公布



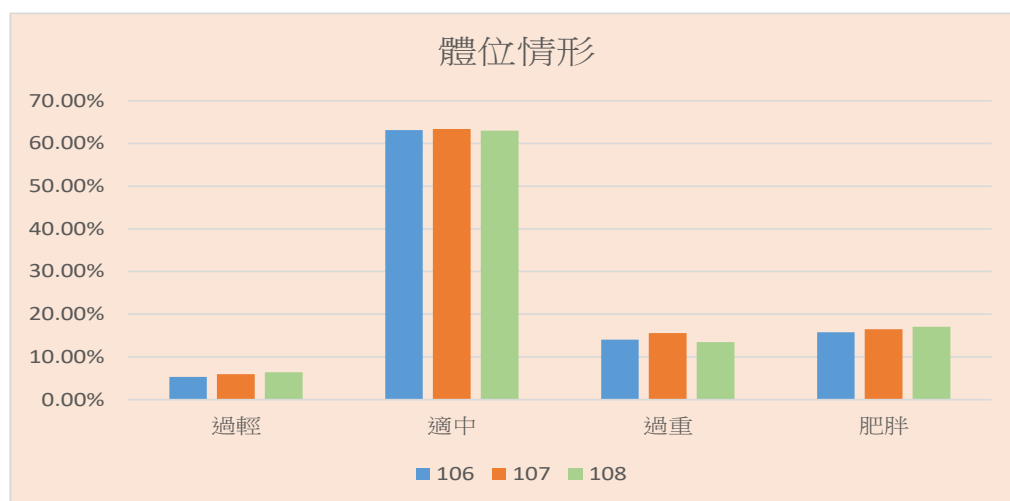
資料來源:學生健康資訊系統Web板(108學年度9月)

視力分析說明

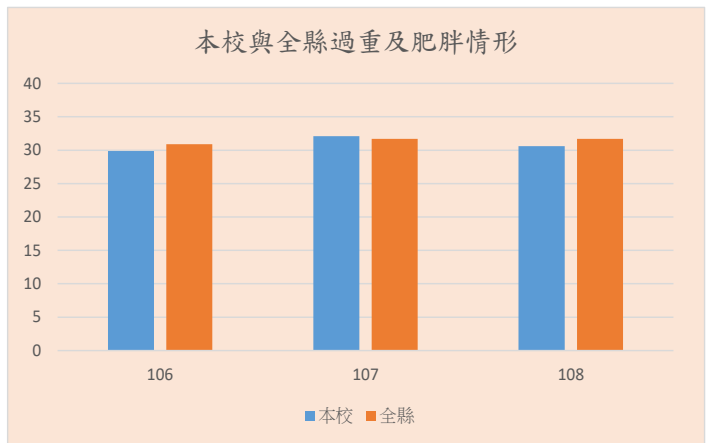
由上述表格可知，視力不良的比率是隨著年級越高而增加，九年級視力不良的比率，高達.%(108)，而七年級學童更在一入學就高達八成，而年齡越小罹患近視時，度數增加會越快速，將來更是高度近視的高危險群，因此如何在國中階度近數度數不要快速增加,做好控度防盲是學校、老師、家長級學生們一起共同努力，才能達到此目標。

(二)體位分析

年度 項目	106 學年度(第一學期)		107 學年度(第一學期)		108 學年度(第一學期)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
過輕	85	6.2%	92	7.1%	79	6.4%
適中	873	63.9%	825	63.8%	781	63%
過重	192	14.1%	195	15.1%	167	13.5%
肥胖	216	15.8%	182	14.1%	212	17.1%
過重+肥胖	410	29.8%	377	29.2%	379	28.6%



年度 項目	106 學年度	107 學年度	108 學年度 (第一學期)
	百分比	百分比	百分比
過輕	5.35%	6%	6.4%
適中	63.1%	63.4%	63%
過重	14.06%	15.6%	13.5%
肥胖	15.80%	16.5%	17.1%
全縣過重+ 肥胖	30.89%	31.69%	尚未公布



健康體位分析說明

由上圖表知道本校在健康體位過輕這及肥胖區塊的學童有逐年增加情形，所以加強學生對健康體位正確觀念是重要的，透過課程及宣導等促使本校學生健康自主管理意識抬高，並在生活中體現。故本校仍持續推行健康體位的議題讓適中體位的學童比率能增加到 64% 以上。

參、計畫目標：

- 一、強化本校衛生委員會及配合縣內輔導團隊之運作，發揮在地資源進入校園輔導，以強化校本健康議題的推廣。
- 二、透過縣府健康促進輔導及自我檢核機制，增進教職員工生的健康。
- 三、多元化的活動設計並強化精進教學、社區和家長的連結，增進教職員工生的健康。
- 四、配合縣府活動期間準時上傳實施計畫、成果海報。

肆、計畫內容及工作分配

一、健康促進工作小組組織及職掌

職稱	姓名	工 作 內 容	備 註
校長	余立焜	綜理督導本校推展健康促進工作一切有關事宜。	
學務主任	鄭瑜如	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 規劃辦理校內教師健康促進各相關議題研習。 ➢ 研擬健康促進相關議題推動家長座談會。 ➢ 訂定健康促進各議題工作計劃。 ➢ 督促各組推動各項工作。 ➢ 推動健康友善校園反霸凌的事宜。 ➢ 擬定重大事件因應計劃如:教職員工生之暴力、性侵害……等等事項。 ➢ 擬定規劃與社區民眾或家長積極參加學校各項健康促進活動或結合相關衛生、消防單位，民間團體到校做各項議題宣導活動事務。 	
總務主任	蔡志鑽	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協助健康促進各議題推動之校園安全環境硬體設施維護機制。 ➢ 擬定校園危急及災難應變機制如防震、防颱…等計劃和演練。 ➢ 協助各班課桌椅調整，定期安檢及維護、修繕。 ➢ 檢修全校照明設備。 ➢ 規劃校園綠化美化事宜。 ➢ 訂定校園飲用水設備管理辦法及定檢辦法和檢驗合格紀錄。 ➢ 協助提供適當的衛生設施如男、女生大小便器、洗手台並適時修繕養護。 	
教務主任	黃彥淵	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協助規劃辦理校內教師健康促進各相關議題融入課程、在職進修。 ➢ 擬定學校總體課程計劃。 ➢ 規劃健教老師健康教育課程、活動、教學觀摩。 ➢ 協助健教老師或相關領域課程老師教學檔案建置。 	
輔導主任	楊太元	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協助辦理健康促進心理衛生相關事宜，如生命教育、性別平等教育等。 ➢ 照顧弱勢族群，並協助特殊教育需要服務的學生。 	
衛生組長	謝雅娟	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協辦學務主任相關健促活動推展事宜。 ➢ 辦理各項健康促進或衛生保健推展、宣導工作。 ➢ 規劃設計校本部健促各議題推動策略資料及成果彙整。 ➢ 協助規劃擬定教職員工參與衛生保健或健康促進相關研習活動。 	
體育組長	利衛疆	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 辦理各項體育活動及比賽。 ➢ 協助各班體適能活動之推行。 	
教學組長	黃玲玫	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協助辦理健康促進各議題融入課程事宜，健教課程融入冬季晨操、SH150推廣。 ➢ 協辦教務處相關健促推展事宜。 	

導師代表	級導師 代表	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 提供有特殊需求學生名單給健康中心，共同守護學生健康安全。 ➢ 鼓勵學生下課時走出教室，進行戶外動態活動及運動。 ➢ 指導學生正確閱讀寫字距離，教學多樣化並避免長時間近距離用眼。 ➢ 提醒學生努力達成每天四電少於一，戶外 120。 	
護理師	蕭琇娟 廖錚怡	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 協辦健康促進各議題推展工作。 ➢ 各項健康檢查有異常個案追蹤、醫療轉介、諮詢輔導及關懷。 ➢ 特殊疾病學童個管及定期定時會知相關級任導師、科任老師。 ➢ 協助健康促進各議題相關資料整理。 ➢ 協辦健康促進各議題增能研習活動。 ➢ 協助主任、組長健康促進或醫護保健業務相關事宜。 	
家長會長	林進文	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 推動家長委員們加入健康促進或相關保健議題校園組織。 ➢ 必要時並給予經費上的補助與支持。 	

二、計畫內容及實施策略

六大範疇	健康促進工作推動內容
學校健康政策	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 將視力保健議題納入學校健康政策，成為本校健康促進主要發展議題。 ➢ 推動期程納入行事曆。 ➢ 成立學校健康促進委員會，成員納入各處室工作團隊、導師代表、學生代表。 ➢ 提出需求評估，並制定實施計劃。 ➢ 組織「急病通報及處理流程」、「校園緊急傷病處理要點」、「學生緊急傷病處理實施辦法」。
健康教學 與活動	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 將健康生活技能融入健康與體育領域教學。 ➢ 發展視力保健議題教案模組，並透過行動研究評價成效。 ➢ 配合學校活動辦理校園健康促進活動講座。 ➢ 結合家庭連絡簿，建立與家庭聯絡管道。 ➢ 健康教育課程及活動： <ul style="list-style-type: none"> ➢ 將相關議題融入「健康教育」與「體育」課程及相關學習領域中。 ➢ 實施教師健康知能研習，以提昇教師健康知能，教導學生正確健康概念。 ➢ 體適能教育、提倡規律運動、養成健康儲蓄觀念： <ul style="list-style-type: none"> ● 每年實施學生體適能檢測，培養學生運動知能與養成規律運動習慣。 ● 辦理學校暨社區運動會。 ● 辦理班際體育競賽活動，如跳繩比賽、籃球比賽、游泳比賽等活動。 ● 鼓勵學生下課時間到戶外進行各項運動，如：打籃球、跳繩等活動。

	<ul style="list-style-type: none"> ● 成立體育社團—籃球社、排球社、游泳社等。 ● 提倡教職員工課後運動休閒活動（籃球、桌球、羽球等）
物質環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 健康公佈欄配合張貼健康促進宣導訊息。 ➢ 營造健康安全的友善校園環境： <ul style="list-style-type: none"> ● 定期檢查各項校園設施並進行維護工作。 ● 社區與校園設置監視系統以預防犯罪。 ● 營造健康環保、永續的校園環境，與社區共享健康舒適多元的校園。 ● 飲用水定期檢測，洗手台全面使用自來水。 ● 實施班級學生上課照度採光，並針對不足處加以改進。
健康服務	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 充實健康中心設備，如：血糖機和試紙、氧氣筒、長背板、骨折固定器、拐杖、輪椅等。 ➢ 配合學校健檢等管道發現學童體格缺點及健康問題，並追蹤矯治、建檔管理。 ➢ 提供各班慢性病個案名單給導師、體育老師、任課老師。 ➢ 慢性病個案個別指導追蹤轉介輔導。 ➢ 辦理健康講座、辦理親師座談，建立家長緊急聯絡電話，每學年定時更新一次，確保聯絡管道之有效性。 ➢ 連結校內相關的教學、健康促進活動與講座，辦理校園慢性病管理及需求評估，強化健康促進活動與講座的效益。 ➢ 訂定學校慢性病學童急症送醫流程與醫療院所之聯繫電話(建立學生緊急連絡簿) ➢ 建立學生個人健康檔案： <ul style="list-style-type: none"> ● 每學期實施學生健康檢查（身高、體重、視力、腰圍、尿液、…等）、建立資料檔案並做適當矯治。 ● 特殊疾病學生之建檔及照顧。 ● 傳染病管制及照護。 ● 學生一般傷病救護/重大傷病救護紀錄建檔。 ➢ 實施各項衛教宣導工作： <ul style="list-style-type: none"> ● 與午餐供應商合作提供學生均衡營養之午餐，定期請營養師舉行健康飲食宣導。 ● 辦理菸害拒檳防制宣導活動。 ● 辦理藥物濫用防制宣導教育活動。 ● 辦理教職員工CPR知能研習。 ● 辦理性教育宣導、憂鬱症防治宣導。 ● 辦理健康促進體重管理宣導。 ● 辦理視力保健議題宣導活動。
社會環境	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 建立有益教職員工生身心健康、健康促進的校園氛圍。 ➢ 透過班親會、親師座談，了解學童的健康促進與照護需求。 ➢ 營造家長配合學校健康促進教學與活動，及接納學童健康問題和健康照護需求的友善環境。 ➢ 營造並建立校園良好的精神環境：

	<ul style="list-style-type: none"> ● 建立良好人際互動關係，塑造優質、和諧的校園文化。 ● 營造彼此尊重、相互關懷、信任和友愛的環境。 ● 提供有需要的學生適當的協助。 ● 每週二、四的早修進行「十分鐘的晨讀」活動。
社區關係	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 學校與鄰近社區的醫療院所、衛生所結盟，共同照護學生健康。 ➢ 建立健康諮詢電話，如：鄰近社區的醫療院所的健康諮詢電話、學童原看診醫師或醫療院所的健康諮詢電話，納入健康中心常用電話中。 ➢ 結合社區學童相關醫療資源辦理與校園慢性病管理及評估之健康促進活動或健康講座。 ➢ 建立「學校-家庭-社區」良好關係： <ul style="list-style-type: none"> ● 舉辦親師座談會，宣導「健康促進學校計劃」之內涵。 ● 學校與社區聯盟舉行相關性活動(如祖孫週活動、運動會等) ● 班級與家長建立良好的聯繫和雙向溝通。 ● 學校與家庭建立友好的互動關係。 ● 開放校園運動場供社區民眾使用。

伍、計畫預期成效

一、總目標

- (一) 增進學校與社區良好互動關係，藉由和辦理運動會、各項家長場宣導活動等讓更多家長和社區民眾支持學校持續推動健康促進政策。
- (二) 達成健康促進學校的目標，提供學生一個安全、健康、快樂學習的園地環境，也提供教職員一個友善、健康的工作環境。
- (三) 落實養成教職員工生能確實做好「自我健康照顧」的行為及知能，繼而建立健康的生活形態。
- (四) 減緩近視上升趨勢，裸視不良比率下降1%或是零成長，提高視力不良學童複檢率達95%以上及近視學生持續定期就醫矯治率提升1%以上。

二、未來努力方向

- (一) 全員參與，氣氛融洽，並以專長分擔工作，團隊能力充分發揮。繼續維持並訓練同仁專業素養，提升工作執行能力。
- (二) 由專人負責各項數據之收集，再進行圖表分析、統計，了解學生健康狀況，作為擬定未來衛生政策的指標。
- (三) 與學校同仁共同討論，發展出適合本校師生的衛生健康策略，期能使

全校教職員工生持續進行健康的行為模式。

(四) 權變執行方法的運用，有效求證思考改善方向。培養及訓練更多不同專業知識及技術。

陸、預定進度甘梯圖

月次 工作項目	108年					109年						
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
1. 成立學校健康促進委員會	■											
2. 組成健康促進工作團隊	■											
3. 進行學校現況分析與需求評估	■	■					■					
4. 決定目標及健康議題	■	■										
5. 擬定學校健康促進計畫	■	■										
6. 擬定過程評量工具		■	■	■	■							
7. 成效評量前測					■							
8. 成效評量後測								■	■			
9. 資料分析、製作行動研究海報										■	■	
10. 撰寫成果報告										■	■	■
11. 家長場視力保健宣導		■										
12. 學生視力保健宣導		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
13. 蔬食日、多喝白開水、護眼等健康生活技能宣導	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

柒、經費來源：由本校108學年度相關健康促進經費項下支出