**桃園市106學年度「健康促進學校」評分表**

**學校名稱：**桃園市平鎮高級中等學校

**健康促進學校願景：**

ㄧ、提升學校教職員工生健康狀況及減少影響健康相關因素。

二、建立永續經營、自主規劃之健康促進組職與團隊。

三、發展有效的策略及計劃，並提供充分的環境支持與服務。

四、促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升體適能。

**健康促進學校特色：**

ㄧ、多元適性學習，開創璀璨人生。 全校現有 48 班，每年級普通班 13 班，美術班一班，體育班一班，棒球專班一班，多元發展學生潛能。

二、學生質樸靈秀，教師術專德被。 引導敦厚樸實之桃園子弟在鎮心園努力耕耘，升上理想大學。 教師除具專業教學知能外，亦師亦長亦友，成為學生品德的楷模學習者。

**壹、評價指標（30分）：**

| 評價項目 | 評價結果 |
| --- | --- |
| 自評分數 | 複核分數數數 |
| 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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓2 |  |
| 1-3-2辦理教職員工健康促進相關活動。（2分） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 ▓1 □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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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） | □0 □1 ▓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) | □0 ▓1 □2 |  |
|  | 合計（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】=1470B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】=1470**學生視力不良矯治率=100%** | □5（96％以上）▓3（91-95％）□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(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】=1692B【學生總人數】=1813**學生視力保健行動平均達成率=93%** | □3（96％以上）▓2（91-95％）□1（85-90％） |  |
| 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】=1789B【學生總人數】=1813**學生戶外活動平均達成率=98%** | ▓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】=540B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=540**學生齲齒就醫率=100%** | ▓5（96％以上）□3（91-95％）□1（85-90％） |  |
| 2-2-2推動午餐潔牙活動（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】=3905B【學生總人數】=1813**學生每日平均刷牙次數=2.1** | □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】=1160B【學生總人數】=1813**學生體位適中(正常)比率=63%** | ▓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】=653B【學生總人數】=1813**學生體位不良比率=36%** |  |  |
| 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】=1725B【學生總人數】=1813**學生目標運動量平均達成率=95%** | ▓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】=1433B【學生總人數】=1813**學生理想蔬果量平均達成率=79%** | □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】=1781B【學生總人數】=1813**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】=1699B【學生總人數】=1813**學生多喝水目標平均達成率=93%** | ▓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。 |  |
| 2-4-2學生吸菸率= A÷B×100％（2分） | A【學生吸菸人數】=15B【學生總人數】=1813**學生吸菸率=0.008** | □2（0％）□1（0.1~1％）▓0（1％以上） |  |
| 2-4-3吸菸學生參與戒菸率= A÷B×100％（2分） | A【吸菸學生參與戒菸人數】=15B【吸菸學生人數】=15**吸菸學生參與戒菸率=100%**【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) | ▓2（100％或吸菸率為0％者）□1（96~99％）□0（95％以下） |  |
| 2-4-4吸菸學生點戒菸率= A÷B×100％（2分） | A【自詢問的時間往前回推7日皆未吸菸之學生數】=15B【參加戒菸教育學生人數】=15**吸菸學生點戒菸率=100%** | ▓2（100％或吸菸率為0％者）□1（96~99％）□0（95％以下） |  |
| 2-4-5吸菸學生持續戒菸率= A÷B×100％（2分） | A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】=15B【參加戒菸教育學生人數=15**吸菸學生持續戒菸率=100%** | ▓2（100％或吸菸率為0％者）□1（96~99％）□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÷B×100％（1分） | A【學生過去30天內曾經嚼檳榔人數】=0B【學生總人數】=1813**學生嚼檳榔率=0** | ▓1（0％）□0（0.1％以上） |  |
| **正確用藥教育** |
| 2-6-1遵醫囑服藥率= A÷B×100％（2分） | A【遵醫囑服藥人數】=1813B【需用藥人數】=1813**遵醫囑服藥率=100%** | ▓2（91％以上）□1（81-90％）□0（80％以下） |  |
| 2-6-2學生家庭具有用藥諮詢電話比率= A÷B×100％（2分） | A【具有藥師諮詢電話人數】=30B【需用藥人數】=35**學生家庭具有用藥諮詢電話比率=85%** | □2（91％以上）▓1（81-90％）□0（80％以下） |  |
| 2-6-3曾口頭或電話進行用藥諮詢比率= A÷B×100％（2分） | A【曾口頭或電話進行用藥諮詢人數】=31B【需用藥人數】=35**曾口頭或電話進行用藥諮詢比率=88%** | □2（91％以上）▓1（81-90％）□0（80％以下） |  |
| **性教育(含愛滋病防治)** |
| 2-7-1推動模式（1分） | 辦理學生正確認知或正向態度調查 | ▓1（有）□0（無） |  |
| 2-7-2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 | ▓2（2場以上）□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 | □2（2場以上）▓1（1場） |  |
|  | 合計（52**分**） |  |

**參、其他(18分) ：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **指標名稱** | **內容** | 自評分數 | 複核分數 |
| **校本特色****(活動及成效)****(10分)** | ㄧ、學校整體衛生政策 （一）文化專廊海報宣導 （二）班際整潔競賽 （三）環境清潔海報競賽 （四）登革熱海報競賽 （五）環保海報競賽 （六）服務學習-掃街活動、淨灘活動 二、煙害及檳榔健康危害防治 （一）拒檳反菸海報宣導 （二）拒檳反菸標示張貼 （三）反毒戒菸 三、視力保健 （一）全校視力檢查 （二）遠眺綠樹活動 四、口腔保健 （一）口腔保健常識宣導（二）後潔牙宣導（午餐網頁-用餐禮儀） （三）海報宣導 五、健康體位 （四）教師羽球競賽 （五）運動傷害防護課程 （六）推動全校做操晨跑運動 （七）校內班際籃球競賽 （八）校內班際排球競賽 六、心理健康 (一)高一心理健康測驗 (二)高一生命講座  | 9分 |  |
| **推動前後成效評價****(3分)** | ▓視力保健 ▓口腔衛生 ▓健康體位 ▓反菸拒檳 □性教育 ▓正確用藥教育 ▓全民健保教育(請檢附行動研究成果) | 3分 |  |
| **特殊貢獻(5分)** | **桃園市立平鎮高中106學年度****高一青少年心理健康量表測驗結果**1. **測驗人數：**

高一新生101~114班，參加施測共556人，缺測2人。1. **測驗結果**

青少年心理量表各班統計結果

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **項目** | **百分等級** | **困擾程度** | **全校統計** | **今年百分比** | **去年百分比** | **變異量** |
| **總量表** | **95以上** | **高度困擾** | **8** | **1.47%** | 2.79% | -1.32% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **33** | **6.04%** | 6.40% | -0.36% |
| **憂鬱傾向** | **95以上** | **高度困擾** | **13** | **2.38%** | 5.25% | -2.87% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **28** | **5.13%** | 5.09% | 0.04% |
| **焦慮傾向** | **95以上** | **高度困擾** | **23** | **4.21%** | 5.09% | -0.88% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **41** | **7.51%** | 7.88% | -0.37% |
| **自傷傾向** | **95以上** | **高度困擾** | **15** | **2.75%** | 3.28% | -0.53% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **30** | **5.49%** | 5.75% | -0.26% |
| **衝動傾向** | **95以上** | **高度困擾** | **6** | **1.10%** | 3.28% | -2.18% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **19** | **3.48%** | 4.76% | -1.28% |
| **精神傾向** | **95以上** | **高度困擾** | **14** | **2.56%** | 3.61% | -1.05% |
| **85-94%** | **中度況擾** | **23** | **4.21%** | 8.05% | -3.84% |

* 統計人數為該項各班人數總合，今年百分比指該情緒傾向人數在占總測驗人數的比例。
* 變異量為今年與去年相比上升或下降之百分比。
1. **測驗解釋**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **量表** | **心理狀態** | **建議** | **本校處置** |
| 百分等級69↓ | 正常範圍 | 繼續保持目前的身心適應狀態 | 學生需要時，提供諮詢服務 |
| 百分等級70-84 | 輕度困擾 | 找人聊聊或特別注意這些向度 | 導師關懷 |
| 百分等級85-94 | 中度困擾 | 尋求導師、家人或輔導人員協助 | 導師追蹤及加強關懷輔導，必要時轉介 |
| 百分等級95↑ | 高度困擾 | 尋求導師、家人、專業輔導人員，甚至精神科醫師的協助，並進行長期的諮商晤談 | 輔導教師追蹤輔導，必要時轉介 |

**四、後續追蹤(如附件名單)**1.導師加強關懷輔導：34人2.輔導教師追蹤輔導：6人**五、小結**整體來說，今年高一新生在9/6~9/15期間所填寫的青少年心理健康量表結果，高關懷學生名單共計40名，焦慮傾向仍是占情緒困擾中最常出現的，具中度至高度困擾者占總人數的12.88%，整體情緒中高度困擾比率比去年減少了1.32%。針對本屆新生心理健康狀況介入措施如下：1. 首先由高一專任輔導老師進行班級輔導說明測驗結果，加強學生對測驗的正確解讀與對自我心理健康的重視，並對情自己的緒反應能有正確認識與解讀，面對生活中困擾時也能有分級求援概念。
2. 建立高一新生對高中學習歷程的概念，能對高中生活有正確期待，並對課業要求養成良好預、複習習慣，避免因課業或成績產生過度焦慮或挫折。
3. 透過導師會議轉知高一導師說明量表結果及需要加強關懷的學生名單，進行後續了解與介入輔導，若有需要進行進一步輔導，及早轉介提供學生生活協助與情緒支持，幫助學生身心適應。
4. 輔導教師在第一次段考後主動邀約輔導追蹤高度困擾的關懷個案，若有需要進行轉介三級心理衛生資源，以能及早穩定提供學生生活與情緒，幫助學生身心適應。
 | 5分 |  |
|  | **合計（18分）** |  |
|  |  |  |
| 自評總分 |  | 複核總分 |  | **評分表總分100分** |
| 訪視意見 | （由訪視委員填寫） |

十、本計畫經校務會議通過，陳請校長核可後實施，修正時亦同。

**承辦人： 主任： 校長：**