

# 高雄市 99 學年度健康促進成果報告書

學校單位：高雄市立那瑪夏國民中學

(原高雄縣立三民國民中學)

全校人數：88 位

## 議題一：健康體位

### (一) 成果報告

	過輕	過重	超重	合計	體位不良人數佔 全校人數百分比
99 上學期	1	17	17	35	40%
99 下學期	1	14	14	29	33%
改善/增減情形	0	-3	-3	-6	-7%

### (二) 執行策略

1. 舉辦健康飲食議題校內研習課程。
2. 召開導師會議，鼓勵教師將健康飲食議題融入課程活動安排。
3. 舉辦健康飲食宣導活動。
4. 利用文化走廊、學習步道張貼健康飲食海報、標語
5. 進行健康飲食學習活動。
6. 針對體位過重及超重學生設立減重班，以改善體位不良情形。
7. 利用每週朝會帶領全校學生進行操場競走，以達運動良效。

## 議題二：視力保健

### (一)成果報告

	0.1~0.4 人數	0.5~0.8 人數	合計	視力不良人數佔 全校人數百分比
99 上學期	5	29	34	39%
99 下學期	12	29	41	47%
改善/增減情形	+7	0	+7	+8%

### (二)執行策略

1. 舉辦視力保健議題校內研習課程。
2. 召開導師會議，鼓勵教師將視力保健議題融入課程活動安排。
3. 舉辦視力保健宣導活動。
4. 實施視力保健教學活動並融入各科課程統整。
5. 利用媒體資料進行視力保健機會教育。
6. 利用文化走廊、學習步道張貼海報、標語。
7. 定期測量學生視力。
8. 加強校園綠美化。
9. 利用每日早自修帶領全校學生共同進行「遠望山林」活動。

### 議題三：菸害防治

#### (一)成果報告

班級	七年級	八年級	九年級	全校
99 上學期抽菸率	0%	3%	4%	7%
99 下學期抽菸率	0%	2%	2%	4%
改善/增減情形	0%	-1%	-2%	-3%

#### (二)執行策略

1. 舉辦菸害防治宣導議題校內研習課程。
2. 舉辦菸害防治宣導活動。
3. 進行菸害防治宣導教學，並融入各科課程統整。
4. 利用媒體資料實施菸害防治機會教育。
5. 利用文化走廊、學習步道張貼菸害防治宣導海報、標語。
6. 於校園中明顯處張貼禁菸標誌。

## 議題四：檳榔防治

### (一)成果報告

班級	七年級	八年級	九年級	全校
99 上學期嚼食檳榔率	0%	0%	0%	0%
99 下學期嚼食檳榔率	0%	0%	0%	0%
改善/增減情形	0%	0%	0%	0%

### (二)執行策略

1. 舉辦檳榔健康危害防治宣導議題校內研習課程。
2. 舉辦檳榔健康危害防治宣導活動。
3. 進行檳榔健康危害防治教學活動，並融入各科課程統整。
4. 利用媒體資料實施檳榔健康危害防治機會教育。
5. 利用文化走廊、學習步道張貼檳榔健康危害防治宣導海報、標語。
6. 舉辦無檳校園徵文比賽。
7. 舉辦無檳校園警標語比賽。
8. 辦理百人拒擯蓋手印活動。

## 議題五：傳染病(紅眼症)防治

### (一)執行策略

1. 確實通報感染人數，並請感染學生請假在家休養，以免擴大傳染。
2. 由校護進行全校學生之紅眼症防治教學活動。
3. 張貼相關知識海報於走廊及傳單於各班。
4. 利用廣播隨時提醒學生多洗手，以避免傳染。

承辦人：

單位主管：

機關首長：

高雄市立那瑪夏國民中學 99 學年度健康促進成果報告書



朝會競走活動



朝會競走活動



口腔衛生教育



口腔衛生教育



急救衛生教育



急救衛生教育



高雄縣立三民國民中學 99學年 第1學期午餐後潔牙記錄表																																
三年甲班 (99年9月份)																																
日期	姓名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	合計
1	曾姿姿				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
2	柯姿如				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
3	范慧珊				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
4	謝廷諤				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
5	劉征霖				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
6	謝民洋				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
7	顏銘寶				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
8	曾志銘				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
9	林思詠				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
10	林嘉榮				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
11	王浩翔				1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	
12																																
13																																
14																																
15																																
16																																
17																																
合計					11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	19	

學生數: 11 未執行人數: 執行天數: 19日 執行率: 100%

班級導師: 林文宗 製表人: 衛生組長: 訓導主任: 校長: 王世哲

導師林文宗 衛生組長柯志香 衛生組長趙令浮 衛生組長顏添福

每月固定追蹤學童潔牙情形

紅眼症 家長衛教單

家中家長或病童，應盡速就醫，按照醫生處方用藥且盡量在家休息，注意處理眼睛分泌物，勤用肥皂洗手，避免出入游泳池等公共場所，確實按照「濕、搓、沖、捧、擦」五步驟洗手；

不要用手揉眼睛，必要時用乾淨毛巾、小棉棒或衛生紙擦拭。

主要透過接觸病人的眼睛分泌物傳播，潛伏期一般為12小時至數日不等，傳染力極強，症狀主要為眼睛刺痛、灼熱、怕光、易流淚、有異物感、眼睛產生大量黏性分泌物，嚴重時會有眼瞼顯著腫脹、結膜下水腫或出血，病程約4-6天。

個人應做好自我衛生管理，勤洗手、不揉眼睛、不與人共用毛巾等。患者不要與家人共用個人用品，應將患者使用過的毛巾、洗面用具及接觸過患者眼部分泌物的物件消毒。



暫停上班、上學，以免傳染給其他人。

高雄縣立三民國民中學 健康中心關心你！

紅眼症衛教傳單張貼於各班



張貼檳榔防制海報於走廊



舉辦無檳校園警標語大賽



邀請陽光基金會口友到校進行檳榔防制宣導



無檳校園徵文比賽得獎作品



菸害防治宣導



學生視力矯正