

彰化縣109學年度 健康促進學校實施計畫

共識會議

全民健保(含正確用藥)



輔導老師：亞洲大學 靖永潔 助理教授



八大議題推動策略及成效指標分析

視力保健

口腔衛生

健康體位

菸癮防制

性教育
(含愛滋病防制)

全民健保
(含正確用藥)

安全教育與急救

慢性病學童健康
管理



Healthy Schools

108年度成效指標分析—全民健保

指標項目	對象	前測值	後測值	提升百分比	108學年度 目標值	達成情形	109學年度 目標值
		108年12月	109年4月				
全民健保正確認知率	國小	58.84%	72.68%	17.84%	≥78%	未達成	≥75%
	國中	60.33%	69.99%	9.66%	≥76%	未達成	≥75%
珍惜全民健保行為率	國小	40.50%	55.04%	14.54%	≥72%	未達成	≥60%
	國中	48.20%	64.51%	16.31%	≥72%	未達成	≥70%

108年度成效指標分析—正確用藥

指標項目	對象	前測值	後測值	提升百分比	108學年度 目標值	達成情形	109學年度 目標值
		108年12月	109年4月				
遵醫囑服藥率	國小	51.81%	64.39%	12.58%	≥ 76%	未達成	≥70%
	國中	66.42%	74.39%	7.97%	≥ 78%	未達成	≥78%
不過量使用止痛藥比率	國小	86.28%	90.63%	4.35%	≥ 95%	未達成	≥95%
	國中	93.97%	93.65%	↓0.32%	≥ 95%	未達成	≥95%
使用藥品前看清藥袋、 藥盒標示比率	國小	89.68%	93.29%	3.61%	≥ 96%	未達成	≥95%
	國中	91.06%	93.76%	2.70%	≥ 93%	達成	≥95%

健康促進學校輔導 全民健保(含正確用藥)議題評量工具

Strongly agree

Agree

Disagree

Strongly disagree



問卷題目-對全民健保有正確認知比率(5題)

全民健保想法

以下各題是想了解你對全民健保的想法，請仔細閱讀每個題目，並在☑內勾選一個符合你想法的選項。

	正確	不正確	不知道
1. 如果身體很健康的人，可以選擇不要加入健保。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 自己繳的保費只能用來支付自己生病時的醫療費用，不是要給別人用的。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 不論富有或是貧窮，每個人繳交的健保費用都一樣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 不管有沒有錢或是否住在偏遠地區，都可以得到全民健保的照顧。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 當健保醫療花費多於大家繳的保費時，可能會讓健保破產。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

指標

對全民健保有正確認知比率







定義

1. 正確答案：X、X、X、○、○
2. **【平均每人答對題數】 / 【總題數(5題)】 * 100%**

問卷題目-珍惜全民健保行為比率(3題)

健保行為

以下各題是想了解你有關全民健保的一些現況，請仔細閱讀每個題目，並在☑內勾選一個符合你實際情形的選項。

	總是	經常	偶爾	不常	從不
1. 我或家人身體不舒服的時候，會先到附近的診所看病，必要時才會透過醫生轉到大醫院。			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我或家人會因為重複看病或拿藥而沒有吃完。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
3. 我有信心能向家人或朋友說明全民健保的好處。			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

指標	定義
珍惜全民健保行為比率	<p>1. 珍惜全民健保：</p> <p>A正向題：第1、3題，加總答「經常」及「總是」人數。</p> <p>B反向題：第2題，加總答「不常」及「從不」人數。</p> <p>2. $\frac{\text{【珍惜健保行為的人數】}}{\text{【學生總人數】}} * 100\%$</p> <p>3. 建議計算方式：總題數三題，總人數假設有20人。第一題答「經常」或「總是」有5人、第二題答「不常」或「從不」有10人、第三題答「經常」或「總是」有20人。所以第一題為5/20、第二題為10/20、第三題為20/20，加總後再除以總題數3題。</p>

問卷題目-正確用藥(3題)

正確用藥		
<p>1. 過去一年，你是否曾未遵照醫生或藥袋的指示用藥而自行調整藥量。</p> <p><input type="checkbox"/>是 <input checked="" type="checkbox"/>否</p>	<p>指標</p> <p>遵醫囑服藥率</p>	<p>定義</p> <p>1. 以選擇「否」者為遵醫囑服藥者。</p> <p>2. $\frac{\text{【遵醫囑服藥人數】}}{\text{【學生總人數】}} * 100\%$</p>
<p>1. 過去一年，你是否曾自行增加止痛藥的使用劑量超過藥盒或藥袋的建議。</p> <p><input type="checkbox"/>是 <input checked="" type="checkbox"/>否</p>	<p>指標</p> <p>不過量使用止痛藥比率</p>	<p>定義</p> <p>1. 以選擇「否」者為不過量使用止痛藥者。</p> <p>2. $\frac{\text{【不過量使用止痛藥人數】}}{\text{【學生總人數】}} * 100\%$</p>
<p>1. 過去一年，你在使用藥品前是否會看清藥袋、藥盒標示。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否</p>	<p>指標</p> <p>使用藥品前看清藥袋、藥盒標示比率</p>	<p>定義</p> <p>1. 以選擇「是」者為使用藥品前看清藥袋、藥盒標示者。</p> <p>2. $\frac{\text{【使用藥品前看清藥袋、藥盒標示人數】}}{\text{【學生總人數】}} * 100\%$</p>



108年健康促進學校 全民健保(含正確用藥)議題

-中心與種子學校(共25所學校)

中心學校	種子學校
育德國小	大同國小、文開國小、好修國小、和美國小、 洛津國小、海埔國小、鹿東國小、新民國小、 新港國小、萬興國小、線西國小、曉陽國小、 草港國小、新興國小、福興國小、永興國小、 二林國小、社頭國小、中正國小、潭墘國小、 伸港國中、明倫國中、埔鹽國中、溪湖國中、 芳苑國中

健康促進學校計畫撰寫

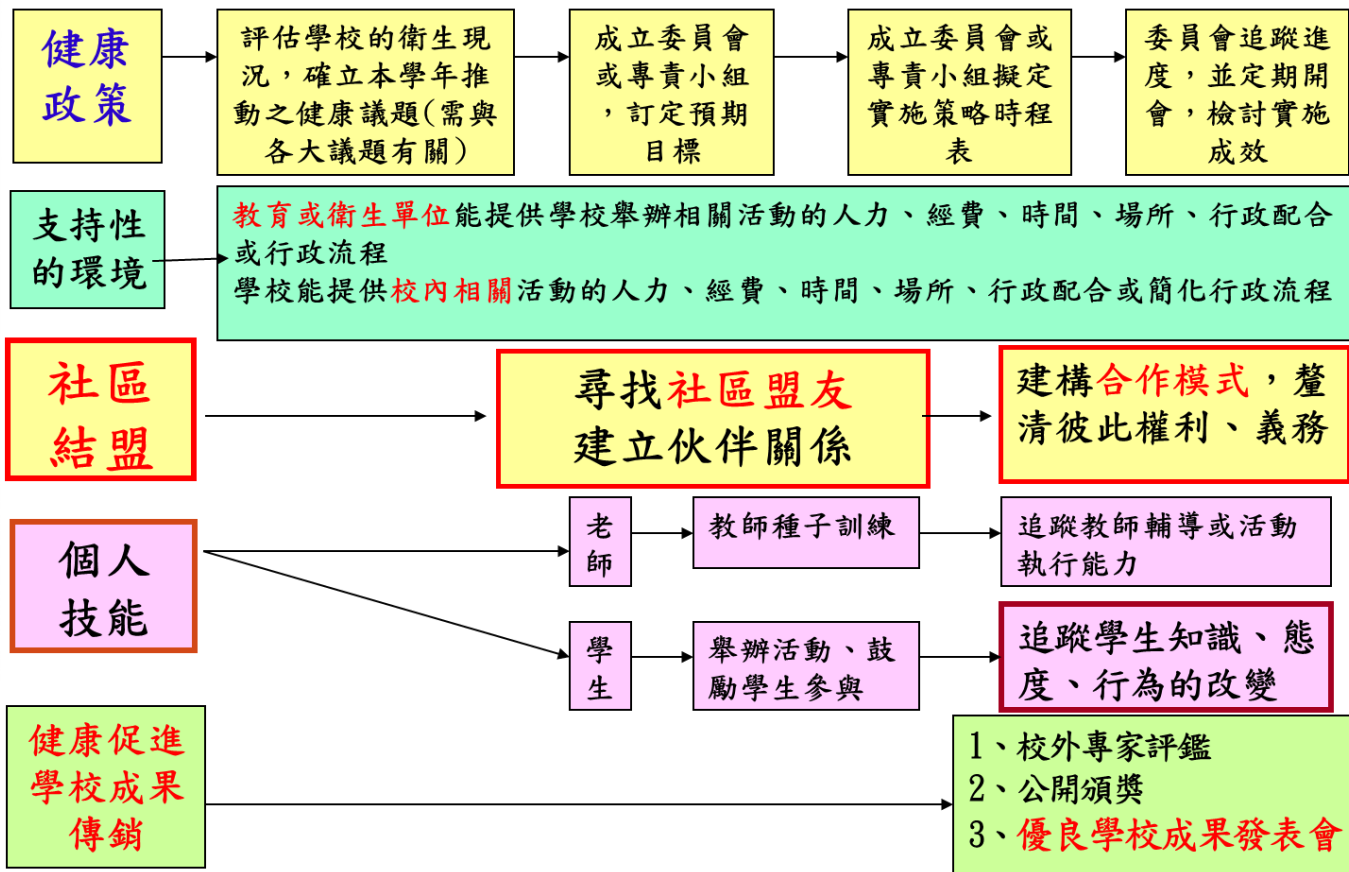


健康促進學校推動內涵

- 健康政策
- 健康環境
 - 物理環境
 - 社會環境
- 健康教學與活動
- 健康服務
- 社區關係



健康促進學校可行的工作流程



二代健促

1

精進教學

2

社區結盟

3

家長參與

4

支持環境

5

99-100學年

1. 實證導向
2. 行動研究

101-102學年

1. 生活技能
2. 12年國教

103學年

1. 結盟衛生
2. 社區資源

104-105學年

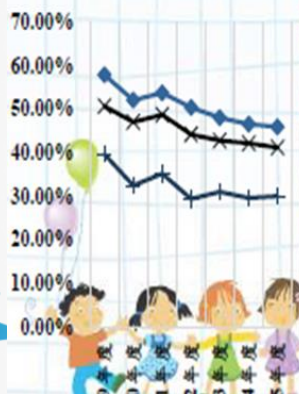
1. 結盟家長
2. 親子共學

106-107學年

1. 支持環境
2. 實證策略

全國各年級齲齒趨勢

◆ 一年級 ◆ 四年級
 ◆ 七年級



健康知識是健康行為的基礎

學生課前閱讀 學生手冊-健康小學堂

生活技能融入健康體位教學

【國小版】

健康體位特攻隊

學生手冊



學校名稱：_____

班級：_____年_____班

學生姓名：_____

衛生福利部國民健康署
教育部國民及學務教育署



健康小學堂

議量

怎麼吃，才可以均衡又健康？

符合3-6年級學生每日飲食建議量，就能活力充沛、頭好壯壯。

我的餐盤——飲食健康指南



2-2 健康飲食原則



：要每天這樣吃好像不容易做到耶？



：只要你願意可以從最基本的健康飲食開始做起



2-3 飲食紅黃綠燈



：這裡面的食物怎麼沒有我喜歡吃的熱狗、薯條呢？



：因為有些食物和飲料是高糖高油高鹽，會造成肥胖或是健康影響，是不建議多吃的。



2-4

「我的餐盤」教你吃



：哎呀~要記住各種食物還有份量，好麻煩喔...



：運用「我的餐盤」圖表和口訣，每天早晚一杯奶；每餐水果拳頭大；菜比水果多一點；飯跟蔬菜一樣多；魚蛋肉一掌心；堅果種子一茶匙，讓你輕鬆吃得均衡，吃出健康。



健康促進學校評量指標



健康促進學校實證支持性環境策略

支持性環境策略

行動策略目標

短期目標 (地方指標)

中/長期目標 (部訂指標)

學生
生活技能
健康教學

視力保健
兒少近視病，控度來防盲
戶外防近視，3010眼安康

視力保健
• 規律用眼3010
• 戶外活動120、下課淨空
• 3C小於1

視力保健
• 裸視視力不良率
• 裸視不良就醫複檢率
• 視力不良惡化率
• 定期就醫追蹤率

學校
衛生政策
校園活動
物質環境
社會環境
健康服務

口腔保健
塗氟填溝有保障
潔牙少糖好口腔

口腔保健
• 含氟牙膏、睡前潔牙
• 每日至少1次牙線
• 在校兩餐間不吃零食、不喝含糖飲料

口腔保健
• 未治療齲齒率
• 複檢齲齒診治率
• 12歲兒童平均每人齲齒指數(DMFT)
• 第一大臼齒窩溝封填施作率

家庭
家長參與
親子共學

菸/檳防制
反菸拒檳防護罩
生活技能有一套

菸/檳防制
• 吸菸、嚼檳率
• 參與菸害、檳害教育
• 戒菸、戒檳教育
• 校園二手煙、電子菸使用

健康體位
• 體位適中比率
• 體位肥胖比率
• 體位過重比率
• 體位過輕比率

社區
社區結盟
夥伴關係

全民健保/正確用藥
珍惜健保，你我都好
藥品分三級，用藥看標示

全民健保/正確用藥
• 健保正確認知、珍惜行為
• 遵醫囑服藥、不過量使用止痛藥、看藥袋/藥盒標示

菸/檳防制
• 無菸校園率、無檳校園率

性教育(含愛滋防治)
全人性教育
愛己尊重人

性教育(含愛滋防治)
• 認知、態度、危險知覺
• 接納愛滋感染者
• 拒絕性行為效能





健康促進學校計畫之撰寫

標題：彰化縣○○國中(小)○○學年度

健康促進學校實施計畫

- 壹、前言
- 貳、計畫依據
- 參、計畫目標
- 肆、背景說明
- 伍、計畫內容及實施策略



壹、前言

請概述為促進教職員工生之健康，於民國○年即開始推動健康促進學校計畫，培養個人的健康行為及生活型態為目標…以校本的健康需求評估為基礎，多元化的活動設計並運用「由下而上」的推展模式，強化精進教學、社區和家長的連結…深化…的校園健康核心價值，邁向…願景努力。



貳、計畫依據

- 依據教育部國民及學前教育署 ○○年○月○日臺教國署學字第○號函辦理。
- 依據教育處○...字第○...號函辦理
- 依據本校...健康促進學校計畫辦理



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、透過行動研究，評價實施前後之成效。
- 五、配合縣府動期間準時上傳行動研究成效。



肆、背景說明

- 校本背景分析
 - 本校位於...(地理位置、學校衛生委員會、推動人力、相關屬性資源...)
 - 特色為...(家長、學生背景屬性說明...)
- 試作SWOT分析...
- 推動組織特色
 - 列出學校衛生委員會和職責分工
- 健康問題分析與需求評估



SWOT 分析

以經營管理理論為基礎發展而來
組織內部優勢、劣勢與外在環境機會威脅
以SWOT矩陣方式排列

- **Strength**：優勢、成就、長處、優點
- **Weakness**：劣勢、不足、短處、缺點
- **Opportunity**：擁有的機會
- **Threat**：面對的威脅



學校內部環境因素

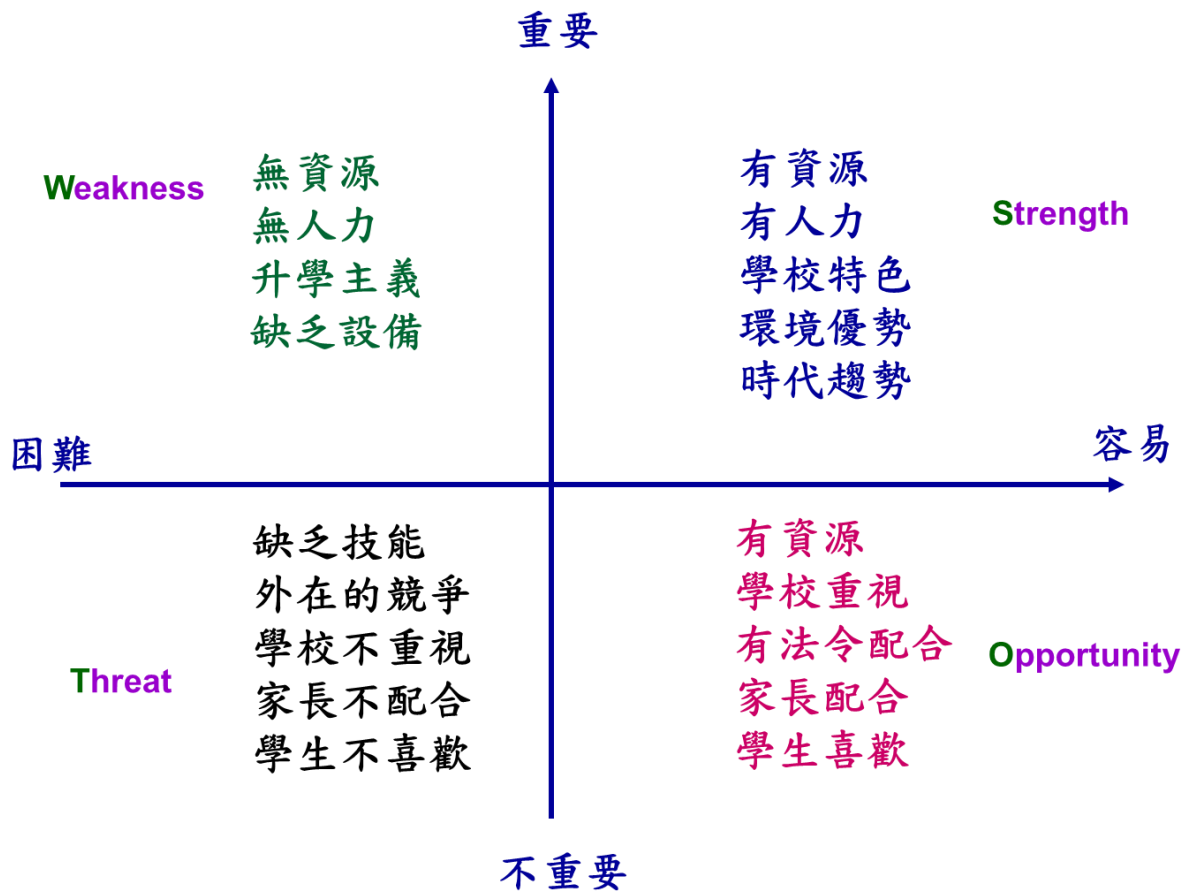
- **學校規模：**
 - － 位置、大小、面積、學生數、校園動線、校風、特色等。
- **人力資源：**
 - － 教師人數、教學經驗；行政人員人數、經驗、態度等。
- **課程與活動：**
 - － 內容、項目、教學專長等。
- **硬體設備：**
 - － 校舍、教室、教材、教具及其一般設施與設備等。
- **管理運作：**
 - － 組織氣氛、行動力、溝通整合力、經費來源、社區關係等。
- **學生及其家長：**
 - － 家長結構、參與度、親子關係、經濟；學生特性、健康特質等。



學校外部環境因素

- 地理環境：
 - 地理特性、交通、鄰近學校機構、經濟活動情形等。
- 所在地人口結構：
 - 性別、年齡、職業、種族、婚姻狀況。
- 地方資源條件：
 - 社區參與、社區機構對學校的支援程度、地方資源提供的基金會、專家等人力、物力及其他。
- 社會規範與民風：
 - 法令規章、風俗文化特徵、保守或開放、價值觀等。
- 對學校的期待：
 - 升學、提供安親或課後輔導、特殊技能訓練等。

SWOT 分析



SWOT 交叉分析

SWOT 分析	內部環境因素		
		優勢 <u>S</u> trength	劣勢 <u>W</u> eakness
	機會 <u>O</u> ppportunity	多加利用 SO	盡快改善 WO
	威脅 <u>T</u> hreat	加強監視 ST	盡量消除 WT
SWOT 內外部影響因素交叉分析圖			



伍、計畫內容與實施策略

- **成立健康促進計畫推動小組**

- 成員包括：導師、健體領域學科教師、健康中心護理師、家長、社區醫師等

- **推動架構：**

- 應用健康促進學校模式六大層面推動

健康資料收集

收集一手資料

問卷調查

深度訪談

焦點團體

座談會、班會

實地觀察



現有二手資料

健康記錄(身高、體重、齙齒、近視...)

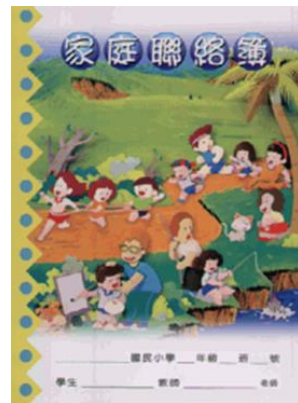
健康中心登記(受傷、休息、送醫記錄)

學生缺課記錄(請假原因)

家庭聯絡簿

學生週記

留言板



台灣健康促進學校網站資源



臺灣健康促進學校

Health Promoting School

首頁 | English  

輸入關鍵字..



最新消息 ▾ HPS輔導計畫 ▾ 資源專區 ▾ 視力保健 ▾ 口腔保健 ▾ 健康體位 ▾ 全民健保 ▾ 正確用藥 ▾ 菸檳防制 ▾ 性教育 ▾ 線上問卷 ▾ 家長專區




推動案例，表單，教案資源-全民健保



臺灣健康促進學校
Health Promoting School

首頁 | English  

輸入關鍵字... 

最新消息 ▾ HPS輔導計畫 ▾ 資源專區 ▾ 視力保健 ▾ 口腔保健 ▾ 健康體位 ▾ **全民健保** ▾ 正確用藥 ▾ 菸檯防制 ▾ 性教育 ▾ 線上問卷 ▾ 家長專區

全民健保

衛教資源

平面文宣

影音

其他

首頁 > 健康議題 > 全民健保 > 衛教資源 > 平面文宣

平面文宣



回上頁



正確使用止痛藥要看標示-5要



你不可不知的二代健保(摺頁)_頁面_2



你不可不知的二代健保(摺頁)_頁面_1

推動案例，表單，教案資源-正確用藥

最新消息 ▾ HPS輔導計畫 ▾ 資源專區 ▾ 視力保健 ▾ 口腔保健 ▾ 健康體位 ▾ 全民健保 ▾ **正確用藥** ▾ 菸癮防制 ▾ 性教育 ▾ 線上問卷 ▾ 家長專區

正確用藥

衛教資源

平面文宣

影音

其他

首頁 > 健康議題 > 正確用藥 > 衛教資源 > 平面文宣

平面文宣



回上頁



正確使用綜合感冒藥海報

正確用藥

121
2019/01/31



看懂藥品標示5問

正確用藥

57
2019/01/31



吃藥不能防感冒海報-1

正確用藥

48
2019/01/31

榮耀事蹟



108學年度健康促進學校成效評價分析評選

➤ 全民健保及正確用藥組佳作：湖西國小

「全民健保 永續經營」創意影片徵選

➤ 國小組佳作：社頭國小

➤ 國中組佳作：溪湖國中





**THANK
YOU!**

Thank you
for listening

