

桃園市新屋區笨港國民小學 106 學年度第一學期

學校衛生及健康促進委員會會議紀錄

一、時間：106 年 9 月 04 日下午 15 時 30 分

二、地點：校史室

三、主席：校長燕子明

燕子明

四、記錄：蔡依潔

五、出席人員：

周子真、黃柏雲、吳如娟、劉美之、黃富生、
劉淑貞、張麗菁、陳佳吟、楊雅卿、范淑卿

六、討論主題：

林依潔、黃怡達、劉玉惠、蔡依潔

(一) 106 學年度健康促進學校執行，請各位老師配合執行。

1. 必選議題--整體學校衛生政策、口腔衛生、視力保健、菸害及檳榔健康 危害防治（預防性健康行為）、健康體位（含健康飲食及健康體位）正確用藥教育、性教育。

2. 自選議題--心理健康促進。

無菸拒檳

1. 配合桃園縣衛生局訂定無菸拒檳週(月)，強化宣導機制。

2. 利用學校辦理親職教育日活動，向家長傳遞無菸拒檳的健康概念。

3. 將無菸拒檳的觀念及活動融入各領領域中學習

口腔衛生

1. 每日填寫「潔牙運動綜合紀錄表」提醒孩子每日餐後潔牙得重要性。

2. 牙醫每個月到校 2 次，為孩子進行牙齒塗氟、檢查與治療。

3. 持續推動每週含氟水漱口活動，以降低蛀牙發生率。

4. 邀請牙醫師或衛生所專業人員加強口腔衛生教育宣導活動，讓家長與孩子都能更瞭解如何做好牙齒保健工作。

5. 健康飲食的觀念宣導，減少容易引起齲齒的不健康飲食的攝取。

視力保健

1. 利用通知單加強各項健檢複診率。

2. 利用課間時間進行望遠凝視，讓睫狀肌鬆弛，避免近視的發生。

3. 進行視力保健教育及宣導活動，讓家長與孩子都能更瞭解如何做好牙齒保健工作。

4. 藉由上級提供的相關健康學習網站進行宣導及闖關活動。

健康體位

1. 實施健康體能 333 與 210 快活計畫，鼓勵師生每週至少運動三次、每次 30 分鐘、心跳率達 130 下，進而提升至每週運動 210 分鐘。

2. 每週二次師生健康操時間，強化師生體能。

3. 每週二次晨間慢跑，強化師生肌耐力。

4. 期末辦理全校馬拉松大賽。

5. 定期舉辦躲避球比賽，提升運動興趣。

6. 邀請營養師或衛生所人員到校進行健康飲食的講座宣導達到健康體位的目標。

性教育（愛滋病防治）

1. 利用集會、班親會、家長座談會加強兩性平等教育觀念的宣導。
2. 將兩性平等教育內涵融入學校課程活動、藝文領域及體育競賽中。
3. 邀請專家學者或劇團到校演講或表演，提供親師生更專業的兩性教育知識及法規。
4. 利用性別教育繪本及讀報活動進行性別教育的認識。

正確用藥

1. 利用通知單、集會、班親會、家長座談會加強正確用藥觀念的宣導。
2. 利用上級及衛生單位提供海報文宣進行有獎徵答等宣導活動。
3. 將正確用藥的網址與學校網頁連結進行宣導及互動學習。

心理健康

1. 推動心理健康課程，讓孩子懂得藉由各種管道（閱讀、運動、看電影、聽音樂、才藝表演等）抒發壓抑的情緒。
2. 辦理心理健康親職教育活動，讓家長與孩子的溝通更順暢，減少親子間的衝突。
3. 營造溫馨舒適的晤談空間，讓孩子感受輔導諮詢是便利、舒適的。
4. 對於高關懷學生電訪或家訪，定期晤談對話，必要時進行轉介服務。

七、臨時動議：

八、散會