

臺中市私立立人高級中學健康促進委員會組織計畫

民國 102 年 5 月 9 日經第四次行政會報通過

民國 105 年 4 月 14 日經第三次行政會報修訂通過

一、依據：學校衛生法第十九條，學校應加強辦理健康促進活動。

二、目的：

- (一)召開學校健康促進推行委員會會議，推行學校健康促進政策，建立教職員工生正確的健康自我管理觀念。
- (二)營造無菸校園優質環境，建立正確體型意識，並藉動態生活、均衡飲食，提昇學生體適能，逐年降低學生過輕及過重（肥胖）之比率，以促進學生身心健康。
- (三)透過健康促進教育與活動及健康服務之實施，引導學生、教職員工及社區家長重視健康管理，共同營造良好健康促進之校園環境。
- (四)學校每學期定時透過專題講座、課程融入或專案活動等，宣導健康體位及健康飲食等知能。
- (五)健康中心辦理健康檢查、健康諮詢，促進教職員工生身心健康。

三、實施要點：

(一)制訂健康促進學校政策

- 1.學校成立健康促進委員會，並定期召開會議。
- 2.依學生體位與飲食現況提出需求評估，擬定適合學校之實施計畫並列入行事曆，據以推展學生體適能及飲食教育。
- 3.建立學生之健康資料檔案，於實施前後進行相關測驗，並評估成效後，將之彙編為成果報告。

(二)發展健康促進教育與活動

- 1.擬定校本位課程，將健康促進融入教學課程及學校常規中，培養學生「自我照顧管理」的能力。
- 2.全面實施學生健康體適能。
- 3.辦理各種班際運動競賽，包含：籃球、排球等比賽，並於校慶期間舉辦全校運動會，提供同學發揮運動專長的機會，激發學生對體育的熱情，藉以養成每日運動的良好習慣。
- 4.鼓勵師生以走路及騎單車方式上下學(班)，增加師生身體活動時間，進而營造並推動家庭、校園動態生活環境，以減少學生坐式生活型態，同時響應環保減碳。
- 5.透過多元管道引發教職員工生關心健康促進等議題，於週會、聯課活動時間，對全校師生實施健康促進教育宣導講座活動，以養成正確的飲食習慣，建立良好的運動風氣，提升教職員工生之身心健康。
- 6.舉辦健康促海報設計比賽，藉以達到宣傳之目的。

(三)提供健康之校園環境

- 1.建立完善的校園安全防護網絡，成立「緊急應變處理小組」、「校園集體緊急傷病事件處理小組」及處理流程。
- 2.學校員生社提供健康飲食，不販賣有害學生健康的食物，並成立專責人員依規定檢核，學務處成立校園食品考核委員會定期檢查考核。
- 3.建構綠色環境校園，植樹、綠籬，美綠化環境，生態自然寓教於美麗的校園環境中。
- 4.積極維持環境健康，提供安全衛生的飲用水設施，定期檢測水質，維護校園安全，並符合國家傳染預防的法令及消毒的標準。
- 5.發揮健康中心之衛教功能，提供師生衛教資訊諮詢的場所。
- 6.推行生活環保，學生積極參與維護校園乾淨與美化學校環境的工作，養成學生愛護校園各項設施。

(四)營造學校社會環境

- 1.藉由學校健康促進委員會及工作小組的運作，凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景。使全校教職員工生及家長都能深刻感受到學校重視健康的氛圍。
- 2.成立學生健康促進相關社團（春暉社），提供機會並鼓勵學生參與學校的健康管理作為，使學生的意見能充分表達，以擬定符合實際需求之健康政策。

3.輔導室定期召開「身心障礙學生座談會」，擬定「普通班身心障礙學生輔導計畫」，提供相關資料給導師，協助有特殊需求的學生在生活及升學上的輔導，重視初級預防輔導，落實健康教學，改善學生身心健康問題。

(五)建立完善之健康服務

- 1.於每學年期初舉辦「新生健康檢查」，落實後續追蹤輔導，並請家長協助，要求學生完成複檢的工作。建置全校師生之健康資料檔案，將有特殊需求的學生資料提供給導師，協助學生健康成長。
- 2.對全校各班體位不良(BMI 過輕或過重)的學生加強教育宣導，安排健康體位講座及體適能訓練，協助其建立健康體位的意識。

(六)結合社區共同營造健康校園

- 1.與社區衛生單位或財團法人共同舉辦健康促進相關活動，向社區學校或機構團體宣導禁菸拒檳、防愛滋及反毒等健康議題。
- 2.推動社區服務，本校環保志工社定期至校園外圍，從事街道清潔的工作，建立良好社區關係，並推廣健康環境的觀念。

四、預期成效：

- (一)建立學生健康促進正確觀念，維護校園無菸環境，並培養學生健康飲食的習慣與維持正常的健康體位。
- (二)藉由健康體位與健康飲食的倡導，養成學生規律的活動，正確的體型意識並增進身體自主之觀念。
- (三)提升整體校園的健康服務，從學生健康資料建立、健康異常矯治追蹤，透過社區醫療資源提供到校服務等，掌握學生健康資料並納入性別統計與性別分析，作為施政參考及提高家長更重視學生健康。
- (四)養成教職員工生之健康知能與健康行為，進而建立健康的生活形態。
- (五)達成健康促進學校目標，提供學生一個健康促進的學習環境，而且提供給學校教職員一個安全和健康的工作環境。

五、私立人高級中學健康促進學校推行委員會，組織成員執掌表如下：

組別	職稱	原職稱	主要工作項目
健康督導組	主任委員	校長	策劃督導本校健康促進相關業務之推行。
健康督導組	副主任委員	家長會長	協助相關業務之推行及家長協調，加強社區參與。
健康督導組	執行長	學務主任	綜理促進健康之師生相關活動及計畫之推行工作。
健康課務組	委員	教務主任	綜理健康促進之課程融入活動，協助行政協調。
健康宣傳組	委員	秘書	綜理健康促進宣傳活動，協助行政協調及發言，加強社區及校友參與。
健康資訊組	委員	圖書館主任	綜理健康促進之網路平台之建構，協助行政協調。
健康環境組	委員	總務主任	綜理健康促進相關活動後勤支援，協助行政協調，校園安全之維護。
健康會計組	委員	會計主任	協助活動經費核銷之相關事宜。
健康人事組	委員	人事主任	協助健康促進相關活動人事管控。
健康輔導組	委員	主任教官	綜理健康促進之師生輔導活動、自殺及性教育防治，協助行政協調。
健康輔導組	委員	輔導主任	綜理心理健康促進之學生輔導，協助行政協調。
健康環境組	委員	庶務組長	綜理健康促進相關庶務後勤支援。
健康課務組	委員	教學組長	執行承辦健康促進議題融入教學相關課

組別	職稱	原職稱	主要工作項目
			程，統計資料分析。
健康體能組	委員	體育組長	執行承辦促進健康體適能各項相關活動。
健康輔導組	委員	生輔組長	協助學生健康生活行為之輔導及習慣之養成，校園緊急事件處理。
健康輔導組	委員	教官	菸害防治、反毒及藥物濫用教育、交通安全教育、愛滋病防治。
健康活動組	委員	訓育組長	承辦健康促進競賽及協助相關活動。
健康活動組	委員	幹事	執行健康促進競賽及協助相關活動。
健康推廣組	執行祕書	衛生組長	執行承辦健康促進各項相關活動、學校衛生教育、環保教育及校園食品考核。
健康推廣組	委員	護理人員	執行承辦追蹤全校教職員工生之健康情形、建立健康資料及相關防治之宣導活動、視力保健、口腔保健、傳染病防治、緊急事件處理。

六、獎勵措施推動健康促進計畫有功承辦人員及主管依規定予以敘獎。

七、本計畫經行政會報通過後，陳校長核可後實施，修正時亦同。