

# 臺灣健康促進學校協會 109年第1期電子報

Taiwan Health Promoting School Association Newsletter

PAGE 1

## 本期重點訊息

### 榮譽理事長的話

紀雪雲教授

### 理事長的話

陳富莉教授

### 專欄

用台灣健康促進學校成就點亮世界、華麗轉身／劉影梅教授

健康促進學校未來展望與推廣／郭鐘隆教授

對於未來健康促進學校推廣期許／劉潔心教授

健康促進學校超前部署～健康扎根、素養提升／張鳳琴教授

健康促進學校計畫在台灣未來努力的方向之淺見／陳志哲校長



## 第三屆第二次理監事聯席會議

撰文 / 許珮琳

繼2月本會第三屆第一次理監事會議圓滿落幕，由輔仁大學公共衛生學系陳富莉教授接任本會理事長一職，上半年配合全台防疫措施，延至7月份召開第二次理監事聯席實體會議，會議主軸針對第三屆整體推動方向及目標進行討論，並邀請國民健康署王英偉署長以及本會榮譽理事長紀雪雲教授蒞臨分享與交流。

# 榮譽理事長的話

臺灣健康促進學校協會榮譽理事長 紀雪雲教授



從民國91年安排時任衛生署署長李明亮先生和當時教育部部長黃榮村先生，兩位教育家共同簽署跨部會合作推展校園健康促進計畫以來，將近20年了，20年歷經一代健康促進學校計畫的倡議、推展期，到二代實證研究、國際認證，建立了許多典範、模式，可提供實證數據於國內外推展校園健康促進計畫參考。

台灣中央政府對健康促進學校計畫的投資和關注能夠持續，除了長官、政策等的支持外，是國內有一群學者、專家持續關注、耕耘校園健康促進工作；和第一線的行政同仁、校長、老師、護理師、營養師等也有一群親身經歷、體驗健促計畫對自我和師生健康的功效。他們都非常支持政府能大力推廣校園健康促進計畫。

如果政府重視、學者專家願意投入，校園工作人員有好的方法和經驗傳承，台灣的健康促進學校計畫在邁入第三個十年之際，繼往也要開創新的未來，因此卸下協會的理事長，期待新任理事長陳富莉教授能帶領大家承先啓後，在健康促進學校這園地創造引領世界的有效模式，在全球發光發熱、造福校園、師生健康，也為社區健康的基石。

# 第三屆理事長的話

臺灣健康促進學校協會理事長 陳富莉教授



今年是不平靜的一年、COVID-19疫情全球持續延燒、人們的生活受到很大挑戰，學校在維護及促進師生健康所扮演的角色越顯重要。我很榮幸接下臺灣健康促進學校協會第二任理事長的職務，我將致力推動臺灣健康促進學校的實踐，讓學校發展為一個健康快樂的學習與工作環境。

臺灣健康促進學校計畫是教育部與衛福部一項重要的教育與衛生政策，自2002年衛生福利部(前行政院衛生署)與教育部簽署「學校健康促進計畫聲明書」宣誓共同推動健康促進學校計畫，啓動了第一代臺灣健康促進學校，強化支持網絡，增加地方政府與學校對健康促進學校計畫的參與。2010年起，推動第二代健促學校計畫，強調實證導向，透過健康促進學校的六大範疇發展策略，並藉由健康促進學校認證標準建立及評核機制，達到學校自我檢視推動成效。

然而，基於縣市層級對於健康促進學校計畫的投入狀況不一、獎勵誘因不足、學校教職員自覺心力負荷高，造成學校人員推動健康促進學校意願降低。為此，自2020年起，將以健康促進學校1.0及2.0所建立的基礎，推動臺灣健康促進學校計畫3.0政策，期待可以提出有效核心策略，並以學校為中心的運作方式，從幼兒園到大學，永續發展。

臺灣健康促進學校協會將與所有推動人員及各級學校共同努力，讓臺灣健康促進學校邁向實踐與永續。

# 用台灣健康促進學校成就 點亮世界、華麗轉身

作者：劉影梅教授

國立陽明大學護理學院社區健康照護研究所特聘教授  
學校衛生研究中心主任／偏鄉智慧健康研究中心執行長  
臺灣健康促進學校協會常務理事

## 專欄

### 領先者的新角色：點睛世界

經過新冠病毒的洗禮，世界已經變得不一樣，台灣也變得不一樣。過去我們總是要找一個典範加以學習，可是其實台灣不管在新冠病毒的防疫，還是在健康促進學校的成就，其實都是世界一流的，問題在於世界上知道嗎？我們欠世界一個交代，既然 **Doing well**，就應該 **Speaking out**、**Writing done**。用健康成就讓世界看到台灣，未來政府應支持台灣向世界發聲，作為世界的禮物。例如向國際介紹台灣兒童肥胖防治的國家級策略及成就；以國際肥胖標準，建立及比對台灣與國際兒童肥胖長期趨勢，將相關成就發表在國際級之重要期刊及會議。

### 台灣健康促進學校之未來：實證、智能、整合。

#### 實證

在健康促進學校2.0就強調要用實證的方法，找到真正有效的介入，才能事半功倍，而不是人云亦云，因此必須用有代表性的樣本，真正了解台灣健康促進學校六大領域的危險因子，並轉譯成學校現場的有效、輕省、永續的舉措。此時必須考慮 **RE-AIM** 模式。

- 有效面：與健康指標有學理實證之依據；
- 採納面：校、縣、部的接受度；實施面：學校是否可以推動；
- 維持面：學生持之以恆的程度及學校永續經營的程度。

此時有全國代表性之監測系統必須建立，學校是一個教育系統，健康成果指標當然非常重要，但健康素養、及生活技能、行為也不可或缺。以健康體位而言：2007, 2012年均有全國的監測資料，2022年就應該再做一次，才能彰顯台灣的成就及發掘新的努力方向及策略。



## 智能

因著電腦資訊科技的大幅進步，健康促進學校主事者要思考在5G時代，智慧機器學習時代，我們所扮演新角色。我們應運用大數據找到健康促進目標群體以及策略；也要根據人性發展出更多元的行為診斷決策模式，依據不同的學生、學校類別發展出不同的介入模式，必須對所在的環境更加的敏感，綜合環境的特性與需求建立生活實驗室，而不是將一致性的東西硬塞到各個情境當中。更要用各種新興媒體及裝置，主動學習、發聲；收集資料、及時反饋、修正行為。經過實證轉譯的策略與資源更應該建立資訊平台，將Big data爬梳My data供中央、縣市、學校、家長、學生得到立即回饋、指導。

## 整合

學校是一個整體，學生是一個全人，無法切割。把六大領域議題切分在不同學校，容易見樹不見林。師法美國的營養教育，在不同的年齡層提供不同的教育內容。因此需利用健康教育，體育，健康與護理等密切相關科目帶動健康促進學校六大領域的學習，再將數學、自然、鄉土教育等等科目進行融入教學。這樣才可以真正整合整個學校體制，並且達到輕省的目的。因此就必須要訂定健康促進學校在不同年齡的素養，例如視力保健的重點在於幼小銜接、一升二，因此就必須在幼兒園、小學一二年級提供視力保健；三年級以上孩子的手腕發育成熟，因此強推口腔保健；五六年級面臨了體脂肪的反彈，因此進行健康體位的教育。國中生推動菸檳防治以及性教育；全民健保必須在孩子擁有獨立求醫行為之後再提供也很適切。此外環境的介入非常重要，如何在學校環境裡面自然而然地運用校園的規劃，體育設施的可近性，教務、學務的各種措施交錯，讓學生在學校生活產生一種社會氛圍，政策的支持以及經濟的誘因都是永續的環境舉措。

以學生為中心，將下一代需要的智能，透過遊戲、翻轉教育、新興社交媒體、自媒體與健康促進作結合，讓學校、學生自己發生，促成可以自動迭代成長的健康促進策略及新興作為。

# 健康促進學校未來展望與推廣

作者：郭鐘隆教授

國立台灣師範大學健康促進與衛生教育學系優聘教授兼教育學院副院長  
臺灣健康促進學校協會常務理事

台灣健康促進學校之推展，在學者專家、中央與地方教育與衛生主管機關三方共同努力之下，已經持續超過15年，取得相當豐碩的成果。經歷了健康促進學校1.0、2.0之後，鑒往思今，應該在以往的基礎上，能夠更上一層。未來展望個人認為有幾點：

## 一、強化並落實中央與地方教育主管機關學校衛生委員會之功能：

學校衛生委員會應落實討論縣市內各種健康問題，尋求改善之道，而非流於形式。並應針對各個健康問題，配合與之對應的健康促進學校計畫，並訂定KPI指標進行逐年考核，以多年期計畫形式推動以求成效。

## 二、建立以健康素養為本的校本健康促進計畫：

在各縣市的健康促進計畫指導之下，轄區內各校營持續增能，建立量化指標監測健康促進學校之執行成效，並服膺校本自主健康管理精神，發展因地、因校制宜的方案，並進行成效評估與改進。

## 三、建立K-16各學制的健康促進學校推展模式並持續監測學生族群健康狀態：

應從幼兒園開始至大學四年級，整合學生健康檢查系統，擴大成為學生健康狀態監測系統，以瞭解追蹤學生健康狀態之發展與變化，且應依照不同學習階段之學生特性與健康需求，適度調整各學制的重點健康議題。

## 四、善用輕推（Nudge）策略：

透過以Nudge為本之不同思維策略，從不同面向重新思考如何結合108年課綱，幫助學生養成健康素養，於日常生活中增加健康知識、培養健康態度、強化生活技能、落實健康促進行為，以確實提高學生健康素養。

## 五、善用資訊科技融入健康教學與宣導：

健康促進與衛生教育策略應配合時代脈動，規劃運用資訊科技技術，作為學校健康促進學校各議題介入之工具，例如研發或應用健康各議題APP，以作為學生健康管理之科技工具，讓健康不打烊。

健康是1，其他都是0，培養健康快樂、活活潑潑的好學生，是每一學制教育人員的共同人員，且讓大家心連心、手攜手，為健康促進學校的大業繼續努力，成就每一個孩子。

# 對於未來健康促進學校推廣期許

作者：劉潔心教授

國立台灣師範大學健康促進與衛生教育學系  
臺灣健康促進學校協會常務監事

健康促進學校的推動在許多人的共同努力之下，已經邁入了第16個年頭，對於健康促進學校在未來推動上有什麼樣的期許，我想，首先是要跟大家分享健康促進學校的價值，當我們在推動一項工作的時候，不論是學校，縣市政府，還是整個輔導團隊的委員們，如果能夠對健康促進學校的價值有一種堅固的信仰，當我們在推動的時候，面對許多的困難，我們都會有比較多的力量來去想辦法解決。

健康促進學校基本上，它的核心價值是在對我們下一代的學童的健康去做全面性的、深化的健康素養提升，在十二年國教108課綱上路的第二年，我深深的感受到，如果學校在推動十二年國教的時候，認同今天我們在學校的教育裡面，想要培養學生的核心能力，也是我們說的國民的基本的核心素養的話，那麼健康在這個時代就顯得非常的重要而且有意義。

就拿今年年初開始，在全世界氾濫的COVID-19疫情來談，過去大家在面對一個疾病或一項新病毒的時候，大家基本上都不會想像它會對我們全世界的各個人種、族群、國家；還有各個層面，如經濟、政治、社會、交通、治安等，受到非常廣泛而且很大的威脅。

健康基本上就不是一個單一的個人的層次的健康促進的概念，而是當我們今天在嚴肅的面對疫情，要能夠靠全國人民共同努力、共同面對的作戰心態的時候，我們能夠從個人出發把自己防疫的素養建構的比較完備，會對未來不管是對COVID-19的疫情，還是其他在可能會在未來發生的、不可預測的、比較大的、全面性的、對健康威脅的疾病發生的時候，我們會有比較堅強而健全的能力來因應。

在推動健康促進學校的整體工作的時候，不論是落實十二年國教我們談的國民核心素養，還是我們希望我們今天在學生學習的課程中，我們能夠建構校本的彈性學習課程，或者跨領域的課程設計的概念的時候，其實健康促進學校的推動在整個策略跟整個方向上，基本上它都是能夠緊密的與十二年國教或者整個世界的趨勢來做一個緊密的結合，所以這就是我認為的健康促進學校在推動時候它的核心價值，當我們在推動的人，不論是校長、主任、組長、老師、校護、導師或是健康教育的專任教師，大家都有這樣認定的時候，那麼我們推動起來，不管是什麼樣的活動、課程，或者是推動的政策，我們都會比較有力量，也比較清楚知道方向。

其次，在推動健康促進學校上，除了要認定健康促進學校推動的核心價值之外，其實很重要的要把它當成是一項神聖的使命跟任務，就是對健康素養的培養上來講，我們要把它當成是一個可以永續發展的一個工作重點，那當然在永續發展的一個思維上，我們對於每一個年度的工作重點，也一樣就是要同步的去考量它到底在每一年的工作重點上有什麼樣的優先。像以今年來談，我覺得其實跟著時代的趨勢或者時代所發生大的一些變化的時候，我們跟著時代的腳步去思考，這個就很適合我們在發展一項健康促進學校的任務與作法。在我們的使命感上，就是能夠把我們自己的準備度放在我們為了下一代孩子的健康，這個在學校裡面推動是可以做一個永續發展推動的一個概念。如果說今年以防疫來談，你就會發現健康促進學校很適合做的年度計劃就是防疫素養的提升，包括「BIG IDEA」課程的整個概念設計，包括跨領域的教學設計，包括學校其他各項大活動的配合，我覺得這些東西都是一個在健康促進學校發展的時候一個很重要的思維，就是我們平常常常提到的六個構面，然後，全校四處室共同規劃，大家一起齊心共同來做設計跟規畫的一個概念。

再者，我覺得對未來推動的期許，就是在專業人力的投入，其實在這麼多年以來，我們都認為學校裡面的課程有健康教育課程，但是我想在很多學校對於合格的健康教育在學校裡面扮演的角色，還不是那麼的積極跟努力，所以我還是覺得今天做任何一項事情，它都需要專業，所以今天校長的領導之下，必須要有專業的合格的健康教育老師，來做整體的規劃、課程的安排，那當然也要有專業的護理師跟專業的行政人力投入與安排，那麼當一個學校裡面所有跟健康相關的人力的投入都是專業，那麼在各司其職、相互分工跟共同合作之下，才會事半功倍。

那最後我還是要說，健康促進學校的推動，它不是一個重點業務項目，也不是做一年或三年的計畫，而是當我們今天在學校裡面辦教育為了讓我們的孩子能夠快樂的學習，然後我們能真正的學習到競爭力跟素養的時候，其實我覺得健康是一項非常重要的基礎的投資，尤其在今年大家可以感覺得到，當今天有一項威脅到健康的大事件發生的時候，不要說孩子的學習受到耽誤，其實整個學校的停課，整個教育制度的改變，都有可能受到威脅，所以我認為，今天我們是時候好好地把健康促進學校，把它在整體的去做更萬全的準備跟提升，讓我們大家一起為了孩子的下一代來共同持續投入跟關注，不要忘了健康對下一代是一本萬利的投資，也期盼大家健康人都能為健康促進學校「歡喜做、甘願受」。





# 健康促進學校超前部署~健康扎根、素養提升

作者：張鳳琴教授

國立台灣師範大學健康促進與衛生教育學系系主任

臺灣健康促進學校協會常務理事

## 「健康促進學校」

今年新冠肺炎疫情全球盛行，臺灣是極少數國家學童可快樂上學的國家。這次學校在對抗新冠肺炎上，健康促進學校也成為重要平台，與家庭結合、社區結盟落實防疫行動。世界衛生組織指出當今全球慢性疾病負擔、新興疾病盛行，推動健康促進學校，建立學童健康生活型態是最具效益的。我國教育部於91年與行政院衛生署（現衛生福利部）共同簽署「健康促進學校計畫聲明書」，並公布施行《學校衛生法》，結合地方政府、學校共同推動，目前全國中小與高中職學校皆加入計畫，達到聯合國科教文組織(UNESCO)與世界衛生組織(WHO)所提出「每個學校皆為健康促進學校」目標。

臺灣健康促進學校備受國際讚揚，主要為政府政策支持、經費贊助，建立輔導支持網絡，學校結盟產官學資源積極推動，增進親師生健康素養。教育部每年補助縣市政府與學校，推動健康促進學校計畫經費近四千萬，並邀請上百名輔導委員協助縣市及學校推動，近年來各項不良健康指標如齲齒與視力不良等皆呈下降趨勢。

臺灣健康促進學校計畫透過產官學合作執行，展現健康促進學校推動的具體成效，落實聯合國「兒童權利公約」，維護兒童與青少年的健康權。

## 「健康扎根、素養提升」

108學年度除持續強化實證導向的二代健康促進學校推動機制，建置健康促進學校輔導支持網絡系統，因應十二年國教新課綱，健康促進學校計畫致力於強化素養導向之學校本位健康促進實務推動，推動素養導向跨領域生活技能融入教學活動，結盟社區資源與強化家長參與等策略，增進親師生健康素養。

今年健康促進學校更結合十二年國教素養導向推動，恭喜約150所學校獲得健康促進學校相關獎項。學校推動校本創意教學活動，營造健康支持環境，增進學生自主學習，並連結生活情境，引導學生運用生活技能實踐健康生活，並推廣至家庭與社區，落實健康生活化，提升學生「自主行動」、「溝通互動」與「社會參與」的學習與健康實踐。

# 健康促進學校計畫在 台灣未來努力的方向之淺見

作者：陳志哲校長 新北市蘆洲區仁愛國民小學  
臺灣健康促進學校協會常務理事

健康促進學校於2004年遴選48所學校開始推動以來，推動至今已有15年。推動模式從最早的一代、二代(實證導向機制)、社區組織間行動結盟(Community Coalition Action Theory, CCAT、「家長參與」(Parental Engagement)策略模式、校本課程(School-based curriculum)，然而一些政策的推動，力有未逮，健康促進沒有最好，只有更好，如何省思政策，進行實質的問題解決，是未來努力的方向。以下是個人淺見。

## 一、提升校長的健康促進的專業素養

「有怎樣的校長，就有怎樣的學校」在推動健康促進學校輔導的現場，常常在訪視的過程中，校長們的回饋是：「原來我們學校的健康指數這麼糟？這樣的健康促進方法，其實也不難啊！原來只要這樣做，就可以大大提升健康數據。」，所以再提升校長的健康素養，有其必要性。從認同到認知，從認知到願意改變，也需要校長們的協助，當校長們願意成為健康促進學校的舵手，推動健康促進學校，自然事半功倍。

## 二、建立由上而下的輔導完整系統

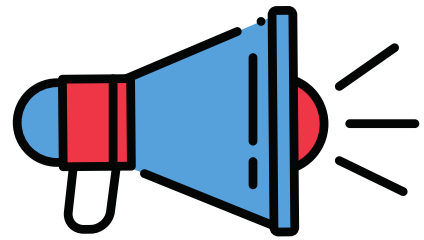
健康促進學校的推動與永續經營，必須建立一套有效的發展體系，當系統與組織建立完整，方能建構良好的健康促進文化，提升健康促進學校推動的效能。從縣市的健康數據中，找到高關懷學校，給予足夠的資源與適當的協助，予以「標靶式」(找到問題核心並有效解決)的介入，讓各縣市推動健康促進學校計畫時，才能以最少的資源，作最有效果的改善，以削減健康不力因子，才能建構健康的教育園地。

## 三、強化家長的認同與參與

家長是最關心孩子也是影響最鉅的關鍵。但是在推動健康促進學校計畫時，這個區塊卻是最不易著墨的部分，筆者常與家長分享時，發現家長不是「不重視」，而是「不知道」，不知道的原因卻是沒有管道可以深入了解，但各校在推動健康促進學校時，除了辦理各項研習外，是否思考深化增能的可行性，讓有意願、有概念的家長，成為健康促進學校的有力推手。

健康促進學校計畫推動以來，看見各項成效開花結果，成果也十分亮麗，但未來應該要以更有效解決的策略，解決健康關鍵問題，為我們的下一代儲蓄健康的財富而努力。

# 廣 播 站



## 【會員資料更正表】

各位會員：

您的基本資料若有需要

變更，請您依照下列項

目進行填寫，填寫完畢

後，請寄到協會Email：

taiwanhpsa@gmail.com

-----  
會員姓名：

服務機關：

職務：

服務機關地址：

聯絡地址：

聯絡電話：  
-----

## 【捐款訊息】

歡迎會員及各方踴躍捐款，使會務更加順利圓滿！

匯款帳號：

郵局 (700) 2441376-0518939

戶名：臺灣健康促進學校協會陳富莉

誠摯感謝您的捐款，所捐款項可納入免稅額，收到捐款後將會奉上收據。

## 【入會辦法】

欲入會者，可透過以下聯絡方式索取入會申請書。

協會電話：(02)2905-2056

Email: taiwanhpsa@gmail.com

## 【繳交費用】

- 1.個人會員：新台幣壹千元。
- 2.團體會員：新台幣貳千元。
- 3.個人永久會員：新台幣壹萬元
- 4.團體永久會員：新台幣貳萬元。

理事長：陳富莉

秘書長：陳麗珠

編輯：許珮琳

校對：蔡旻倩

發行所：臺灣健康促進學校協會