

# 桃園市 111 年度瑞塘國民小學視力保健宣導活動-

## 活動成果報告

|         |   |      |         |
|---------|---|------|---------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力口腔保健議題實施計畫  |      |         |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明   | 承辦單位 | 學務處健康中心 |
| 活動時間    | 111 年 12 月 22 日   | 活動地點 | 六年一班教室  |
| 參加對象    | 六年一班  | 參加人數 | 30 人    |
| 活動內容    | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 了解視力保健的重要性。</li><li>2. 養成視力保健良好生活習慣。</li><li>3. 加強視力保健觀念。</li><li>4. 了解近視矯正與治療</li></ol> |      |         |
| 檢討與建議事項 | 601 班學童是本校 6 年級視力不良率最高的一班，透過入班宣導，了解班級視力不良率較高之成因，並透過護理師衛教宣導，讓學生有正確的知識及養成良好的用眼習慣，並讓學生了解近視需矯正及治療，預防及延緩近視加深。                          |      |         |



# 活動成果集錦



說明:宣導視力保健的重要性



說明:視力健康才能看美麗新世界



說明:甚麼是近視散光



說明:六年一班近視率



說明:幫我刪除惡視力



說明:提出問題並踴躍發言

# 桃園市 111 年度瑞塘國民小學視力保健宣導活動-

## 活動成果報告

|         |  |      |         |
|---------|--|------|---------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力口腔保健議題實施計畫   |      |         |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明  | 承辦單位 | 學務處健康中心 |
| 活動時間    | 111 年 12 月 23 日  | 活動地點 | 五年七班教室  |
| 參加對象    | 五年七班   | 參加人數 | 30 人    |
| 活動內容    | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 了解近視成因。</li><li>2. 高度近視造成的影響。</li><li>3. 預防近視的方法</li><li>4. 近視的矯正與治療。</li></ol> |      |         |
| 檢討與建議事項 | 507 班學童是本校 5 年級視力不良率最高的一班，透過入班宣導，了解班級視力不良率較高之成因，並透過護理師衛教宣導，讓學生有正確的知識及養成良好的用眼習慣，並讓學生了解近視需矯正及治療，預防及延緩近視加深。                 |      |         |





# 活動成果集錦



說明:宣導視力保健的重要性



說明:近視的形成



說明:甚麼是近視散光



說明: 五年七班近視率



說明:近視的矯正與治療



說明: 有獎徵答

# 桃園市 111 年度瑞塘國民小學健康促進視力保健宣導

## 活動成果報告

|         |  |      |         |
|---------|--|------|---------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力保健議題實施計畫   |      |         |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明  | 承辦單位 | 學務處健康中心 |
| 活動時間    | 112 年 4 月 11 日   | 活動地點 | 視聽教室    |
| 參加對象    | 四年級學生  | 參加人數 | 240 人   |
| 活動內容    | 宣導視力保健議題，講解近視形成及造成近視原因、預防近視的方法，藉由宣導活動提升學童對視力保健知能及養成良好生活習慣。 |      |         |
| 檢討與建議事項 | 護理師利用視力保健講座活動，讓四年級的學童在生活中養成良好的用眼習慣，並藉由每日充足戶外活動及均衡飲食，保護好視力。 |      |         |





# 活動成果集錦



說明:視力保健宣導



說明:視力保健宣導-近視的進行!



說明: 視力保健宣導



說明: 認識高度近視



說明:學生認真聽講



說明: 視力保健宣導-EYE 眼密碼!

# 桃園市 111 年度瑞塘國民小學健康促進視力保健班級教室採光-

## 活動成果報告

|         |  |      |      |
|---------|--|------|------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力保健議題實施計畫   |      |      |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明  | 承辦單位 | 總務處  |
| 活動時間    | 111 年 9 月~12 月   | 活動地點 | 各班教室 |
| 活動內容    | 各班教室採光   |      |      |
| 檢討與建議事項 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 到各班教室進行採光檢測，標準值參考課桌 500Lux 以上，黑板：750Lux 以上。</li><li>2. 採光不合格班級請總務處改善。</li></ol> |      |      |





# 活動成果集錦



說明: 教式採光照度計



說明: 光線足—視力佳—身體好!



說明: 教室採光好視力跟著好!



說明: 教室採光好視力跟著好!



說明: 教室採光好視力跟著好!



說明: 教室採光好視力跟著好!



桃園市 111 年度瑞塘國民小學健康促進視力保健校園美綠化-

活動成果報告

|         |   |      |      |
|---------|---|------|------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力保健議題實施計畫  |      |      |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明   | 承辦單位 | 總務處  |
| 活動時間    | 111 年 9 月-112 年 6 月   | 活動地點 | 校園   |
| 參加對象    | 學 生   | 參加人數 | 全校師生 |
| 活動內容    | 全校校園美綠化   |      |      |
| 檢討與建議事項 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 規劃校園綠地及植栽種植空間。</li> <li>2. 結合自然領域認識校園植物。</li> <li>3. 鼓勵學童下課走出戶外親近自然。</li> </ol> |      |      |



# 活動成果集錦



說明: 校園美綠化-1



說明: 校園美綠化-2



說明: 校園美綠化-3



說明: 校園美綠化-4



說明: 校園美綠化-5



說明: 校園美綠化-6

# 桃園市 111 年度瑞塘國民小學視力保健實施下課教室淨空活動-

## 活動成果報告

|         |                                  |      |         |
|---------|----------------------------------|------|---------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力保健議題實施計畫                 |      |         |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明                          | 承辦單位 | 學務處健康中心 |
| 活動時間    | 111 年 9 月-112 年 6 月              | 活動地點 | 各班教室    |
| 參加對象    | 全校學生                             | 參加人數 | 1367 人  |
| 活動內容    | 第二大節下課全校學生實施下課教室淨空活動             |      |         |
| 檢討與建議事項 | 避免長時間近距離用眼，多走出戶外，做戶外活動，有助維護視力健康。 |      |         |





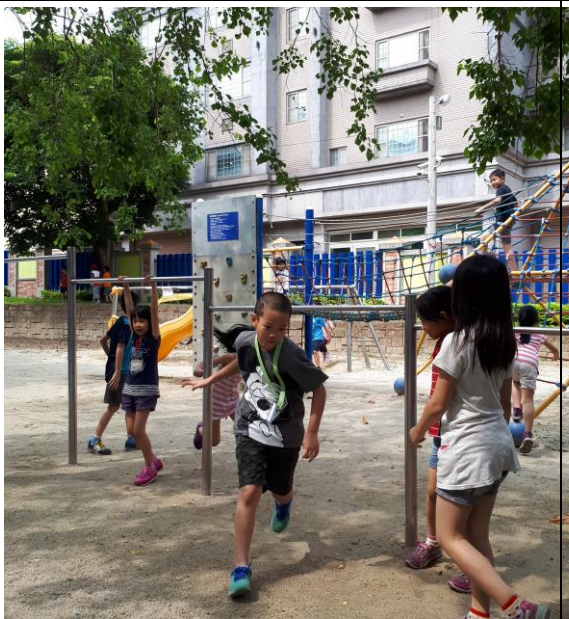
# 活動成果集錦



說明:教室淨空



說明: 教室淨空



說明:下課盡情接觸大自然



說明: 下課盡情接觸大自然

瑞塘國小 111 學年度健康促進學校視力、口腔保健議題—  
「明眸皓齒」小天使表揚活動實施計畫

壹、依據：本校 111 學年度健康促進計畫書。

貳、目的：

- 一、培養學生良好視力、口腔保健觀念與態度提高學生對眼睛、牙齒的重視。
- 二、透過表揚讓學生了解視力、口腔保健的重要性，進而確實做到規律用眼 3010、戶外運動天天 120，且能提昇餐後及睡前潔牙比率及齲齒矯治率。

參、選拔期間：111 年 11 月 10 日~112 年 4 月 30 日

肆、表揚時間：112 年 5 月 9 日(星期二)

伍、選拔原則：

- 一、各班透過視力檢查及牙齒檢查挑選出視力優良、無齲齒之學童。
- 二、落實戶外活動、餐後潔牙及含氟水漱口等視力、口腔保健活動。

六、實施方式：

- 一、透過學校視力檢查及牙醫師口腔檢查，選出班級「明眸皓齒小天使」。
- 二、班級明眸皓齒小天使擔任視力及口腔保健志工協助推動宣導。

七、獎勵：1-5 年級獎狀一紙，6 年級獎狀一紙獎品一份。

八、經費概算：

| 內容     | 單價    | 數量   | 金額     |
|--------|-------|------|--------|
| 文具禮品大組 | 100 元 | 5 人  | 500 元  |
| 文具禮品小獎 | 50 元  | 40 人 | 2000 元 |
| 共 計    |       |      | 2500 元 |

九、所需經費：由學生活動經費支應。

十、本計畫經校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人

護理師沈曉玲  
111/6/18

衛生組長

衛生組長魏竺華

學務主任

學務主任顏藻涓

主計主任

主計主任紀茹芬

校長

瑞塘國小校長葉春櫻

## 桃園市 111 年學年度瑞塘國民小學五、六年級明眸皓齒之星表揚-活動成果報告

|         |  |      |         |
|---------|--|------|---------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力口腔保健議題-「明眸皓齒」表揚活動實施計畫  |      |         |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明  | 承辦單位 | 學務處健康中心 |
| 活動時間    | 111 年 10 月 10 日至<br>112 年 5 月 15 日   | 活動地點 | 本校操場    |
| 參加對象    | 5-6 年級學生   | 參加人數 | 1367 人  |
| 活動內容    | <p>全校學生透過視力檢查及牙醫師口腔檢查選出五、六年級視力優良無齲齒之學童為明眸皓齒之星計 40 位，六年級視力好牙齒佳為明眸皓齒之星特優共計 7 位，並請明眸皓齒之星特優學生做視力及口腔保健經驗分享。</p> |      |         |
| 檢討與建議事項 | <p>全校的學童經由這次表揚活動會更加重視眼睛及口腔的重要，六年級明眸皓齒之星特優做視力及口腔保健經驗分享，透過他人經驗提高學生對視力口腔健康的重視並做到護眼愛齒好習慣。</p>                  |      |         |





# 活動成果集錦



說明：五、六年級明眸皓齒之星獲獎



說明：六年級明眸皓齒特優頒獎



說明：明眸皓齒之星特優-心得分享



說明：如何保養視力跟牙齒經驗分享



說明：平時多保健得獎就是我



說明：護理師向全校宣導視力口腔保健

桃園市 111 年度瑞塘國民小學辦理視力保健藝文及資訊競賽-

活動成果報告

|         |  |      |          |
|---------|--|------|----------|
| 計畫依據    | 健康促進學校視力口腔保健議題實施計畫   |      |          |
| 計畫目標    | 見本校計畫說明  | 承辦單位 | 學務處      |
| 活動時間    | 111 年 12 月   | 活動地點 | 藝文. 資訊教室 |
| 參加對象    | 3-4 年級學生   | 參加人數 | 450 人    |
| 活動內容    | 視力保健創意標語海報比賽，讓學生了解視力保健的重要性。                                  |      |          |
| 檢討與建議事項 | 創意標語、視力保健小口訣，讓學生透過競賽，增進學生視力保健知能，進而影響全校學生，將正確的護眼生活習慣落實於日常生活中！ |      |          |



# 活動成果集錦



說明:視力保健創意標語



說明:視力保健海報比賽



說明: 視力保健比賽海報



說明:視力保健標語、小口訣