

105 學年度台南市忠孝國中視力不良改善實施計畫

一、依據臺南市 105 學年度健康促進學校輔導訪視計畫辦理。

二、現況分析

電子產品蓬勃發展，網路世界豐富多樣，學生接觸時間增加，導致視力問題日漸惡化，教育部統計全國國中生裸視視力不良率高達 6 成左右，為防止高度近視人數增加，國中階段視力保健議題除了用眼時間的認知及落實外，配合眼科醫師治療及養成定期檢查也是重要課題。

本校 104 學年度裸視視力不良率 82.1% 較 103 學年度 82.6% 下降，高度近視學生比率為 104 學年度 8.09%，105 學年度下降至 7.55%，顯示視力保健略有成效，但全校裸視視力不良率仍維持 8 成以上，因此，擬定計畫強化學生規律用眼、戶外活動的重要性，預防高度近視的發生，並針對高度近視學生進行個案管理，做好控度防盲。

三、目標

- 1、降低學生高度近視比率。
- 2、提高視力不良學生至眼科就醫矯治比率。

四、工作重點

1、加強學生視力保健教育

- (1) 舉辦視力保健講座，邀請社區眼科醫師蒞校進行宣導。
- (2) 配合體育、社團活動課程，鼓勵學生戶外活動。
- (3) 鼓勵老師多以實施教室外的教學方法，替代教室內近距離的用眼教學。

2、加強學生視力保健宣導

- (1) 健康中心製作視力保健櫥窗。
- (2) 健康中心提供視力保健參考資料，以提供最新視力保健資訊。
- (3) 配合學校活動，針對學生家長加強宣導學生視力保健之重要性。

3、改善視力保健環境及閱讀條件

- (1) 定期測量各班教室照度，並做成紀錄，發現不良時立即

改善。

(2) 綠化及維護視力保健環境，例如：黑板重新粉刷黑板漆、定期維護校園植栽等。

(3) 提高戶外教學活動比率。

4、實施視力檢查

(1) 一年級新生除視力檢查外，需加做辨色力檢查。

(2) 定期辦理學生視力檢查及統計。

(3) 視力不良學生發給家長通知書。

(4) 針對視力不良學生進行追蹤及登錄度數變化。

5、家長與社區配合

(1) 班親會辦理家長視力保健宣導。

(2) 視力不良未複檢學生，以書面或電話連絡家長，鼓勵家長帶至眼科檢查，以利度數追蹤。

(3) 針對高度近視學生，設計「控度防盲」學習單，將高度近視防治影片放置學校網站，由家長和學生一同完成。

五、本計畫經校長核定後實施，若有未盡事宜得隨時修正之。

台南市東區忠孝國民中學視力保健實施計畫

一、依據：依據台南市教育局 105 年 8 月 17 日南市教安（二）字第 1050842222 號函辦理。

二、目的：

依據本校視力檢查結果發現裸視視力不良率高達 8 成，視力不良比率隨著年級增加而增加，為避免學生在國中階段發生近視，因此，針對一年級學生加強其視力保健知能，聘請眼科專業醫師蒞校宣導，建立正確視力保健知識、態度與行為，避免近距離用眼行為，增加戶外活動時間，養成定期檢查的習慣，期能減少近視發生及度數控制。

三、實施辦理：

1、對象：本校一年級學生

2、時間：105 年 10 月 31 日 9：20~10：15

3、地點：本校忠孝館

4、內容：邀請眼科盧兆功醫師蒞校宣導，主題—如何有一雙好眼睛

四、經費概算：

相關經費擬由學校經費支出。

項目	單位	單價	數量	金額	備註
講師費	時	1600	1	1600	講師鐘點費
總計				1600	

五、本計畫呈請校長核可後實施，修正時亦同。

臺南市105學年度忠孝國民中學 健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	健康促進六大範疇之健康服務
簡述活動內容	5-2-2 視力不良學生改善計畫實施過程記錄—針對600度以上學生進行高度近視宣導，由家長和學生共同完成學

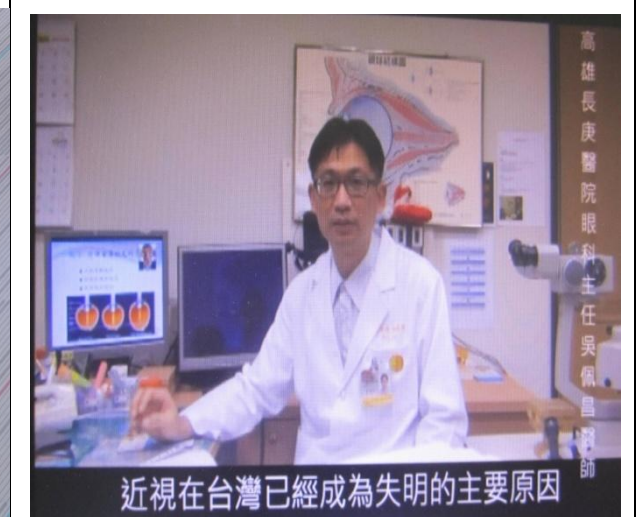
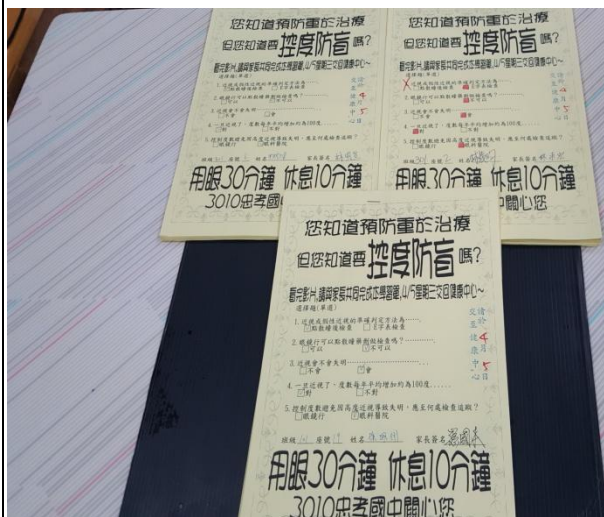
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)

班級	座號	學生	散瞳	戴鏡	戴鏡	散瞳	屈光	屈光	備註	學習單
			右	左	右	左	右	左		
101	19		0.7	0.7	否	-650	-525	近視散光	右:50;左:100	✓
102	14		0.8	0.4	否	-600	-650	近視散光	左:100	✓
102	25		1.2	1	否	-725	-725	近視散光	右:100;左:100	✓
103	18		0.3	0.3	否	-800	-800	近視散光	右:25;左:150	✓
104	7		0.8	0.9	否	-575	-600	近視散光	右:50;左:50	✓
105	12		1	0.9	否	-525	-600	近視		✓
106	3		0.4	0.4	否	-775	-750	近視散光	右:125;左:175	✓
106	10		0.9	0.7	是	-625	-575	近視		✓
106	15		0.5	0.5	否	-875	-875	近視散光	右:150;左:150; 雙眼行	✓
106	28		0.7	0.8	否	-825	-675	近視散光	右:75;左:50	✓
108	9		0.9	0.8	否	-825	-825	近視散光	右:250;左:250	✓
108	13		0.7	0.8	否	-875	-525	近視		✓
108	22		0.4	0.5	否	-625	-475	近視散光	右:375;左:475	✓
108	29		0.6	0.8	否	-600	-400	近視散光	右:250;左:200	✓
109	11		0.6	0.4	否	-775	-625	近視散光	右:50;左:125	✓
110	28		0.7	0.5	否	-375	-700	近視散光	右:200;左:100	✓
111	4		0.5	0.5	否	-475	-600	近視散光	右:200;左:125	?
111	21		0.8	0.6	否	-825	-750	近視散光	右:50;左:200	?
112	1		0.8	0.7	否	-750	-650	近視散光	右:100;左:50	✓
201	6		0.4	0.5	否	-850	-875	近視散光	右:75;左:75	✓
201	21		0.7	0.7	否	-700	-675	近視散光	右:25;左:50	✓
202	5		0.6	1.2	否	-850	-625	近視		✓
202	25		1.2	1.2	否	-750	-700	近視散光	右:75;左:175	✓
203	1		0.7	0.5	否	-700	-650	近視散光	右:100;左:200	✓
203	15		1.2	0.6	否	-500	-600	近視散光	右:100;左:150	✓



說明：近視超過600度之學生名冊。

說明：學校網頁放置高度近視宣導影片。



說明：針對600度以上學生進行高度近視宣導，由家長和學生共同完成學習單。

說明：高度近視衛教影片內容

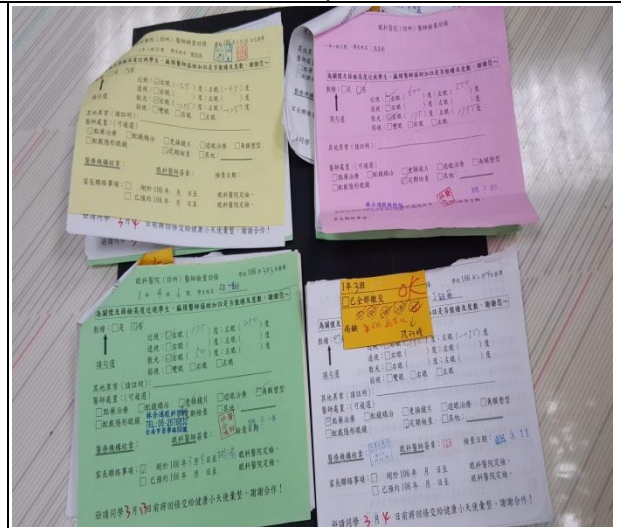
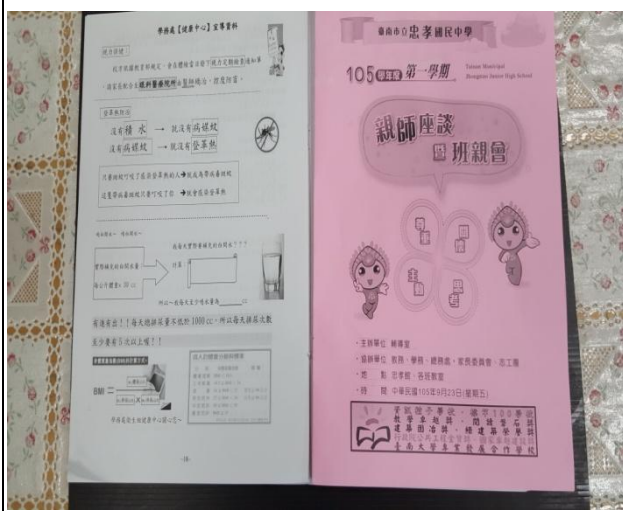
臺南市105學年度忠孝國民中學
健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	健康促進六大範疇之健康服務
簡述活動內容	5-2-2 視力不良學生改善計畫實施過程記錄— 1. 舉辦視力保健講座，邀請社區眼科醫師蒞校進行宣
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)	
	
說明：眼科醫師到校宣導。	說明：學生上台回答問題。
	
說明：視力保健櫥窗。	

臺南市105學年度忠孝國民中學
健康促進相關增能活動成果表

活動名稱	健康促進六大範疇之健康服務
簡述活動內容	<p>5-2-2 視力不良學生改善計畫實施過程記錄—</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 定期測量各班教室照度，並做成紀錄。 2. 定期辦理學生視力檢查及統計、發給家長通知書，針對視力不良學生進行追蹤及登錄度數變化。 3. 班親會辦理家長視力保健宣導。 4. 實施教室外的教學方法，替代教室內近距離的用眼教學。

佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)



說明：班親會資料放置視力定期檢查宣導內容。

說明：不同顏色的通知單代表催繳的次數，健康中心針對未就醫學生，進行持續追蹤關懷，推動視力定期檢查觀念。



說明：實施教室外的教學方法，替代教室內近距離的用眼教學。

