

桃園市龜山區龜山國民小學 104 學年度口腔衛生保健計畫

一、目的：

1. 積極推動學生口腔保健工作，增進學童口腔保健之知識。
2. 指導學生建立口腔保健觀念與態度，並能養成正確口腔保健習慣。
3. 提高口腔不良學生轉介及矯治比率。

二、實施期程：104 年 9 月 1 日~105 年 6 月 30 日

三、實施內容：

工作項目	實施方式	執行單位	實施對象
全校性 餐後潔牙	1. 學生自行準備潔牙用具。 2. 用餐後撥放潔牙歌曲，老師帶領全班一起潔牙。 3. 潔牙小天使登記潔牙人數。	健康中心暨各班導師	全體師生
全校學生 使用含氟 水漱口	1. 每週二全校實施含氟水漱口一次。	健康中心	全校學生
潔牙小天使 組訓	1. 各班遴選潔牙小天使一名。 2. 開學一周內由學校護理師培訓。	健康中心	潔牙小天使
潔牙技巧 訓練	1. 透過影片及實際的操作教導學生正確的使用貝氏刷牙法	健康中心	全校學生
口腔檢查	1. 定期口腔檢查：配合一、四年級健康檢查。 2. 檢查項目：齶齒檢查、口腔清潔狀況、牙結石、缺牙、牙齦狀況、齒列不整等。	健康中心	一四年級學生
口腔缺點 矯治及追 蹤	1. 口腔檢查結果紀錄及處理。 (1) 分發檢查結果暨轉介通知單。 (2) 檢查結果統計。 (3) 追蹤矯治結果及統計，未完成矯治者督促家長利用假日帶學生接受醫療單位矯治。	健康中心	需矯治之學生
口腔衛生 保健融入 教學活動	1. 各年級辦理口腔衛生保健教學活動，強化學生口腔衛生的概念；及養成口腔衛生保健的習慣。 2. 級任老師配合體健課程實施。	各年級 健康領 域教師	全校學生

四、本計畫經校長核可後實施之，修正時亦同。

承辦人

健康中心

訓導主任

教務主任

校長

衛生組長黃薇靜

護理師李昭華

訓導處主任呂天得

教務處主任孫樹弘

龜山國民小學楊雅真
校長

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：4 學生姓名：李昀翰

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追蹤建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 牙科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面

家長簽章：關佳慧 日期 11/25

你真棒！！

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：2 學生姓名：張承揚

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追蹤建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 牙科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面

家長簽章：李昀翰 日期 2015/11/25

你真棒！！

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：5 學生姓名：楊祖豪

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追從建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input checked="" type="checkbox"/> 牙科	104.12.11	楊祖豪	<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input checked="" type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面。

家長簽章：楊澤中 日期

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：1 學生姓名：周均翰

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追從建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input checked="" type="checkbox"/> 牙科	104.12.08	周均翰	<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input checked="" type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面。

家長簽章：周均翰 日期 109.12.8

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：7 學生姓名：黃悅和

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追蹤建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input checked="" type="checkbox"/> 牙科		王治國牙醫診所 04.12.7 3732070266	<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input checked="" type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面。

家長簽章：

日期

吳淑華

12/7

龜山國民小學 104 學年度學生健康檢查複查及矯治回條



班級：1 年 1 班 座號：6 學生姓名：陳品諺

診治科別	診療日期	醫院名稱/醫師	診療(斷)結果	矯治追蹤建議
<input type="checkbox"/> 內兒/家醫科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input checked="" type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input checked="" type="checkbox"/> 牙科	12/9	王治國牙醫診所	<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 耳鼻喉科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
<input type="checkbox"/> 心臟內科			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	
			<input type="checkbox"/> 複檢無異狀 <input type="checkbox"/> 矯治中 <input type="checkbox"/> 已完成所有治療	

◎特約醫療院所請參閱背面。

家長簽章：陳永昌

日期 104.11.26

龜山國小 105 年 3 月餐後潔牙統計表(%)

平均：97.66 %

	餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙
301	100	401	100	501	90.72	601	95.28		
302	100	402	99.17	502	95.30	602	100		
303	100	403	100	503	100	603	98.09		
304	100	404	99.69	504	98.90	604	100		
305	97.31	405	96.34	505	100	605	100		
306	100	406	100	506	100	606	100		
307	100	407	100	507	100	607	94.79		
308	100	408	100	508	99.55	608	100		
				509	100	609	95.50		
三年級	99.66	四年級	99.40	五年級	98.40	六年級	93.18		

健康中心：護理師李昭華

衛生組長：衛室黃薇靜

訓導主任：訓導主任呂天得

校長：龜山國小校長楊雅真

龜山國小 105 年 4 月餐後潔牙統計表(%)

平均：99.19%

	餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙		餐後潔牙
301	99.01	401	100	501	97.69	601	95.33		
302	100	402	100	502	96.70	602	100		
303	99.64	403	100	503	100	603	97.75		
304	100	404	100	504	99.38	604	100		
305	95.20	405	98.46	505	100	605	100		
306	100	406	100	506	100	606	100		
307	100	407	100	507	100	607	98.58		
308	100	408	100	508	100	608	100		
				509	100	609	94.15		
三年級	99.23	四年級	99.81	五年級	99.31	六年級	98.42		

健康中心：

護理師李昭華

衛生組長：

衛安黃薇靜

訓導主任：

訓導主任 王登平

校長：

龜山國民小學 楊雅真

桃園市龜山區龜山國民小學 104 學年度用餐禮儀教育實施計畫

壹、依據：本校健康促進學校計畫。

貳、目的：運用教育方法，訓練學生良好的飲食衛生習慣，培養學生飲食禮儀。

參、實施方式：

一、用餐時隨機教育，矯正偏食習慣，增進午餐教育之成效。

二、每學期安排一次進餐教育指導觀摩。相關活動流程如下：

(一)、用餐前準備

1、整理用餐環境

(1) 收拾桌上用品並擦拭桌面。

(2) 整理用餐環境，開啟門窗讓空氣流通並留意黑板上的粉筆灰。

(3) 餐桶、湯桶請置於桌上，勿直接放置於地面，以免造成不潔。

2、洗手

(1) 餐前要確實洗手。

(2) 定期檢查手指甲的清潔衛生。

3、準備餐具

(1) 手指不可放入乾淨的碗盤中或按在碗口上。

(2) 輕取餐具，儘量不發出聲音。

(3) 餐具如果不慎掉地，必須洗乾淨後才使用。

4、分配菜餚

(1) 服務同學應戴上帽子及口罩。

(2) 正確的使用菜勺、夾子等器具分配菜餚。

(3) 食物如不慎掉落地面，不可再食用。

(二)、用餐中指導

1、保持良好的進餐姿勢及安靜用餐。

(1) 趴著吃、姿勢歪斜、盤膝，均不是良好的進餐姿勢。

(2) 與鄰座小朋友可細聲交談，保持安靜進食為宜。

(3) 咳嗽要用手帕蒙住口鼻。

2、保持愉快的心情細嚼緩嚥。

(1) 要養成細嚼緩嚥的習慣，嚼數為十五~二十次為宜。

(2) 要放進口裡的食物，一次不宜過多。

(3) 保持愉快的心情。

3、不偏食不挑食。

(1) 不要只吃喜歡的食物。

(2) 講解不喜愛吃的食物的營養價值。

4、吃完分配的食物。

(1) 先以少量慢慢練習吃。

(2) 身體不舒服者應告知班級導師。

5、進餐速度不宜太快或太慢。

(1) 吃的速度要適宜。

(2) 進餐的時間以二十五~三十分為宜。

(三)、用餐後指導

1、餐具的收拾與整理

(1) 殘餘要倒在廚餘處理桶內。

(2) 清理桌面、稍加用衛生紙擦拭餐具。

(3) 餐具請帶回家清洗。

(4) 收拾餐桶、湯桶，並送至指定地點。

2、餐後的衛生

(1) 飯後要漱口刷牙。

(2) 每週二使用含氟漱口水保護牙齒。

3、餐後的休息

(1) 整理餐後的桌椅後，靜靜的休息。

(2) 餐後不做激烈的活動，等候午休。

肆、本辦法陳 校長核可後實施，修正時亦同。

承辦人：衛生組黃薇靜

訓導主任 訓導處主任 呂天得

校長：陳武揚

桃園市龜山國小進餐指導觀摩簽到表 104.11.10

曾菟鈴	孫振元	李昭華	施杏枝
林 蔡文美	林香吟	林淑慧	嚴柔麗
簡鈺芬	蔡素娟	黃惠霞	王嘉娟
林子琦	林春燕	朱麗芬	蔡香君
李麗	謝逸慧	魏文云	游如芬
林惠嫻	呂相屏	傅曉娟	李文玲
溫月梅	劉貞音	陳慧敏	吳心怡
符明華	楊四軒	劉建國	陳玲華
蔡仁樞	黃文瑾	林淑玲	張智琦
黃惠雄	陳瓊玲	林文玲	林淑芬
蔡幸君	魏淑喜	李麗娟	吳淑芬
吳佩芬	蔡秀華		



桃園市龜山區龜山國民小學

學生進餐指導觀摩成果照片 1 104.11.10



二年三班鍾老師進行進餐指導觀摩



學生們依序去洗手



打菜人員全副武裝



鍾老師從旁指導打菜人員



桃園市龜山區龜山國民小學

學生進餐指導觀摩成果照片 2 104.11.10



老師們在教室後面觀摩



午餐秘書上前指導打菜工作



學生開心用餐



校長關心學生用餐情形

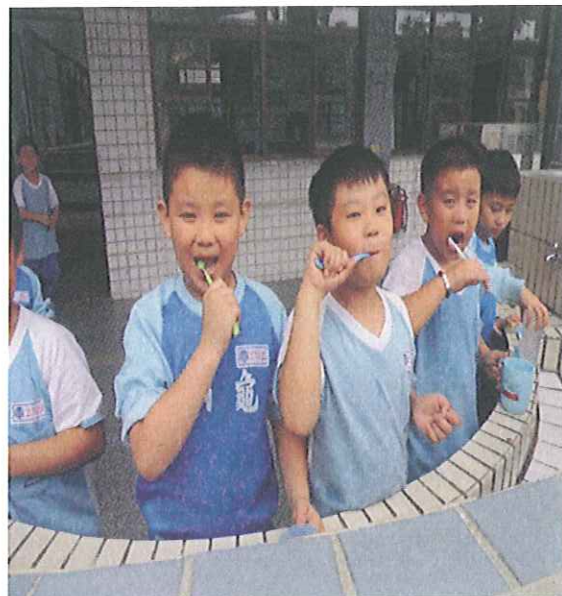


桃園市龜山區龜山國民小學

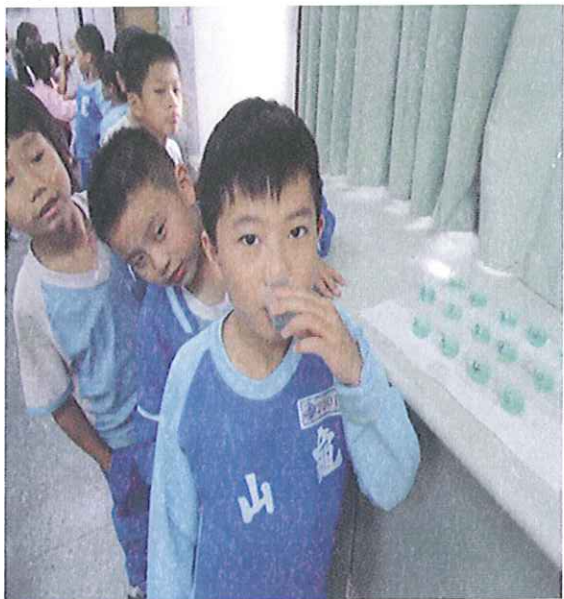
學生進餐指導觀摩成果照片 3 104.11.10



用餐後小心搬運餐盒



餐後潔牙



學生們依序取用含氟漱口水



大家一起來漱口