

## 新北市 109 學年度健康促進學校暑期國高中小暨幼兒園教師專業 成長研習營實施計畫

一、依據：本市 109 學年度辦理學校健康促進實施計畫。

二、目的：強化本市所屬學校執行健康促進視力保健、口腔保健及健康體位工作，提升教師專業成長，實際演練正確貝氏刷牙法技巧，並提供有效視力保健策略，妥善運用於課程中，以有效降低學童齲齒率及減緩學童視力不良率偏高問題，亦能透過健康體位控制課程，指導學生將生活技能落實於日常生活中，提升健康素養。

三、主辦單位：新北市政府教育局

四、承辦單位：新北市板橋區江翠國民小學

五、參加對象：

(一)新北市所屬公私立國高中小 109 學年度一、三年級級任老師(未曾研習優先薦派)、新任學務主任、衛生組長、新任護理師(或健教老師)，每校薦派 1 名參加研習；如無法確定受訓人員，請以現有人員報名，再推派接任人員出席研習。

(二)新北市所屬公私立幼兒園 109 學年度園長、附設各園主任、老師、教保服務人員或護理師(士)，每園至少薦派 1 名參加研習。

備註：公立幼兒園請優先薦派未曾受訓之園長及附設各園主任。

(三)每場次以 70 人為限。

(四)109 學年度口腔保健校群學校可酌量增加與會研習名額。

六、活動日期及地點：

(一)時間：109 年 8 月 3-7 日共 5 天 10 場次(課程表如附件一)。

(二)地點：新北市板橋區江翠國民小學。

七、報名日期：即日起至 109 年 7 月 28 日(星期二)止。

八、報名方式：(請參閱-各分區參加場次表如附件二)

(一)公私立國高中小：請各校於本市校務行政系統

(<https://esa.ntpc.edu.tw>)薦派教師名單後，請教師依本局分配日期參加研習。

(二)公私立幼兒園：請於全國教師在職進修網薦派參加教師名單後，請教師依本局分配日期參加研習。

九、研習時數：全程參與研習教師，核發研習時數 6 小時。(不另發研習證書)

十、經費概算表：如附件三

十一、注意事項：

(一)為減少能源與資源消耗，實踐健康、低碳生活，務必請自備環保杯。

潔牙教學需備一壺開水、一個空杯(潔牙時含漱用)，請自備。

(二)公私立國高中小聯絡人：江翠國小衛生組長蔡艷慧、學務主任余文俊，聯絡電話：2252-6880 分機 223、220。

(三)幼兒園聯絡人：江翠國小幼兒園主任陳亞昕，聯絡電話：2252-6880 分機 261。

(四)幼兒園組與國高中小之口腔教學方式略有不同，請勿報錯場次。

(五)同一天研習人員將由江翠國小依實際報名人數略為調整場次，各校報名後之確實場次請研習老師於研習前(7月30日)至江翠國小研習公告查閱，謝謝！

(六)各校參加研習之教師列入本局列管種子教師名單，並於 109 學年度協助進行校園(幼兒園)健康促進推動。

(七)請保持會場的清潔，勿在會場飲食及丟棄垃圾。

(八)學員應該尊重授課老師及避免影響其他學員上課之權益：上課中請勿交談、睡覺、看報紙、使用筆記型電腦看影片、玩遊戲、上網及帶年幼子女參加。

(九)未提供學員免費停車，請多利用大眾運輸工具。

(十)遲到、早退及未簽到或未簽退者無法提供相關之時數認證：

1.遲到：第一堂課開始 15 分鐘內報到不算遲到，超過 20 分鐘者以遲到計。

2.早退：課程結束前 15 分鐘離場者以早退計。

十二、本計畫經本府教育局核准後實施，修正時亦同。

附件一

新北市 109 學年度健康促進學校公私立國高中小教師專業成長研習營課程表  
日期/場次：8/3 第 1 場次、8/4 第 3 場次

時 間	課 程	授課對象	主持人或講師
08：30～08：50	相見歡（報到）	※公私立國高中小一、三年級導師、健教老師暨新任學務主任、衛生組長、新任護理師（私立學校未曾上課護理師）  8/3 第 1 場次 8/4 第 3 場次	江翠國小團隊
08：50～09：00	開場致詞		教育局
09：00～10：50	營養教育-食物王國大冒險桌遊教育及實務操作		TNEa 台灣健康營養教育推廣協會 蘇奕安營養師及助教 2 人
10：50～11：00	中場休息		江翠國小團隊
11：00～12：00	視力保健工作推動策略分享		健康促進績優學校 樟樹國小邱俊傑校長（待聘）
12：00～13：00	午餐時間		江翠國小團隊
13：00～14：50	口腔保健工作推動策略～貝氏刷牙法牙刷技巧與含氟牙膏實務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
14：50～15：00	中場休息		江翠國小團隊
15：00～16：00	口腔保健工作推動策略～貝氏刷牙法牙線技巧實務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
16：00～	快樂賦歸		

備註：口腔助教團隊：江翠國小護理師范綺雲、江翠國小護理師洪瑞娥、昌福國小護理師楊婉瑜、瓜山國小護理師吳玉蓮、清水國小護理師魏麗玉、安坑國小護理師卓宥麒、猴硐國小護理師黃秋珍

新北市 109 學年度健康促進學校公私立國高中小教師專業成長研習營課程表

日期/場次：8/3 第 2 場次、8/4 第 4 場次

時 間	課 程	授課對象	主持人或講師
08：30～08：50	相見歡（報到）	※公私立國高中小一、三年級導師、健教老師暨新任學務主任、衛生組長、新任護理師（私立學校未曾上課護理師）	江翠國小團隊
08：50～09：00	開場致詞		江翠國小 周麗櫻校長
09：00～10：50	口腔保健工作推動策略～貝氏刷牙法牙刷技巧與含氟牙膏實務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
10：50～11：00	中場休息		江翠國小團隊
11：00～12：00	口腔保健工作推動策略～貝氏刷牙法牙線技巧實務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
12：00～13：00	午餐時間		江翠國小團隊
13：00～14：00	視力保健工作推動策略分享		健康促進績優學校 樟樹國小邱俊傑校長 （待聘）
14：00～14：10	中場休息		江翠國小團隊
14：10～16：00	營養教育-食物王國大冒險桌遊教育及實務操作		TNEa 台灣健康營養教育推廣協會 蘇奕安營養師及助教 2 人
16：00～	快樂賦歸		

備註：口腔助教團隊：江翠國小護理師范綺雲、江翠國小護理師洪瑞娥、昌福國小護理師楊婉瑜、瓜山國小護理師吳玉蓮、清水國小護理師魏麗玉、安坑國小護理師卓宥麒、猴硐國小護理師黃秋珍

二、新北市 109 學年度健康促進學校**公私立幼兒園**教師專業成長研習營課程表

日期/場次：8/5 第 5 場次 、 8/6 第 7 場次 、 8/7 第 9 場次

時 間	課 程	授課對象	主持人或講師
08：30～08：50	相見歡（報到）	* <b>公私立</b> 幼兒園 未曾受訓園 長、主任、教 師、教保服務 人員或護理師	江翠國小團隊
08：50～09：00	開場致詞		教育局
09：00～10：00	幼兒健康飲食		TNEa 台灣健康營養教育推廣 協會蘇奕安營養師
10：10～11：00	新北市幼兒健康促進推動 策略		新北市幼教研習暨資訊中心 鄭雅玲主任
11：10～12：00	幼兒園視力保健工作推動 策略分享		健康促進績優學校 江翠國小、麗林國小或 吉慶國小
12：00～3：00	午餐時間		江翠國小團隊
13：00～14：50	口腔保健工作推動策略～ 貝氏刷牙法牙刷技巧與含 氟牙膏實務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
14：50～15：00	中場休息		江翠國小團隊
15：00～16：00	幼兒潔牙法技巧介紹及實 務操作		健康促進學校中央輔導團 許愛玲委員及助教團隊
16：00～	快樂賦歸		

備註：口腔助教團隊：江翠國小護理師范綺雲、江翠國小護理師洪瑞娥、  
昌福國小護理師楊婉瑜、瓜山國小護理師吳玉蓮、清水國小護理師  
魏麗玉、安坑國小護理師卓宥麒、猴硐國小護理師黃秋珍

新北市 109 學年度健康促進學校公私立幼兒園教師專業成長研習營課程表

日期/場次：8/5 第 6 場次 、 8/6 第 8 場次 、 8/7 第 10 場次

時 間	課 程	授課對象	主持人或講師
08：30～08：50	相見歡（報到）	*公私立幼兒園 未曾受訓園 長、主任、教 師、教保服務 人員或護理師  8/5 第 6 場次 8/6 第 8 場次 8/7 第 10 場次	江翠國小團隊
08：50～09：00	開場致詞		江翠國小 周麗櫻校長
09：00～10：50	口腔保健工作推動策略～ 貝氏刷牙法牙刷與含氟牙 膏實務操作		健康促進學校中央輔導團許 愛玲委員及助教團隊
10：50～11：00	中場休息		江翠國小團隊
11：00～12：00	幼兒潔牙法技巧介紹及實 務操作		健康促進學校中央輔導團許 愛玲委員及助教團隊
12：00～13：00	午餐時間		江翠國小團隊
13：00～14：00	幼兒園視力保健工作推動 策略分享		健康促進績優學校 江翠國小、麗林國小或吉慶 國小
14：10～15：00	新北市幼兒健康促進推動 策略		新北市幼教研習暨資訊中心 鄭雅玲主任
15：10～16：00	幼兒健康飲食		TNEa 台灣健康營養教育推廣 協會蘇奕安營養師
16：00～	快樂賦歸		

備註：口腔助教團隊：江翠國小護理師范綺雲、江翠國小護理師洪瑞娥、  
昌福國小護理師楊婉瑜、瓜山國小護理師吳玉蓮、清水國小護理師  
魏麗玉、安坑國小護理師卓宥麒、猴硐國小護理師黃秋珍

附件二

暑期國高中小暨幼兒園教師專業成長研習營各分區參加場次表

日期	場次	分區別	備註
8月3日(週一)	一	三鶯分區、七星分區	公私立學校
8月3日(週一)	二	淡水分區、三重分區、雙和分區	公私立學校
8月4日(週二)	三	新莊分區、文山分區	公私立學校
8月4日(週二)	四	瑞芳分區、板橋分區	公私立學校
8月5日(週三)	五	三鶯分區(幼)、淡水分區(幼)	公私立幼兒園
8月5日(週三)	六	瑞芳分區(幼)、雙和分區(幼)	公私立幼兒園
8月6日(週四)	七	七星分區(幼)、文山分區(幼)	公私立幼兒園
8月6日(週四)	八	新莊分區(幼)	公私立幼兒園
8月7日(週五)	九	三重分區(幼)	公私立幼兒園
8月7日(週五)	十	板橋分區(幼)	公私立幼兒園

備註：

- 一、 幼兒園組與國高中小之口腔教學方式略有不同，請勿報錯場次。
- 二、 同一天研習人員將由江翠國小依實際報名人數略為調整場次，各校報名後之確實場次請研習老師於研習前(7月30日)至江翠國小研習公告查閱，謝謝！
- 三、 各區分配場次時間如無法配合，請洽江翠國小協調報名其他場次時間。

附件三

新北市 109 學年度健康促進學校公私立國高中小教師專業成長研習營經費概算表

編號	項目	單位	單價 (元)	數量	總價	備註
1	外聘講師費	時	2,000	20	40,000	2 天*2 場次=4 場次 許愛玲 4 場次*3 時=12 時 蘇奕安 4 場次*2 時=8 時
2	內聘講師費	時	1,000	4	4,000	2 天*2 場次=4 場次 視力 4 場次*1 時=4 時
3	內聘助教費	時	500	100	50,000	2 天*2 場次=4 場次 口腔助教 4 場次*3 時*7 人=84 時 桌遊助教 4 場次*2 時*2 人=16 時
4	加班費	時	200	32	64,000	4 人/場次*4 場次*2 時=32 時
5	誤餐費	個	80	320	25,600	每場含講師及工作人員共 10 人次及參加研習人員 70 人，共 80 人，80 人*4 場次=320 個
6	牙刷	打	260	24	6,240	口腔保健貝氏潔牙實務演練用
7	食物王國大冒險桌遊	套	1080	10	10,800	營養教育-食物王國大冒險桌遊教育及實務操作，7 人一組使用一套桌遊，共 10 組
8	牙菌斑顯示劑	瓶	450	7	3,150	每天 7 組，1 組 1 瓶
9	印刷費	份	30	280	8,400	2 天*2 場次=4 場次 研習人員 70 人/場*4 場次=280 人
10	場地布置費	場次	1,000	4	4,000	2 天*2 場次=4 場次 場地布置、水電支出、清潔費…等
11	雜支	式	4,000	1	4,000	總經費 5%以內 (含牙膏、茶水、點心、水果…等)
	總計				162,590	



新北市 109 學年度健康促進學校**幼兒園**教師專業成長研習營經費概算表

編號	項目	單位	單價 (元)	數量	總價	備註
1	外聘講師費	時	2,000	24	48,000	3 天*2 場次=6 場次 許愛玲 6 場次*3 時=18 時 蘇奕安 6 場次*1 時=6 時
2	內聘講師費	時	1,000	12	12,000	3 天*2 場次=6 場次 鄭雅玲 6 場次*1 時=6 時 幼兒園視力 6 場次*1 時=6 時
3	內聘助教費	時	500	126	63,000	3 天*2 場次=6 場次 口腔助教 6 場次*3 時*7 人=126 時
4	加班費	時	200	48	9,600	4 人/場次*6 場次*2 時=48 時
5	誤餐費	個	80	480	38,400	每場含講師及工作人員共 10 人次及參加研習人員 70 人，共 80 人，80 人*6 場次=480 個
6	牙刷	打	260	36	9,360	口腔保健貝氏潔牙實務演練用
7	印刷費	份	30	420	12,600	3 天*2 場次=6 場次 研習人員 70 人/場*6 場次=420 人
8	場地布置費	場次	1,000	6	6,000	場地布置、水電支出、清潔費…等
9	雜支	式	6,000	1	6,000	總經費 5%以內 (含牙膏、茶水、點心、水果…等)
	總計				204,960	