

高雄市立國民小學辦理學童視力保健計畫策進作為

- 一、為促進本市學童視力保健與降低學生視力不良率，並使本市各國民小學辦理本項業務推動有所依循，特訂定此策進作為。
- 二、本市立各國民小學應將學童視力保健納入學校健康促進實施計畫中推動。
- 三、學校應辦理措施如下：
 - (一) 學習環境
 1. 每學年至少檢測照度 1 次，教室桌面照度為 500lux、黑板照度為 750 lux 以上。
 2. 定期校正視力檢查儀，倘使用年限超過 10 年以上應進行汰換。
 3. 使用投影機設備，倘關燈才看得清楚，即須更換燈泡或汰換機器。
 4. 第一排學生座位距離黑板投影設備至少 2 公尺以上。
 5. 國內專家建議白光 LED 光源色溫為 4000K 以下。
 6. 建議採購資訊設備時，將 3010 健康護眼 APP 納入採購規範。
 - (二) 健康促進
 1. 落實師生下課教室淨空，天天戶外運動 120 分鐘。
 2. 用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。
 3. 使用符合學童身高的桌椅，並注意學生坐姿及眼睛與書本應保持 35 至 40 公分的距離。
 4. 請教師減少使用電子產品進行教學。
 5. 檢視學校視力不良率偏高之原因並提出改進措施。
 - (三) 健康服務
 1. 每學期視力檢查，追蹤近視學生複診情形；對罹患視力不良學生，應加強視力衛教及矯治工作。
 2. 每學期至少辦理 1 場視力保健宣導(含師生及家長)。
 3. 聯絡簿結合視力保健 Q&A 宣導。
- 四、獎勵依據高雄市立各級學校及幼兒園教職員工獎懲案件處理要點第四點規定辦理。
- 五、各校學生裸視不良率連續 3 年高於全國平均值，需提出具體改善措施，必要時應參與本局健康促進學校-視力保健議題校群。
- 六、本局為促進本市學童視力保健，有效降低學生視力不良率，實施定期或不

定期之教學視導。