



100 年₃度₂健康₄促進₄學校₁

□□-□□

議題-學校

行₁動₂研₃究₄問₅卷₆(國₈小₁版₂)

親₃愛₄的₅同₆學₇， 您₃好₄：

這₃是₄一₅份₆由₇行₈政₉院₁₀衛₁₁生₁₂署₁₃及₁₄國₁₅民₁₆健₁₇康₁₈局₁₉委₂₀託₂₁辦₂₂理₂₃的₂₄健₂₅康₂₆促₂₇進₂₈問₂₉卷₃₀調₃₁查₃₂。 這₃不₄是₅一₆考₇試₈， 所₉以₁₀沒₁₁有₁₂標₁₃準₁₄答₁₅案₁₆， 而₁₇且₁₈問₁₉卷₂₀只₂₁會₂₂用₂₃在₂₄研₂₅究₂₆上₂₇， 絕₂₈不₂₉會₃₀移₃₁作₃₂他₃₃用₃₄， 也₃₅不₃₆會₃₇影₃₈響₃₉你₄₀的₄₁學₄₂校₄₃成₄₄績₄₅， 你₃只₄要₅照₆自₇己₈的₉狀₁₀況₁₁誠₁₂實₁₃回₁₄答₁₅就₁₆好₁₇， 不₁₈用₁₉擔₂₀心₂₁。 如₂₂果₂₃有₂₄不₂₅懂₂₆的₂₇， 就₂₈舉₂₉手₃₀發₃₁問₃₂， 如₃₃果₃₄有₃₅寫₃₆錯₃₇字₃₈， 也₃₉記₄₀得₄₁要₄₂擦₄₃乾₄₄淨₄₅， 十₄₆分₄₇感₄₈謝₄₉同₅₀學₅₁的₅₂協₅₃助₅₄！

若₃您₄願₅意₆填₇寫₈本₉問₁₀卷₁₁， 請₁₂您₁₃在₁₄下₁₅方₁₆的₁₇方₁₈框₁₉中₂₀打₂₁勾₂₂。

敬₃祝₄

學₃業₄進₅步₆ 順₇心₈如₉意₁₀

我₃已₄閱₅讀₆過₇上₈述₉說₁₀明₁₁， 並₁₂且₁₃願₁₄意₁₅填₁₆寫₁₇本₁₈問₁₉卷₂₀

若₃您₄有₅任₆何₇疑₈問₉， 可₁₀以₁₁聯₁₂絡₁₃本₁₄計₁₅畫₁₆主₁₇持₁₈人₁₉ 陳₂₀富₂₁莉₂₂副₂₃教₂₄授₂₅

(02)2905-3431， 或₃聯₄絡₅本₆計₇畫₈專₉案₁₀研₁₁究₁₂助₁₃理₁₄ 陳₁₅映₁₆伶₁₇

(02)2905-2056。 十₃分₄感₅謝₆您₇的₈協₉助₁₀！

健₃康₄促₅進₆學₇校₈認₉證₁₀暨₁₁國₁₂際₁₃接₁₄軌₁₅計₁₆畫₁₇團₁₈隊₁₉

※ 作答時：請在選項圈內直接塗黑。

基本資料

- 生日：年(十位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(個位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
月 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
日(十位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(個位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 性別： 0 男 1 女
- 年級： 3 三年級 4 四年級 5 五年級 6 六年級
- 班級： _____
- 座號： (十位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(個位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 身高(公分)： (百位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(十位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(個位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 體重(公斤)： (十位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
(個位) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9
- 現在你主要與誰生活/住在一起? 【可以複選】
0 父親 1 母親 2 兄弟姊妹 3 祖父母
4 祖母 5 其他親戚 6 其他人員
- 請問你父母(或主要男性、女性照顧人)是否全職工作?
父親： 1 全職工作 2 半職工作 3 待業 4 退休 5 不知道
母親： 1 全職工作 2 半職工作 3 待業 4 退休 5 不知道
- 你父親(或主要男性照顧人)的教育程度是：
1 沒受過教育 2 小學程度 3 國中程度 4 高中職程度
5 專科或大學程度 6 碩士及以上 7 不知道
- 你母親(或主要女性照顧人)的教育程度是：
1 沒受過教育 2 小學程度 3 國中程度 4 高中職程度
5 專科或大學程度 6 碩士及以上 7 不知道

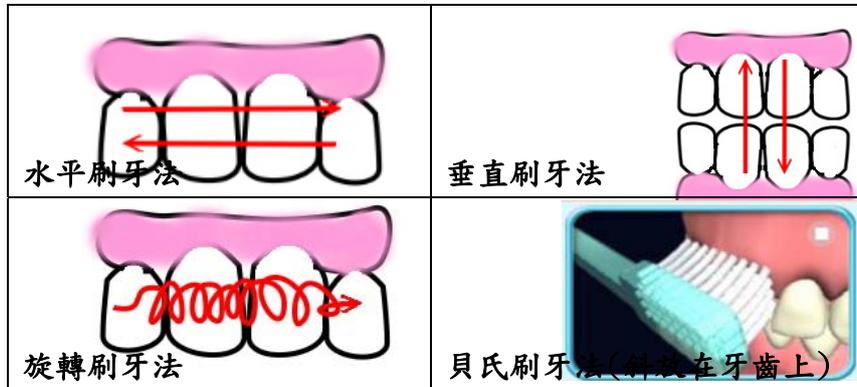
※ 作答方式：請在選項圈出圈號①②③④上直接塗黑●。

一、口腔保健行為

1. 學校多久會安排固定牙齒檢查？
 - ① 沒有安排
 - ② 每學年約 1 次
 - ③ 每學期約 1 次
 - ④ 剛入學的時候
2. 除了用牙刷之外，你會不會用其他工具(如：牙線、漱口水、牙籤等)幫忙清潔牙齒？
 - ① 不會
 - ② 會
3. 你的家人會多久帶你去查看牙齒一次(不包含含牙痛)？
 - ① 從來沒去過
 - ② 會，1 個月至少 1 次
 - ③ 會，3-6 個月(約 1 學期 1 次)
 - ④ 會，7-12 個月(約 1 學年 1 次)
4. 你一天會刷牙幾次？
 - ① 想不到才刷
 - ② 一次
 - ③ 二次
 - ④ 三次
 - ⑤ 四次或以上
5. 你都多在什麼時候刷牙？【可以多選】
 - ① 起床後
 - ② 睡覺前
 - ③ 早餐後
 - ④ 午餐後
 - ⑤ 晚餐後
 - ⑥ 吃完點心後
 - ⑦ 其他 _____
6. 你刷牙時，大概會刷多久？
 - ① 很快，約 1 分鐘內
 - ② 1-3 分鐘
 - ③ 很久，大概 3 分鐘以上
 - ④ 不知道
7. 在學校裡面吃完東西後，你會不會清潔你的牙齒(如：漱口、刷牙、使用牙線、牙籤等)？
 - ① 不會
 - ② 會

8. 你自已平常刷牙時，最主要使用的方式是？

- ① 水平刷牙
- ② 垂直刷牙
- ③ 旋轉刷牙
- ④ 水平+垂直刷牙
- ⑤ 垂直+旋轉刷牙
- ⑥ 水平+旋轉刷牙
- ⑦ 水平+垂直+畫圈
- ⑧ 水平+垂直+刷牙毛靠牙齦45度角來回刷牙(貝氏刷牙法)



9. 你自已一支牙刷平均使用多久？

- ① 1個月不到
- ② 1-3個月
- ③ 4-6個月
- ④ 6個月以上

10. 你最近一次去牙科診所距離現在是什麼時候？

- ① 從來沒去過
- ② 1-3個月內
- ③ 4-6個月內
- ④ 6個月以上

7-1 前往牙科診所是為了？【可複選】

- ① 定期做檢查
- ② 蛀牙
- ③ 拔牙
- ④ 牙肉流血腫脹
- ⑤ 裝牙套
- ⑥ 塗氟
- ⑦ 抽神經

11. 請問你每週喝含糖飲料幾次？

- ① 每天都喝
- ② 每週4-6次
- ③ 每週2-3次
- ④ 每週1次
- ⑤ 很少或不喝

12. 請問你每週吃甜食幾次？

- ① 每天都要吃
- ② 每週4-6次
- ③ 每週2-3次
- ④ 每週1次
- ⑤ 很少或不吃

11-1 你吃完甜食後會去刷牙嗎？

- ① 每次都會
- ② 偶爾
- ③ 很少或不

二、口腔保健知識



接下來，是對於「牙齒保健知識」的了解，請問你覺得正不正確？

項 目	對	錯	不知道
1. 我們的一生當中總共會有兩套牙齒.....	①	②	③
2. 大門牙的形狀是長方形，用來切割食物.....	①	②	③
3. 犬齒(虎牙)的形狀是倒三角形，用來撕裂食物.....	①	②	③
4. 我的牙齒只會換一次，新的牙齒叫做恆牙.....	①	②	③
5. 我的恆牙掉了會長新的，因此不用保護它.....	①	②	③
6. 我的牙齒如果撞掉了，可以先泡在冰牛奶中，再快去找牙醫幫忙.....	①	②	③
7. 我選擇刷牙的時候比較重視卡通圖案.....	①	②	③
8. 細菌斑就是牙齒表面的細菌.....	①	②	③
9. 蛀牙(齲齒)的產生是因為牙齒+食物+細菌+時間四個因素.....	①	②	③
10. 氟化物可以預防蛀牙(齲齒).....	①	②	③
11. 糖果餅乾比蔬菜水果更可以保護牙齒.....	①	②	③
12. 沒有吃東西就可不必刷牙.....	①	②	③
13. 每次刷牙5秒鐘就好，不用太久.....	①	②	③
14. 牙齒會痛才去看牙醫，不用定期檢查.....	①	②	③

三、口腔保健態度

接下來要問你對口腔保健的看法，你只要依照自己的感覺回答就好。

項目	非常同意	同意	中立	不同意	非常不同意
1. 我會要求自己每天刷牙.....	5	4	3	2	1
2. 我會要求自己一天最少要刷牙兩次.....	5	4	3	2	1
3. 我的朋友覺得一天最少刷牙兩次是很重要.....	5	4	3	2	1
4. 我的家人覺得一天最少刷牙兩次是很重要.....	5	4	3	2	1
5. 我不知道如何正確適當的刷牙.....	5	4	3	2	1
6. 如果我一天最少刷牙兩次，就可預防蛀牙的發生.....	5	4	3	2	1
7. 假如我使用含氟牙膏，就可預防蛀牙的發生.....	5	4	3	2	1
8. 我覺得每天刷牙一次，就可預防蛀牙的發生.....	5	4	3	2	1
9. 我沒有時間一天最少刷牙兩次.....	5	4	3	2	1
10. 刷牙是我每天清潔的一部分(就跟洗手和洗臉一樣).....	5	4	3	2	1

後面還有題目喔！請翻面繼續作答

四、口腔保健自我效能

請問你沒有沒有信心能完成下面的事情呢？

項目	完全沒有信心	不太有	有半	有	絕對
1. 三餐吃完飯後，馬上刷牙是一件很簡單的事.....	①	②	③	④	⑤
2. 吃完糖果或是餅乾甜食之後，馬上刷牙是一件很困難的事.....	①	②	③	④	⑤
3. 我能夠主動告訴爸爸媽媽，我的牙刷需要更換.....	①	②	③	④	⑤
4. 我能夠正確刷牙，把牙齒刷乾淨.....	①	②	③	④	⑤
5. 三餐吃完飯後，馬上刷牙是一件很簡單的事.....	①	②	③	④	⑤

五、飲食的觀看法

接下來，有些關於吸菸可能導致結果的說法，請問你覺得哪些不是正確的？

項目	非常不	不太	同	非常
1. 我應該控制自己在兩餐之間吃甜食和喝飲料.....	①	②	③	④
2. 控制自己在兩餐之間吃甜食和喝飲料是很重要.....	①	②	③	④
3. 想喝飲料的時候，我自己能用白開水代替.....	①	②	③	④
4. 想吃甜食的時候，我自己能用水果代替甜食(糖果、餅乾).....	①	②	③	④