



110 年宜蘭縣縣政統計通報

打擊惡視力，戶外防近視

110 年 12 月

本縣國小及國中學生裸視視力不良率歷年均低於全國平均值，國小學生視力不良惡化率亦低於全國平均值。

隨科技進步與智慧化產品普及影響，國中及國小學生視力不良情形愈趨嚴重。本縣國小學生裸視不良率各學年度均低於全國平均，趨勢呈反 S 型，自 94 學年度 33.52% 升至 101 學年度 43.44% 達最高後，遞減至 107 學年度 38.37% 為最低，109 學年度再微升至 39.74%，國中學生裸視不良率各學年度亦均低於全國平均，自 94 學年度 55.89% 升至 100 學年度 68.20% 達最高後，維持於 6 成 7 左右。(詳圖 1、圖 2)

圖 1、宜蘭縣歷年國小裸視不良率概況

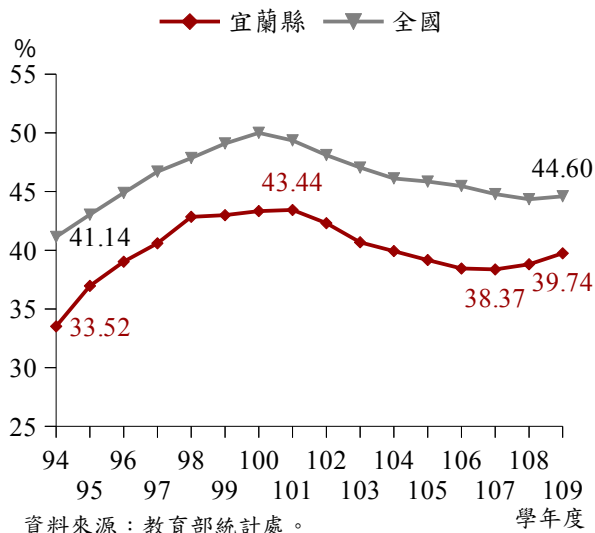
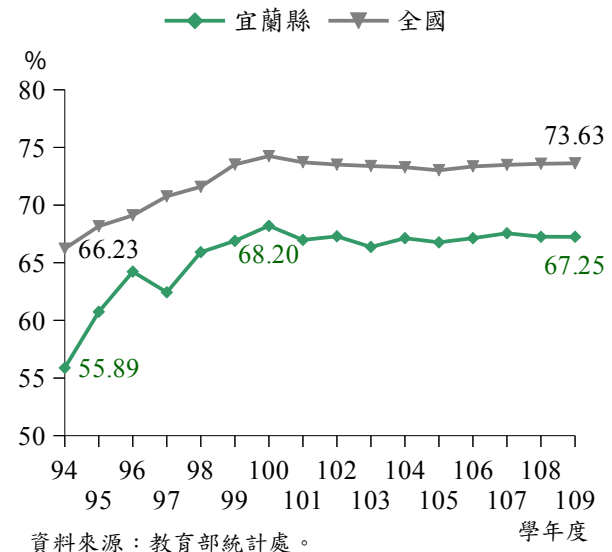


圖 2、宜蘭縣歷年國中裸視不良率概況





110 年宜蘭縣縣政統計通報

打擊惡視力，戶外防近視

110 年 12 月

觀察本縣 106 學年度至 109 學年度國小視力不良惡化率¹，數值介於 5.74%至 6.96%之間，各學年度皆低於全國平均值，視力不良就醫率²除 106 學年度 84.73%低於全國平均值 90.38%外，其餘各學年度均超過 9 成且高於全國平均值，觀察國中部分，106 學年度至 109 學年度視力不良惡化率介於 4.90%至 6.45%之間，各學年度皆高於全國平均，視力不良就醫率各學年度皆超過 9 成且高於全國平均，相較全國平均，本縣國中視力不良就醫率雖較全國平均佳，惟視力惡化率仍呈偏高情形。(詳表 1)

表 1、宜蘭縣國中、國小視力不良惡化率及就醫率情形

單位：%

學年度	視力不良惡化率				視力不良就醫率			
	國小		國中		國小		國中	
	宜蘭縣	全國	宜蘭縣	全國	宜蘭縣	全國	宜蘭縣	全國
106	5.74	7.22	5.72	4.87	84.73	90.38	91.65	83.85
107	6.63	7.48	6.45	4.47	93.75	91.43	91.04	84.15
108	6.96	7.43	4.90	4.53	92.25	91.64	93.60	84.06
109	6.67	7.77	5.41	4.57	91.78	91.06	93.32	84.63

資料來源：本府教育處。

近視一旦發生便無法回復，且近視發生年齡越小，度數增加越快，越容易成為高度近視，本縣為協助學童打擊惡視力，除配合中央推行「3010³」政策，針對幼兒園大班辦理「散瞳後屈光視力檢查」，以期及早預防視力不良情形之發生，針對國小學生則創辦

- 1 國小視力不良惡化率：(本學年度二至六年級個別之裸視力不良率)分別減去(上學年度一至五年級之裸視力不良率)之平均數。
國中視力不良惡化率：(本學年度二至三年級個別之裸視力不良率)分別減去(上學年度一至二年級之裸視力不良率)之平均數。
- 2 視力不良就醫率：接受眼科醫師檢查之學生數/視力篩檢結果為視力不良學生數。
- 3 3010：用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘，看書保持 35-40 公分距離。



110 年宜蘭縣縣政統計通報

打擊惡視力，戶外防近視

110 年 12 月

「課間三 0」政策，將第 2 節下課時間增加為 30 分鐘，期間禁止教師規定學童大掃除，學童亦必須放下手機，增加戶外活動時間以舒緩眼睛，本縣期盼經由宜蘭縣學校健康促進實施計畫，持續落實校園視力保健工作，推動正確飲食、正確坐姿、充足光線、定期視力檢查、每日戶外活動 2-3 小時、依醫囑落實就醫及矯正等多元預防措施，降低學生視力惡化速度，並協助學生養成正確視力保健習慣，共同守護學生靈魂之窗。