

# 新竹市光華國中 110 學年度

## 健康促進計畫中心學校:菸檳防治

### 壹、依據

1. 依據學校衛生法第十九條規定辦理。
2. 學校衛生法暨教育部 96 年 1 月 31 日台體(二)字第 0960011099C 號令修正發布之「教育部補助辦理學校衛生保健活動審查原則」辦理。
3. 教育部 109 年 7 月 2 日台教署學字第 1090071226 號函辦理
4. 新竹市政府中華民國 110 年 10 月 20 日府教體字第 1110157943 號函辦理

### 貳、學校特色

本校位處於新竹市北區，屬於傳統,住商混合地區的學校，學校校齡 64 年,屬於市區中大型學校,面臨少子化、越區就讀和私立學校競爭,班級數減少,目前普通班 59 班、數理資優班 3 班、資源班 2 班、特教班1 班,學生人數 1638 人,男生 833 人,女生 805 人,其中原住民 23 人,新住民 167 人，教職員工 186 人。周遭便利商店、速食店、夾娃娃機電、KTV和網咖…。等等，讓學生可以聚集的場所非常多，外在誘因很多，學校與社區互動緊密，加上校園開放提供民眾從事休閒活動，彼此影響甚鉅。此外學區家長社經地位兩極化，雖然社經地位高的家庭佔多數，但社經地位的差異與環境仍會影響到青少年的健康生活習慣的養成，學童之生活、學習與健康成長頗值得關切。因此學校透過『學校健康促進計畫』培養學生正確之健促知識及建立健康態度行為及具有反菸拒檳的能力。

本校反菸拒檳校園的推動成果上，教職員工無抽菸嚼食檳榔的情形，而學生在家中、在校園的二手菸暴露自計畫的推動以來逐年降低比率

### 參、現況分析

#### (一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

分析向度	S（優勢）	W（劣勢）	O（機會點）	T（威脅點）	S（行動策略）
校園環境	1.位於市區，交通便利，生活機能佳。 2.住宅林立，住戶多。 3.校區與社區緊密相連，互動良好。	1.校門口巷道狹窄上下學易塞車。 2.校地小，缺乏完整運動場所。	1.附近住家大樓大批興建，未來人口成長。 2.鄰近市區資源取得較易。	1.竹光國中設校，需配套措施，否則學生易流失。 2.學校環繞住宅區，學校活動干擾安寧。	1.建立交通導護站。 2.與各社區建立聯絡網。 3.加強交通安全教育。 4.善用活絡社區資源並建置校園環境美感空間。
教學設施	1.學校規模大，各學習領域教學設施完整，易推動正常教學及發展學校特色。	1.校地過於狹小，部分教室老舊。 2.志學樓獨立於操場另一側，人員往返比較費時	1.徵收學校臨近公設保留地、增加校舍空間及學生活動空間。	市區近年新設學校建築空間及設施較新。	1.提升辦學績效，爭取家長認同。 2.妥善檢視並逐年更新教室及專科教室設施打造優質學習環境。

師資結構	1.師資優良，經驗豐富。 2.進修意願高。 3.有活力、有熱忱。 4.師資專長齊備。	1.部分教師工作負擔重，影響教學品質。 2.缺乏跨領域的教師專業社群。 3.為防止減班超額，管控缺額多。	1.研究精神佳。 2.教師整體對學校認同度高，用心認真。 3.許多教師教學、研究及發表成績優異，展現高度專業實力。	留職停薪教師數量多，致使代理教師多。	1.成立教師成長團體。 2.多舉辦教學觀摩，經驗分享。 3.積極邀請熱誠且專業教師來校代理。
學生特質	1.純樸善良有潛力，可塑性高。 2.樂觀、活潑、活動力強。 3.熱中於參加各項社團或代表隊。	1.家庭型態多元化，學生學習特質差異較大。 2.部分學生缺乏主動學習精神。 3.弱勢需要協助之學生偏多。	1.有數理資優班，重視科學教育發展。 2.社團豐富發展，例如：音樂性校園、體育性、舞蹈、偶戲團隊管樂團、弦樂團、合唱團、舞蹈社、戲劇社、籃球隊、拔河隊、田徑隊、羽球隊...皆發展良好。	1.社會價值複雜多變。 2.學校教育無法延伸至家庭，家庭功能不彰之學生易受外在環境影響。	1.辦理各項活動，鼓勵學生展現多元智慧，進而從中獲得肯定，提升自信。 2.提升辦學績效至學區內進行宣導爭取認同，並加強校園優良事蹟新聞報導。 3.積極發展校本特色跨領域學習課程，啟發及引導學生適性發展及學習潛能。
家長期望	1.家長關心子女教育。 2.家長對學校信任度佳。 3.多數家長以良性參與學校事務。	1.部分雙薪、單親家庭，家長較難兼顧兒女管教。	1.辦理親職教育。 2.提供家長參與校務機會。 3.家長會組織健全，可提供協助。	1.家長工作忙碌，無暇參與教學推動。 2.價值多元化。	1.招募志工家長協助學校事務。 2.成立家長讀書會，提升親職教育功能。
社區特性	1.家長關心教育。 2.鄰里長及社區義工熱心。	1.商業區與教育機構之互動較少。 2.仍受少子化影響。	1.各項資源陸續充實中。 2.學校與社區互動良好。	1.都會區的次級文化逐漸侵襲校內。 2.較缺乏主動參與心態。	1.辦理親子社區學習活動，結合社區資源。
行政人員	1.年輕化、有活力有衝勁、向心力夠。 2.學校教師人數多，人才充裕。	1.行政經驗有待加強提升。 3.教師兼任行政工作意願不高。	1.充分支援教學活動。 2.多能以資訊科技協助處理業務。	1.12年國教推動後行政工作壓力繁重。 2.行政人員年輕化，業務推展缺乏說服力。	1.暢通溝通管道，建立最佳溝通模式。 2.校務行政資訊化。 3.透過行政會議或研習提升行政專業。

## (二) 『菸檳防治』現況分析

本市自推動無菸拒檳健康促進學校多年以來，在菸害與檳榔的防制成效多有進展，110 學年度將持續強化本市各校反菸拒檳議題的推展，將菸檳防治議題融入各科課程，提升學生對菸檳的正確認知，特別是新興的電子煙議題，強化學生對拒絕菸與檳榔的健康技能，輔以辦理各項反菸拒檳藝文活動與宣講，增強反菸拒檳的意識，另外對吸菸學生提供戒菸教育，要求嚼檳榔學生參與戒檳，期使學生吸菸率及嚼檳率能降至設定標準以下。除此之外，也要推動各校制定相關健康政策，提供無菸檳校園的健康環境，並透過學生將無菸拒檳的觀念帶回家庭，進一步將「無菸、無檳，健康人生」的概念推廣至社區民眾

### 肆、計畫預期成效

109 學年度成果	110 學年預期成效指標	部頒指標
1. 無菸無檳校園比率 100%。	無菸無檳校園比率 100%。	1. 無菸校園率及無檳校園率達 100%。
2. 反菸拒檳能力： 國小後測 96.54%。 國中後測 95.92%。	反菸拒檳能力 95%以上。	
3. 反菸拒檳認知率： 國小後測 85.86%。國中後測 87.79%。	3. 反菸拒檳認知率，後測比率增加 5%以上	
*4. 學生吸菸參與率戒菸率 國小 50% 國中 80%	*吸菸學生戒菸參與率 95%以上。	
5. 學生吸菸率： 國小後測 1.02%。國中後測 2.09%。	學生吸菸率 3%以下。	
6. 家人在學生面前吸菸比率： 國小後測 29.34%。 國中後測 32.87%。	家人在學生面前吸菸比率，後測比率減少 3%。 (1)國小 32.50%。 (2)國中 39.29%。	
7. 校園二手菸暴露： 國小後測 21.45%。 國中後測 19.26%。	校園二手菸暴露： (1)國小 22.61%。 (2)國中 19.31%。	
8. 學生電子菸使用率： 國小後測 0.63%。 國中後測 1%。	學生電子菸使用率 1%以下。	
9. 學生嚼檳率： 國小後測 0.47%。 國中後測 0.1%。	學生嚼檳率： (1)國小 0.5%以下。 (2)國中 0.5%以下。	
*10. 嚼檳學生參加戒檳率:83.33%	嚼檳學生參加戒檳率 100%。	

## 伍、計畫內容

依據 WHO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、健康教育與活動、學校物質環境、學校社會環境、健康服務與社區關係等六項，並回歸於教育本質：學校健康教育與活動，以此六項為主軸歸納出本校視力保健健康促進學校之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

項次	推動範疇	實施內容	實施時間
一	健康政策	1、推動各校組成健康促進工作團隊，制定實施計劃。 2、各校制定菸害檳榔防治政策，及菸害檳榔防治小組。 3、落實健康教育教學，辦理教師菸檳相關研習，強化教師菸檳防制教學知能。	110.08
二	物質環境	1、各校校園張貼反菸拒檳相關標語與海報加強宣導。 2、製作校園及教室內菸害檳榔防制專欄。 3、訂立校園管理辦法，營造學校無菸、無檳校園環境，維護健康生活。	全年 辦理
三	社會環境	1、透過反菸拒檳相關議題宣講、辦理反菸拒檳藝文競賽等活動，強化學生反菸拒檳意識，進而轉化成同儕影響力。 2、推動教師反菸拒檳作為學生榜樣，增強學生的認同感。 3、推廣無菸、無檳家庭，以家庭的影響力強化學生反菸拒檳意識。 4、利用家庭聯絡簿、校刊、學校網站等，分享宣導菸檳防制訊息，推廣無菸檳環境。	全年 辦理

四	健康技能	<p>1、實施教學活動，教導學生對於菸與檳榔的拒絕技能。</p> <p>2、透過課程讓學生思考評估使用菸與檳榔對自己身心以及人際互動的影響，學習以適切的舒壓方式及健康的休閒活動代替菸檳的使用，做出拒絕菸檳的正確決定。</p> <p>3、透過課程教學增強學生對於檳相關議題媒體識讀能力與科技資訊運用能力。</p> <p>4、透過反菸拒檳藝文競賽活動，提供學生公開表達反菸拒檳意識的機會，並發揮創意達宣導之效。</p>	<p>110.08</p> <p>-111.07</p>
五	健康服務	<p>1、輔導各校辦理戒菸教育，成立戒菸班、戒檳班。</p> <p>2、協助各校提升健康中心功能。</p> <p>3、協助辦理體育相關活動，推廣健康休閒活動。</p>	<p>110.08</p> <p>-111.07</p>
六	社區關係	<p>1、結合社區資源，協助推廣相關菸檳防制活動(如衛生福利部國民健康署活動)、董氏基金會活動、陽光基金會活動，展現全民拒菸意向。</p> <p>2、利用家長會日辦理無菸家庭及拒檳宣導活動。</p> <p>3、利用校慶或特殊節日(如母親節、禁菸節、父親節)辦理反菸拒檳宣導活動。</p> <p>4、協同衛生局或校外會進行宣導，將文宣品發放各校有吸菸學生之家庭。</p> <p>5、鼓勵吸菸家庭參加戒菸活動、門診。</p>	<p>110.08</p> <p>-111.07</p>

陸、預定進度（以甘梯圖表示）實施期程 110 年 8 月 1 日至 111 年 7 月 31 日。

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月
1. 組成健康促進推行委員會組成工作團隊	■	■										
2. 將計畫列入學校年度行事曆	■											
3. 進行現況評估擬定健康促進計畫	■	■	■	■								
4. 反菸拒檳議題納入校本課程計畫	■	■										
5. 成效評量前測				■	■							
6. 活動設計及編製活動教材		■	■	■	■	■	■	■	■	■		
7. 辦理反菸檳藝文競賽						■	■	■	■			
8. 執行菸檳防治計畫		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
9. 成效評量後測									■	■		
10. 資料分析											■	
11. 成果撰寫											■	■
12. 召開成果檢討會議											■	■
13. 經費核結												■

柒、人力配置

職 稱	姓 名	編 組 任 務
總召集人- 光華國中校長	宋雨親校長	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
指導教授- 私立元培科技大學	洪兆嘉	輔導本中心議題夥伴學校之運作及知能諮詢

地方輔導委員	洪碧霜 校長	輔導本中心議題夥伴學校之運作及知能諮詢
地方輔導委員	黃信騰 校長	輔導本中心議題夥伴學校之運作及知能諮詢
主任委員- 光華國中學務主任	胡嘉森	協助處理推行健康促進學校相關事務，協調相關處室配合相關活動。
主任委員- 光華國中教務主任	陳怡伶	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。
主任委員- 光華國中總務主任	吳容茹	協助健康促進計劃環境建置之事宜，社區及學校資源之協調整合。
委員- 光華國中衛生組長	薛忠真	負責營造維持校內健康促進活動之規劃及執行，宣傳及工作執行。
委員- 南華國中衛生組長	劉嘉如	負責營造維持校內健康促進活動之規劃及執行，宣傳及工作執行。
委員- 內湖國中衛生組長	張雅惠	負責營造維持校內健康促進活動之規劃及執行，宣傳及工作執行。
委員- 育賢國中衛生組長	邱國華	負責營造維持校內健康促進活動之規劃及執行，宣傳及工作執行。
委員- 香山國小衛生組長	李平鴻	負責營造維持校內健康促進活動之規劃及執行，宣傳及工作執行。
委員- 光華國中資訊組長	張祐誠	負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。
委員- 光華國中訓育組長	涂哲宏	協助各項宣導及學生活動之推展。
委員- 光華國中護理師	黃律馨	負責健康促進相關活動的推動及統籌，策略設計、效果評價及資料分析統計。
委員- 光華國中護理師	彭怡婷	負責健康促進相關活動的推動及統籌，策略設計、效果評價及資料分析統計。
委員- 光華國中會計主任	洪淑敏	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項藝文活動、知能研討進修、策略改進及相關經費申請
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項研習講師、醫療、諮詢資源及相關服務
諮詢單位	新竹市校外會	協助提供各項諮詢資源及相關服務

## 捌、計畫策略

一、協助本市各校「反菸拒檳」議題推展，以提昇本市學生「反菸拒檳」的健康知能，進而具備抗拒菸害與檳榔誘惑的能力。

二、邀請專家學者及健康與體育領域教師共同討論並製作問卷，調查了解本市學生對於菸害與檳榔之認知情形。

三、透過課程教學及活動，提昇本市學生勇於拒絕菸害與檳榔等危害健康物品的認知，有勇於說不的能力，期降低本市學生對於菸(含電子煙)與檳榔的使用率。

四、配合各校及社區活動，宣導「反菸拒檳」的觀念，以學校為出發點，將健康生活推展至社區，以達無菸拒檳家庭及無菸拒檳社區之目的。

五、辦理系列研習及活動，以增進反菸拒檳課程與活動實施成效。

六、輔導各校訂定菸品與檳榔的危害防制實施計畫，訂定校園禁止吸菸、嚼檳榔之管理規範，對於進校施工單位，要求簽立菸害防制切結書，同時在校園開放時間對來訪社區民眾實施菸檳宣導，落實推動無菸檳校園。

七、輔導各校訂定吸菸與嚼檳榔教職員工生之戒菸、戒檳之介入計畫。校園內，教職員工生禁止吸菸。吸菸、嚼檳榔教職員工，輔導參加戒菸、戒檳教育。吸菸、嚼檳榔學生，強制參加戒菸、戒檳教育。

八、輔導各校成立戒菸輔導專員，由衛生組長、護理師擔任，輔導並執行教職員工生戒菸教育。

九、輔導各校訂定菸檳防制獎勵與相關辦法

(一) 訂定獎勵辦法鼓勵社團幫助吸菸同學培養正能量興趣不吸菸戒菸為目



標，因而戒菸成功者，社團與助人之同儕團體或教職員工生個人均可獲獎並承認其服務時數。

1、輔導教職員工生戒菸成功，輔導專員依教師獎懲辦法敘獎。

依新竹市教育專業人員獎勵標準表--類別三、辦理各項活動--辦理各項觀摩、展覽、比賽、競賽、表演、研習、研討、會議等活動，區域性及全市性（受市府委託辦理）--參與工作人員--二日以內--嘉獎一次

2、輔導教職員工生戒菸成功，輔導學生依各校獎懲辦法敘獎。

（二）訂定菸檳防制獎勵與相關辦法，吸菸、嚼檳榔學生，強制參加戒菸、戒檳教育。完成戒菸、戒檳教育，可辦理銷過手續。

（三）遭查獲吸菸嚼檳學生未參加戒菸戒檳教育者，依規通知法定監護人使其到校執行，未能於期限前完成者，行文衛生局依法處罰。

（四）戒菸、戒檳成功之教職員工，公開表揚；戒菸、戒檳成功之學生，可辦理銷過手續。

## 玖、評價指標

### 一、過程評價

（1）需求評估：依本年度反菸拒檳議題之需求擬訂計畫。

（2）過程評估：透過蒐集輔導過程資料、報告及照片了解各校之執行過程，檢討反菸拒檳議題推動之成果，彙整活動與研習照片、經驗分享心得、促進學校校園環境之改變情形。

（3）成果評估：經由所辦理的各項活動成果報告、研習成果報告解了學校之反菸拒檳議題執行情形。

## 二、成效評價

- (1) 前後測驗：針對指標建立測驗題目，透過前測、後測取得學生學習數據。
- (2) 評估成效：依據指標比對前後測數據，對照實施策略與相關活動，評估執行成效。

## 三、結果評價

- (1) 輔導成果：適時提供資源，解決各校推動反菸拒檳議題之問題。
- (2) 示範成果：中心議題學校之成立，發展自我學校特色，對其他學校提供經驗分享與觀摩。
- (3) 活動成果：經由各項活動，提升人員對反菸拒檳議題之認知。
- (4) 收集、分析：辦理各校執行反菸拒檳議題相關資料，協助完成編印本市「推行健康促進學校成果報告書」。

## 壹拾、經費來源

本計劃經校長同意後送市府核准後實施，修正亦同。

本活動所需經費由市府專款補助。

承辦人

組長

主任

校長