

# 新竹市 109 學年度虎林國中健康促進學校計畫 成果報告-菸檳防治議題

## 壹、學校背景分析

### 一、學校特色

本校位於新竹市香山區，是一所中小型郊區學校，七至九年級共有 15 班。學生數 328 人，教職員工 52 人。本校學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低，普遍缺乏健康生活型態的相關知識，再加上近年來社會變遷快速，年輕人口外移，家庭結構改變，隔代教養與單親家庭比例高，學童之生活、學習與成長需要校方更多關切。<sup>1</sup>

### 二、現況分析：本校反菸拒檳議題前測資料如下

項 目	前測結果(%)
反菸拒檳認知率	88.96
學生吸菸率	4.55
吸菸學生戒菸參與率	0
學生電子煙使用率	0
校園二手菸暴露率	18.18
家人在學生面前吸菸比率	63.64
學生嚼檳率	0
嚼檳學生參加戒檳率	0
學生反菸拒檳的能力	88.35
無菸校園率	100
無檳校園率	100

## 貳、本市反菸拒檳議題指標

### 一、本市計畫指標

1. 本市無菸校園率及無檳校園率達 100%。

<sup>1</sup> 106 學年度本校單親家庭學生人數 152 名，隔代教養學生人數 16 名，共佔全校學生數的 35.7%，超過三分之一，比例非常高。

- 2.學生反菸拒檳的能力後側達 95%。
- 3.反菸拒檳課程融入國中小學校課程，學生正確認知率達 85%以上。

## 二、本市反菸拒檳指標

- 1.吸菸學生參與戒菸率達 90%。
- 2.學生吸菸率 3%以下。
- 3.家人在學生面前吸菸比率降低 5%。
- 4.校園二手菸暴露率 5%以下。
- 5.學生電子菸使用率 5%以下。
- 6.學生嚼檳率國中 0.5%以下。
- 7.嚼檳學生參與戒檳率達 100%。

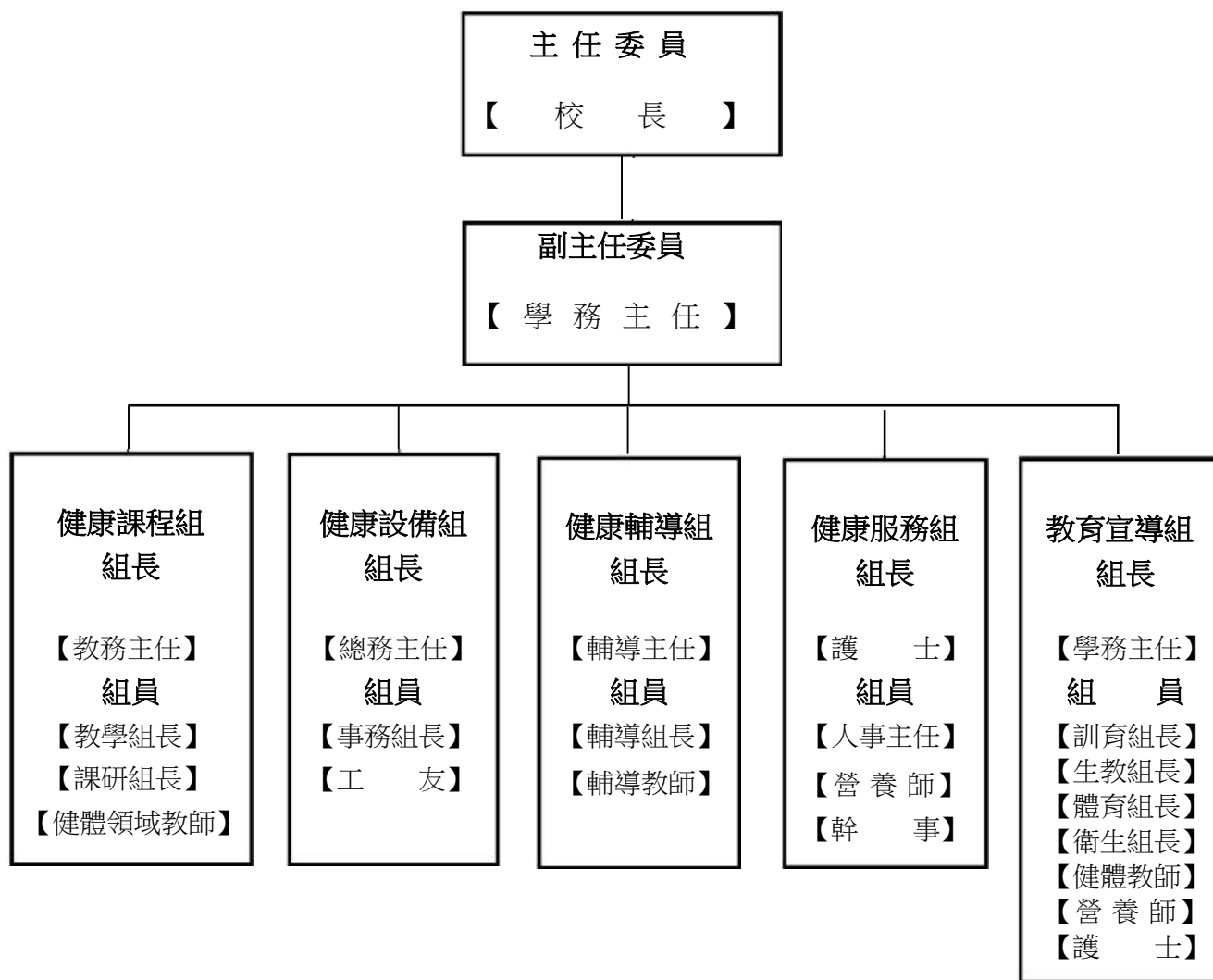
## 參、具體策略

### 一、成立學校健康促進委員會

組別	成員	職稱	姓名	工作內容
召集人		校長	謝大才	召集與督導學校健康促進計畫之推動、執行及考核事宜。
總幹事		學務主任	黃智宏	學校健康促進工作計畫之訂定與執行推展、綜理協調各組事務工作。
執行秘書		衛生組長	謝承融	執行健康促進計畫有關事項及各項活動之推展。
健康課程組	組長	教務主任	莊文村	學校健康促進融入教學、課程規劃、健康促進教材之發展。
	組員	教學組長	陳明珠	
		課研組長	呂美琪	
		健體領域教師		
健康設備組	組長	總務主任	王憶貞	校園硬體環境安全維護。 協助健康促進工作及活動所需器材及設備。
	組員	事務組長	范秀蓮	
	組員	工友		
健康輔導組	組長	輔導主任	陳威任	提供維護心理健康的資訊。
	組員	輔導組長	陳怡君	提供有關心理健康的輔導服務。
	組員	輔導教師		與家長保持良好溝通管道。
健康服務組	組長	護理師	霍定芬	掌控學生環境衛生宣導及疾病之預防。 健康促進之推動。
	組員	人事主任	陳秋珍	提供教職員工有益身心之資訊服務。
	組員	營養師	陳文宗	提供營養午餐菜單 監督營養午餐廠商

				進行健康飲食、營養均衡宣導。
教育宣導組	組長	學務主任	黃智宏	綜理協調健康促進宣導事項
	組員	訓育組長	鄭昆榕	執行健康促進藝文活動
	組員	生教組長	王世源	執行無菸拒檳、愛滋防治相關活動
	組員	體育組長	洪睦盛	執行健康體位相關活動
	組員	衛生組長	謝承融	統整健康促進宣導活動
	組員	護理師	霍定芬	執行健康促進宣導活動
	組員	營養師	陳文宗	執行健康飲食相關活動
	組員	健體領域教師		健康促進融入教學以及協助宣導活動。
會計組	組長	會計主任	陳秋珍	審理健康促進之各項經費預算與支出。

成員編組架構圖



## 二、學校衛生政策

依據 WHO 健康促進學校六大範疇之「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」為推動方向，並回歸教育本質辦理「學校健康教育與活動」，以此六項為主軸歸納出推展本校反菸拒檳議題之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳列如下：

項次	推動範疇	實 施 內 容	預定實施時間	評價方法
一	健康政策	1.成立學校健康促進推行委員會。	109.08	組織架構
		2.擬定健康促進學校計畫推行項目，將活動納入行事曆。	109.08~110.02	行事曆
		3.健康促進推動議題納入學校健康教育課程。	109.08~110.06	課程計畫表
		4.健康促進計畫。	109.08~110.06	計畫與成果
二	物質環境	1.反菸無菸拒檳標示。	全年辦理	實景照片
		2.設置健康促進宣導專用佈告欄，張貼相關訊息。	109.08~110.06	實景照片
		3.無菸無檳校園。	全年辦理	實景照片
三	社會環境	1.將健康促進議題納入班會討論題綱。	109.08~110.06	討論事項
		2.舉辦健康促進藝文競賽。	110.03~06	作品照片
		3.反菸拒檳戒菸健康宣導。	109.08~110.06	宣導照片
		4.舉行無菸拒檳體育競賽活動。	109.08~110.06	活動照片
		5.參加新竹市健康促進藝文競賽。	109.08~110.06	報名參賽
		6.健康促進宣導活動	109.08~110.06	宣導照片
四	社區關係	1.校門口反菸標示，人行道禁菸。	全年辦理	照片
		2.與社區單位合作戒菸教育。	109.08~110.06	宣導照片
		3.班親會健康促進資訊。	109.09、110.03	資訊內容
五	健康服務	1.對抽菸學生施行戒菸教育。	109.08~110.06	照片
		2.整理健康促進相關資料。	110.03~06	成果報告
六	健康技能 (教學)	1.規劃學生健康促進專題講座。	109.08~110.06	照片
		2.反菸拒檳課程。	109.08~110.06	照片
		3.反菸拒檳觀念融入教學。	109.08~110.06	照片

### 三、健康教學與活動

#### (一) 宣導活動：

場次	活動日期	主題名稱	備註
1	109年 10月 21日	八年級宣導認識電子菸研習	王世源組長
2	109年 10月 25日	七八年級反菸拒檳宣導研習	游秀綾老師
3	110年 02月 25日	菸檳防制宣導	國泰醫院新竹分院---梁孟倫護理師
4	110年 3月 2日	反菸類標語杯墊競賽	前兩名參加市賽
5	110年 3月 2日	拒檳類標語杯墊競賽	前兩名參加市賽
6	110年 04月 14日	反菸拒檳班際八人拔河比賽	冠軍參加市賽

#### (二)健康教育課程進度表：

週次	月份	健康教育課程		
		七年級	八年級	九年級
一	2/22~2/26	1 菸害現形記	1 美妙的生命	第 1 章現代人身安全
二	3/1~3/5	2 菸害現形記	1 美妙的生命	第 1 章現代人身安全
三	3/8~3/12	1 菸害現形記	2 生命的軌跡	第 1 章現代人身安全
四	3/15~3/19	2 克癮制勝	2 生命的軌跡	第 2 章交通安全
五	3/22~3/26	2 克癮制勝	3 認識慢性病(一)	第 2 章交通安全
六	3/29~4/2	2 克癮制勝	3 認識慢性病(一)	第 3 章職場安全
七	4/5~4/9	3 健康行動全紀錄	3 認識慢性病(一)	第 3 章職場安全
八	4/12~4/16	3 健康行動全紀錄	4 認識慢性病(二)	第二篇愛護我們的地球 第 1 章息息相關話空氣
九	4/19~4/23	1 傳染病的世界	4 認識慢性病(二)	第 1 章息息相關話空氣
十	4/26~4/31	1 傳染病的世界	4 認識慢性病(二)	第 2 章拒絕垃圾污染
十一	5/3~5/7	2 醫療新紀元	1 健康休閒家	第 2 章拒絕垃圾污染
十二	5/10~5/14	2 醫療新紀元	1 健康休閒家	第 3 章節能減碳捍衛地球
十三	5/17~5/21	3 醫藥世界	2 安全百分百	第 3 章節能減碳捍衛地球
十四	5/24~5/28	3 醫藥世界	1 運動安全 (運動傷害)	第三篇打造健康社區 第 1 章健康社區面面觀
十五	5/31~6/4	1 環境安全大體檢	3 急救一瞬間	第 1 章健康社區面面觀
十六	6/7~6/11	1 環境安全大體檢	3 急救一瞬間	第 2 章營造社區健康
十七	6/14~6/18	2 現代安全新策略	1 健康社區面面觀	第 2 章營造社區健康
十八	6/21~6/25	2 現代安全新策略	2 安全好社區	第 2 章營造社區健康
十九	6/28~7/2	3 防暴你我他 (實戰防身術)	2 安全好社區	

#### 肆、 實施成果暨分析探究

##### 一、 前後測結果之比較如下表：

項 目	前測結果(%)	後測結果(%)	後測減前測
反菸拒檳認知率	88.96	95.45	6.49
學生吸菸率	4.55	0	-4.55
吸菸學生戒菸參與率	0	0	0
學生電子煙使用率	0	0	0
校園二手菸暴露率	18.18	4.55	-13.63
家人在學生面前吸菸比率	63.64	31.82	-31.82
學生嚼檳率	0	0	0
嚼檳學生參加戒檳率	0	0	0
學生反菸拒檳的能力	88.35	99.15	10.8
無菸校園率	100	100	0
無檳校園率	100	100	0

「反菸拒檳認知率」部分，學生認知率進步了6.49%達到 95.45%，有達到反菸拒檳指標標準(95%)。

「學生吸菸率」由原本4.55%減為 0 %，有達到反菸拒檳指標(3%)。

「吸菸學生戒菸參與率」因抽測之學生未被校方查獲抽菸情事，故數據無法呈現。

「學生電子煙使用率」因抽測之學生未被校方查獲使用電子菸情事，故數據無法呈現。

「校園二手菸暴露率」後測比前測 減少13.63%，降至 4.55%，有達到反菸拒檳指標標準(5%以下)。

「家人在學生面前吸菸率」由 63.64%降至 31.82%，下降了31.82%，有達到反菸拒檳指標標準(-5%)。

「學生嚼檳率」因抽測之學生未被校方查獲嚼檳，故數據無法呈現。

「嚼檳學生參與戒檳率」因抽測之學生未被校方查獲嚼檳率，故數據無法呈現。

「無菸校園率」及「無檳校園率」前後測達到 100%，符合新竹市計畫指標。

## 二、辦理反菸拒檳宣導或活動

場次	活動日期	主題名稱	備註
1	109年 10月 21日	八年級宣導認識電子菸研習	王世源組長
2	109年 10月 25 日	七八年級反菸拒檳宣導研習	游秀綾老師
3	110年 02月 25 日	菸檳防制宣導	國泰醫院新竹分院---梁孟倫護理師
4	110 年 3 月2 日	反菸類標語杯墊競賽	前兩名參加市賽
5	110 年 3 月2 日	拒檳類標語杯墊競賽	前兩名參加市賽
6	110 年 04 月 14 日	反菸拒檳班際八人拔河比賽	冠軍參加市賽

辦理相關活動以期達到成效。

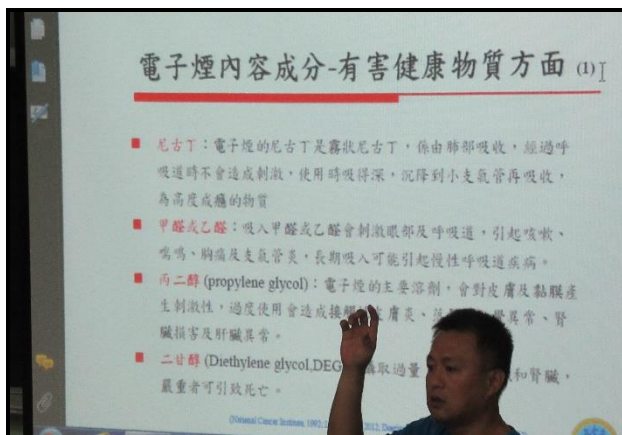
## 伍、檢討與建議

世界衛生組織(WHO)指出，在 21 世紀全球菸品的使用將直接威脅約 10 億人口的性命！而人類的八大死因中，就有六個與吸菸或二手菸有關，包含缺血性心臟病、腦血管疾病、下呼吸道感染、慢性阻塞性肺疾病、結核、及氣管、支氣管等肺部癌症，而肺癌 80%以上是因吸菸與二手菸所造成。

有關檳榔對健康之危害，國際癌症研究總署（IARC）早在 1987 年即綜合各國研究結果，認定「嚼含菸草的檳榔」或「同時吸菸與嚼檳榔」對人類有致癌性，致癌部位主要在口腔、咽及食道。2003 年，IARC 又邀集台灣代表在內的 16 位多國學者，依據新有的研究證據，作出了「檳榔子屬第一類致癌物」的結論，證實即使嚼不含任何添加物的檳榔子也會致癌。在台灣，口腔癌成為青壯年（25-44 歲）男性最常見罹患的癌症。根據最新癌症登記資料和死因統計，近十年，台灣每年罹患口腔癌的人數增加近 1 倍，每年逾 6,000 名新診斷口腔癌個案，2,700 人因口腔癌死亡，為台灣男性所罹患的主要癌症中，發生和死亡情形增加最快者。

各研究與統計已經充分顯示吸菸與嚼食檳榔的危害，尤其國中生身心尚未健全，吸菸與嚼食檳榔對健康的危害比成年人嚴重。本計畫藉由辦理反菸拒檳課程與活動，讓學生瞭解菸檳的危害，能夠自己為自己的健康把關，習得帶得走且能受益一輩子的能力。感謝市府提供經費辦理這項有意義的活動，國民若健康，社會定繁榮。

陸、活動成果：



109.10.21 宣導認識電子菸研習(1)



109.10.21 宣導認識電子菸研習(2)



109.10.21 宣導認識電子菸研習(3)



109.10.21 宣導認識電子菸研習(4)



109.10.21 宣導認識電子菸研習(5)



109.10.21 宣導認識電子菸研習(6)



109.10.25 反菸拒檳宣導研習(1)



109.10.25 反菸拒檳宣導研習(2)



109.10.25 反菸拒檳宣導研習(3)



109.10.25 反菸拒檳宣導研習(4)



109.10.25 反菸拒檳宣導研習(5)

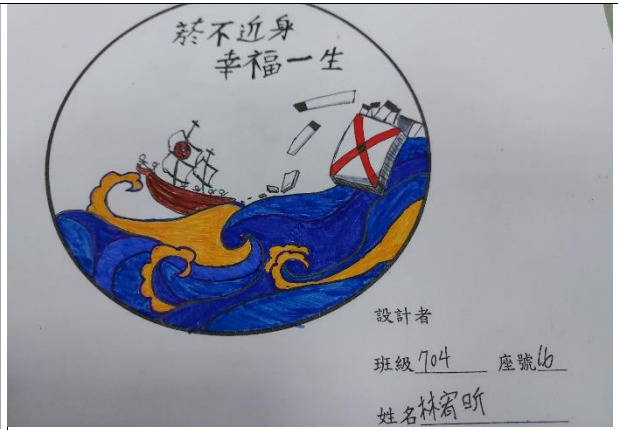


109.10.25 反菸拒檳宣導研習(6)

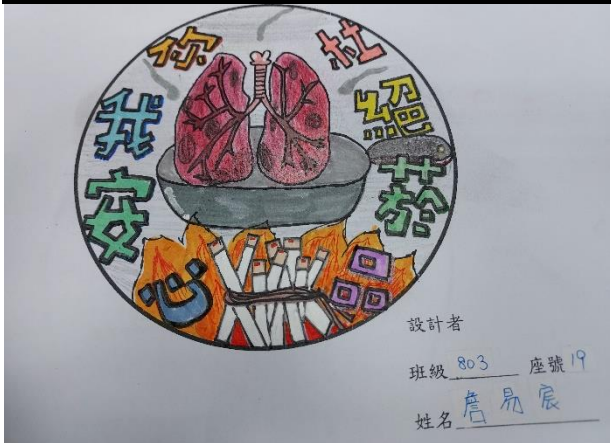




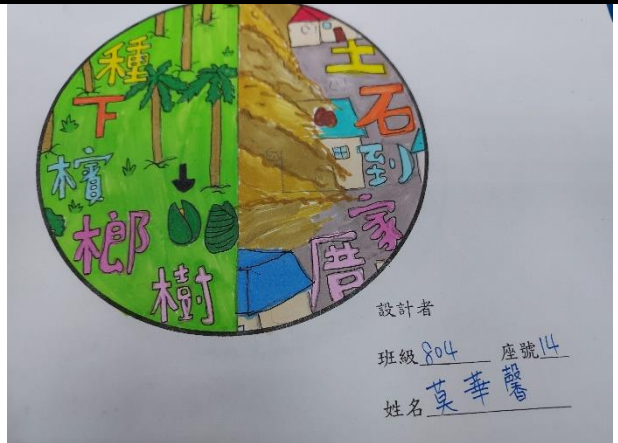
110.03.02反菸類標語杯墊競賽(1)



110.03.02反菸類標語杯墊競賽(2)



110.03.02反菸類標語杯墊競賽(3)



110.03.02拒檳類標語杯墊競賽(1)



110.03.02 拒檳類標語杯墊競賽(2)



110.03.02 拒檳類標語杯墊競賽(3)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(1)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(2)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(3)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(4)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(5)



110.04.14反菸拒檳拔河比賽(6)