

新竹市 109 學年度內湖國中健康促進學校計畫 成果報告-反菸拒檳議題

壹、 學校背景分析

一、 學校特色

本校位處於新竹市香山區，屬於一所偏遠地區學校，比鄰竹南科學園區、中華大學及元培科技大學等，全校共有 8 班，學生數共 161 人，教職員工 29 人。學區家長大部分屬於勞工階層，終日為家庭生計忙碌，鮮少重視健康生活型態的相關知識，學童之生活、學習與成長頗值得關切。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，並推動學校及社區健康營造，期能減少日後疾病及健康問題之發生，進而提升全校教職員生之健康，是學校責無旁貸的責任。

二、 現況分析

(一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

因素	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅點)	S(行動策略)
地理環境	1. 位於新竹市郊區，環境清幽寧靜 2. 位於香山交流道附近，交通便利 3. 與小學比鄰	中華路六段及五福路一段近香山交流道，地處偏遠	1. 運用外來資源，提升校內教學成效 2. 配合茶花特色學校，引進業師入校指導，活化教學風氣，也能提供多元思維	操場風勢強勁，戶外課程備受影響	積極申請各項計畫，善用校外資源發展學校特色課程，並爭取學生家長認同及行動支持。
學校規模	全校共八班，設有資源班，學生人數共 161 人	面臨減班困境	1. 學生人數不多，可以充分照顧學生的需求 2. 發展教學特色提升學生學習成就	少子化影響，使得近年來招生率逐漸下降	1. 提供多元課程給部分弱勢學生，提升其自信及學習成就 2. 加強空間整體規劃，善用情境教室 3. 規劃活動課程分配，妥善運用教學空間
硬體設備	各項情境教室設備完整	校舍老舊	積極申請市府補助，讓學生學得開心、學得放心，安全第一。	缺乏雨天運動場地	加強空間運用，使各領域能夠物盡其用。
教師資源	1. 工作效率高 2. 教學經驗豐富 3. 進修意願高	學生單親及隔代教養比例高，須花更多時間在輔導上。	1. 教師能以專長授課，自我增能意願高，主動參與各項研習 2. 建立協同教學教師群，建立溝通的橋梁	教師需教授非專長科目	1. 進行跨領域對話，設計主題式教材 2. 以教師專業發展及教師成長社群，建立教師行動研究風氣

					3. 善用校外專業人力資源，擴大學生學習視野
課程發展	各領域教學正常化	受限於課程綱要，各領域間橫向聯繫較少	1. 善用課餘時間研發主題式教材 2. 開設多元學習課程使學生多元學習	教師設計教材不易，且需求的教材牽扯範圍及資源多，需要更多經費挹注	1. 以學生為教學中心，利用全校運動時間加強戶外運動 2. 運用主題教學方式，納入各領域課程 3. 提供學生具未來性與統整性之教學主題，提升學生學習興趣與效果
行政人員	1. 行政人員熟悉各部門業務 2. 依法各司其職	1. 業務量日增，行政教師工作繁重 2. 各項評鑑帶來工作壓力 3. 各處室間的配合度須加強	熟悉各項業務，調度作業容易	業務日益繁重，壓力大，年齡也大	1. 提供課程之軟硬體設備 2. 協助安排課務、教學物品採購及經費核銷 3. 辦理各項研習提升教師專業及教學能力
學生特質	1. 質樸率真 2. 草根性濃厚 3. 活潑潛力大	1. 主動學習意願不高 2. 單親隔代教養比率高 3. 文化、藝術刺激不足	1. 健康活潑體力充沛 2. 具可塑性，對活動課程具高度興趣 3. 學校提供多元學習管道，激發個人潛能	1. 自學能力及意願低 2. 家長吸菸情形普遍	1. 以活潑的教學活動引導學生投入學習 2. 申請各項樂學計畫，提供學生多元發展機會
家長特質	1. 對學校期望高 2. 關心學校教學品質	1. 家長社經地位弱勢，在家吸菸成為不良示範 2. 家長缺乏菸害知識	菸捐提高，菸品費用增加家庭支出	多數家長忙於生計或缺乏相關知能，無法給孩子學習上的榜樣	1. 申請補助於參加戶外課程，撿清家長負擔 2. 於家長會、校慶等活動時，辦理菸害宣導，加強親師溝通及合作
社區參與	1. 社區賢達支持學校辦學 2. 社區與學校溝通良好	社區居民工作繁忙，無法參加學校活動	社區資源多，可提供教學於環境及人力的助力	1. 菸品接觸容易 2. 社區吸菸情形普遍	1. 運用校本課程進入社區，與社區結合 2. 藉由於菸害宣導課程從學生到家庭，在進入社區，逐步拓展學習範疇
地方資源	鄰近公私立大學資源豐富	1. 學生家庭經濟中等以下居多，資源缺乏 2. 低收入及失業家庭多，有待援助	擬定計畫尋求合作	經濟不景氣，地方資源萎縮	1. 配合政府政策，挹注資源於弱勢學生 2. 善用網路資源進行教學合作及人力支援合作

(二)「反菸拒檳」現況分析

學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識及正向態度行為，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偏高，學童之成長過程中易受到同儕之影響，而產生不良習慣，基於站在教育前線上，必須加強健康促進各方面議題之推動，尤其是菸檳議題，透過知識性宣導及相關活動實施，讓學生眼見為實，看到的數據及照片皆是未預防之結果，期能讓他們正視反菸拒檳之重要性。

貳、 本市反菸拒檳議題指標

校本指標	全市指標	部頒指標
1. 本市無菸校園率及無檳校園率達 100%。 2. 學生反菸拒檳的能力後測達 95%。 3. 反菸拒檳課程融入國中小學校課程，學生正確認知率前測達 87.85%以上、後測達 92.22%以上。 4. 吸菸學生參與戒菸率達 95%。 5. 學生吸菸率 3%以下。 6. 家人在學生面前吸菸比率降低 39.29%。 7. 校園二手菸暴露率 19.31%以下。 8. 學生電子菸使用率 1%以下。 9. 學生嚼檳率國中 0.5%以下。 10. 嚼檳學生參與戒檳率達 100%。	1. 本市無菸校園率及無檳校園率達 100%。 2. 學生反菸拒檳的能力後測達 95%。 3. 反菸拒檳課程融入國中小學校課程，學生正確認知率前測達 87.85%以上、後測達 92.22%以上。 4. 吸菸學生參與戒菸率達 95%。 5. 學生吸菸率 3%以下。 6. 家人在學生面前吸菸比率降低 39.29%。 7. 校園二手菸暴露率 19.31%以下。 8. 學生電子菸使用率 1%以下。 9. 學生嚼檳率國中 0.5%以下。 10. 嚼檳學生參與戒檳率達 100%。	1. 無菸校園率及無檳校園率達 100%。

參、 具體策略

一、 成立學校健康促進委員會

職 稱	姓 名	編 組 任 務
計畫主持人-校長	劉惠芬	總理本校健康促進學校一切相關事宜。
協同主持人-學務主任	林信安	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。
協同主持人-教務主任	盧麗婷	協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。

協同主持人-總務主任	葉慧娟	協助健康促進計劃環境建置之事宜。
協同主持人-輔導主任	施青秀	協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。
研究人員-體衛組長	陳志航	1. 負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。 2. 負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。
研究人員-訓育組長	陳鈞宏	1. 負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作。 2. 協助各項宣導及學生活動之推展。
研究人員-輔導組長	林思妤	協助各項計畫活動之推展。
研究人員-護理師	張雅惠	1. 負責健康促進相關活動的推動及統籌，社區及學校資源之協調整合。 2. 負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計。
研究人員-會計主任	許秀梅	負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。
研究人員-家長會代表	張燕玲	協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。
諮詢單位	新竹市教育處	協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請。
諮詢單位	新竹市衛生局	協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務。

二、 學校衛生政策

項次	推動範疇	實施內容	實施時間	評價方法
一	健康政策	1. 成立學校健康促進委員會，規劃並執行健促業	109.08- 110.07	組織架構
		2. 擬訂健康促進學校計畫推行項目，將各項活動納入		
		3. 健康促進推動議題-反菸拒檳融入學校健康教育課程： (1)體衛組長進入課發會，說明健康促進學校計畫如何與課程結合 (2)健康促進議題標記在各年級教學進度總表 (3)健康促進計畫納入學校課程計畫書	109.10- 110.03	課程計畫
二	健康教育與活動	1. 辦理反菸拒檳班際拔河賽	109.12	競賽規程、 照片

		2. 規劃七八九年級健康課程融入反菸拒檳議題	110.01- 110.05	課程計畫
		3. 辦理學生的反菸拒檳專題講座	110.03- 110.05	照片
		4. 親職講座中辦理反菸拒檳宣導	110.03- 110.05	照片
		5. 辦理反菸拒檳班際籃球賽	110.04	競賽規程、 照片
三	物質環境	1. 學務處旁及健康中心旁設置健康促進宣導專欄，張貼反菸拒檳相關海報宣導與活動資訊 2. 聯絡簿張貼反菸拒檳訊息供家長參考	全年辦理	海報
四	社會環境	1. 將反菸拒檳議題納入班會作為討論事項	109.12- 110.05	班會紀錄
		2. 辦理校內反菸拒檳議題藝文競賽	110.03- 110.05	照片
		3. 利用朝會時間加強宣導，並進行系列活動	110.03- 110.05	照片
五	健康服務	1. 本校健康中心協助輔導學生反菸拒檳相關諮詢	全年辦理	照片
		2. 實施健康課程的反菸拒檳線上問卷前測	109.11	統計分析
		3. 實施健康課程的反菸拒檳線上問卷後測	110.04	
六	社區關係	1. 結合校慶運動會，針對民眾及家長辦理反菸拒檳有獎摸彩活動	109.10	照片
		2. 利用聯絡簿或相關學習單，與家長共同與孩子完成	110.03- 110.05	學習單
		3. 在親職日中辦理菸檳相關宣導協助社區民眾、家長獲得正確知識及導引正向拒菸檳態度	110.03- 110.05	照片
		4. 結合新竹市衛生局，協助到校進行反菸拒檳講座	110.03- 110.05	照片

肆、 實施成果暨分析探究

項目	前後測	校本指標	本市指標
無菸無檳校園率達 100%	前測 100% 後測 100%	達成	達成
學生反菸拒檳的能力後測達 95%	前測 95.71% 後測 96.61%	達成	達成
反菸拒檳課程融入課程，學生認知率達 87.85%	前測 80.82% 後測 87.76%	未達成	未達成
吸菸學生參加戒菸率達 95%	前測 0% 後測 0%	達成	達成
學生吸菸率 3%以下	前測 0% 後測 0%	達成	達成
家人在學生面前吸菸比率降低 39.29%	前測 45.71% 後測 42.86%	未達成	未達成
校園二手菸暴露率 19.31%以下	前測 5.71% 後測 2.86%	達成	達成
學生電子煙使用率 1%以下	前測 2.86% 後測 0%	達成	達成
學生嚼檳率 0.5%以下	前測 0% 後測 0%	達成	達成
嚼檳學生參加戒檳率達 100%	前測 0% 後測 0%	達成	達成

伍、 檢討與建議

- (一) 家長本身吸菸對於學生吸菸態度具很大的影響性，家庭無菸環境及家長拒菸行為有助於學生反菸拒檳能力，未來將繼續推動校內學生無菸家庭。

陸、活動成果：



說明：校內召開健康促進會議



說明：反菸拒檳融入健教課程



說明：菸害防制網路大會考



說明：反菸拒檳宣導(國泰醫院)



說明：集會反菸拒檳宣導



說明：護理師進行反菸拒檳宣導



說明：公佈欄宣導-反菸拒檳



說明：圖書館前電視牆宣導



說明：家長會日進行宣導



說明：校慶與社區民眾互動



說明：無菸家庭摸彩活動 1



說明：無菸家庭摸彩活動 2

心得(100字以上)

國中三年都有填寫紀錄單，家人也漸漸的少在家中吸菸，也知道二手菸的嚴重性，雖然還沒有完全的無菸家庭但我相信久了就能完全戒滅，不知道現在多少個家庭中有，多少個家人還在吸菸，不過即便做了無菸家庭，最好的方式就是戒菸，為了家庭也為了自己。

恭喜！完成無/少菸家庭紀錄！請記得交至健康中心唷！

無菸家庭 禁菸就贏

110/02/06	☒ 今天家中無人吸菸	☐ 今天看到	在家吸菸	老張品
110/02/07	☐ 今天家中無人吸菸	☒ 今天看到	爸爸	
110/02/08	☐ 今天家中無人吸菸	☒ 今天看到	爸爸	
110/02/09	☒ 今天家中無人吸菸	☐ 今天看到	在家吸菸	
110/02/10	☒ 今天家中無人吸菸	☐ 今天看到	在家吸菸	
統計	寒假期間我家共有 9 天沒有家人在家吸菸 學生簽名：張孝廷			

心得(100字以上)

代寫得這一次的戒菸活動對我們家人很有用，因為他們都開始戒菸，我對非常感謝老師們，想出了這個計劃讓我們家改善那麼多，我爸也現在幾乎都沒有在吸菸了，因為我每天都在提醒他，所以他都不吸。

恭喜！完成無/少菸家庭紀錄！請記得交至健康中心唷！

無菸家庭 禁菸就贏

說明：推行無菸家庭-心得感想

說明：推行無菸家庭-家庭減菸記錄