

新竹市 112 學年度健康促進學校 虎林國中推動「反菸拒檳議題」計畫

一、 依據

- (一) 新竹市 112 學年度健康促進學校計畫。
- (二) 新竹市 112 年 10 月 26 日府教體字第 1120157432 號函「新竹市 112 學年度學校健康促進計畫前導會議」

二、 背景分析

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 14 班。學生數291人，教職員工50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。¹

本校目前的學校健康促進工作內容涵蓋組織訓練、健康服務、健康教育、健康環境、教職員工健康促進及健康心理等層面。本校 SWOTS 分析：

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)	S (行動策略)
地理環境	1. 位於新竹市郊區及新開發地區，具發展潛力 2. 兼具市郊的寧靜與都會生活的便利 3. 與小學比鄰	1. 延平路狹窄車流量大影響交通安全至鉅 2. 校園鄰近空軍基地有，飛行噪音干擾教學	1. 運用外來資源，提升校內教學成效。 2. 舉辦營隊活動引入校外教師，不僅活化教學風氣，也能提供多元思維。 2. 發展多元的實驗課程	1. 操場風勢強勁，尤其冬天季風肆虐，戶外課備受影響。 2. 季風強大，綠化美化推展不易 3. 共同學區多，本校學生流失	1. 積極申請各項計畫，善用學生環境資源以發展實驗特色課程。 2. 積極發展學校特色，爭取學生家長認同。
學校規模	1. 全校普通班 19 班，資源班 1 班，學生 471 人 2. 校舍新穎 3. 屬中小型規模學校	1. 面臨減班超額困境 2. 市區竹光國中距離近，形成減班壓力	1. 學生人數不多，可以充份照顧學生的需求。 2. 發展教學特色提升學生學習成就感	1. 市區國中增設，面臨校際競爭 2. 學區劃歸方式，使本校面臨減班威脅	1. 提供多元課程予為數不少的弱勢學童，提供其學習成就感。 2. 加強空間運用之整體規劃，善用英語情境中心等 3. 規劃活動課程分配表，多元運用教學空間。

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)	S (行動策略)
硬體設備	1. 校舍建築新穎美麗 2. 新建專科大樓已完工 3. 校舍具噪音防制之空調設備 4. 各班視聽教學設備完善	1. 校舍具噪音防制設施，空調設備雖已安裝完畢，唯電費花費大，需分樓層分時段使用	1. 積極申請市府補助各項教學設備，以輔助課程發展。 2. 成立數位攝影棚，軟硬體兼備，提升教師科技素養高，充分運用於教學，嘉惠學生。	1. 校地 2.8 公頃不易擴展 2. 校門口較狹小 3. 空調電費龐大	1. 加強空間運用，使用各種教學設備提升教學效能。 2. 在既有的設備基礎上，思考課程發展所需資源，不僅豐富課程的多元性，同時也使設備發揮最大效益。
教師資源	1. 工作效率高 2. 學歷高，皆學有專長 3. 教學經驗豐富 4. 進修意願高	1. 學生單親隔代教養比例高，加上需認輔學生多，教師工作負荷重	1. 教師能以專長授課，自我成長意願高，主動參與各項研習活動及教師成長團體。 2. 建立協同教學教師群，暢通溝通管道。 3. 加強教師專業對話。	1. 自主性高，意見整合不易 2. 減班造成超額問題，人心不安	1. 進行跨領域對話，設計主題式教材。 2. 以教師專業發展計畫及教師成長社群，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	1. 各領域正常化教學。 2. 綜合、藝文及健體領域均由專業教師進行授課。	1. 受限於課程綱要，各科目間的橫向聯繫少。	1. 善用第八堂課及寒、暑假期間，研發主題式教材。 2. 調查學生學習意願後，開設多元課程供學生選擇。	1. 教師設計教材不易，需求的教材資源多，需有經費挹注。	1. 以學生為教學的中心，運用夏日時光進行創意課程。 2. 運用主題教學方式，納入各領域資源。 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，提升學習成效。
行政人員	1. 行政效率高 2. 依法行政，各司其職	1. 業務量日增，教師兼任行政意願不高。 2. 各項評鑑工作帶來工作壓力 3. 各處室間的相互配合度需加強	1. 軟硬體設備齊備，調度作業容易。 3. 評鑑課程之教學績效。	業務日益繁重，壓力大，年齡也大。	1. 提供課程進行之軟硬體設備。 2. 協助安排課務、教學物品採購及經費核銷。 3. 辦理各項研習提昇教師專業素養，提升教學效能 4. 召開座談會，加強授課教師對話。
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	1. 健康活躍體力充沛，喜好表演。 2. 具可塑性，對活動課程具高度興趣。	1. 自學能力及意願較差 2. 學生上下學通勤耗時較長	1. 以活潑的教學活動引導偏差行為及弱勢學生投入學習。 2. 辦理多元的藝文活

因素	S (優勢)	W (劣勢)	O (機會)	T (威脅)	S (行動策略)
		3. 文化、藝術刺激不足	3. 學校提供多元化學習管道，激發個人潛力。	3. 少數行為偏差學生輔導不易	動，提昇學習興趣並陶冶氣質。 3. 申請夏日樂學計畫，提供學生多元發展機會。
家長特質	1. 關心學校教學品質 2. 對學校期望高	1. 家長社經地位弱勢，於假日多無法提備孩子學習才藝之機會。 2. 多元入學方案持續修正，需及時宣導	1. 尊重孩子選擇，鼓勵孩子參加活動。 2. 家長會運作正常，親師溝通管道暢通。	1. 多數家長忙於生計或缺乏相關知能，無法給予孩子學習上的督促，協助或陪伴相對缺乏。	1. 申請補助於暑假提供多元課程，減輕家長負擔。 2. 辦理家長會，加強親師溝通及合作。
社區參與	1. 里長及社區賢達支持學校辦學 2. 社區與學校溝通良好	1. 社區居民工作繁重，無法配合學校各項活動	1. 社區資源多，可提供教學於環境及人力的助力。	1. 社區參與校務各有優缺點	1. 運用本位課程，進入社區、了解社區。 2. 運用夏日課程從學習開始，再進入社區，逐步拓展學習範疇。
地方資源	1. 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	1. 擬定計畫尋求合作	1. 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. 利用社區資源發展校本課程 3. 善用網路資源，進行教學合作及人力支援合作

三、計畫目的

- (一) 成立學校健康促進委員會研訂實施策略。
- (二) 提升親師生正確之健康觀念並融入生活。
- (三) 營造無菸無檳之校園環境，讓學生健康地成長學習。
- (四) 增長學生的反菸拒檳能力，藉此避免菸檳危害。
- (五) 提供學生正確的菸檳知識，進而影響家人抽菸的習慣。

四、實施內容

依據 WHO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、學校物質環境、學校社會環境、社區關係、健康服務與健康技能等六項，以此六項為主軸推展本校健

康促進計畫：

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。	112. 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。	112.08~113.02	行事曆
		3. 健康促進推動議題納入學校健康教育課程。	112.11~113.06	課程計畫表
		4. 健康促進計畫。	112.11~113.06	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。	112.09~113.06	實景照片
		3. 無菸無檳廁所、無菸無檳校園。	全年辦理	實景照片
三	社會環境	1. 新竹市菸害防治網路大會考。	112.10~113.06	活動照片
		2. 將健康促進議題納入班會討論題綱。	112.09~113.06	討論事項
		3. 舉辦健康促進藝文競賽。	112. 03~06	作品照片
		4. 反菸拒檳戒菸健康宣導。	112.10~113.06	宣導照片
		5. 舉行無菸拒檳體育競賽活動。	112. 03~06	活動照片
		6. 參加新竹市健康促進藝文競賽。	112.10~113.06	活動照片
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。	112.10~113.06	宣導照片
		3. 班親會健康促進資訊。	112. 09~ 113. 03	資訊內容
五	健康服務	1. 對抽菸學生施行戒菸教育。	111.09~112.06	照片
		2. 整理健康促進相關資料。	113. 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。	112.09~113.06	照片
		2. 反菸拒檳課程。	113. 03~06	照片
		3. 反菸拒檳觀念融入教學。	113. 03~06	照片

五、課程教學與活動進度表

(一) 課程進度表

週次	健康教育課程		
	七年級	八年級	九年級
一	1 菸害現形記	1 美妙的生命	第 1 章現代人身安全
二	2 菸害現形記	1 美妙的生命	第 1 章現代人身安全
三	1 菸害現形記	2 生命的軌跡	第 1 章現代人身安全
四	2 克癮制勝(戒菸戒檳)	2 生命的軌跡	第 2 章交通安全
五	2 克癮制勝(戒菸戒檳)	3 認識慢性病(一)	第 2 章交通安全
六	2 克癮制勝(戒菸戒檳)	3 認識慢性病(一)	第 3 章職場安全
七	3 健康行動全紀錄	3 認識慢性病(一)	第 3 章職場安全
八	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	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	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	2 醫療新紀元	1 健康休閒家	第 2 章拒絕垃圾污染
十二	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	3 醫藥世界	2 安全百分百	第 3 章節能減碳捍衛地球
十四	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	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	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	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	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	3 防暴你我他 (實戰防身術)	2 安全好社區	
二十	3 防暴你我他 (實戰防身術)	2 安全好社區	

六、計畫預期成效

(一) 完成各項校內指標

1. 吸菸學生參與戒菸率達 95%。
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. 學生嚼檳率國中 0.5%以下。
6. 嚼檳學生參與戒檳率達 100%。
7. 學生電子菸使用率前後測降低 0.5%以下。

七、預定進度（以甘梯圖表示）

項目	時間	八月	九月	十月	十一月	十二月	一月	二月	三月	四月	五月	六月
1. 成立學校健康促進推行委員會工作小組												
2. 擬定反菸拒檳議題計畫成員工作職責												
3. 將計畫列入校園年度行事曆												
4. 擬定反菸拒檳議題具體辦法												
5. 研習、宣導活動設計及時間規劃												
6. 本議題研習、宣導活動執行												
7. 資料分析												
8. 成果撰寫												

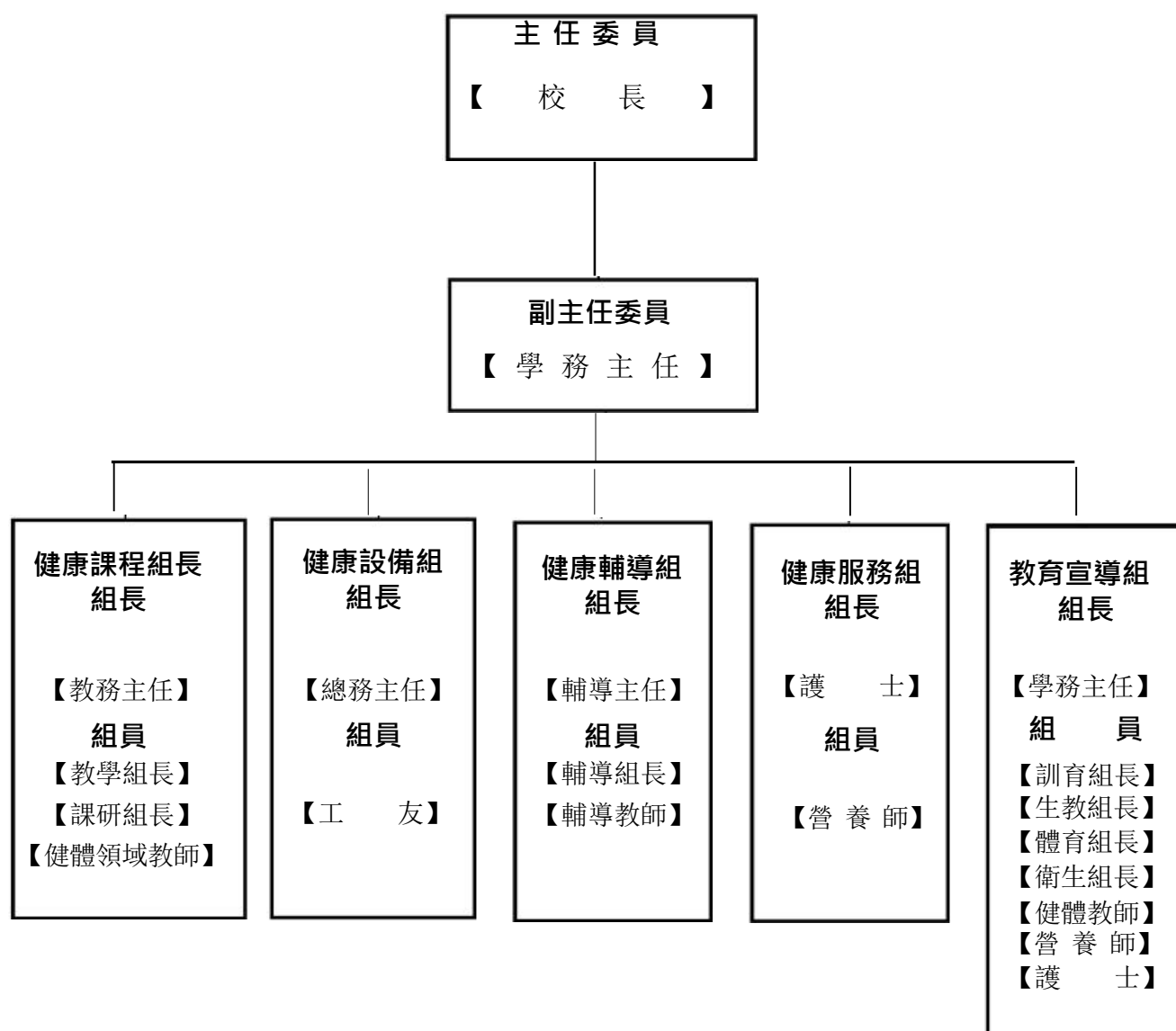
八、人力配置

（一）成立健康促進委員會

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	洪睦盛	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	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。 提供有關心理健康的輔導服務。
	組 員	輔導組長	鄭竹昱	
	組 員	輔 導 教 師		
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	營 養 師	陳文宗	進行健康飲食、營養均衡宣導。
教育宣導組	組 長	學務主任	洪睦盛	綜理協調健康促進宣導事項
	組 員	訓育組長	游秀綾	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	袁孝賢	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	曾淑萍	審理健康促進之各項經費預算與支出。

(二) 成員編組架構圖



九、經費來源:本活動所需經費由市府專款補助，相關經費概算如附件一。

十、本計畫經校長同意後送市府核准後實施，修正亦同。

