

新竹市香山區虎林國民小學 112 學年度

健康促進計畫自選議題:反菸拒檳

一、 依據

新竹市政府112年10月26日府教體字第1120157432號函辦理。

二、 學校特色

本校位處於新竹市香山區，是一所小型學校，幼稚園、一至六年級共有25班，學生數約520人，教職員工約60人。學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位較普通；單親、新住民及隔代教養學生比例佔全校約27%。

從校園周邊環境看到，馬路邊檳榔攤林立、巷弄內多處宗教集會場所，更常見菸蒂、檳榔渣等垃圾丟棄在校園圍牆邊及公車站等候處，造成環境髒亂的首因。

從生活型態了解學生家庭社經地位，半數以上的家庭社經地位不高且家人從事勞力性工作居多，家人使用菸檳比率甚高，因此擔心學生長期接觸菸害的環境下，無形地吸收二、三手菸，影響身體健康發展。本校期望透過各項菸檳防制活動宣導教育下，能強化個人反菸拒檳的知識與技能，進而推展至家庭，建立良好的生活環境。

三、 現況分析

(一) SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

S【優勢】 1. 本校設有公共電視牆、FB粉絲專頁及學校網頁等設施，便於即時刊登菸檳防制相關資訊。 2. 本校有設置警察巡邏點，定時巡檢校園周邊安全。 3. 與社區互動良好，衛生單位、國泰醫院等，可合作辦理菸檳防制宣導講座。 4. 放學時間有反菸志工向家長宣導。	W【劣勢】 1. 附近住戶以工人居多，購買菸品與檳榔者絡繹不絕。 2. 本校單親家庭、外籍配偶及隔代教養學童比例高，家長管教不力，進而影響學生行為。 3. 學校附近便利超商及檳榔攤林立，菸檳取得容易。
O【轉機】 1. 將菸檳防制融入健康與體育領域課程，充實教學內容，落實菸檳防制宣導。 2. 與生教組規劃多元多樣的反菸拒檳相關宣導活動及競賽，增進老師及學生正面的觀念。 3. 邀請相關單位到校辦理反菸拒檳講座。 4. 鼓勵家長參與學校的反菸拒檳計劃，一起指導學生遠離吸菸和檳榔。	T【威脅】 1. 家庭社經地位不高，且家人從事勞力性工作居多，多數家長有吸菸嚼檳榔習慣。 2. 家長工作忙碌，配合參與學校活動不夠踴躍。 3. 家中長輩錯誤的習慣，影響學生的價值判斷。
S【行動策略】 1. 加強教師在職進修，強化教師能力。 2. 結合社會資源擴大辦理菸檳防制相關知識。	

3. 加強教育宣導，爭取家長支持配合。
4. 針對健促議題，設計更多元活動和獎勵措施。
5. 辦理家長親職教育，爭取支持認同和協助。

（二）『反菸拒檳』現況分析

採用新竹市健康促進前測問卷題目，進行本校一至六年級學生，針對菸檳的危害知識、自我拒菸能力及同住家人抽菸及嚼檳榔狀況進行施測，結果如下：

新竹市香山區虎林國小 112 學年度反菸拒檳知識前測結果（1-6 年級）		
題號	題 目	答對率
1	我國菸害防制法規定高中職以下校園內全面禁止吸菸，違者受罰。	98%
2	菸品中的尼古丁是導致人們菸品成癮的主要原因？	88%
3	二手菸沒有安全劑量值，暴露二手菸易罹患肺癌、心臟病、氣喘惡化等？	96%
4	我國菸害防制法規定室內工作與公共場所全面禁止吸菸？	95%
5	吸電子煙是違法的行為？	65%
6	電子煙雖然不需要燃燒煙草，但其香料及添加物會造成心血管疾病與肺部損傷？	96%
7	檳榔子本身及檳榔中的添加物（如：紅灰、白灰、荖葉及荖花）都會致癌。	94%
題號	題 目	比率
8	當同學或朋友邀我吸菸時，我會說「不」？	97%
9	同住家人有吸菸？	60%
10	同住家人有嚼檳榔？	33%

從上表得知，學生對菸害及檳榔的危害知識，皆有 90%以上的正確認知，唯獨針對吸電子菸部分，只有 65%學生知道是違法行為。97%學生知道邀請吸煙時要能夠懂得拒絕。

本校家長大多為勞工階層，經調查有 6 成學生的同住家人有抽菸、有 3 成學生的同住家人有嚼檳榔的行為。而在學生面前抽菸及嚼檳榔的行為，難以給予子女正確的身教。甚至部分學生表示，家人抽的是電子菸。

近年電子菸、加熱式菸品等新興菸品的興起，已成為我國菸害防制重要議題。加強學生對電子菸的認識及防制，是這次主要推動的目標，期能推展到家庭，降低二手菸及三手菸對學童及其家人的健康危害。

四、計畫預期成效

1. 完成校內設定指標

吸菸、嚼檳榔的學生數0人，打造無菸檳校園的環境。

2. 符合完成新竹市設定指標

校本指標	全市指標
無菸無檳校園比率100%	無菸無檳校園比率100%
反菸拒檳能力達95%以上	反菸拒檳能力95%以上

反菸拒檳認知率達90%以上	反菸拒檳認知率，後測比率增加1%以上
學生吸菸參與率戒菸教育100%	學生吸菸參與率戒菸教育85%以上
學生吸菸率1%以下	學生吸菸率3%以下
家人在學生面前吸菸比率，後測減少3%	家人在學生面前吸菸比率，後測減少3%
校園二手菸暴露15%以下	校園二手菸暴露15%以下
學生電子菸使用率1%以下	學生電子菸使用率1%以下
學生嚼檳率0%	學生嚼檳率： (1)國小 0.5%以下。 (2)國中 0.5%以下。
嚼檳學生參加戒檳教育100%	嚼檳學生參加戒檳教育 100%。

五、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：

推動策略	實施內容	推動時間	評價項目
(一) 健康政策	1. 學校健康促進推行委員會推動小組運作。 2. 定期召開工作會議，掌控執行進度，分析討論計畫、實施策略。 3. 健康促進學校計畫活動納入行事曆。	每學期召開期初與期末會議	組織架構 會議記錄單、簽到單 行事曆
(二) 物質環境	1. 設置健康促進宣導專欄，張貼防菸拒檳健康促進議題宣導海報與資訊。	不定期張貼更換	照片或網頁資料
	2. 確實遵守「菸害防制法」，訂定校園禁止吸菸管理規範，並禁止校園菸品廣告、不接受菸商贊助，以建構無菸害校園環境。	全年實施	校規公告
	3. 學校工程建設或施工廠商等簽訂契約時，增訂「禁止於校園內吸菸，違者依菸害防制法，處以罰鍰…」等文字，並落實校園內全面禁菸的規範。	全年實施	工程契約書 契約內容
	4. 校園內張貼「禁止吸菸」標誌。	全年實施	照片
(三) 社會環境	1. 進行全校學生反菸拒檳知識及同住家人抽菸或嚼檳榔狀況調查。依調查結果，研擬實施策略。 2. 反菸拒檳議題納入班會討論事項。 3. 教師晨會及兒童朝會時間加強反菸拒檳的宣導活動。 4. 學校加強健康無菸校園環境之佈置、宣導，如張貼禁菸海報標語、建置無菸專欄、無菸教室佈置等活動。	112 年 11 月、 113 年 5 月 下學期 兒童朝會 全年推動	前後測統計資料 班會記錄 照片 照片
(四) 健康技能	1. 辦理全校師生健促議題-反菸拒檳相關宣導講座。 2. 進行各學年彈性及本位課程融入教學。 3. 結合本校語文競賽，認識反菸拒檳的重要。	下學期 學期中 上學期	學習單、照片 課程計畫、照片

與教學	4. 設計菸檳親子共學學習單，強化家長對於菸檳防制重要性的知識。 5. 寒假作業融入防菸拒檳的標語或標誌創作。 6. 選拔校內優秀作品參加新竹市健促藝文競賽	不定時 寒假 113年3月	作品照片 學習單、照片 照片
(五) 健康服務	1. 收集報紙或媒體報導，提供因菸檳而危害身體健康之相關報導與資料。 2. 隨時關心學童狀況，若發現有吸菸及嚼檳榔情事，積極介入輔導機制。 3. 鼓勵本校健體教師參加市府相關教學精進工作坊或研習	不定時 隨時 依文辦理	網頁或聯絡簿 研習計畫
(六) 社區關係	1. 利用家長會日或校慶活動辦理健康促進議題宣導，建立家長正確觀念。 2. 邀請民間團體或社區資源之管道，建立夥伴關係，共同推動無菸拒檳之宣導活動，例如：陽光基金會口腔癌防治講座。	校慶或班親會 113年3月	活動照片 活動照片

六、預定進度

期程 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
1. 組成健康促進工作團隊	■	■									
2. 進行現況分析及需求評估		■	■	■							
3. 決定目標及健康議題			■	■	■						
4. 擬定學校健康促進計畫		■	■	■	■						
5. 活動設計及編製活動教材		■	■	■	■	■					
6. 執行健康促進計畫		■	■	■	■	■	■	■	■	■	
7. 資料分析									■	■	■
8. 成果撰寫										■	■

七、人力配置

計畫之主要人力為學校健康促進委員會團隊成員及工作團隊之成員，各成員之工作項目如下表。

職稱	姓名	編組任務
主任委員兼召集人	林 啓 誠 校 長	綜理本校學校衛生暨健康促進相關事宜，主持委員會議。
執行秘書 - 學 輔 主 任	朱 國 清 主 任	負責督導各項工作計畫之執行，協調相關處室配合執行健康促進相關活動。

總幹事－護理師	張 蔓 菁	活動策略設計及效果評價，社區及學校資源之協調聯繫，協助彙整報告撰寫。
委員－教務主任	李 建 沛 主 任	負責健康促進教學活動之配合，統整教學之規劃，課程安排事宜。
委員－總務主任	何 兆 軒 主 任	負責營造維持健康促進學校無菸校園環境之規劃及執行。
委員－ 環衛輔諮組長	楊 淑 娟	負責指導學生日常生活健康行為之評估，及協助反菸拒檳活動相關活動之推展。
委員－ 活動特教組長	王 心 玫	配合辦理校內相關藝文競賽活動及其他相關宣導活動。
委員－ 生教體育組長	范 姜 俊 傑	反菸拒檳活動協助執行。持續強化無菸校園的落實。
委員－教師	各學年導師 師 代 表	負責課程聯絡與協助活動宣導，學生健康行為觀察、隨機教學、協同家長及學輔處、生教及輔導組一同輔導學生。
委員(學生代表)－ 自治市環衛局長	黃 俊 銘	負責進行兒童朝會健康促進宣導。
顧問(家長代表)－ 家長會會長	楊 慶 昱	協助家長會配合學校宣導「學校衛生暨健康促進」各項事宜。

承辦人

組長

主任

校長