

# 新竹市 112 學年度虎林國小健康促進學校計畫

## 議題：反菸拒檳成果報告

### 壹、學校背景分析

#### 一、學校特色

本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治活動宣導教育下，能強化個人防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。

#### 二、現況分析

##### （一）SWOTS 情境評估（背景分析）及行動策略

|   |  |
|---|--|
| <b>S【優勢】</b><br>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治相關資訊。<br>2. 本校有設置警察巡邏點，定時巡檢校園周邊安全。<br>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。        | <b>W【劣勢】</b><br>1. 附近住戶以工人居多，購買菸品與檳榔者絡繹不絕。<br>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。<br>3. 學校附近便利超商及檳榔攤林立，菸檳取得容易。 |
| <b>O【轉機】</b><br>1. 將菸檳防治融入健康與體育領域課程，充實教學內容，落實菸檳防治宣導。<br>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。<br>3. 邀請相關單位到校辦理反菸拒檳講座。               | <b>T【威脅】</b><br>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。<br>2. 家長工作忙碌，配合參與學校活動不夠踴躍。<br>3. 家中長輩錯誤的習慣，影響學生的價值判斷。         |
| <b>S【行動策略】</b><br>1. 加強教師在職進修，強化教師能力<br>2. 結合社會資源擴大辦理菸檳防治相關知識<br>3. 加強教育宣導，爭取家長支持配合<br>4. 針對健促議題，設計更多元活動和獎勵措施<br>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 學年度防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% |
| 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，學生對於菸害及檳榔的危害知識，皆有 90%以上的正確認知，唯獨針對吸電子煙部分，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咀嚼檳榔的行為，難以給予子女正確的身教。甚至部分學生表示，家人抽的是電子煙。

近年電子煙、加熱式菸品等新興菸品的興起，現已成為我國菸害防制重要議題。加強學生對電子煙的認識及防制，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。

## 貳、 本校視力保健議題指標

### 1. 完成校內設定指標

吸菸、嚼檳榔的學生數0人，打造無菸無檳校園的環境

### 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%                             |
| 反菸拒檳能力後測達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                         |
| 學生吸菸率後測1%以下       | 學生吸菸率3%以下                                |
| 家人在學生面前吸菸後測比率減少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                             |
| 學生電子菸使用率後測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：<br>(1)國小 0.5%以下。<br>(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%。                         |

1. 學生能認識菸檳的危害，落實為自己健康把關。
2. 經教學後，學生對反菸拒檳知識、態度方面有明顯增加。
3. 了解反菸拒檳教學意義及重要性。
4. 了解反菸拒檳教育教學目標及內涵。
5. 建置反菸拒檳教育之資源網絡，並充分發展合作關係。
6. 透過實務經驗提升教學效能，及促進師生家庭及社會之重視。
7. 透過反菸拒檳教育，提昇學生自我健康管理之行為能力。
8. 透過反菸拒檳教育，結合社區資源與地方社區建立合作網絡。

## 參、 具體策略

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   | 實施時間  | 佐證方式                                       |
|----------|--|---|--|
| (一) 健康政策 | 1. 學校健康促進推行委員會推動小組運作。<br>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。<br>3. 健康促進學校計畫活動納入行事曆。  | 每學期兩次<br><br>適時更新                                   | 會議記錄單、簽到單<br><br>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。<br>2. 確實遵守「菸害防制法」，訂定高級中等以下校園禁止吸菸，大專校院室內場所禁止吸菸的管理規範，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。<br>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。<br>4. 校園內張貼”禁止吸菸”標誌。 | 長年實施<br><br>長年實施<br><br>工程招標實施<br><br>長年實施          | 照片或網頁資料<br><br>校規公告<br><br>工程契約書<br><br>照片 |
| (三) 社會環境 | 1. 進行全校學生防菸拒檳知識及同住家人抽菸嚼檳榔狀況調查。依調查結果，進行菸檳宣導講座及課程。<br>2. 反菸拒檳方法納入3-6年級班會討論事項。<br>3. 教師晨會及兒童朝會時間加強防菸拒檳的宣導活動。<br>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。   | 上學期前測<br>下學期後測<br><br>班會紀錄簿<br>不定期宣導<br><br>不定期更換海報 | 統計資料<br><br>班會記錄<br>照片<br><br>照片           |
| (四) 健康技能 | 1. 辦理全校師生健促議題-防菸拒檳相關宣導講座，邀請陽光基金會社工及口腔癌癌友親臨分享。<br>2. 進行各學年彈性及本位課程融入教學。<br>3. 結合本校語文競賽，進行作文比賽，認識防菸拒檳的重要。<br>4. 寒假作業融入防菸拒檳的標語或標誌創作。<br>5. 選拔校內優秀作品參加新竹市健促藝文競賽   | 依計畫辦理<br><br>融入教學課程<br>上學期校內藝文競賽<br>寒假<br>下學期初      | 活動計畫、照片<br><br>計畫、照片<br>作品照片、領域會議記錄、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。<br>2. 隨時關心學童狀況，若發現有吸菸情事，積極介入輔導機制。<br>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  | 社群群組不定期提供相關資訊<br>隨時掌握並關心學生狀況<br>配合市府研習<br>薦派老師參加    | 研習時數                                       |
| (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。<br>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。  | 校慶或班親會做宣導<br>與香山衛生所及陽光基金會合作辦理宣講                     | 照片   |

## 肆、實施成果暨分析探究

### 一、校內反菸拒檳前後測比較

由下表可知，對本校一至六年級學生進行反菸拒檳前後測結果顯示，在健康促進議題推動下，學生對於害及檳榔的危害知識達到 90%以上。

吸電子煙是違法行為部分，由前測 65%學生知道是違法行為，上升至 96 %。100%學生遇到邀請吸煙時，能懂得拒絕。無論是菸檳危害的認知、反菸拒檳能力都顯著的上升，達成校本指標及市指標。原有 60%學生的同住家人有抽菸也降至 50%、而同住家人有嚼檳榔的行為，明顯從 33%降至 20%。

| 竹市香山區虎林國小 112 學年度防菸拒檳知識前後測答對率比較 |                                     |       |       |
|---------------------------------|-------------------------------------|-------|-------|
| 題號                              | 題目                                  | 前測答對率 | 後測答對率 |
| 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%   | 97%   |
| 2                               | 菸品中的尼古丁是導致人們菸品成癮的主要原因？              | 88%   | 98%   |
| 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%   | 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%   | 98%   |
| 5                               | 吸電子煙是違法的行為？                         | 65%   | 96%   |
| 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%   | 100%  |
| 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%   | 98%   |
| 8                               | 當同學或朋友邀我吸菸時，我會說「不」？                 | 97%   | 100%  |
| 9                               | 同住家人有吸菸？                            | 60%   | 50%   |
| 10                              | 同住家人有嚼檳榔？                           | 33%   | 20%   |

### 二、健康促進施行前後測結果比較如下：

1. 由下表顯示，各指標都有達標，惟校園二手菸暴露率後測結果在五年級上升至 20%，未達指標<15%的目標，詢問結果學生表示，在校內工程附近及校門口圍牆附近有聞到菸味，疑似施工工人及附近民眾聚集在校園周圍吸菸，致菸味飄散。

| 年級   | 反菸拒檳<br>認知率 |       | 學生吸菸率 |    | 吸菸學生<br>戒菸參與率 |    | 學生電子煙<br>使用率 |    | 校園二手菸<br>暴露率 |       | 家人在學生<br>面前吸菸比率 |       |
|------|-------------|-------|-------|----|---------------|----|--------------|----|--------------|-------|-----------------|-------|
|      | 前測          | 後測    | 前測    | 後測 | 前測            | 後測 | 前測           | 後測 | 前測           | 後測    | 前測              | 後測    |
| 5 年級 | 86.3%       | 98.9% | 0%    | 0% | 0%            | 0% | 0%           | 0% | 0%           | 20.0% | 72.0%           | 48.0% |
| 6 年級 | 91.6%       | 97.4% | 4.6%  | 0% | 0%            | 0% | 9.1%         | 0% | 27.3%        | 9.1%  | 72.7%           | 68.2% |
| 虎小指標 | 達 90%以上     |       | <1%   |    | 100%          |    | <1%          |    | <15%         |       | 減少 3%           |       |
| 市指標  | 後測增 1%      |       | <3%   |    | >85%          |    | <1%          |    | <15%         |       | 後測減 3%          |       |

2. 再由下表看到，學生反菸拒檳能力雖未達指標，但較前測結果有進步。

| 年級   | 學生嚼檳率 |    | 嚼檳學生<br>參加戒檳率 |    | 學生反菸拒檳<br>的能力 |       | 無菸校園率 |      | 無檳校園率 |      |
|------|-------|----|---------------|----|---------------|-------|-------|------|-------|------|
|      | 前測    | 後測 | 前測            | 後測 | 前測            | 後測    | 前測    | 後測   | 前測    | 後測   |
| 5 年級 | 0%    | 0% | 0%            | 0% | 96.0%         | 96%   | 100%  | 100% | 100%  | 100% |
| 6 年級 | 0%    | 0% | 0%            | 0% | 87.5%         | 88.6% | 100%  | 100% | 100%  | 100% |
| 虎小指標 | 0%    |    | 100%          |    | >95%          |       | 100%  |      | 100%  |      |
| 市指標  | <0.5% |    | 100%          |    | >95%          |       | 100%  |      | 100%  |      |

### 三、反菸拒檳健康促進活動辦理宣導場次及人次詳如下表。

| 新竹市虎林國小 112 學年度健康促進-反菸拒檳議題宣導活動場次一覽表 |              |               |      |
|-------------------------------------|--------------|---------------|------|
| 日期                                  | 內容           | 對象            | 參與人數 |
| 112.12                              | 校內語文競賽(作文比賽) | 四~五年級         | 150  |
| 113.01~02                           | 寒假作業禁菸標誌設計   | 低年級           | 130  |
| 113.03.08                           | 反菸拒檳講座(癌友分享) | 六年級(另有全校線上直播) | 500  |
| 113.04.26                           | 反菸拒檳講座       | 中年級(另有全校線上直播) | 500  |
| 不定期                                 | 反菸拒檳海報宣導     | 全校師生及家長       | 500  |

## 伍、檢討與建議

1. 校內工程人員的素質難以掌控，將會加強未來施工時的稽查工作，勸導無菸校園的重要。另外，民眾在校園旁休息涼亭抽菸的情況嚴重，造成環境髒亂，希望在未來通學步道改善工程後，能全面改善，以避免民眾群聚聊天抽菸情形及環境髒亂。



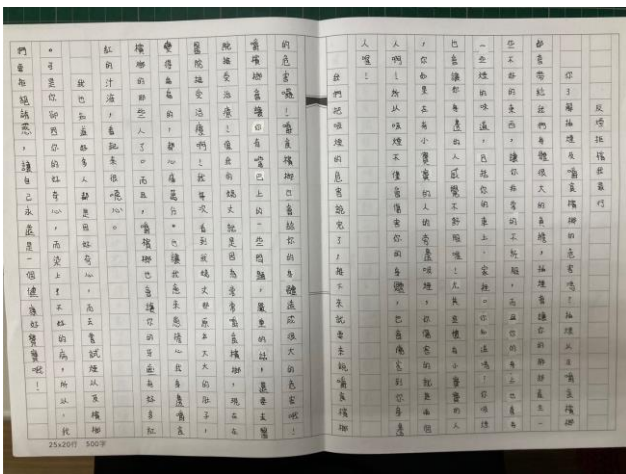
## 陸、活動成果：



學校衛生暨健康促進委員會議



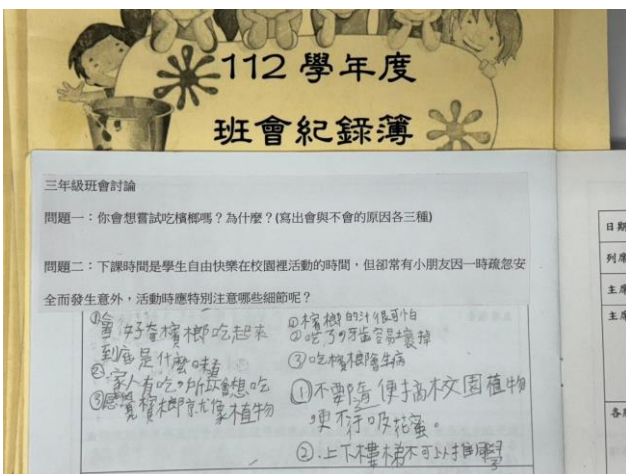
反菸拒檳一年級寒假作業優良作品-戒菸標誌



校內藝文競賽-作文比賽(反菸拒檳我最行)



反菸拒檳宣導



3-6 年級班會討論反菸拒檳的方法



反菸拒檳宣導講座後全員做反菸檳宣誓

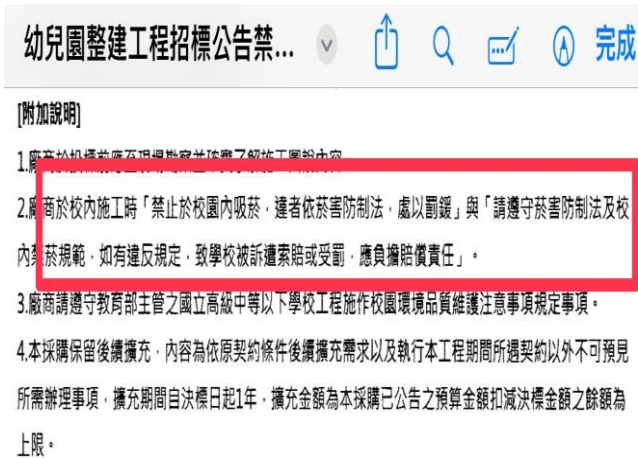




反菸拒檳宣導講座—菸害個管師授課



口腔癌癌友的生命故事分享



校內工程招標文件增訂禁菸規範



菸害志工在校門口對民眾進行菸害勸導



陽光基金會口腔癌的宣導講座



反菸拒檳海報張貼宣導