

新竹市 112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 14班。學生數 288人，教職員工 53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

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	47.06
學生吸菸率	47.06
吸菸學生戒菸參與率	100
學生電子煙使用率	58.82
校園二手菸暴露率	41.18
家人在學生面前吸菸比率	64.71
學生嚼檳率	22.53
嚼檳學生參加戒檳率	75
學生反菸拒檳的能力	57.35
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%。

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%。

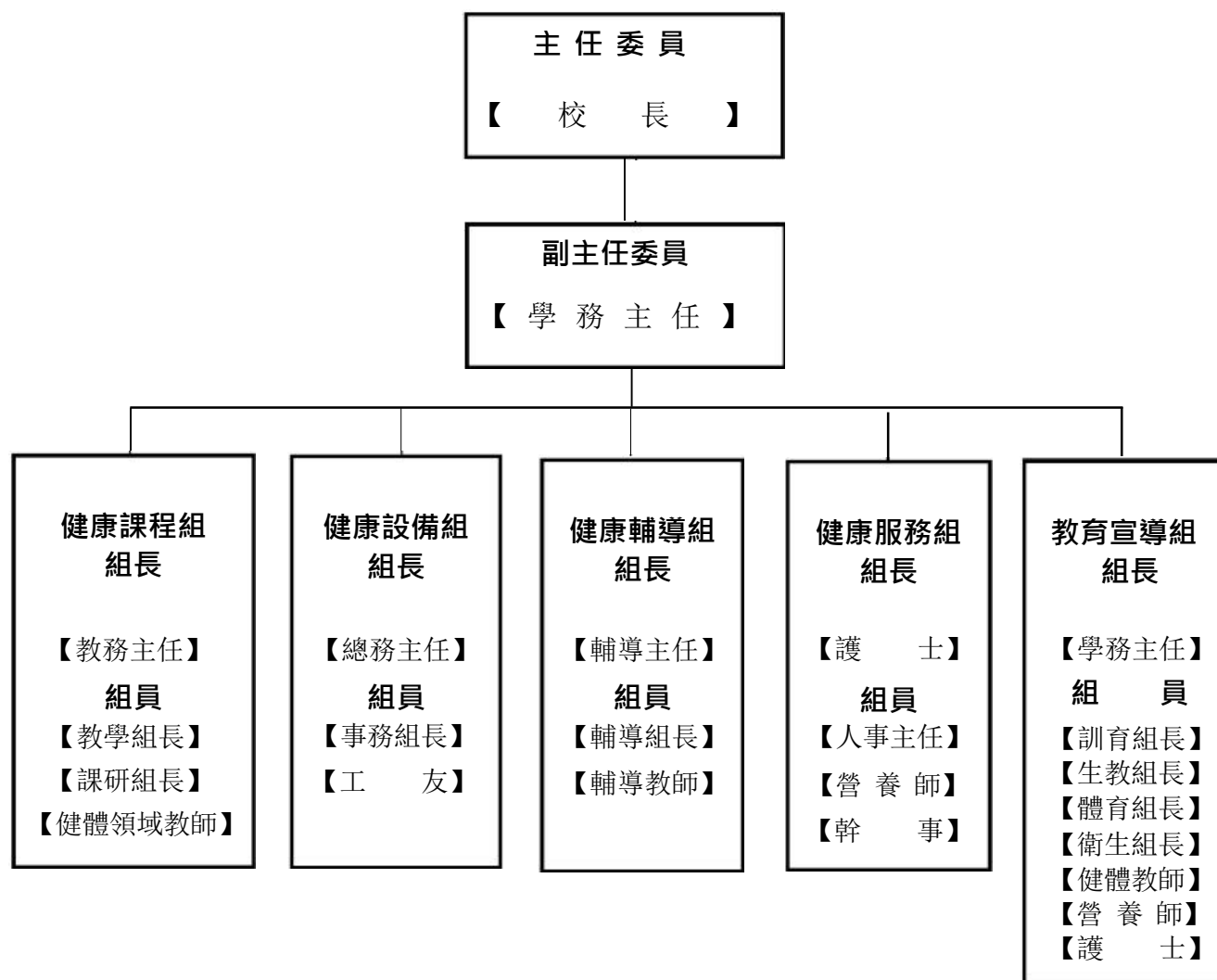
參、具體策略

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	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	李泊鈺	
		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	張雅麗	
	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	鄭竹昱	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		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	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。

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。	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。	112.08~113.06	課程計畫表
		4. 健康促進計畫。	112.08~113.06	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。	112.08~113.06	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。	112.08~113.06	討論事項
		2. 舉辦健康促進藝文競賽。	112.03~06	作品照片
		3. 反菸拒檳戒菸健康宣導。	112.08~113.06	宣導照片
		4. 舉行無菸拒體育競賽活動。	112.08~113.06	活動照片
		5. 參加新竹市健康促進藝文競賽。	112.08~113.06	報名參賽
		6. 健康促進宣導活動	112.08~113.06	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。	112.08~113.06	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。	112.08~113.06	照片
		2. 整理健康促進相關資料。	112.03~06	成果報告
六	健康技能 (教學)	1. 規劃學生健康促進專題講座。	112.08~113.06	照片
		2. 反菸拒檳課程。	112.08~113.06	照片
		3. 反菸拒檳觀念融入教學。	112.08~113.06	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	113年2 月 22日	香山衛生所菸檳防制宣導	國泰醫院新竹分院---梁孟倫護理師
2	113年4 月 18日	反菸拒檳盃十項全能挑戰賽	袁孝賢組長
3	113年6 月 28日	學期末暑假離校菸檳防制宣導	王世源組長

(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	47.06	99.16	52.1
學生吸菸率	47.06	11.76	-23.54
吸菸學生戒菸參與率	100	100	0
學生電子煙使用率	58.82	0	-58.82
校園二手菸暴露率	41.18	0	-41.18
家人在學生面前吸菸比率	64.71	0	-64.71
學生嚼檳率	23.53	0	-23.53
嚼檳學生參加戒檳率	75	0	-75
學生反菸拒檳的能力	57.35	100	42.65
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52.1%達到 99.16%，達到反菸拒檳指標標準(95%)。

「學生吸菸率」由原本47.06%減為 11.76 %，未達到反菸拒檳指標(3%)。

「吸菸學生戒菸參與率」吸菸學生參與戒菸率達100%，達到反菸拒檳指標標準(90%)。

「學生電子煙使用率」後測學生電子菸使用率0%，達到反菸拒檳指標標準(5%)。

「校園二手菸暴露率」後測比前測減少41.18%降至 0%，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64.71%降至0%，下降了64.71%，有達到反菸拒檳指標標準(-5%)。

「學生嚼檳率」由23.53%降至0%下降了23.53%，有達到反菸拒檳指標標準(0.5%)。

「嚼檳學生參與戒檳率」嚼檳學生參與戒檳率達 100%，有達到反菸拒檳指標標準(100%)。

「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	113年2 月 22日	香山衛生所菸檳防制宣導	國泰醫院新竹分院---梁孟倫護理師
2	113年4 月 18日	反菸拒檳盃十項全能挑戰賽	袁孝賢組長
3	113年6 月 28日	學期末暑假離校菸檳防制宣導	王世源組長

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：



113.2.22 香山衛生所菸檳防制宣導~
拒菸檳酒講座



113.2.22 香山衛生所菸檳防制宣導
~梁孟倫個案管理師



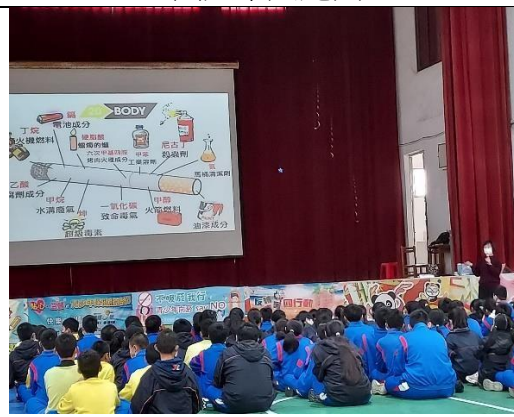
113.2.22 香山衛生所菸檳防制宣導~
從滅菸做起



113.2.22 香山衛生所菸檳防制宣導
~國人十大死因



113.2.22香山衛生所菸檳防制宣導~
菸害防治策略



113.2.22香山衛生所菸檳防制宣導
~煙中所含有害物質



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~九宮格套圈圈



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~班級團體跳繩



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~班級團體跑步



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~誰是神射手



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~反菸拒檳盃錦旗



113.4.18 反菸拒檳盃十項全能挑戰賽
~反菸拒檳盃頒獎



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導



113.6.28 學期末暑假離校菸檳防制宣導