

新竹市 112 學年度香山國小健康促進學校計畫

成果報告-反菸拒檳議題

壹、 學校背景分析

一、 學校特色

本校位在新竹市香山區，週，全校共 38 班，含普通班 37 班(含資源班學生)，星光班各 1 班，學生人數 979 人，教職員工 93 人。學區內家長社經背景落差大，多數屬於勞工族群，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。再加上由於近年來社會變遷快速，家庭的結構改變，本校單親家庭、新移民家庭及隔代教養學童比例日趨上升，學童之健康生活、學習與成長需要校方更多重視。

因此推動學校健康營造，考量整體教學環境、社區特性等以建構學校教學特色，盼能藉由社會資源營造無菸毒、拒檳榔，重視個人及團體良好衛生之安全環境。此外，整合學校與社區的組織人力及資源，透過家長、老師、學生、社區之參與，營造本校成為健康促進學校。

隨著社會健康概念的普及，以及對學生健康身心的關懷與照護，期能更周延的推動包含「菸害防制」、「檳榔防制」、「視力保健」、「口腔保健」、「健康體位」及「性教育」、「健康飲食」、「正確用藥」、「全民健保」等健康八大議題，落實宣導活動與各項課程，全方位增進全校師生身心健康。學生對於有害物質使用尚未有明確辨別的能力，常會因為同儕之間的互相影響或是認為吸菸是增加自己形象的工具，而有吸菸的行為，且二手煙的危害更是嚴重。為建立一個益於生活、學習與工作的健康場所，創造無菸校園是非常重要的。在無菸無檳校園的推動成效方面，教職員工已無抽菸嚼食檳榔的情形，而學生之吸菸率亦希望藉由計畫的推動來逐年降低比率。

二、 現況分析

(一)收集並分析現有的健康檢查資料、相關的調查統計及研究報告，以了解學校成員之生理、心理及體能健康狀況。

(二)根據本校的 SWOT 分析，規劃健康促進計畫，改善學生及社區健康問題：

| 優勢(Strengths) | 劣勢(Weakness) |
|--|--|
| 1.成立學校健康促進委員會-戒菸防制教育工作小組，負責統籌規劃、推動、實施及評價學校戒菸防制教育。 2.健康教師以「課程融入」的教學方式，加強學生對於害檳害的認知及學習戒菸的技巧。 3.菸害防制法實施後，每學期健康中心與衛生組共同辦理戒菸教育課程，每週上課1小時，共計4週。 4.校內監視器設備充足，可嚇阻學生在校園內吸菸的行為。 | 1.靠近湳雅街及信義樓後方屬於校園死角，安全性須特別加強管理。 2.學校人數較多，管控不易。 3.戒菸班學生屬被動的強迫參加，因此戒菸動機較低。 4.相關社區團體互動聯繫不高。 |
| 機會(Opportunity) | 威脅(Threat) |
| 1.市政府積極補助健康促進議題經費協助學校辦理反菸拒檳宣導及活動。 2.學校附近店家態度友善且配合學校政策成立愛心商店。 3.少年隊固定聯巡並提供學校幫助。 4.附近居民及家長會熱心告知本校學生在校外的不當行為。 | 1.國中升學壓力大，部分學生因壓力而嘗試吸菸。 2.學生家長吸菸比率偏高，對學生吸菸行為之管束力薄弱。 3.單親及隔代教養的狀況日益增多，學校與家長溝通不易，造成菸檳防制教育推動之困難度。 |

本市反菸拒檳議題指標

1. 無菸無檳校園比率 100%。
2. 反菸拒檳能力後測比率達 95%。
3. 反菸拒檳認知率，後測比率增加 1%。
4. 學生吸菸參與率戒菸教育 85%以上。
5. 學生吸菸率 3%以下。
6. 家人在學生面前吸菸比率，後測比率減少 3%以上。
7. 校園二手菸暴露 15%以下：

8. 學生電子菸使用率 1%以下。
9. 學生嚼檳率 0.5%以下。
10. 嚼檳學生參加戒檳教育 100%。

貳、 具體策略

一、 成立學校健康促進委員會（含組織架構及成員名單）

| 職 稱 | 姓 名 | 編 組 任 務 |
|-----------|--------|---|
| 總召集-校長 | 嚴美禎 | 總理本校健康促進學校一切相關事宜。 |
| 主任委員-學務主任 | 陳雅惠 | 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。 |
| 主任委員-教務主任 | 陳慧玲 | 協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜。 |
| 主任委員-總務主任 | 陳佩琪 | 協助健康促進計劃環境建置之事宜。 |
| 主任委員-輔導主任 | 鄭耀嬋 | 協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作。 |
| 委員-衛生組長 | 李平鴻 | 負責校內健康促進活動宣傳及工作執行。 |
| 委員-體育組長 | 葉淑慧 | 負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行。 |
| 委員-生教組長 | 何萬清 | 協助各項宣導及學生活動之推展。 |
| 委員-活動組長 | 李尚儒 | 協助各項宣導及學生活動之推展。 |
| 委員-護理師 | 傅貞榕 | 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。 |
| 委員-會計主任 | 魏梅芳 | 負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜。 |
| 委員-學年主任 | 1-6 學年 | 協助辦理各班級導師需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫 |
| 委員-家長會代表 | 李安琪 | 協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜。 |

二、 學校衛生政策

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推展健康促進計畫之目的，據以擬定推動策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

| 項次 | 推動項目 | 議題名稱 | 實施內容 |
|----|--------------|------|---|
| 一 | 健康政策 | 反菸拒檳 | 1、制定菸害防治政策，組織健康促進委員會。 2、成立義工爸媽宣導隊、並與家長會合作，輔導學校周遭商店拒賣菸品、檳榔給學生。 |
| 二 | 物質環境 | 反菸拒檳 | 1、校園張貼反菸拒檳相關標語。 2、製作校園及教室內菸害防治專欄。 3、建立反菸拒檳校園環境及舉辦反菸拒檳宣導活動。訂定每年3月與12月為菸害及檳榔防制教育宣導月。 4、朝會活動一反菸、拒檳宣導。 |
| 三 | 社會環境 | 反菸拒檳 | 1、邀請校內外講師宣導反菸拒檳相關議題。 2、高年級菸毒、檳害防制專題演講。 3、課餘時間播放反菸拒檳防治宣導影片。 4、將反菸拒檳議題納入班會作為討論事項。 |
| 四 | 健康技能 (教學) | 反菸拒檳 | 1、結合週三教師進修辦理菸毒研習。 2、寒假配合辦理反菸拒檳藝文競賽。 3、菸害及檳害健康議題融入各領域課程加強學生認知觀念。 4、收集「反菸拒檳」前後測資料。 5、「反菸拒檳」知識大考驗。 |
| 五 | 健康服務 | 反菸拒檳 | 1、辦理戒菸教育。 2、提升健康中心功能。 3、提升體適能，辦理體育相關活動。 |
| 六 | 社區關係 | 反菸拒檳 | 1、利用家長會日辦理無菸家庭及拒檳宣導活動。 2、利用校慶或特殊節日辦理反菸拒檳宣導活動。 3、協同衛生局進行宣導，將文宣品發放有吸菸學生之家庭。 4、協調學校附近廠商勿賣菸檳給學生。 |

三、 健康教學與活動

| 週次 | 課程及活動內容 | 六大範疇 | 過程評價 | 備註 |
|----|-------------------------------------|---------|---|----|
| 一 | 制定菸害防治政策，組織健康促進委員會 | 健康政策(一) | 100%的政策符合課程內容。 | |
| 二 | 製作校園及教室內菸害防制專欄，張貼菸害防制相關宣導及資訊 | 物質環境(二) | 90%以上的學生能經由專欄，增加相關知識。 | |
| 六 | 高年級菸毒、檳害防制專題演講 | 社會環境(三) | 100%的學生能參加研習並認識電子菸。 | |
| 六 | 將反菸拒檳議題納入班會作為討論事項(吸菸的害處、如何拒嚼檳榔的技巧等) | 社會環境(三) | 90%的學生能參與班會討論。 | |
| 一 | 菸害及檳害健康議題融入健體領域課程中加強學生認知觀念 | 健康技能(四) | 80%以上的學生能透過課程，加深學生對於菸害及檳榔健康危害意識，並強化學生菸害及檳榔健康危害之觀念與態度。 | |
| 六 | 結合週三教師進修辦理菸毒、檳害研習 | 健康技能(四) | 90%以上的校內教師能參加研習。 | |
| 五 | 辦理反菸拒檳藝文競賽 | 健康技能(四) | 90%以上的學生能經由反菸拒檳藝文競賽，增加相關知識。 | |
| 七 | 辦理「反菸拒檳」知識測驗 | 健康技能(四) | 90%以上的學生能經由反菸拒檳知識測驗，增加相關知識。 | |
| 八 | 辦理戒菸教育和體育相關活動並提升健康中心功能。 | 健康服務(五) | 70%以上的家長與學生能得到相關資訊。 | |
| 一 | 協調學校附近商家勿賣菸檳給學生 | 社區關係(六) | 90%以上的商家能配合學校宣導 | |
| 三 | 結合家長會日、校慶或特殊節日(如婦幼節、父親節)辦理反菸拒檳宣導活動 | 社區關係(六) | 70%以上的家長能簽署反菸拒檳、不在學生面前吸菸 | |

參、實施成果暨分析探究

一、112 學年度菸害防制問卷前後測統計表

| 受 測 年 級 | 反菸拒檳知能 | |
|------------|------------|--------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 75.27% | 98.29% |
| 六年級 | 70.24% | 91.67% |
| 平均 | 72.76% | 94.98% |
| 全市指標 | 後測比前測增加 1% | 達標 |

| 受 測 年 級 | 學生吸菸率 | |
|------------|--------|-------------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 11.54% | 0% |
| 六年級 | 4.17% | 8.33% |
| 平均 | 7.86% | 4.17% |
| 全市指標 | 3%以下 | 未達標 學生誤填 |

| 受 測 年 級 | 吸菸學生參與戒菸教育率 | |
|------------|-------------|------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 100% | 0% |
| 六年級 | 0 | 100% |
| 平均 | 50% | 50% |
| 全市指標 | 85%以上 | 達標 |

| 受 測 年 級 | 學生電子菸使用率 | |
|------------|----------|----|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 0% | 0% |
| 六年級 | 4.17% | 0% |

| | | |
|------|-------|----|
| 平均 | 2.08% | 0% |
| 全市指標 | 1%以下 | 達標 |

| 受 測 年 級 | 校園二手菸暴露率率 | |
|------------|-----------|-------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 15.38% | 0% |
| 六年級 | 4.17% | 4.17% |
| 平均 | 9.78% | 2.08% |
| 全市指標 | 15%以下 | 達標 |

| 受 測 年 級 | 家人在學生面前吸菸比率 | |
|------------|-------------|--------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 53.85% | 36% |
| 六年級 | 37.5% | 37.5% |
| 平均 | 45.68% | 36.75% |
| 全市指標 | 後測比率減少 3%以上 | 達標 |

| 受 測 年 級 | 學生嚼檳榔率 | |
|------------|--------|----|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 0% | 0% |
| 六年級 | 0% | 0% |
| 平均 | 0% | 0% |
| 全市指標 | 0.5%以下 | 達標 |

| 受 測 年 級 | 嚼檳榔學生參與戒檳教育率 | |
|------------|--------------|----|
| | 前測 | 後測 |

| | | |
|------|------|--------------|
| 五年級 | 0% | 0% |
| 六年級 | 0% | 0% |
| 平均 | 0% | 0% |
| 全市指標 | 100% | 達標 無嚼檳榔學生 |

| 受 測 年 級 | 學生反菸拒檳的能力 | |
|------------|-----------|--------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 91.35% | 93.33% |
| 六年級 | 85.07% | 92.71% |
| 平均 | 88.21% | 93.02% |
| 全市指標 | 95%以上 | 未達標 |

| 受 測 年 級 | 無菸校園率 | |
|------------|-------|------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 100% | 100% |
| 六年級 | 100% | 100% |
| 平均 | 100% | 100% |
| 全市指標 | 100% | 達標 |

| 受 測 年 級 | 無檳校園率 | |
|------------|-------|------|
| | 前測 | 後測 |
| 五年級 | 100% | 100% |
| 六年級 | 100% | 100% |
| 平均 | 100% | 100% |
| 全市指標 | 100% | 達標 |

前、後結果分析：

1. 本校無菸無檳校園比率 100%達到市訂標準

2. 本校學生在反菸拒檳的能力後測結果 93.02%，但尚未達市訂指標 95%
3. 本校反菸拒檳認知率，後測比率 94.98%明顯優於前測，達成市訂標準增加 1%以上。
4. 本校因無學生吸菸，故學生吸菸參與率戒菸教育 85%以上。
5. 本校無學生吸菸，但後測填答誤填，故未達到市訂指標學生吸菸率 3%以下。
6. 家人在學生面前吸菸比率，後測比率 36.75%比前測 45.68%少了將近 9%，達到市訂指標少於 3%。
7. 校園二手菸暴露後測為 0%，比前測 15.38%減少，達到市訂指標 15%以下。
8. 本校無學生使用電子菸，故達成市訂指標學生電子菸使用率 1%以下。
9. 本校無學生嚼檳榔，故達成市訂指標學生嚼檳榔率 0.5%以下。
10. 本校無學生嚼檳榔，故達成市訂指標嚼檳學生參加戒檳教育 100%。

肆、檢討與建議

一、檢討部份

1. 本校辦理宣導講座及利用健教課程讓學生瞭解到菸檳危害的相關知識略顯不足，未來將結合健康中心舉辦衛教小常識相關活動，預計可提升學生的健康促進反菸拒檳的相關知能。學生在自己拒絕菸檳的意志及技能已具水準，然而要改變吸食菸檳行為仍需更多時間及策略，建議學校持續宣導及教導拒絕菸檳的技巧，提升反菸拒檳自我效能。
2. 校內學生前測不吸菸未達 100%，不嚼食檳榔前測比率亦達 100%，在後測皆為 0%。經調查了解後，發現是學生在前測時誤植答案。
3. 本校無菸家庭比率經反菸策略實施後下降 8%以上，雖然數據顯著，但受測學生樣本數不夠多。建議學校辦理反菸活動要能多鼓勵家長一同參與，讓更多家庭重視反菸拒檳的議題，提升本校無菸無檳家庭比率。

二、建議部份

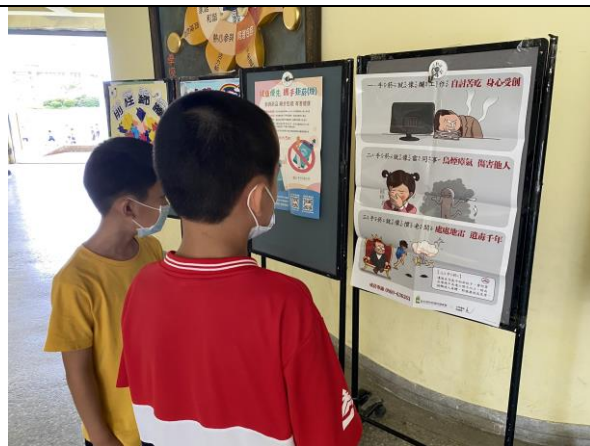
1. 本校學生對菸害有正確的認知後測已達 93%以上，但仍應持續的宣導相關知識與法令並加強戒菸資訊的取得來達成 95%的最終目標。

2. 由於本校抽菸家庭礙於社經背景，比例仍是偏高，建議在健教課程中對於菸檳防制的課程內容可以協助孩子落實生活中，從小建立孩子反菸拒檳的觀念。將無菸無檳校園的理念推廣到無菸無檳家庭中。

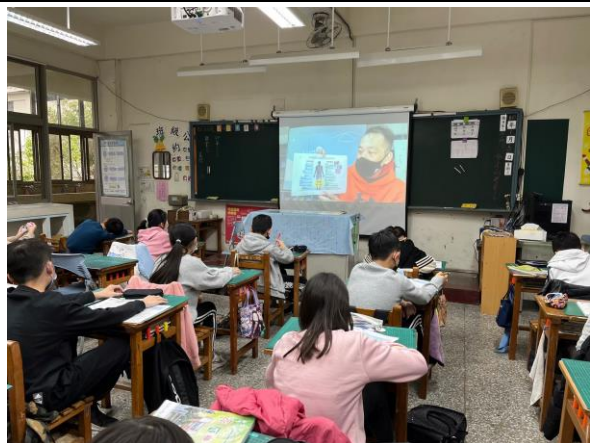
陸、活動成果：成果照片，A4 大小六張照片（附說明）



說明：佈置反菸拒檳宣導文件



說明：佈置反菸拒檳宣導文件



說明：線上反菸拒檳宣導



說明：課程融入教學



說明：反菸拒檳入班宣導活動



說明：反菸拒檳快閃徵答活動