

新竹市立香山高級中學 113 學年度 健康促進計畫自選議題：反菸拒檳

一、依據

- (一) 學校衛生法第十九條及其施行細則第 14 條辦理。
- (二) 學校衛生法暨教育部 96 年 1 月 31 日台體(二)字第 0960010999C 號令修正發布之「教育部補助辦理學校衛生保健活動審查原則」辦理。
- (三) 新竹市政府 113 年 10 月 7 日府教體字第 1130010440 號函
新竹市 113 學年度學校健康促進計畫共識會議辦理。

二、學校特色

本校位於新竹市香山區，鄰近 3 所私立大學(中華大學、玄奘大學與元培科大)，全校共有 50 班(高中部 29 班，國中部 21 班)，學生人數共 1441 人，教職員人數 165 人。

本校學區主要為住商混合區，家長從事勞力性工作居多，單親家庭、隔代教養與新住民二代的學生比例偏高，同住家人在菸檳使用頻率上也較高。

再者，國中生為了尋求同儕認同，在缺乏自制力的前提下有更大機會染上吸菸與吃檳榔等習慣。

故本次研究最重要的目的，是讓學生透過菸檳危害教育，降低校內學生吸菸(包含二手菸)及嚼食檳榔的比例，推行學校健康促進計畫並期盼提升家庭健康自我照顧能力與建立學生對反菸拒檳的正確觀念。

三、現況分析

(一) SWOTS 情境評估(背景分析)及行動策略

| | S (優勢) | W (劣勢) | O (機會) | T (威脅) |
|---|--|---------------------------------------|---|---|
| 學 校 環 境 與 學 生 學 習 | 1. 學校健康中心設備完善，隨時提供健康資源 2. 學校老師配合意願高，能全力支持學校政策 3. 成立小組，定期召開健康促進委員會 4. 學校同仁目標一致且凝聚共識強 | 1. 學制多元，教師人力不足，推動較為不易 2. 學生學習主動性不足 | 1. 年輕教師為主，是健康議題切入的適當點 2. 導師與家長的溝通互動良好 3. 家長會與家長志工的全力支援 4. 家長熱心參與學校活動 | 1. 家庭因素不易接收衛生保健新知 2. 部分家長缺乏菸檳防治的正確觀念 |
| | 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

調查結果顯示國內約 4 個男性就有 1 個吸菸，約 21 個女性就有 1 個吸菸，年輕男女性在成長過程養成的吸菸習慣之問題，值得重視，本校學區人口稠密，學生家長及社區民眾吸菸嚼檳榔人數亦居高不下，學生耳濡目染之餘更易成為服用者，所以需要藉由學校教育促進學生重視自己的健康，拒絕菸檳誘惑。

四、計畫預期成效

透過本研究期盼達成本市 113 學年度健康促進計畫「反菸拒檳」之議題指標，本市

113 學年度「反菸拒檳」議題指標如下：

- (一)本市無菸無檳校園比率達 100%
- (二)學生反菸拒檳的能力，後測比率達 95%以上
- (三)學生反菸拒檳認知率，後測比率增加 1%以上
- (四)學生吸菸參與戒菸教育比率 85%以上
- (五)學生吸菸率 3%以下
- (六)家人在學生面前吸菸比率，後測比率減少 3%以上
(家人不在學生面前吸菸增進家人關係)
- (七)校園二手菸暴露率 15%以下
- (八)學生電子菸使用率 1%以下
- (九)學生嚼檳率 0.5%以下
- (十)嚼檳學生參與戒檳教育比率達 100%

| 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: 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健康促進菸檳防治計畫之目的，據以擬定實施策略、執行內容與實施時間，詳述如下：

(一) 計畫執行期間：113 年 8 月至 114 年 7 月

(二) 計畫實施策略

| 實施重點 | 實施方法 | 實施時間 |
|----------|---|--|
| 健康政策 | <ol style="list-style-type: none"> 1.召開環境衛生與健康促進委員會，訂定 113 年度健康促進學校「反菸拒檳」議題實施計畫 2.建立檢核回饋機制，於各相關會議中，討論此議題，掌控執行進度，健全組織功能與運作 3.反菸拒檳融入學校健康教育課程，依學生現況提出需求評估，擬定符合需求之健康促進實施計畫 4.依「反菸拒檳」前、後測結果，調整課程融入內容 5.將「反菸拒檳」相關計劃整合於健體領域教學活動中 6.評估全校教職員工及家長需求，辦理相關親職教育活動舉辦宣導活動與競賽 | <p>113 年 8 月 114 年 2 月</p> <p>經常實施</p> <p>家長日、校慶</p> |
| 物質環境 | <ol style="list-style-type: none"> 1.建置健康促進專欄、推動衛教海報、宣導海報 2.學校具備「反菸拒檳」教材教具 3.善用學校電子公布欄與佈告欄，不定時公布相關資訊 4.充實健康中心內各項教學資料，設立衛生保健衛教櫥窗，提供健康資訊 5.公佈欄或中廊張貼「反菸拒檳」相關海報，運用生動文宣吸引學生與社區民眾注意 6.校慶園遊會時擺攤宣導反菸拒檳訊息 7.金香獎話劇融入反菸拒檳議題比賽 | <p>經常實施</p> <p>校慶 113 年 12 月</p> |
| 社會環境 | <ol style="list-style-type: none"> 1.將反菸拒檳議題納入班會學生議題討論活動 2.張貼反菸拒檳相關海報，營造友善校園環境 3.學務處提供反菸拒檳的諮詢服務 4.辦理掃街活動 | <p>113 年 11 月 融入 教學課程 114 年 4 月</p> |
| 健康技能(教學) | <ol style="list-style-type: none"> 1.針對反菸拒檳議題辦理相關議題講座 2.辦理藝文競賽： <ol style="list-style-type: none"> (1)舉辦「反菸拒檳」相關設計比賽 (2)結合校慶園遊會辦理「反菸拒檳」有獎徵答活動 3.邀請領域課程融入 | <p>113 年 12 月 ~114 年 5 月</p> |

| | | |
|------|---|---------------------------------------|
| 健康服務 | 1.健康中心護理師開放「反菸拒檳」相關諮詢與衛教 2.提供師生反菸拒檳教育宣導短文、媒體或刊物借閱 3.利用公佈欄、電子布告欄提供反菸拒檳海報等衛生教育宣導 4.提供遭受菸害或檳害學生個別輔導或轉介 | 經常實施 |
| 社區關係 | 1.利用家長日與家長建立良好的溝通，提供相關資訊 2.結合鄰近醫院、轄區衛生所、藥局，提供校園豐富的反菸拒檳教育資訊 3.結合校慶運動會辦理「反菸拒檳」相關宣導活動，使家長和社區民眾瞭解其重要性、學校執行內容及家長配合事項 | 家長日 112 年 12 月 ~113 年 5 月 校慶 |

六、預定進度(以甘梯圖表示)

| 月次 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 |
|--------------|-----|-------------------------------|
| 計畫主持人-校長 | 洪碧霜 | 總理本校健康促進學校一切相關事宜 |
| 協同主持人-學務主任 | 張諺杰 | 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 |
| 協同主持人-教務主任 | 郭治太 | 協助健康促進計劃課程融入統整規劃事宜 |
| 協同主持人-總務主任 | 廖如松 | 協助健康促進計劃環境建置之事宜 |
| 協同主持人-輔導主任 | 饒容慈 | 協助健康促進計劃與家長及社區之聯繫工作 |
| 研究人員-衛生組長 | 梁涓晴 | 負責校內健康促進活動宣傳及工作執行 |
| 研究人員-體育組長 | 陳巧樺 | 負責營造維持健康促進學校環境之規劃及執行 |
| 研究人員-生輔組長 | 黃依茹 | 負責健康促進計劃相關網站資料之建置製作 |
| 研究人員-活動組長 | 李雅純 | 協助各項宣導及學生活動之推展 |
| 研究人員-輔導組長 | 陳亭芝 | 協助各項計畫活動之推展 |
| 研究人員-護理師 | 戴沛婕 | 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 |
| 研究人員-護理師 | 林采緹 | 負責活動策略設計、效果評價及資料分析統計 |
| 研究人員-會計主任 | 鄭文珍 | 負責健康促進計劃經費預估、核銷之相關事宜 |
| 研究人員-七年級導師代表 | 陳雯娟 | 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 |
| 研究人員-八年級導師代表 | 謝雨潔 | 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 |
| 研究人員-九年級導師代表 | 周怡岑 | 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 |

| | | |
|-------------|--------|-------------------------------|
| 研究人員-高一導師代表 | 林暄淇 | 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 |
| 研究人員-高二導師代表 | 游宜靜 | 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 |
| 研究人員-高三導師代表 | 曾景暉 | 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 |
| 研究人員-健康老師 | 黃依茹 | 教材設計與課程融入宣導 |
| 研究人員-家長會代表 | 呂東霖 | 協助家長會配合學校宣導「健康促進學校」各項事宜 |
| 研究人員-學生自治代表 | 柯瑀宸 | 協助辦理學生需求評估與活動及協助學生與行政單位之聯繫。 |
| 諮詢單位 | 新竹市教育處 | 協助辦理各項知能研討進修、策略改進及相關經費申請 |
| 諮詢單位 | 新竹市衛生局 | 協助提供各項醫療、諮詢資源及相關服務 |

八、實施成果



菸檳防治講座(1)



菸檳防治講座(2)



菸檳防治講座(3)



菸害問卷調查(1)



菸害問卷調查(2)



反菸拒檳藝文競賽(學生作品 1)



反菸拒檳藝文競賽(學生作品 2)



反菸拒檳藝文競賽(學生作品 3)



菸檳防治公播(1)



菸檳防治公播(2)



校慶反菸拒檳有獎徵答活動(1)



校慶反菸拒檳有獎徵答活動(2)



校園反菸拒檳宣導標語



朝會集合宣導