

# 臺南市白河國中 106 學年度健康促進學校防菸拒檳議題計畫

## 一、依據：

(一)臺南市 106 學年度辦理學校健康促進實施計畫。

(二)臺南市政府教育局 106 年 11 月 21 日南市教安(二)字第 1061199974 號函。

## 二、目的：

(一)增進師生香菸檳榔防制認知。

(二)提高師生拒絕香菸檳榔的技能。

(三)充實推展香菸檳榔危害防制所需之軟硬體設備。

(四)營造健康校園環境，成為拒菸檳校園。

## 三、計畫內容與實施策略：

### 1. 實施主題

主題範疇	活動內容(策略)	工作團隊	活動對象	實施日期
整體政策	1.擬定菸、檳危害防制年度工作計畫並定期召開會議	學務處	全校師生	106.9月
	2.成立菸、檳危害防制校園推動小組，以利計畫推動。	學務處	全校師生	106.9月
	3.透過問卷調查，了解學生家庭抽菸及嚼檳榔的概況，並進行「前後測成效評價」分析。	學務處	七年級	106.11月 106.5月
	4.菸、檳危害防制計畫成果彙整。	學務處	全校學生	106.6月
物質環境	1.校內全面實施禁菸，並於校門口張貼防菸拒檳標誌	學務處	全校師生	106.9月~ 107.6月
	2.健康中心菸、檳危害防制相關教材的申請與購置。	學務處	全校師生	106.9月~ 107.6月
	3.學校健康促進專欄張貼菸、檳危害防制相關海報	學務處	全校師生	106.9月~ 107.6月
健康技能	1.推動菸、檳校園防制計畫種子教師培訓。	教務處	全校教師	106.9月~ 107.6月
	2.菸、檳危害防制教材的彙整與開發	教務處	全校教師	106.9月~ 107.6月
	3.透過生活技能的融入，落實防菸、拒檳課程與教學	教務處	全校教師	106.9月~ 107.6月
	4.辦理防菸、拒檳教育學藝競賽	教務處	全校學生	107.5月

社會環境	1. 落實防菸、拒檳健康校園政策，並請教職員工以身作則，禁止於校內吸菸及嚼食檳榔。	輔導室	全校學生	106.9月~ 107.6月
	2. 辦理菸、檳危害防制宣導週	學務處	全校學生	106.5月
	3. 辦理菸、檳危害防制高關懷小團體輔導	輔導室	全校學生	106.9月~ 107.6月
社區關係	1. 組織訓練菸、檳危害防制志工	輔導室	全校學生	106.9月~ 107.6月
	2. 辦理防菸、拒檳親子講座宣導	輔導室	全校師生	106.9月、 107.3月
	3. 請家長配合學校教育，禁止學生及家長於校內吸菸、嚼食檳榔。	輔導室	全校師生	106.9月~ 107.3月
健康服務	1. 高關懷對象列冊輔導	學務處	全校學生	106.9月~ 107.3月
	2. 辦理菸、檳特殊個案高關懷輔導	輔導室	全校學生	106.9月~ 107.3月

## 2. 實施內容

### (一) 擬定與推動菸害防制政策

1. 訂定校園菸檳防制計畫(含獎勵措施)，結合學校健康促進學校計畫，且置專責人員或成立相關組織推動校園菸檳防制工作。
2. 設立菸檳因應與輔導機制，如：建立自主管理機制、訂定菸檳事件處理流程(含菸檳反應網絡或管道)。

### (二) 推廣菸害防制教材及教學

1. 學校設置連結菸檳防制教育、無菸檳環境、戒菸檳教育資源網站(如：菸害防制教育相關法令、活動、課程教材等資料庫)。
2. 鼓勵教師發展菸檳防制教材教案，並運用現有菸檳防制教材，以充實相關課程中有關菸檳之防制教育。
3. 鼓勵師生進行有關菸檳防制的調查或行動研究方案。

### (四) 辦理菸害防制宣導活動

1. 校內舉辦反菸檳、拒菸檳及戒菸檳相關的宣導活動。
2. 辦理以校園教職員工生及家長為對象的反菸檳、拒菸檳及戒菸檳活動，例如：宣導講座、影片觀賞、海報製作等。

3. 建立社區資源之管道，請周邊愛心商店不販售菸檳予 18 歲以下青少年。

4. 加強菸檳防制宣導活動（含戒菸專線服務：0800-636363）。

(五) 加強健康無菸檳校園環境佈置，如張貼禁菸檳海報標語、建置無菸檳專欄、無菸檳公廁等活動。

(六) 加強校園安全巡邏稽查（包括：廁所、校園死角、汽、機車停車場等）。

(七) 邀請校園周邊之社區團體及商家加入無菸檳社區營造活動。

(八) 配合相關單位運用 5 月無菸檳月共同推動菸檳防制宣導，營造無菸檳氛圍。

(九) 在工程建設或施工地方，與廠商簽訂契約時，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。

(十) 對吸菸嚼檳榔學生實施戒菸拒檳教育活動，包括戒菸戒檳教育團體課程及個別輔導、戒菸班(聘請教師進行教學課程)。

時間	教師	課程
3/7 15:00-15:45	康凱富	菸害危害
3/7 15:55-16:45	王斯民	建立健康生活型態
3/21 15:00-16:45	康凱富	戒菸方法
3/21 15:55-16:45	王斯民	建立健康生活型態
4/11 15:00-16:45	康凱富	不抽菸的生活方式
4/11 15:55-16:45	王斯民	建立健康生活型態

(十一) 辦理吸菸嚼檳榔學生成功戒除獎勵措施（如：改過、銷過）。

#### 四、人力配置：

計畫職稱	姓名	職稱	工作項目
主任委員	于淑英	校長	策劃督導本計畫相關業務執行。
副主任委員	劉朝仁	家長會長	策劃督導相關業務之推行，協助家長協調。
副主任委員	蕭博仁	教務主任	綜理菸檳防制之課務活動，協助行政協調。

副主任委員	吳雪華	總務主任	綜理菸檳防制相關活動後勤支援，協助行政協調。
副主任委員	徐季瑤	輔導主任	綜理菸檳防制之學生輔導，協助行政協調，加強社區參與。
總幹事	王斯民	學務主任	綜理菸檳防制之師生相關活動，協助行政協調。
副總幹事	康凱富	體衛組長	執行承辦促進菸檳防制相關活動。
副總幹事	楊佳勳	生教組長	執行承辦學生菸檳防制行為、習慣之輔導。
課務組	林芳資	教學組長	執行承辦菸檳防制融入教學相關課程。
輔導組	黃欣怡	輔導組長	協助學生菸檳防制相關諮商輔導工作
健康推廣組	劉錦真	護理師	協助連絡本校教職員工積極參與菸檳防制相關活動及執行承辦追蹤全校教職員工生之相關防治宣導活動。
一年級導師	陳慧中	導師代表	協助菸檳防制相關活動之宣導
二年級導師	鄭舒今	導師代表	協助菸檳防制相關活動之宣導
三年級導師	張惟雪	導師代表	協助菸檳防制相關活動之宣導
社區推廣組	家長志工隊	本校家長會	執行承辦菸檳防制相關活動及社區宣導。

五、經費來源：106 學年度健康促進學校計畫相關經費項下支應。

六、預期效益：

- (一)、建構教職員工生無菸檳支持性環境。
- (二)、強化學校與社區行動力，共創沒有菸檳的校園。
- (三)、發展學生族群拒菸檳及戒菸之個人技巧。
- (四)、提供教職員工生多元、可就近接受之戒菸拒檳服務。

承辦單位：

單位主管：

校長：

# 白河國中防菸拒檳執行成果

## 壹、背景：

白河區學生長期以來因家庭結構或課業以及工作、經濟的壓力，對於自身的健康要求及知識技能的養成而有所忽略。單親、隔代教養、弱勢家庭比率達1/3，地方上的神壇、宮廟林立，外在環境的菸檳誘惑讓學生容易去接觸，因此推動菸檳防制工作確有其必要。

## 貳、目的

- (一) 增進師生香菸檳榔防制認知。
- (二) 提高師生拒絕香菸檳榔的技能。
- (三) 充實推展香菸檳榔危害防制所需之軟硬體設備。
- (四) 營造健康校園環境，成為拒菸檳校園。

## 參、實施成果：

### (一)學校健康政策



學期初召開菸檳防制小組會議



校務會議進行反菸拒檳宣導

### (二)學校物質環境



拒菸階梯標語佈置



校門口張貼拒菸布條



在各個出入口張貼拒菸標誌



校門口張貼禁菸標誌



菸檳海報比賽七年級組



菸檳海報比賽八年級



頒發比賽獎金



利用週會進行海報比賽頒獎



校外環境清理

校外環境清理

### (三)健康教學與活動



自製菸檳桌遊進行宣導



自製菸檳桌遊進行宣導



老師講解如何拒菸相關方式



學生演練拒菸小劇場



衛生所到本校進行戒菸教育



宣導戒菸知識並進行有獎徵答



本校801拍攝菸燃一笑百媚生微電影



803拍攝 絕地求生-拒菸戰場 微電影

## (四) 社區夥伴關係



結合敏惠護專進行菸檳宣導



結合敏惠護專進行菸檳宣導



衛生所到本校進行電子菸宣導



衛生所宣導菸害相關知識



本校與警察不定時到學生聚集處巡查-7-11



本校與警察不定時到學生聚集處巡查-網咖



本校與警察不定時到學生聚集處巡查-公車站



本校與警察不定時到學生聚集處巡查-網咖

(五)學校社會環境營造



八年級組-班際排球賽



七年級組-樂樂棒比賽



九年級組-籃球比賽



社團活動-太鼓



社團活動-體適能社



社團活動-管樂



本校師生參加校外路跑活動



本校師生參加校外路跑活動

## (六)健康服務

	
七年級健康檢查	流感施打

### 肆、具體績效或特色成果

	前測 (%)	後測(%)	台南市後測平均
菸害防制自我效能	91.67	98.75	96.99
態度	92.97	94.01	96.68
吸菸意向	9.38	1.04	1.57
菸害認知	84.82	91.37	90.57
學生吸菸率	2.08	0	1.76
學生電子煙使用率	0	0	0
校園二手菸暴露率	8.33	6.25	8.92
學生嚼檳率	4.17	2.08	1.04

在經過一系列活動的宣導以及課程融入，不論在菸害防制自我效能、態度、吸菸意向、菸害認知、吸菸率等相關數據都有改善，尤其是在微電影拍攝、桌遊的融入更能提升學生的認知觀念，從玩的過程中學習正確的觀念，這也是目前我們可以努力的方向。

## 伍、結論與建議(檢討)

1. 本校屬臺南市的中型學校，學區家長大部分屬於勞工階層，社經地位低，且單親家庭及隔代教養學生比例高，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。故此學校在創立無菸校園的環境以及健康活動上，也盡力宣導，期許在不友善的環境下，能提供更多的支持讓學生建立好正確的觀念。
2. 本學年除加強菸癮防治觀念，也導入自編菸癮桌遊活動，微電影拍攝。希望藉由輕鬆愉快的方式，吸引學生的注意進而有更好的學習成效。
3. 對於國二、國三生的吸菸同學，除了平時的關心，減少他們吸菸的頻率，幫助他們戒除。學校也安排各式各樣的體育活動、文藝活動，來協助這些同學有好的情緒發洩方式。
4. 現實面，本校一直都有吸菸的同學，不管是好奇心、情緒發洩還是同儕誘惑等因素。對於菸癮防治，我們顯然是跟整個次文化在對抗，家庭的協助在本校是相對微弱的。本校藉著塑造無菸校園的環境，教學上創新以及融入菸癮教材。降低再犯率和初次的吸菸率。這條路很漫長也是我們要繼續堅持的道路。