`教育部國民及學前教育署

110 學年度健康促進學校輔導計畫

「前後測成效評價」成果報告

研究題目：

以菸害教育提升菸害防制成效分析

-以台南市歸仁國中為例

研究人員：黃峻宏校長、何文鈞主任、

粘淑鈴組長、洪麒雙組長

指導者：臺北醫學大學 苗迺芳 教授

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 研究對象 | 國中七年級2個班 | 人數 | 54 人(男:27 女:27) | |
| 執行策略摘要 | 1、辦理反菸拒毒化粧遊行活動  2、課程教學融合相關科目  3、簽署反菸拒檳宣言  4、志工團對家長反菸及拒菸宣導  5、聖誕大噴發活動-我拒菸菸我健康最魅力  6、反菸拒檳健康活力社區關係  7、結合體育組體育競賽活動宣導  8、社區衛生所到校宣導菸檳防制議題  9、結合校慶園遊會闖關活動，對社區及家長進行宣導 | | | |
| 研究工具:A: 菸檳防制成效評量問卷 | | | 前後測時距:四個月 | |
| 變項名稱 | 前測值 | 後測值 | P 值 | 結果簡述 |
| 菸害防制自我效能 | 0.9509 (0.1660) | 0.9754 (0.1366) | 0.4042 | **後測菸害防制自我效能高於前測2.45％** |
| 態度 | 0.9474 (0.0943) | 0.9452 (0.1602) | 0.9233 | **後測態度低於前測0.22％** |
| 吸菸意向 | 0.0395 (0.1319) | 0.0088 (0.0464) | 0.1089 | **後測吸菸意向低於前測3.07％** |
| 菸害認知 | 0.8646 (0.1936) | 0.9248 (0.1967) | 0.0384＊ | **後測菸害認知高於前測6.02％，且有統計上的顯著差異** |
| 學生吸菸率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0175 (0.1325) | N/A | **前後測數值一樣** |
| 學生電子煙使用率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0000 (0.0000) | N/A | **後測學生電子煙使用率低於前測1.75％** |
| 校園二手菸暴露率 | 0.0526 (0.2253) | 0.0351 (0.1856) | 0.5683 | **後測校園二手菸暴露率低於前測1.75％** |
| 學生參與菸害防制教育比率 | 0.8246 (0.3837) | 0.9123 (0.2854) | 0.1994 | **後測學生參與菸害防制教育比率高於前測8.77％** |
| 吸菸學生參與戒菸教育率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0175 (0.1325) | N/A | **前後測數值一樣** |
| 學生嚼檳率 | 0.0000 (0.0000) | 0.0351 (0.1856) | N/A | **後測學生嚼檳率高於前測3.51％** |
| 學生參與檳榔防制教育比率 | 0.6667 (0.4756) | 0.8421 (0.3679) | 0.024＊ | **後測菸害認知高於前測17.54％，且有統計上的顯著差異** |
| 嚼檳學生參與戒檳教育比率 | 0.0000 (0.0000) | 0.0000 (0.0000) | N/A | **前後測數值一樣** |
| 正向心理健康指標-正向情緒 | 0.8596 (0.3504) | 0.9123 (0.2854) | 0.3216 | **後測正向心理健康指標-正向情緒高於前測5.27％** |
| 正向心理健康指標-正向關係 | 0.8772 (0.3311) | 0.9649 (0.1856) | 0.0581 | **後測正向心理健康指標-正向關係高於前測8.77％** |
| 研究工具:菸檳防制成效評量問卷、各項宣導活動辦理 | | | | |

題目：以菸害教育提升菸害防制成效分析

-以台南市歸仁國中為例

壹、研究背景

青少年是未來的主人翁，青少年吸菸會造成生長遲緩、活力不足、注意力不集中；更嚴重的是，吸食菸製品包含新興菸品將是導致其之後濫用依賴物質的重要導因。尤其國中生吸菸對健康的危害比成年人嚴重，要讓國中生避開菸草、免於菸害，學校的菸害防治課程與活動及社區概念融入是否對青少年有所助益，是我們此次研究的重點。

貳、研究方法

本校使用「實驗組前後測」之實驗設計，採多元策略方式以本校七年級抽二班為研究對象(七年七班、七年十一班)，共57名學生。研究工具採用「110年台灣健康促進學校輔導網路問卷」進行前後測。前測結束之後，進行介入策略：實施校本菸害防制教育，健康生活技能教學、各項宣導活動、多元策略營造校園環境、結合家長參與與社區結盟等方式，相關課程結束後進行後測。在資料處理上以Excel的配對樣本ｔ檢定進行統計分析，以觀察此一教學設計及各項宣導活動等介入課程對學生菸害防制自我效能、態度及認知影響成效。

參、研究發現：

1、本校每學期都會對七年級學生進行菸害檳害的教學，前後測抽樣的班級恰好都在菸害檳害教

學後進行，同學對於問卷內容大多已在健康教育課程上學習了，因此問卷結果可能沒有預期

的好。但相反的，因都已經進行過拒菸拒檳的預防教育，在填答的結果上面都是相當良好的。

2、「菸害防治自我效能」未達顯著差異，後測菸害防制自我效能高於前測2.45％，但學生均有

把握拒絕菸品的誘惑。

3、「態度」後測態度低於前測0.22％與「吸菸意向」後測吸菸意向低於前測3.07％未達顯著差

異。問卷中菸害認知有達到顯著，但要值得注意的是學生雖然不同意抽菸，但課程活動中卻

覺得抽菸是一個帥氣的行為，這同學未來將成為抽菸的高危險群，將持續注意追蹤，也建議

媒體部分要審慎審核抽菸行為的卡通或影集。

4、研究結果發現，「菸害認知」及「學生參與檳榔防制教育比率」有達顯著，那表示多元策略

的校園菸害防制教育對於學生是非常有幫助的。

肆、結論與建議

多元策略的校園菸害防制教育對於學生「菸害認知」及「學生參與檳榔防制教育比率」有所提升；學生對於課程及相關活動的投入度高且多有正向回饋。建議能持續推動相關活動及課程，並能結合社區家長資源，除了對傳統紙菸持續關注外，亦需加強新興菸品的防制。

伍、關鍵字：

健康促進、菸害防制

陸、聯絡人：衛生組洪麒雙 [becky070168@tn.edu.tw](mailto:becky070168@tn.edu.tw)

110學年度台南市立歸仁國中菸害防制議題行動研究

**一、研究動機**

肺癌在世界上是最常發生的癌症之一。有許多先進國家，其肺癌死亡率居所有癌病死亡率的第一位。根據世界衛生組織報告，近20年來，人類的癌症死亡率增加19%; 其中以肺癌增加最多，在男性增加76%，女性增加135%。1997年在衛生署登記的癌症死亡病人中，臺灣地區癌症死亡率以肺癌為最高，共有5857人，粗死亡率為每十萬分之27.07，佔20.19%。1997年的肺癌死亡率資料與1987年相比，近十年來死亡率增加數為11.36人， 死亡率增加72.24%，因此肺癌已成國內癌症死亡的最大兇手。

從動物實驗及流行病學調查等方法研究，肺癌致病的原因有吸菸、環境暴露、空氣汙染、食物及其他因素等，其中以吸菸與肺癌的關係最為密切。高達80%的肺癌患者為現行吸菸者或曾經吸菸者，事實上，經過統計，吸菸者不傴得到肺癌的機會增加，得到其他癌症的機會也會增加，如口腔癌、喉癌、胰臟癌、腎臟與膀胱癌、與子宮頸癌。一根菸經點火燃燒時，可以產生四千種以上的物質，這些物質大致可分幾個大類，如尼古丁、一氧化碳、致癌物、刺激物等,其中主要致癌物有數十種之多，這些致癌物對肺癌發生過程中扮演極為重要的角色。

根據國民健康署107年青少年吸菸行為調查發現，宜蘭縣國中生吸菸率4%（全國2.8%），電子煙吸食率1.6%（全國1.9%），二手菸暴露率11.6（全國6.6%），凸顯出本縣青少年吸菸問題，校園是青少年長時間學習的場所，對其認知、態度與行為表現影響甚大。另宜蘭縣青少年電子煙吸食率雖然從103年的2.5%降至107年的1.6%，但因近八成的電子煙含有尼古丁，讓人容易成癮，健康危害不少於紙菸。為達到預防青少年吸菸的目的，校園應積極辦理菸害防致教育宣導，建立拒菸的行為，塑造無菸家庭及校園。

種種研究與統計已經充分顯示吸菸的危害，尤其國中生吸菸對健康的危害比成年人嚴重，要讓國中生避開菸草，免於菸害，菸害防治介入課程是否對青少年有所助益，是我們此次研究的重點。

**二、現況分析**

本校位於臺南市歸仁區的中心，四周商店林立，到處充斥著對學生的誘惑。全校共有46班，學生人數1268人，教職員工130人，屬於中型學校，教職員平均年齡為40歲，熱忱、服務性及新知吸取力高。學區家長依次以商業、勞動、公教為主，家長社經地位懸殊，即使部分家長具有健康的相關知識，但由於家長忙於工作，並無法將菸檳概念落實於生活中，因此學校更要負起教育的責任，教導學生正確的菸檳知識與態度、健康的生活觀念，期望藉由推動菸檳教育讓學生建立正確的「菸檳防治」觀念已是刻不容緩。因此透過學校規劃實施菸檳教育已是刻不容緩。

今年度入選為健康促進學校「菸檳教育」議題種子學校，為了解本校進行菸檳教育議題宣導活動與課程的成效，設計問卷和學習單分析等，希望能讓本校推動菸檳教育更有成效，也提供更多學校進行參考。本校現況分析以及六大推動範疇如表 2-1、表2-2：

表2-1 歸仁國中以健康促進模式實施性教育計畫SWOT分析

| 因素 | S（優勢） | W（劣勢） | O（機會點） | T（威脅點） |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 一、  學校健康政策 | 1.成立學校健康促進推行委員會。  2.建立檢核回饋機制，定期召開工作會議，掌控執行進度，健全組織功能與運作。  3.學校根據性別平等教育法訂立相關法則，成立性別平等教育委員會，每學期召開相關會議。 | 1.健康促進學校委員會功能待加強。  2.相關人員對健康促進學校工作認知與共識皆不足。 | 1.指定辦理校園性教育(含愛滋病防治)推動計畫  相關費用補助。  2.學校行政人員已辦理多項健康促進議題專案，推動政策意願高。 | 1.健康促進議題眾多，難以全面兼顧，難以全面持續推動。  2.地方政府財政拮据，補助經費有限，計畫持續推動不易。 |
| 二、  健康教學與活動 | 1.健康教育及綜合活動課程皆正常教學，設計性教育有關之教學與活動有專業的師資，對推動性教育有正向幫助。  2.護理師具有醫護背景，健教老師具衛教背景，可協助部分之衛生教育宣導活動。  3.有專職的健康教育老師進行課堂教學。 | 1.健康教育及綜合活動課程節數有限，難以全面實施性教育。  2.以性教育議題融入課程成效有限。  3.融入課程議題大多非主流考科，較不被重視。 | 1.學校支持教師參加校外各項性教育增能研習並鼓勵於教學中實施。  2.行政單位能積極邀請專業人士對學生宣講。 | 1.整體社會大環境仍以｢會考-考試引導教學」為主流，因此非升學考試科目較容易被忽略。 |
| 三、  健康服務 | 1.本校有健康護理教師、護理師、輔導教師等，可提供相關諮詢服務。  2.每年新生實施健康檢查。  3.性別平等委員會針對性平申訴案件不定期開會。 | 1.本校學生眾多，護理人員難以全面推動諮詢服務。  2. 本校學生眾多，輔導教師難以全面推動諮詢服務。  3.性議題較隱私，學生少主動提出。 | 1.本校健康中心有共兩位護理師，提供性生理之諮詢服務。  2.輔導室規劃心理師定期駐校進行心理健康諮商。 | 1.學生性教育問題，日益增加與多元，提供服務人力有限。 |
| 四、  學校物質環境 | 1.本校校地寬廣，環境優美，校園建築規畫完整。  2.本校圖書館藏書豐富提供師生相關性教育資訊之獲得。  3.學校鼓勵教師成立專業社群發展。 | 1.學校部分校舍老舊。  2.健康與護理教師課務繁重，無暇融入更多教學課程 | 1.學校已申請相關經費補助，逐年進行校舍補強工程。  2.學校性教育專欄作為各班班級布置之創意評分內容。 | 1.台南市公車班次很少，造成學生上、下學交通不便，影響學生課後留校活動時間。  2.放學時間，校園人力較少，增加留校學生安全顧慮。 |
| 五、  學校社會環境 | 1.本校教職員師生相處融洽，整體氣氛和諧，能建立正向的支持性人際關係。  2.本校學務處、輔導室、人事室、教師會等單位制度完善，能提供良好諮詢與支持系統。 | 1.本校校園幅員廣闊，教師辦公室分佈較廣，彼此往來較少，不太熟識。  2.學生對於考科以外活動，重視程度與參與意願較低。 | 1.本校行政單位能充分了解及運用校外社會相關資源。  2.本校導師能與學生家長建立良性互動，並藉由電話、晤談等方式進行溝通與了解。 | 1.部分家長忙於工作，易忽略家庭教育的重要性，進而影響學生健康自主管理、溝通、協商及建立良好人際關係等能力。 |
| 六、  社區夥伴關係 | 1. 和社區衛生、醫療 機構，聯繫密切。  2.與社區藥師簽訂學校藥師協定，定期提供學校健康促進活動之協助 | 1.家長參與與出席活動有時不擁躍。 | 1.學校鄰近醫學教學中心（成大、奇美醫院），可提供相關咨詢服務。  2.結合社區資源宣導。 | 1.政府相關單位部門能提供或協助學校進行性教育推動之經費有限。  2.聯繫社區資源合作時間整合不易。 |

表2-2 歸仁國中六大範疇施行內容

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 項次 | 推動範疇 | 實 施 內 容 | 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。 | 110.8 | 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。 | 110.08~108.06 | 行事曆 |
| 3.健康促進推動議題納入學校健康教育課程。 | 110.09~  111.06 | 課程計畫表 |
| 4.健康促進行動研究計畫-『以菸害教育提升菸害防制成效分析』。 | 110.09~  111.06 | 計畫與成果 |
| 二 | 物質環境 | 1.反菸標示提醒。 | 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。 | 全年辦理 | 實景照片 |
| 3.無菸廁所、無菸校園。 | 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。 | 110.10~  111.03 | 討論事項 |
| 2.加強反菸宣導。 | 全年辦理 | 活動照片 |
| 3.舉行反菸競賽活動。 | 110.10~  111.06 | 活動照片 |
| 4.衛生所至本校宣導。 | 110.10  111.1 | 宣導照片 |
| 5.反菸拒毒化粧遊行活動 | 110.12 | 宣導照片 |
| 6.聖誕大噴發活動 | 110.12. | 活動照片 |
| 7.反菸拒檳毛毛蟲大賽 | 110.12. | 活動照片 |
| 四 | 社區關係 | 1.校門口反菸人行道。 | 全年辦理 | 活動照片 |
| 2.反菸拒檳-社區關懷社訪問 | 110.10 | 活動照片 |
| 3.志工團對家長反菸及拒菸宣 | 全年辦理 | 活動照片 |
| 五 | 健康服務 | 1.對學生施行拒菸檳教育。 | 全年辦理 | 活動照片 |
| 2.提供健康促進相關資料給學生。 | 全年辦理 | 活動照片 |
| 六 | 健康技能（教學） | 1.規劃學生健康促進影片賞析。 | 110.10~  111.3 | 活動照片 |
| 2.反菸行動研究介入課程。 | 110.10~  111.3 | 成果報告 |
| 3.反菸觀念融入教學。 | 全年辦理 | 活動照片 |

**三、研究目的**

1.探討菸害防制策略對學生吸菸行為的影響。

2.探討菸害防制策略對拒菸自我效能的影響。

3.探討菸害防制策略對吸菸危險知覺的影響。

4.探討菸害防制策略對學生菸害防制態度的影響。

5.探討菸害防制策略對學生吸菸危害知識的影響。

**四、研究工具**

(一) 量性問卷：

採用110學年台南市菸檳防制議題網路問卷。問卷內容除基本資料外包括下列部分:

1. 菸害防制自我效能(2) 態度(3) 吸菸意向 (4) 菸害認知(5) 學生吸菸率(6) 學生電子煙使用率(7) 校園二手菸暴露率(8) 學生參與菸害防制教育比率(9) 吸菸學生參與戒菸教育率(10) 學生嚼檳率(11) 學生參與檳榔防制教育比率(12) 嚼檳學生參與戒檳教育比率(13) 正向心理健康指標-正向情緒(14) 正向心理健康指標-正向關係
2. 資料處理及分析:問卷回收由台南市健康促進網路問卷系統，協助初步彙整及統計，本校並進一步以配對t檢定進行前後測成效分析。

(二 ) 質性工具:

1、辦理反菸拒毒化粧遊行活動

2、課程教學融合相關科目

3、簽署反菸拒檳宣言

4、志工團對家長反菸及拒菸宣導

5、聖誕大噴發活動-我拒菸菸我健康最魅力

6、反菸拒檳健康活力社區關係

7、結合體育組體育競賽活動宣導

8、社區衛生所到校宣導菸檳防制議題

9、結合校慶園遊會闖關活動，對社區及家長進行宣導

**五、研究架構圖:**

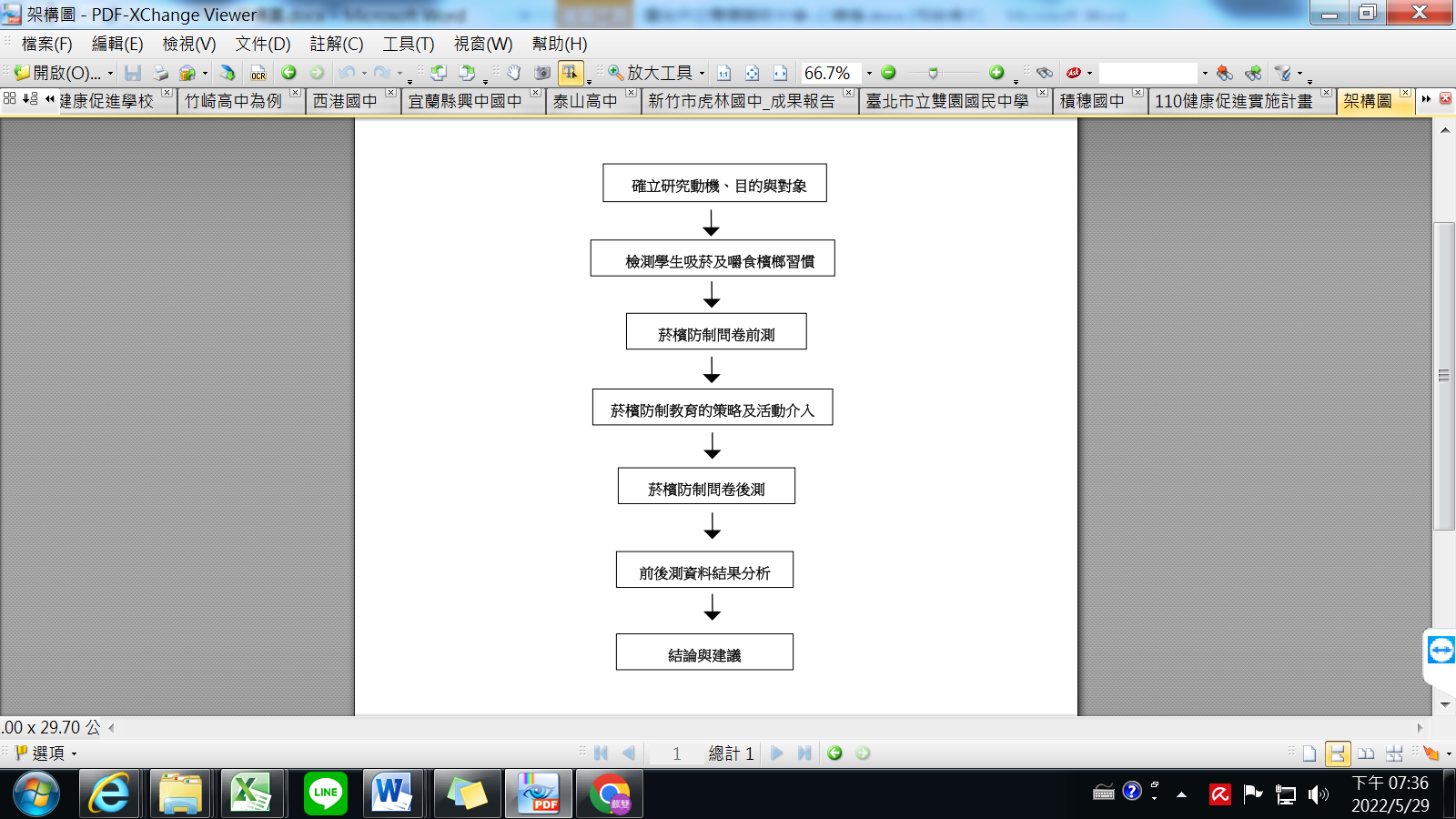


圖5-1、 研究架構圖

**六、研究過程**

(一) 成立校內健康促進委員會推動小組：成立全校健康促進委員會，涵蓋不同處室成員，利用定期或不定期健促委員會議，討論菸檳防制活動推動事宜。成員詳列如下表。

表6-1 健康促進委員會小組成員

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 職 務 | 職 稱 | 職 責 |
| 主任委員 | 校長 | 1、研擬並主持計畫。  2、督導學校健康促進委員會確實執行工作。  3、綜理委員會業務。 |
| 執行秘書 | 學務主任 | 1、策定健康促進學校計畫推動實施。  2、辦理檢討會議。 |
| 總幹事 | 衛生組長 | 1、研究策劃，督導計畫執行，並協助行政協調。  2、相關健康促進學校相關議題的推展工作。 |
| 顧問 | 家長會長 | 向家長宣導反菸拒檳及健康飲食等各項健康衛生議題  之重要性。 |
| 教育委員 | 教務主任 | 1、督導反菸拒檳課及健康飲食程設計研發及實施。  2、督導配合促進健康學校議題融入課程之各項競賽的實施。 |
| 總務委員 | 總務主任 | 督導校園遊樂器材設施檢驗，營造安全校園環境。 |
| 輔導委員 | 輔導主任 | 1、督導建立全校師生健康心理、輔導、價值觀，營造  師生全人健康狀態。  2、藉由各項親職教育機會辦理反菸拒檳、健康飲食等各項心理衛生健康衛生議題演講。 |
| 教育委員 | 教學組長 | 1、貫徹正常化教學，負責反菸、拒絕檳榔及健康飲食課程實施之督導。  2、研擬及敦請老師設計活潑多元健康促進議題相關課程。 |
| 訓導委員 | 生教組長 | 宣導及監督無菸害及拒絕檳榔進入校園的進行。協助建立學生飲食習慣之規範。 |
| 體育委員 | 體育組長 | 辦理各項健康體適能活動。 |
| 總務委員 | 總務組長 | 1、負責校園遊樂器材設施檢驗，營造安全校園環境。  2、訂定學校各項設施之使用規則。 |
| 校護 | 護理師 | 1、提供各項健康服務。  2、辦理學生健康及衛生教育相關事項。  3、協助相關活動的進行。  4、協助執行健康促進學校計劃並推動實施。 |
| 組員 | 全體健體教師 | 協助辦理拒檳反菸、拒絕檳榔及各項健康議題教育融入課程宣導活動。 |
| 組員 | 全體導師 | 1、設計及實施拒檳、反菸、健康飲食等各項健康衛生議題教學與督導活動。  2、協助辦理反菸、防制檳榔進入校園、健康飲食等各 項健康促進工作之進行。 |

# (二) 依據 WTO 健康促進學校六大範疇：學校健康政策、健康教學與活動、健康服務、

學校社會環境、學校物質環境及社區關係等六項，以此六項為主軸據以擬定執行內容詳述如下：

表6-2、健康促進計畫執行內容

|  |  |
| --- | --- |
| 六大範疇 | 執行內容 |
| **一、學校健康政策** | 1.成立學校健康促進推行委員會，組成工作推動小組。  2.訂定實施時間表與工作分配。  3.利用校務會議進行健康促進計畫說明，凝聚全校教職員工共識。  4.依據110學年度健康促進學校實施計畫擬定菸檳防制計畫。 |
| **二、健康教育與活動** | 1.進行宣導活動講座，推廣反菸拒檳觀念。  2.實施反菸拒檳教學模組課程內容:  (1)瞭解反菸拒檳的重要性  (2)為什麼要反菸拒檳  (3)菸害與檳害對身體的影響知識與態度。  3.利用健教課程進行菸檳防制議題融入教學，增加學生學習興趣。  4.議題融入理化教學，實踐課程多元化及潛移默化的教學目標。  5.辦理各項活動與競賽，提倡正當休閒活動，使學生遠離菸害。 |
| **三、健康服務** | 1.掌握校內吸菸學生名單，轉介進行吸菸學生2小時戒菸教育課程。  2.提供戒菸檳諮詢服務及戒菸管道，提高教職員工生戒菸檳意願。  3.充實健康中心內各項教學資料，設立保健佈告欄，提供健康資訊。 |
| **四、學校社會環境** | 1.對於吸菸學生定期主動關心學生吸菸情形，鼓勵減菸、戒菸，並給予心  理支持，成功者給予獎勵措施。  2.利用班會課，討論反菸拒檳之相關議題，制訂健康生 活公約，支持校內  反菸拒檳活動。 |
| **五、學校物質環境** | 1.校門口、校園走廊及公布欄等明顯處張貼禁菸標誌、拒菸檳宣導標語、  海報及宣導資料，營造無菸檳校園空間。  2.結合生教組加強校園安全巡邏稽查，維護環境安全。  3.加強校園監視設備，減少昏暗場域，避免學生躲藏進行吸菸。  4.校園跑馬燈，隨時提供相關資訊及標語。 |
| **六、社區關係** | 1.親職教育活動，力邀家長參與菸害防制相關資訊宣導。  2.發放「菸檳防制」等相關文宣、訊息，請學生貼於聯 絡簿上，向學生及  家長宣導正確觀念。  3.淨街活動體驗與實作，維持社區環境整潔，減少菸蒂聚集，並發放  文宣給社區居民，宣導菸害防制的態度。  4.邀請社區商家合作，輔導學校周遭商店取得共識，拒絕販賣菸品、  檳榔給未成年學生。  5.健康服務中心與衛生所合作，協助吸菸學生減少、遠離菸品。 |

(**三**) 施行前測：110年11月進行「菸檳防制議題評量問卷」的前測，收集學生對於香菸及檳榔

危害行為、態度及知識的先備資料。

(四)實施後測：111年4月進行「菸檳防制議題評量問卷」的後測，收集學生對於香菸及檳榔危害

行為、態度及知識的表現資料。

**七、研究結果**

本校使用「實驗組前後測」之實驗設計，採多元策略方式以本校七年級抽二班為研究對象(七年七班、七年十一班)，男29人，女28人，共57名學生。研究工具採用「110年台灣健康促進學校輔導網路問卷」進行前後測。

(一)成效指標前後測結果及分析

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 研究對象 | 國中七年級  2個班 | 人數 | 54 人(男:27 女:27) | |
| 研究工具:A: 菸檳防制成效評量問卷 | | | 前後測時距:四個月 | |
| 變項名稱 | 前測值 | 後測值 | P 值 | 結果簡述 |
| 菸害防制自我效能 | 0.9509 (0.1660) | 0.9754 (0.1366) | 0.4042 | 後測菸害防制自我效能高於前測2.45％ |
| 態度 | 0.9474 (0.0943) | 0.9452 (0.1602) | 0.9233 | 後測態度低於前測0.22％ |
| 吸菸意向 | 0.0395 (0.1319) | 0.0088 (0.0464) | 0.1089 | 後測吸菸意向低於前測3.07％ |
| 菸害認知 | 0.8646 (0.1936) | 0.9248 (0.1967) | 0.0384＊ | 後測菸害認知高於前測6.02％，且有統計上的顯著差異 |
| 學生吸菸率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0175 (0.1325) | N/A | 前後測數值一樣 |
| 學生電子煙使用率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0000 (0.0000) | N/A | 後測學生電子煙使用率低於前測1.75％ |
| 校園二手菸暴露率 | 0.0526 (0.2253) | 0.0351 (0.1856) | 0.5683 | 後測校園二手菸暴露率低於前測1.75％ |
| 學生參與菸害防制教育比率 | 0.8246 (0.3837) | 0.9123 (0.2854) | 0.1994 | 後測學生參與菸害防制教育比率高於前測8.77％ |
| 吸菸學生參與戒菸教育率 | 0.0175 (0.1325) | 0.0175 (0.1325) | N/A | 前後測數值一樣 |
| 學生嚼檳率 | 0.0000 (0.0000) | 0.0351 (0.1856) | N/A | 後測學生嚼檳率高於前測3.51％ |
| 學生參與檳榔防制教育比率 | 0.6667 (0.4756) | 0.8421 (0.3679) | 0.024＊ | 後測菸害認知高於前測17.54％，且有統計上的顯著差異 |
| 嚼檳學生參與戒檳教育比率 | 0.0000 (0.0000) | 0.0000 (0.0000) | N/A | 前後測數值一樣 |
| 正向心理健康指標-正向情緒 | 0.8596 (0.3504) | 0.9123 (0.2854) | 0.3216 | 後測正向心理健康指標-正向情緒高於前測5.27％ |
| 正向心理健康指標-正向關係 | 0.8772 (0.3311) | 0.9649 (0.1856) | 0.0581 | 後測正向心理健康指標-正向關係高於前測8.77％ |

(二)研究結果說明：

1.「菸害防制自我效能」的結果後測數值比前測更多，後測菸害防制自我效能高於

前測2.45％，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

2.「態度」的結果後測態度低於前測0.22％其差異不大，顯示反菸拒檳教育課程對

學生的認知與態度無影響。

3.「吸菸意向」的結果後測吸菸意向低於前測3.07％，顯示反菸拒檳教育課程對學生

的認知與態度有正向幫助。

4.「菸害認知」的結果後測菸害認知高於前測6.02％，比預期結果更高，且有統計上

的顯著差異，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

5.「學生吸菸率」的結果後測與前測數值一樣且只有1.75％，比預期結果更低，顯示

反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

6.「學生電子菸使用率」的結果後測學生電子煙使用率為0，低於前測1.75％，比預期

結果更低，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

7.「校園二手菸暴露率」的結果後測校園二手菸暴露率低於前測1.75％，顯示反菸拒

檳教育宣導對社區民眾及家長的認知與態度有正向幫助。

8.「吸菸學生參與戒菸教育率」的結果後測學生參與菸害防制教育比率高於前測8.77

％，代表學生主動參與戒菸教育比率上升，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知

與態度有正向幫助。

9.「學生參與菸害防制教育比率」的結果前後測數值一樣且只有1.75％，比預期結果

更低，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

10.「學生嚼檳率」的結果後測學生嚼檳率高於前測3.51％，其差異不大且比預期結果

更低，經詢問此名學生之後，發現他是因為家人嚼檳而好奇嘗試過一次。

11.「學生參與檳榔防制教育比率」的結果後測菸害認知高於前測17.54％，比預期結

果更高，且有統計上的顯著差異，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有

正向幫助。

12.「嚼檳學生參與戒檳教育比率」的結果前後測數值一樣皆為0，比預期結果更

低，顯示反菸拒檳教育課程對學生的認知與態度有正向幫助。

13.「正向心理健康指標-正向情緒」的結果後測正向心理健康指標-正向情緒高於前測

5.27％，比預期結果更高，顯示反菸拒檳教育課程是對學生的認知與態度非常有

正向幫助。

14.「正向心理健康指標-正向關係」的結果後測正向心理健康指標-正向關係高於前測

8.77％，比預期結果更高，顯示反菸拒檳教育課程是對學生的認知與態度非常有

正向幫助。

八、討論與建議

(一) 本校110學年度擔任台南市校園菸檳防制種子學校，本次行動研究由學務處

進行推動，感謝社區衛生所與歸仁國中志工團提供的各方面協助，本校除

了在校園內對學生全方面推廣菸檳防制的觀念，更期盼能更多方面深入社

區，教育家長與長者， 期能對社區民眾的健康有正面影響。

(二)參與本次的菸檳防治行動研究成果可知，只要學校教師能積極的推動菸檳防

制教育，學生的正確觀念是會形成的，若只一昧單靠學務處辦理的宣導活動

是不夠的，需要各科教學融入情境教育與日常的隨機教育，學生會內化成自

身的理念，一輩子根深蒂固在腦海中。教學相長，教師們也可能因此改變自

身的觀念盲點，進而將正確觀念帶用於自己家人中，觀念的紮根變由縱向擴

展為橫向。

(三)本次110學年度菸檳防治教育行動研究選擇為七年級生受測，由研究結果顯

示，大部分受測者在菸檳防制的各方面知識與行為能力本就有一定的基礎，

在今年度加強菸檳防制宣導之後，則可呈現出前後測的差異，顯示在課程情

境教育介入後，學生對於菸檳防制的認知有所進步。

(四)多元策略的校園菸害防制教育對於學生「菸害認知」及「學生參與檳榔防制

教育比率」有所提升；學生對於課程及相關活動的投入度高且多有正向回饋。

建議能持續推動相關活動及課程，並能結合社區家長資源，除了對傳統紙菸

持續關注外，亦需加強新興菸品的防制。

活動過程紀錄及照片

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明： 110學年度歸仁國中菸檳議題學校共識會議 |
|  |
| 照片說明： 110學年度健康促進計畫經校務會議提案討論通過 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| C:\Users\user\Desktop\109健康促進平台的相片\運動會跳舞\AC__7900.jpg |
| 照片說明： 校長帶領學校團隊與社區家長們一起參與反菸拒檳舞蹈 |
|  |
| 照片說明： 辦理反菸拒毒化粧遊行活動 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：與社區合作，請警局派員入校進行安全校園宣導 |
| F:\Users\衛生組\Desktop\改變的開始\107\相片\4-27校慶-愛滋宣導\IMG_7584.JPG |
| 照片說明：結合校慶園遊會闖關活動，對社區及家長進行宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：健教課程互動學習 |
|  |
| 照片說明：推動家長及校外來賓到校不吸菸 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| F:\Users\衛生組\Desktop\改變的開始\109\相片\109健康促進平台的相片\宣導\148986.jpg |
| 照片說明：無菸校園教育宣導週 |
| C:\Users\user\Desktop\109健康促進平台的相片\健檢抽血HPV\07E8EA83-E9F1-4900-A18B-1A40498105A7.jpg |
| 照片說明：防疫期間-衛生所到校菸檳防制宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：無菸教室佈置宣導 |
|  |
| 照片說明：菸檳防制專欄 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：菸害防制-結合理化課 |
|  |
| 照片說明：菸檳防治健康教育深入探討 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：菸檳防治學習單互動 |
|  |
| 照片說明：香菸的危害影片說明 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：勸導違規吸菸民眾 |
|  |
| 照片說明：嚴禁合作社及廠商在校內販售各式菸品  (含菸品形狀玩具點心等)並列入合約要求 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：與施工廠商簽約時加註「請遵守菸害防制法及校內禁菸規範，並加強巡邏工地 |
| C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\4B46AC0E-552B-454F-B0A9-C10232E5DB5D.jpg |
| 照片說明：友善校園周師生宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：反菸拒檳社區親職教育講座 |
|  |
| 照片說明：領域宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| **C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\S__11354117.jpg** |
| 照片說明：師生反菸及拒菸簽名-健康促進活動 |
|  |
| 照片說明：志工團校門口，對家長反菸及拒菸宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：與學校附近商店結盟，不販售菸品給青少年 |
| **C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\S__851501058.jpg** |
| 照片說明：菸品販售友善商店共同宣言 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：校園衛教宣導 |
|  |
| 照片說明：校園衛教宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\IMG_3508.jpg |
| 照片說明：衛生所到校宣導菸檳防治 |
|  |
| 照片說明：社區關懷社-戒菸宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：國語文競賽-書法比賽 |
|  |
| 照片說明：衛生所到校宣導菸檳防治 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：衛生所到校宣導菸檳防治 |
|  |
| 照片說明：參加反菸反毒教育特展 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\9D71FD24-5143-4B05-A02F-6A6E8E9A06FE.jpg |
| 照片說明：桌球隊後援會開會-家長到校不吸菸 |
|  |
| 照片說明：校外來賓-到校不吸菸 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| F:\Users\衛生組\Desktop\改變的開始\105\相片\6學生\電腦施測\IMG_3681.JPG |
| 照片說明： 學生進行有關菸害防制的調查 |
| C:\Users\user\Desktop\3月18日-健康促進訪視\相片\1C090309-A644-4C8B-821A-B53D140E1260.jpg |
| 照片說明：社團菸檳議題宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：聯絡簿單張宣導 |
| F:\Users\衛生組\Desktop\改變的開始\107\相片\4-1藝讚風華-性別氣質\DSC_4778.jpg |
| 照片說明：舞蹈選拔-健康活力拒絕菸檳 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
| F:\Users\衛生組\Desktop\改變的開始\107\相片\社團-EQ養成社珍愛守門員\IMG_8051.JPG |
| 照片說明：表演藝術課程拒絕菸檳 |
|  |
| 照片說明：藝讚風華-加強菸害防制教育宣導 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：反菸拒檳-猜猜我是誰活動 |
|  |
| 照片說明：聖誕大噴發活動-我拒菸菸我健康最魅力 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：【反菸拒檳健康活力社區關係】學校與社區互為合作的夥伴。歸仁區長榮大學根與芽活動—黃偉哲市長與師生互動 |
|  |
| 照片說明： 【反菸拒檳健康活力社區關係】主持啟用的副市長戴謙開球，台南市新豐區許多球迷期盼的歸仁體育公園風雨球場今天啟用，歸仁國中籃球隊參與活動 |

110學年度歸仁國中推動菸害防制成果

|  |
| --- |
|  |
| 照片說明：：【反菸拒檳健康活力社區關係】  歸中志工團—參與學校運動會 |
|  |
| 照片說明：【反菸拒檳健康活力社區關係】  歸仁社區產業踏查活動 |

**臺南市110學年度健康促進學校菸檳防制議題問卷**

**(國中)**

**「基本資料」**

1.請問你的性別：□(1)男 □(2)女

2.請問你目前同住的家人有無吸菸習慣：□(1)沒有□(2)有□，是□爸爸□媽 媽□爺爺或外公□奶奶或外婆□哥哥或弟弟□姐姐或妹妹□其他住在一起的親友(基本資料第1~2題統計人數及百分比)

**題目**

**「吸菸行為」**

1.過去30天（一個月）內，你一共吸菸多少天呢？

□(1)過去30天內我沒有吸菸**(★勾選此項者跳過第2題)**

□(2)1或2天

□(3)3到5天

□(4)6至9天

□(5)10到19天

□(6)20到29天

□(7)每天都有

2.若你有吸菸，是否曾經參加以下戒菸教育活動？（可複選）

**(★第1題勾選(1)者免填本題直接答第3題)**

□(1)學校戒菸班

□(2)學校師長戒菸輔導

□(3)校外醫療院所戒菸班

□(4)校外醫療院所戒菸門診

□(5)戒菸專線 0800636363

□(6)戒菸網站

3.過去30天（一個月）內，你一共吸電子煙多少天呢？

□(1)過去30天內我沒有吸電子煙

□(2)1或2天

□(3)3到5天

□(4)6至9天

□(5)10到19天

□(6)20到29天

□(7)每天都有

**吸菸行為第1題統計人數及吸菸率**

**吸菸行為第2題統計人數及參與戒菸教育比率**

**吸菸行為第3題統計人數及吸電子煙比率**

**「自我效能」**

4.當同學或朋友邀你吸菸時，你有多少把握會說「不」

□(1)完全有把握100%

□(2)很有把握75%

□(3)有一半把握50%

□(4)有少許把握25%

□(5)完全沒把握0%

**(完全有把握5分→很有把握4分→有一半把握3分→有少許把握2分→完全沒把握1分)**

**菸害防制自我效能:第3題統計人數、百分比、平均數及總分**

**「態度」**

5.你是否同意自己吸菸？

□(1)非常同意 □(2)同意 □(3)不同意 □(4)非常不同意

6.你是否同意吸菸會讓人看起來更有吸引力嗎？

□(1)非常同意 □(2)同意 □(3)不同意 □(4)非常不同意

**態度第5~6題統計人數、百分比、平均數及總分**

**非常同意1分、同意2分、不同意3分、非常不同意4分**

**「吸菸意向」**

7.在未來的一年內，你想你會不會吸菸？

□(1)一定不會吸 □(2)可能不會吸 □(3)可能會吸 □(4)一定會吸

**吸菸意向7題統計人數、百分比及平均數**

**一定不會吸4分、可能不會吸3分、可能會吸2分、一定會吸1分**

**「二手菸暴露」**

8.過去七天內，你在學校時，有人在你面前吸菸的天數有幾天？

□0天 □1天 □2天 □3天 □4天 □5天 □6天 □7天

9.在過去七天內，你在家時，有人在你面前吸菸的天數有幾天？

□0天 □1天 □2天 □3天 □4天 □5天 □6天 □7天

**二手菸暴露第8~9題統計人數、百分比**

**「菸害預防教育經驗」**

10.在過去一年中，你是否曾經上過有關吸菸危害健康的課程？

□(1)有 □(2)沒有

11.在過去一年中，你是否曾參與過學校的反菸宣導活動？

□(1)有 □(2)沒有

**菸害預防教育經驗第10~11題統計人數、百分比**

**「菸害認知」**

12.菸品有七千多種化學物，九十多種致癌物，會導致各種癌症（如肺癌、口腔癌等、喉癌）？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

13.菸品中的尼古丁是導致人們菸品成癮的主要原因？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

14.二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？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

15.我國菸害防制法規定室內工作與公共場所全面禁止吸菸？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

16.我國菸害防制法規定高中職以下校園內全面禁止吸菸，違規吸菸最高罰一萬元？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

17.我國菸害防制法規定18歲以下青少年吸菸，需要接受戒菸教育？

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

18.電子煙不能幫助戒菸且含有甲醛等有害成分並具有爆炸危險性。

■(1)正確 □(2)不正確 □(3)不知道

**菸害認知第12～18題統計人數、百分比及總分**

**答對1分、答錯和不知道皆為0分，要計算菸害認知正確率為7題得分÷7×100％**

**「嚼檳行為」**

19.過去３０天你是否曾經嚼食過檳榔？□是 □否

20.若你有嚼食檳榔，是否參加過戒檳教育活動(如戒檳教育、學校戒檳輔導、學校戒檳班、醫療院所戒檳班、戒檳網站或戒檳門診等)？**(★第19題填否-沒有嚼檳者不必填答)**

□(1)是 □(2)否

**嚼檳行為統計人數及嚼檳率、參與戒檳比率**

**「檳害預防教育經驗」**

21你在學校是否上過檳榔防制相關課程或活動？

□(1)是 □(2)否

**檳害預防教育經驗第21題統計人數、百分比**

**「檳榔危害認知」**

22.檳榔子本身就含有致癌物。 ■對 □ 不對 □不知道

23.嚼食檳榔的人，若在口腔黏膜上發現有白斑，可能是口腔癌的前兆。

■對 □ 不對 □不知道

**檳榔危害認知第22～23題統計人數、百分比及總分**

**答對1分、答錯和不知道皆為0分，要計算檳榔危害認知正確率為2題得分÷2×100％**

**「正向心理健康菸檳防制」**

24.我不會使用菸、檳榔來紓解壓力，我能用正向(適當)方法調解壓力。《正向

心理健康指標-正向情緒》

(1)完全沒把握

(2)有少許把握

(3)有一半把握

(4)很有把握

(5)完全有把握

25.我不使用菸、檳榔來交朋友，一樣有良好的人際關係。《正向心理健康指標-正向關係》

(1)完全沒把握

(2)有少許把握

(3)有一半把握

(4)很有把握

(5)完全有把握

**※填答統計**

|  |  |
| --- | --- |
| **指標** | **收集方式** |
| **學生吸菸率** | **第1題選擇除了＂(1)＂之外選項者之人數比率(學生過去30天內曾經吸菸人數/實際填答學生總數)\*100%** |
| **學生嚼檳率** | **第19題(學生過去30天內曾經嚼檳人數/實際填答學生總數)\*100%** |
| **學生電子煙使用率** | **第3題選擇除了＂(1)＂之外選項者之人數比率(學生過去30天內曾經吸電子煙人數/實際填答學生總數)\*100%** |
| **學生參與菸害防制教育比率** | **第10題勾選(1)有的學生數/實際填答學生總數)\*100%** |
| **學生參與檳榔防制教育比率** | **第21題勾選(1)有的學生數/實際填答學生總數)\*100%** |
| **校園二手菸暴露率** | **第8題選擇除了＂(1)＂之外選項者之人數比率(過去7天在校有人在面前吸菸的學生數/實際填答學生總數) \*100%** |
| **吸菸學生參與戒菸教育率** | **第2題【吸菸學生參與戒菸教育人數】/【過去30天內有吸菸學生人數】×100%（第1題勾選(1)過去30天內我沒有吸菸，則跳過第2題）** |
| **嚼檳學生參與戒檳教育比率** | **第20題勾選(1)是的學生數，除以過去30天內有嚼檳的學生數。（第19題勾選否，則跳過第20題）** |
| **正向心理健康菸檳防制-正向情緒** | **第24題勾選「很有把握」或「完全有把握」的總人數）/填答學生數\*100」** |
| **正向心理健康菸檳防制-正向關係** | **第25題勾選「很有把握」或「完全有把握」的總人數）/填答學生數\*100」** |

**※前後測成效評價參用**

**菸害防制自我效能:第4題-統計人數、百分比、平均數及總分**

**態度: 第5~6題-統計人數、百分比、平均數及總分**

**吸菸意向:第7題-統計人數、百分比、平均數**

**菸害認知:第12～18題-統計人數、百分比及總分**

**答對1分、答錯和不知道皆為0分，計算菸害認知正確率為7題得分÷7×100％**