

臺南市114學年度南寧高中健康促進主推議題成效說明

壹、主推議題：菸檳防制

貳、主推原因、背景成因及現況分析說明：

一、主推原因：

近幾年，本校發生幾起學生於校外抽菸、或攜帶電子煙器具到校之違規事件，甚至波及、影響他校學生。

學生吸菸不僅會危害自我健康與人際關係，也會讓其家人、朋友暴露於二手菸、三手菸的危險環境。因此，若能有效提升學生拒菸反檳意識，可幫助自己在生活中遠離菸檳危害的情境，保護自我健康，更進一步可能對周遭親朋好友產生正面影響，維護他人健康。

二、背景成因及現況分析：

(一)背景成因：

1. 學生對菸害法規及健康知識不足，尤其是國一學生，上過的菸檳危害相關課程有限。
2. 部分學生家庭功能不彰，家人無法有效掌握其作息與交友，加上國中生易受同儕影響，當學生受外界影響接觸菸品時，無法及時導正其行為及觀念。
3. 部分學生家人有抽菸習慣，學生健康受到危害，且易接觸到菸品。
4. 多數學生會使用手機上網及購物，上網購買菸品可能不被發現。

(二)現況分析

1. 本校菸害違規事件，113學年度曾發生1起，114學年度上學期發生2起。
2. 表(一)、表(二)分別為113學年度及114學年度本校抽七年級二個班進行台南市健康促進網路菸檳防制問卷前測的部分資料

(表一)南寧高中113學年度健康促進網路菸檳防制問卷前測資料

| 指標 | 使用紙菸率 | 非紙菸使用率 | 家中二手菸暴露率 | 參與菸害防制教育比率 | 菸害防制自我效能 | 拒菸態度 | 吸菸意向 | 菸害認知 | 嚼檳率 | 參與檳榔防制教育比率 | 檳榔危害認知 |
|---------|-------|--------|----------|------------|----------|-------|------|-------|-----|------------|--------|
| 百分比 (%) | 5.26 | 0 | 31.58 | 91.23 | 95.79 | 98.25 | 1.75 | 79.29 | 0 | 71.93 | 37.72 |

(表二)南寧高中114學年度健康促進網路菸檳防制問卷前測資料

| 指標 | 使用紙菸率 | 非紙菸使用率 | 家中二手菸暴露率 | 參與菸害防制教育比率 | 菸害防制自我效能 | 拒菸態度 | 吸菸意向 | 菸害認知 | 嚼檳率 | 參與檳榔防制教育比率 | 檳榔危害認知 |
|--------|-------|--------|----------|------------|----------|-------|------|-------|-----|------------|--------|
| 百分比(%) | 0 | 4.26 | 40.43 | 100 | 97.87 | 94.68 | 3.19 | 89.67 | 0 | 87.23 | 86.17 |

由(表一)、(表二)統計資料表可知

- (1)113、114學年度，皆有國一學生接觸菸品，有吸菸意向。
- (2)學生家中二手菸暴露率高。
- (3)114學年度國一學生在參與檳榔防制教育比率、在菸害認知及檳榔危害認知未達學校的目標90%以上。

(三)預期目標

為了促進本校師生、家長健康，降低菸檳的危害，學校希望透過多元活動的規劃，達到以下目標

- (1)學生無菸害違規事件。
- (2)國一學生在菸檳防制問卷後測的吸菸率、吸菸意向降低，在菸害防制自我效能、拒菸態度、菸檳危害認知及參與菸檳防制教育能達90%上。
- (3)針對國二、國三學生、學校師生、家長至少辦理一場菸檳防制相關活動，持續提升其對菸檳危害認知，強化拒菸意識。

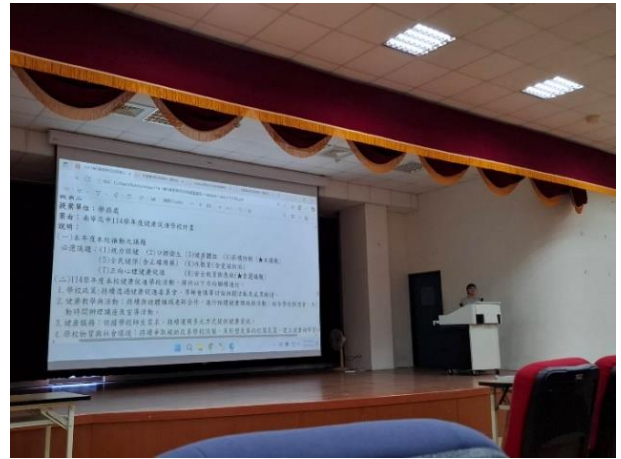
參、實施過程：

一、學校衛生政策：

- (一)學年初，召開健促委員會，決定以菸檳防制為今年推動之主議題及擬定相關策略。
- (二)計畫經過校務會議通過，於學期中行政會議，每月導師會報進行相關活動說明、討論與修正。
- (三)辦理學校教職員工菸檳防制宣導，提高教職員工相關知能，能協助學校推動菸檳防制議題活動。



校長召開健康促進委員會，討論本校菸檳防制之推動策略



校務會議通過本校 114 學年度健康促進計畫，以菸檳防制為主議題



學務主任於導師會報進行菸檳防制議題活動之說明及檢討



校長對教職員工進行菸檳防制宣導

二、學校物質環境與社會環境

(一)學校校門口、重要出入口張貼禁菸標示



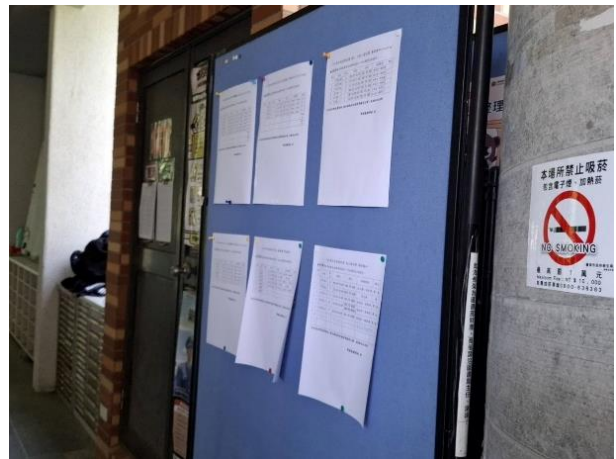
校門口張貼禁菸標誌



校門口家長接送區張貼禁菸標誌



川堂張貼禁菸標誌

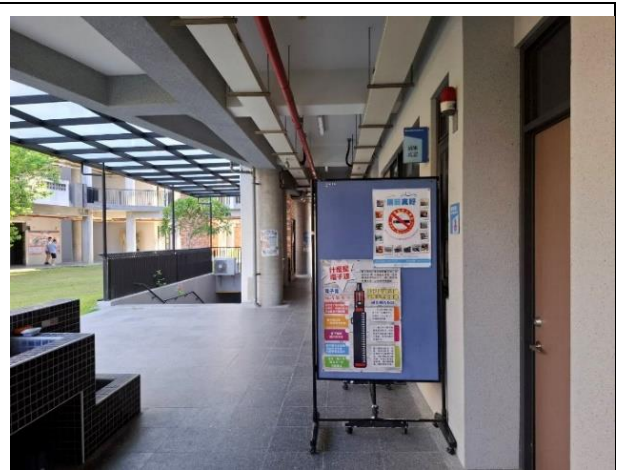


學務處旁走廊張貼禁菸標誌

(二)重要通道懸掛菸癮防制宣導旗幟、張貼宣導海報及學生作品、放置立牌，營造友善健康的校園氛圍。



家長接送區懸掛菸害宣導標語旗幟



行政大樓 1F 走廊張貼菸癮防制宣導



川堂放置無菸癮環境宣導立牌



學生菸癮防制 logo 設計作品成果展示

(三)結合學校重要活動，辦理菸檳防制相關宣導，增強師生、家長守護健康的意識。



生輔組長於新生訓練說明菸的危害及法規



社團成果發表會宣導拒菸



運動會時，辦理菸害闖關活動，並由學生會長及健康大使向學生宣導要遠離菸檳，從事有益身體健康的活動。



(四)開放學校場地，辦理運動性社團、運動競賽，鼓勵學生多運動，有益身體健康，不要碰菸檳等有害身體物品。



開放球場



社團活動—戰鼓隊



舉辦運動會



班際球賽-國一樂樂棒比賽



班際球賽-國二帶式橄欖球賽

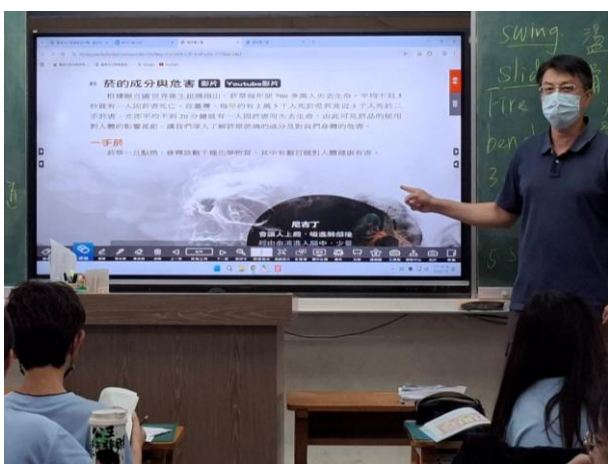


班際球賽-國三籃球賽

三、健康教學與活動

(一)健康課程進行菸檳危害教學活動

教師說明菸(煙)的危害，並透過菸害影片，讓學生從中體會了菸害的可怕。



老師說明菸的成分與危害



老師說明菸的種類



老師說明菸對身體健康的影響



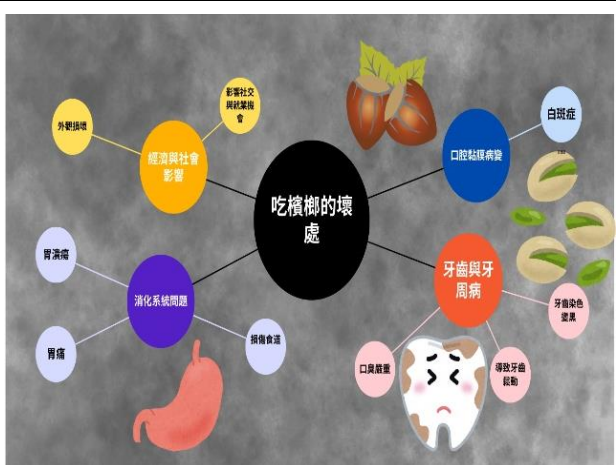
學生觀賞菸害實驗影片

(二)美術課程進行菸檳防制 logo 設計課程

同學透過資料搜尋、整理，進行心智圖繪製呈現菸檳的危害，並透過 logo 創作傳達對於菸檳危害的想法。



學生繪製菸檳危害心智圖



學生繪製之心智圖



學生依據構想進行 logo 設計



學生 logo 設計作品

(三)輔導課程進行拒絕技巧課程活動

教師說明拒菸檳八大法，然後讓學生分組討論面臨抽菸嚼檳情境時可使用的拒絕方法，並上台進行表演、練習。



輔導活動老師介紹拒菸檳八大法



學生分小組討論拒菸方式



學生進行拒菸方法表演



學生進行拒菸方法表演

(四)運動會辦理拒菸檳闖關活動

運動會期間，利用菸檳防制海報宣導，並進行闖關活動，有菸檳危害拼圖、拒菸宣言等關卡。



菸檳防制闖關-菸害知多少



菸檳防制闖關-菸害知多少



菸檳防制闖關-拒菸宣言



菸檳防制闖關-拒菸宣言

(五)班級宣導

利用班級時間，導師進行菸害宣導，強化學生拒菸拒檳的想法。



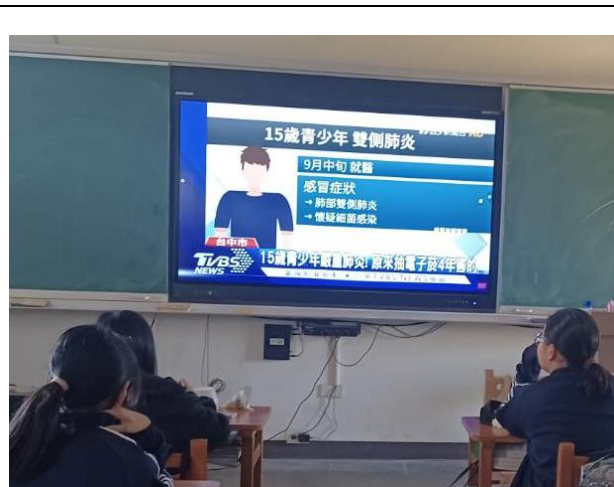
導師進行菸害宣導



導師介紹電子煙的危害



學生觀賞菸害宣導影片



學生觀賞菸害新聞

(五)菸檳防制講座

邀請衛教師蒞校進行菸檳防制講座，透過實例分享，讓師生了解菸檳可怕，進而增強拒菸拒檳的想法。



講師介紹二手菸的危害



講師介紹菸害防制新法



講師介紹拒菸技巧



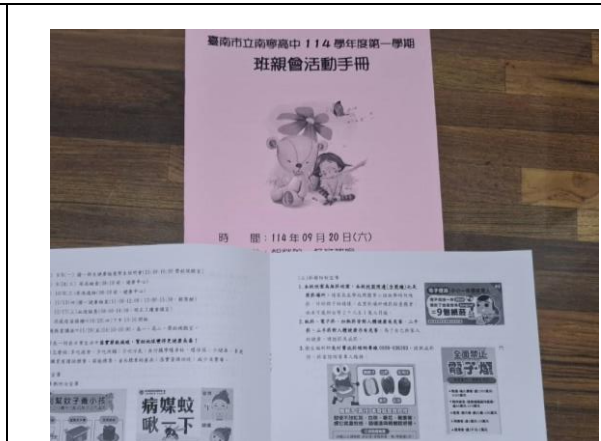
講師說明檳榔子本身會致癌

四、健康服務

(一)透過聯絡本、班親會手冊提供菸檳議題資訊




於聯絡本張貼菸害防制相關訊息



班親會手冊，提供家長菸檳議題資訊

(二)利用校門口數位看板、學校健康促進網頁提供菸檳防制相關訊息

| | |
|---|--|
|  |  <ul style="list-style-type: none">衛生福利部健康九九網站衛生福利部疾病管制署台灣健康促進學校台南市衛生局杏陵基金會愛滋關懷協會董氏基金會無菸無檳好校園奇摩新聞電子煙報導專區臺南健康情報網 |
| <p>透過校門口數位看板提供加熱菸資訊</p> | <p>透過學校網頁提供菸檳防制訊息</p> |

(三)輔導室辦理小團體活動，提供學生增進人際關係及情緒管理的相關方法

| | |
|--|---|
|  |  |
| <p>人際關係小團體課程</p> | <p>生活適應與自我成長小團體課程</p> |

五、社區服務

(一)學校志工同學於社區國小運動會進行菸害拼貼活動，讓社區家長、學童了解菸對健康的影響。

| | |
|---|--|
|  |  |
| <p>志工同學協助學童及家長進行菸害拼貼活動</p> | <p>志工同學向學童說明菸害對健康的影響</p> |

(二)班親會時運用影片向家長宣導菸檳危害的觀念



班親會--播放菸害防制宣導片(上學期)



班親會--播放菸害防制宣導片(下學期)

(三)利用家長會、家長會餐會時間，向家長會成員、社區里長、宮廟代表、校園志工宣導拒菸反檳護健康。



校長向家長會宣導菸害，並請其支持學校菸檳防制活動



志工媽媽於家長會餐會時，向家長會成員、地方里長、宮廟代表、志工宣導拒菸反檳

肆、成效：

表(三)南寧高中114學年度健康促進網路菸檳防制問卷前後測部分資料

| 指標 | 使用紙菸率 | 非紙菸使用率 | 家中二手菸暴露率 | 參與菸害防制教育比率 | 菸害防制自我效能 | 拒菸態度 | 吸菸意向 | 菸害認知 | 嚼檳率 | 參與檳榔防制教育比率 | 檳榔危害認知 |
|----------|-------|--------|----------|------------|----------|-------|------|-------|-----|------------|--------|
| 前測百分比(%) | 0 | 4.26 | 40.43 | 100 | 97.87 | 94.68 | 3.19 | 89.67 | 0 | 87.23 | 86.17 |
| 後測百分比(%) | 0 | 0 | 4.26 | 97.87 | 100 | 99.20 | 0 | 99.09 | 0 | 97.87 | 100 |

一、根據表(三)本校114學年度菸檳防制問卷前後測問卷之統計資料，分析說明如下：

(一)國一學生吸菸率下降，家中二手菸暴露率下降。

(二)國一學生參與菸檳防制教育比率、菸檳危害認知、拒菸態度皆在90%，達本校目標，且多數指標呈現進步。

二、本校自114年12月至115年5月未再發生菸害違規事件。

三、多數學生的作品設計成果表達了對菸檳危害的認知及拒菸檳的想法。

伍、分析改進：

一、本校國一學生在菸檳防制問卷後測，指標多呈現進步；自114年12月後本校學生無再發生菸害違規事件；多數學生作品設計成果表達了拒菸檳的想法，對於以上結果，分析原因如下

(一)學校透過多元管道進行宣導，有效提升了師生與家長對菸檳相關法規及健康影響的認知，進而增強學生的拒菸意識，並懂得如何於生活中避開二手菸、三手菸的危害。

(二)家長與老師菸檳防制知能的提升，能幫助及輔導學生提升拒絕菸檳的態度。

(三)對於班級內有吸菸傾向及行為的學生，導師除了加強關懷與輔導，也對班級學生加強菸害宣導，亦增強班級學生的反菸意識。

二、改進策略：

(一)國中學生許多健康觀念不足，學校應持續透過多元管道加強宣導，提升學生的健康知能，強化其拒菸態度。

(二)家庭功能不彰的學生，易受到外界誘惑而危及身心健康，學校應持續給予關懷、輔導與支持，協助學生建立正向的價值觀及培養健康的行為。

(三)持續引進外部資源，共同協助輔導有吸菸疑慮的學生，提升其拒絕菸品誘惑的能力，進而能守護自身健康。111