

112學年度校園菸檳防制
「前後測成效評價」成果報告



研究題目：
跨領域菸檳防制課程與活動介入
對知識及態度的影響

研究機構：臺南市立海佃國民中學

研究人員：蔡宜興校長、吳德祥主任、陳進忠組長

指導者：臺北醫學大學 護理學系 苗迺芳副教授

中華民國 112 年 5 月 26 日

目次

策略與成效摘要表	1
前言	3
壹、學校背景與現況分析	
一、學校層級	3
二、學生層級	5
三、學校社區與社會環境	5
四、現況分析	5
貳、計畫內容與實施策略	
一、學校健康政策	7
二、健康教學與活動	8
三、健康服務	8
四、學校物質環境	9
五、學校社會環境	9
六、社區夥伴關係	9
參、實施過程	
一、學校六大面向實施流程	11
肆、執行成果與成效評量	
一、研究對象	16
二、研究工具	16
三、量化評量	16
四、成效評量發現	26
五、學校菸檳防制教育推動成果	27
伍、結論與建議	
一、研究結論	47
二、未來研究建議與省思	47
陸、附件	
附件一、問卷	49
附件二、本校 111 學年度菸檳防制相關計畫	53

策略與成效摘要表

研究對象	海佃國中 802、807	人數	53 人(男:29 女:24)	
執行策略摘要	<p>1. 實施班級菸檳防制教育課程：</p> <p>(1) 利用『健康教育課』實施菸檳防制課程，讓學生了解青春期身心的變化且學習自我保護，認識菸檳對人體的傷害。</p> <p>(2) 利用『國文領域』閱讀菸檳防制相關讀本，對班級實施相關閱讀課程。</p> <p>(3) 利用『綜合活動領域課程』的輔導活動進行「真人圖書館」，讓畢業校友返校與學弟妹分享心得。結合生活技能，讓學生分組討論，提升自尊與學習真愛為基礎，進而尊重自己和別人。</p> <p>(4) 利用『藝術與人文領域』的表演藝術課改編故事，進行菸檳防制議題的戲劇表演活動。</p> <p>(5) 結合『藝術與人文領域』的視覺藝術課設計與製作菸檳防制個人徽章讓學生透過製作個人徽章對菸檳防制有更進一步之認識。</p> <p>(6) 利用『綜合活動領域課程』的童軍活動進行社區參訪藥局。</p> <p>2. 辦理全校菸檳防制教育活動：</p> <p>(1) 111.10.15 邀請社區藥局藥師向全校師生宣導「菸檳防制」。</p> <p>(2) 111.11.27-28 進行校慶會班級「菸檳防制」佈置及「菸檳防制」攤位活動。</p> <p>(3) 111.12.19-23 進行學生「菸檳防制」快閃表演活動。</p> <p>(4) 112.1.19 辦理「菸檳防制」宣導。</p> <p>(5) 112.2.20 邀請臺南市衛生局及敏惠護專，到校辦理「菸檳防制教育」宣導。</p> <p>(6) 112.3.4 辦理班親會結合「菸檳防制」宣導</p> <p>(7) 112.3.4-3/8 圖書館舉辦全校教職員學生菸檳防制教育閱讀週。</p> <p>(8) 112.3.6 教師會議對教師進行「菸檳防制」宣導。</p> <p>(9) 112.4.10 利用全校性路跑活動實施菸檳防制實踐。</p> <p>3. 進行問卷前後測分析。</p> <p style="text-align: center;">所有對象皆於介入前完成前測問卷，介入期4個月，介入後同步進行後測。</p>			
量性分析成效重點摘要（寫出所測之變項與相關數據，重點為主。若有推論統計，則請寫出推論統計 t 值、卡方值、備註使用之統計方法…等，若無則無須填）				
研究工具： 菸檳防制教育成效評量問卷			前後測時距： 四個月	
變項名稱(題數)	前測值 M(SD)	後測值 M(SD)	P 值	結果簡述
菸害防制自我效能	0.9849(0.0662)	0.9887(0.0467)	0.659	前後測無顯著差異
態度	0.9717 (0.0721)	0.9693 (0.0732)	0.8296	前後測無顯著差異

吸菸意向	0.0236 (0.0886)	0.0142 (0.0583)	0.4194	前後測無顯著差異
菸害認知	0.8113 (0.2439)	0.9542 (0.1001)	0.0001	後測分數顯著比前測高
菸害預防教育 經驗	0.7925 (0.4094)	0.8868 (0.3199)	0.0959	前後測無顯著差異
檳榔預防教育 經驗	0.8113 (0.3950)	0.9811 (0.1374)	0.002	後測分數顯著比前測高
正向心理健康 指標-正向情 緒	0.9811 (0.1374)	0.8113 (0.3950)	0.0055	前測分數顯著比後測高
正向心理健康 指標-正向關 係	0.9623 (0.1924)	0.8491 (0.3614)	0.0325	前測分數顯著比後測高

質性分析成效摘要

研究工具：前後測問卷、學生學習單

成效：

1. 校慶週與輔導課程進行「真人圖書館」活動，讓返校學長姐與學弟妹分享心得。由畢業校友來擔任衛教人員，在雙方溝通分享的過程中，能以正向的態度來討論自我成長的相關議題。且經過四個月菸檳防制教育活動的介入對學生的菸檳防制態度發揮顯著影響。
2. 各班能將自我宣言透過全校性路跑活動實施拒菸防檳的宣言倡議與實踐。
3. 各領域課程融入菸檳防制教育議題，結合生活技能，讓學生分組討論與創作成果，對菸檳防制能有更進一步之認識。經過四個月菸檳防制教育課程的介入對學生的菸檳防制知識發揮顯著影響。
4. 參加假日親職講座的家長，能在講座過程中參與討論及發表。

111學年度校園菸檳防制成果報告

前言

自 1997 年「菸害防制法」立法通過後，政府對未滿 18 歲青少年吸菸問題以法的形式進行規範，且菸害防制法距上次全文修正已逾 15 年，囿於電子煙、新類型菸草產品陸續出現，管制法源不夠周延，日益侵害民眾健康，尤以青少年為然。為遏止這些違法亂象，國民健康署啟動菸害防制法修法，112 年 1 月 12 日經立法院三讀修正通過，112 年 2 月 15 日經總統令修正公布，行政院發布自 112 年 3 月 22 日起施行。針對由近期電子煙與新興菸品的氾濫，且因錯誤的資訊與迷思使青少年誤以為使用電子煙無害，甚至可以協助戒菸，造成新的菸品危害，學校進行一系列的菸檳防制宣導，透過課程、活動傳遞正確的菸檳防制訊息，以期學生可以成為具有菸檳防制「核心素養」的現代公民。

壹、學校背景與現況分析：

一、學校層級

本校位於臺南市安南區，是一所中型學校一至三年級，共有 26 班，學生人數共 731 人，教職員工 80 人。學區家長大部分屬於第一級產業階層，社經地位較為低落，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。因此分析學校推動菸檳防制行動研究的優劣勢，對於學生及社區基本健康知識的培養，有相當大的幫助，以下為本校 SWOTS 分析：

因素	S(優勢)	W(劣勢)	O(機會點)	T(威脅點)	S(行動策略)
地理環境	1. 鹽水溪與嘉南大圳穿越學區。 2. 學區十一里住宅密集，人口眾多，舊部落僅有溪頂寮，餘均為外移人群組成之新部落。	1. 民德、文賢、安南國中均離本校不遠，部分學生跨區就讀。 2. 私校瀛海、港明吸引力強，優秀新生外流嚴重。	1. 學區新建厝厝仍陸續成長，學齡少年頗多。 2. 接近市區中心，地點優越，環境清純。 3. 殷盼本校成立，有鼎力促進地方成長的共識。	1. 校舍建築受限，學校成長不易。 2. 外來人口複雜，水準參差不齊。 3. 校地腹地少，延展性弱。	1. 因應台江歷史遺蹟，強調自然、歷史教育。 2. 結合鹽水溪、嘉南大圳沿岸景觀，配合人文素養，發展城鄉文化。
學校規模	1. 創校時因受限商借民德國中校舍，僅招收五班。 2. 之後每年可達十四班以上，本校校舍容量規劃為四十八班。	1. 校地不大，且設備不符所需。 2. 軟體設施有待加強，為受限教育經費，無法適時補足。	1. 新校新氣象，整體規劃一新耳目。 2. 中型學校規模，合乎教育常態。	1. 受限教育經費，發展恐將遲緩。 2. 創校過程變數頗多，融合親師生關係的良窳是學校前景的轉捩點。	1. 善用班群理念，依學科能力分組教學 2. 延伸學區國小社團成效，持續推動。 3. 運用建築特色，營造學習優質情境。

<p>硬體設備</p>	<p>1. 九十四學年度完成 12 間教室，6 間專科教室。 2. 九十九學年度完成行政大樓，教室 24 間，專科教室 6 間。</p>	<p>1. 校舍建築緩慢，影響教學設備添購進駐。 2. 整體校區規劃經費不足，各項設施有待爭取。</p>	<p>1. 新校舍格局突破傳統，美輪美奐，造型新穎。 2. 地下室空間妥善規劃，推廣藝術人文展示場景。</p>	<p>1. 期盼硬體建設十年完成，以利整體校務推動。 2. 硬體工程遲緩，影響學子就讀意願，家長期望與信心有待增補。</p>	<p>1. 彰顯教室學習角功能，融合資訊教學。 2. 各樓層班群中心規劃完備，發揮教學、訓輔效能。</p>
<p>教師</p>	<p>1. 教師平均年齡 40 歲，老中青三代均有，經驗傳承加上熱勁十足、創意卓越，發展潛力無窮。 2. 新校新人逐年增長，新契機帶動新氣象。</p>	<p>1. 初任教師偏多，經驗有待錘鍊。 2. 教具與教材供應尚需補足，對教學品質有所影響。 3. 教師身心調諧度有待密切關懷，務求教學場景與心境均圓融。</p>	<p>1. 學區內或離校近之教師漸多，可減緩流動率。 2. 校園氣氛和諧，教師留任意願高。 3. 教師創意新銳，研發潛力雄厚。</p>	<p>1. 教學設備尚未健全，校舍建築持續進行，影響教師任職意願與情緒。 2. 優秀學生外流偏多，教學成就感稍低，教師心態需鞏固。</p>	<p>1. 增強教學資源，充實資訊設備，以新穎設施滿足教師研發熱忱。 2. 提供教師進修、研習管道，維護教師成長、有尊嚴空間。</p>
<p>行政人員</p>	<p>1. 恆抱創校元老之榮譽感，能共體時艱，營造合理良適之教學情境。 2. 在創校校長帶領下薪薪業業，其他行政人員均能謙虛請益，勤勞任事。</p>	<p>1. 行政人員名額多，需鼓舞教師熱心加入。 2. 新手需培訓與引導。</p>	<p>1. 新血帶來新鴻圖，企畫案可望源源而出。 2. 活力需持續，熱勁恆保存，齊創海佃美麗願景。</p>	<p>1. 教學與行政人員調配須取得平衡點，務期能行政支援教學，相得益彰。 2. 凝聚行政團隊共識，行政能力考驗均需加強。</p>	<p>1. 擷長補短，吸取他校資材，參訪行政經營方式。 2. 運用資訊、電腦器材提升行政運作。 3. 講方法、求效率，整合資源、分工合作。</p>
<p>學生</p>	<p>1. 個性純樸，可塑性高，行為偏差個案鮮少。 2. 活潑開朗，樂於參與學校活動。</p>	<p>1. 文化刺激不足，生活作息須正確培養。 2. 學習態度與方式欠調教，學習成就偏低。 3. 未能訂定目標，缺乏奮發指標。</p>	<p>1. 學校附近補習班、安親班多，帶動同學進步空間。 2. 延續國小高知名度，吸引優質學生，締創本校風格。 3. 因材施教，帶好每一位學生。</p>	<p>1. 家庭讀書風氣與讀書環境須提昇。 2. 未能塑造個人願景缺乏為理想奮發的動力。 3. 仍存活潑的兒童年態，少年應有的責任、榮譽感需加強。</p>	<p>1. 掌握個案，適時輔導，運用補救教學解決學生個別差異 2. 規劃菁英培訓，升學管道務求高遠；社團活動多元，培植專長學生。</p>

家長	<ol style="list-style-type: none"> 對於學校辦學持肯定、認同態度。 民風淳厚，尚知尊師重道，與老師之計較與紛爭至少。 	<ol style="list-style-type: none"> 社經地位懸殊，部分忙生計疏管教。 關心建校進度，卻愛莫能助。 親師溝通尚待突破，鼓勵積極主動。 	<ol style="list-style-type: none"> 設立志工團，提升親職理念。 發揮家長會功能，協助校務推展。 開辦家長學習成長班群，提高水平。 	<ol style="list-style-type: none"> 單親、隔代教養適時掌喔，以引領、支援之慈心轉境。 洞悉各種微言與謠傳，及時化解誤會。 	<ol style="list-style-type: none"> 健全家長會，善用家長之社會資源。 強化志工團功能，各盡其能，落實功效。
社區參與	<ol style="list-style-type: none"> 與社區關係和諧、友善，配合意願高。 社區人士信任學校支助學校。 學區各里鼎力相挺，樂觀本校健全成長。 	<ol style="list-style-type: none"> 缺乏社區服務指標，對公眾事務認知不深，稍嫌冷漠。 硬體設備不足，無法滿足各里活動所需。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校主動積極邀約社區領導人參與學校活動，尚具成效。 學校開放資源，並認養社區公園，以爭取社區認同。 	<ol style="list-style-type: none"> 社區人權複雜，共識凝聚力較薄弱。 社區知性、藝文活動太少，無法帶動風氣、提昇文化水準。 	<ol style="list-style-type: none"> 積極參與各里之運作，規劃與社區鄰里合作之戶外教學活動。 認養社區公園，務期達敦親睦鄰之效
地方資源	<ol style="list-style-type: none"> 結合歷史資源，引領愛鄉護水觀念。 發掘家長會成員之專能，引入各項資源，以利校務推展。 編輯歷史、自然、生態資材，供教學使用。 	<ol style="list-style-type: none"> 對人文關懷常有心無力，須提良策，鼓勵積極有效的投入。 家長多數忙於生計，志工參與度有待提升。 	<ol style="list-style-type: none"> 學校主動提供資源，期與社區交換、共享資源。 透由家長會協助，建立學校優良口碑，藉以開拓社區資源。 	<ol style="list-style-type: none"> 本校初創，諸多教育、社福等機構之資源，皆難於為學校所用。 地方優良人力資源貧乏，可開發資源有限。 	<ol style="list-style-type: none"> 建立整合機制，善用地區特性、自然景觀之優勢，成為本校特色。 逐步整理、填補各項資材，匯集成冊，增強共識，發揮愛鄉情懷。

二、學生層級

本校單親家庭、新住民配偶及隔代教養背景比例偏高，導致家長缺乏時間陪伴孩子，管教不易。而新住民配偶子女比率高並日趨增加，溝通需更花費心力。學生家長弱勢背景與高風險比例偏高，子女易受環境影響產生問題。

有鑑於家庭功能不彰，無法發揮身教的功能，因此學校更要負起教育的責任，教導學生正確的菸檳防制知識與態度，期望藉由推動菸檳防制教育讓學生建立正確的菸檳防制觀念。

三、學校社區與社會環境

學區家長社經地位屬中下，家長忙於工作，因此，學校便扮演菸檳教育的重要角色。本校落實校園安全、性別平等委員會等通報，老師與行政團隊橫向聯繫通暢，適時處理高風險個案，通報個案中，身處高風險家庭學生比例高，性教育與愛滋防治宣導在本校的確非施行不可。

四、現況分析：

日前學校進行菸害調查，發現部分學生對於電子煙具有相當好奇心，曾於班級內發現三五好友吆喝嘗試電子煙現象，並透過網路購物取得電子煙相關用品，經深入了解學生對於電子煙之危害不甚了解，甚至受網路誤導而有錯誤之觀念，且調查結果顯示學生對於傳統紙菸接觸有減少取向，電子煙之使用反而有增加之趨勢，因而本年度全校規劃針對菸、檳及電子煙的教育加強推行相關防制作為。

貳、計畫內容與實施策略

一、學校健康政策

(一)人力配置部分：

學校健康促進委員會由校長擔任召集人，學務主任執行秘書，衛生組長、學校護理人員、健康教育教師擔任活動規劃組，輔導主任及組長擔任輔導支援組，資訊組長為資訊維護組。詳細配置及負責之工作項目請參見健康促進委員會參與人力配置表。

表 2-1 健康促進委員會參與人力配置表

計畫職稱	職稱	姓名	工作內容
召集人	校長	蔡宜興	綜理菸檳防制實施計畫與活動之相關事宜
執行秘書	學務主任	吳德祥	協助處理有關事務，將菸檳防制活動之課程教學融入相關社團與社區宣導活動。
活動 規劃組	衛生組長	陳進忠	1. 負責支持菸檳防制之營造及佈置。 2. 舉辦校園菸檳防制教育相關活動。 3. 校園菸檳防制教育相關活動的推行與運作。 4. 指導班級學生菸檳防制教育課程之進行及事宜。
	護理師	溫碧玲	
	健康教育 教師	林婷如 林美秀	
輔導 支援組	輔導主任	陳展宇	協調有關處室配合執行菸檳防制活動計畫之各項輔導活動。
	輔導組長	蕭惠芳	
環境 支援組	總務主任	盧建名	協調有關處室配合執行菸檳防制活動計畫之各項物質環境佈置。
資訊 維護組	資訊組長	蔡宜庭	校園健康促進網頁製作維護
輔導教授	臺北醫學大學護理學系教授	苗迺芳	提供行菸檳防制教育實施計畫專案諮詢輔導

(二)計畫期程：

本計畫預定計畫執行期間為111年10月至112年6月。

本計畫於主管會報、校務會議討論並召開相關會議，並制定相關教學課程統合與融入現有課程。設定以下三個期程：

1. 第一階段形成共識期（111年10月—11月）：訂定本校菸檳防制教育之發展策略，凝聚學校內部共識，創造支持性環境。
2. 第二階段穩定發展期（111年12月—112年3月）：推動菸檳防制教育活動與課程。

將菸檳防制教育融入課程教學中。本計畫校園菸檳防制教育各項活動以全校國中部二年級為主要對象，並依最新公布之菸害防制法，於菸檳防制課程中宣導，而菸檳防制課程介入則以國中部二年級學生為主體，期藉由學校課程教學以及校園活動之推行，使學生學習到相關知識、態度與生活技能（Life Skills），並能將生活技能運用在生活中，。

3. 第三階段評鑑觀摩期（112年4月—112年5月）：透過評量指標所形成的資料分析，據以研擬日後階段校園菸檳防制教育目標及教學實施策略。

二、健康教學與活動

(一) 配合班親會辦理菸檳防制教育宣導活動

1. 於班親會手冊中編入菸檳防制教育內容。
2. 於綜合討論時，進行菸檳防制教育宣導。

(二) 學校本位之菸檳防制教育教學課程實施

1. 設計菸檳防制教育課程教材，透過健康教育課程將生活技巧課程融入菸檳防制教育議題教學。
2. 綜合活動課的團體活動進行「真人圖書館」，讓畢業校友返校與學弟妹分享心得。結合生活技能，強調提升自尊與學習真愛為基礎，進而尊重自己和別人。
3. 利用『國文領域』閱讀菸檳防制教育相關讀本，對班級實施相關閱讀課程。
4. 結合『藝術與人文領域』的視覺藝術課設計與製作菸檳防制教育個人徽章，讓學生透過製作個人徽章對菸檳防制教育有更進一步之認識。
5. 利用『藝術與人文領域』的表演藝術課改編故事，進行菸檳防制教育的戲劇表演活動。
6. 利用『彈性課程』的社團課，讓學生分組進行菸檳防制教育相關等桌遊遊戲。

(三) 規劃菸檳防制教育宣導系列活動

1. 邀請台南市衛生局及敏惠護專於112.02.20到校辦理「菸檳防制教育」宣導。
2. 全校路跑活動112.04.10實施菸檳防制教育。

三、健康服務

(一) 辦理菸檳防制教育輔導小團體

- (二) 提供菸檳防制教育個案學生個別輔導或建立轉介機制
- (三) 辦理健康檢查，包括菸檳防制教育之諮詢
- (四) 提供學生菸檳防制教育問題諮詢。

四、學校物質環境

- (一) 設置菸檳防制教育宣傳專區
- (二) 彙整菸檳防制教育教學資源與媒材
- (三) 校慶班級製作菸檳防制教育的海報
- (四) 於健康促進網頁增加菸檳防制教育資訊
- (五) 張貼菸檳防制教育宣導標語。

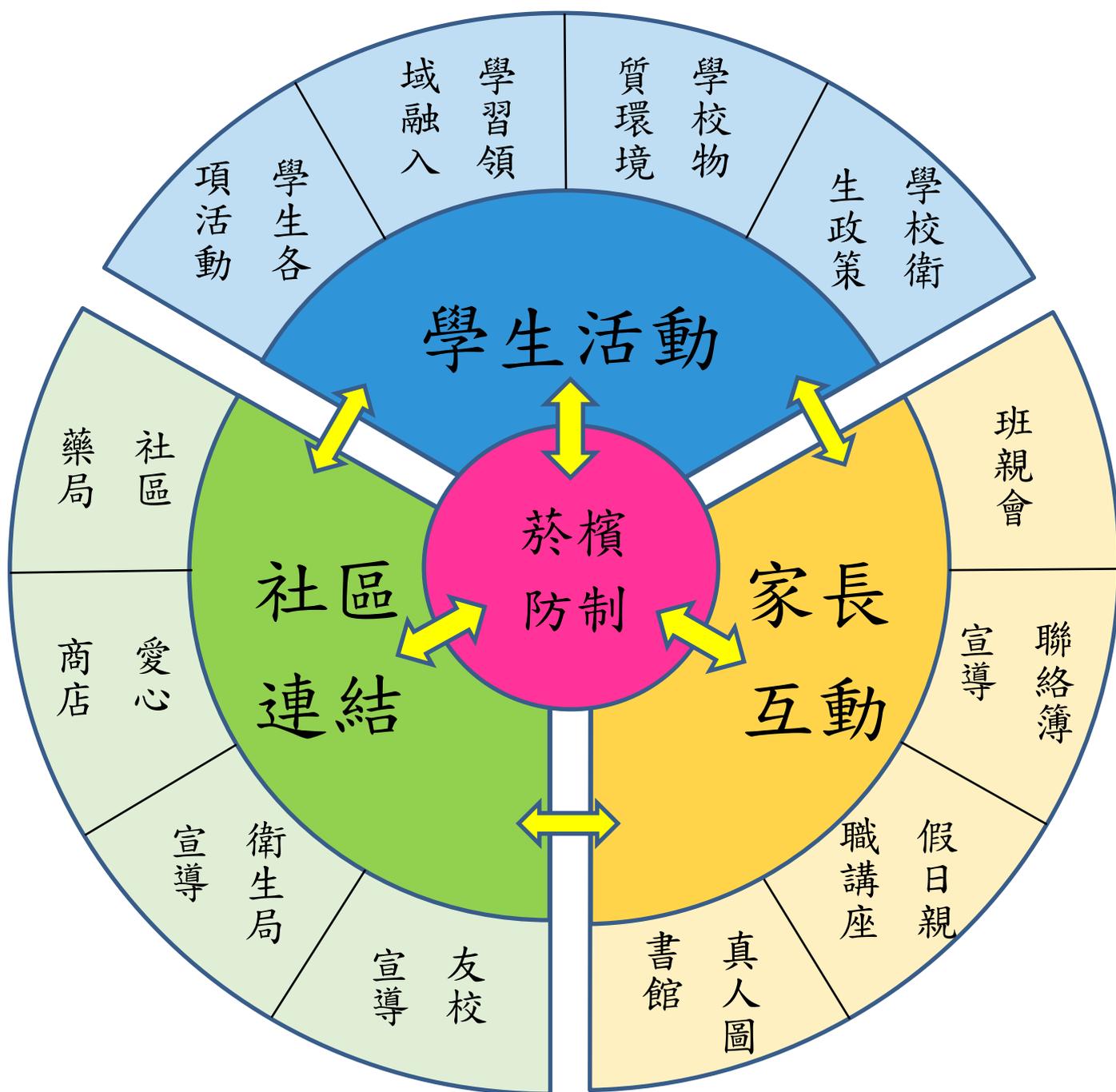
五、學校社會環境

- (一) 辦理社區家長菸檳防制教育親職講座。
- (二) 校慶活動辦理菸檳防制教育宣導活動。
- (三) 辦理全校性路跑活動實施菸檳防制教育。

六、社區夥伴關係

- (一) 輔導室辦理一系列親職講座，包括菸檳防制教育。
- (二) 與社區藥局締結合作夥伴關係，提供菸檳防制教育相關諮詢。
- (三) 與社區商店締結合作夥伴關係，加入本校愛心商店行列。

本校健康政策規劃圖



參、實施過程

一、學校六大面向實施流程：

表 3-1 學校活動實施過程計畫表

六大領域	活動名稱	時間	人數	實施內容(包括：講師、主題、具體目標、實施方式)	負責單位
一、學校衛生政策	本校健康促進委員會會議(實施計畫)	112.9.4 10:00-11:00	7人	成立工作小組，討論工作項目，決定各處室配合事項，並列入學校行事曆中。	學務處
	臺南市 111 學年度菸檳防制校群增能輔導暨共識會學校第一次	112.1.10 9:00-12:00	15人	安南國中第一次菸檳防制推動計畫會議，並且教育局長官及苗迺芳教授蒞臨指導。	臺南市政府教育局 安南國中
	本校健康促進委員會會議(針對菸檳防制)實施計畫)	112.2.4 10:00-11:00	7人	成立工作小組，討論工作項目，決定各處室配合事項，並列入學校行事曆中。	學務處
	臺南市 111 學年度菸檳防制校群增能輔導暨共識會學校第二次	112.2.24 13:30-16:30	15人	安南國中第二次菸檳防制推動計畫會議，並且教育局及衛生局長官及苗迺芳教授蒞臨指導。	苗迺芳教授蒞臨指導
	臺南市 111 學年度菸檳防制校群增能輔導暨共識會學校第三次	112.4.12 13:30-16:30	8人	安南國中第三次菸檳防制推動計畫會議，各校分享前測資訊及活動規畫。	苗迺芳教授蒞臨指導
	臺南市 111 學年度菸檳防制校群增能輔導暨共識會學校第四次	112.5.26 13:30-16:30	15人	安南國中第四次菸檳防制推動計畫會議，重點指導「前後測成效評價成果報告」。	苗迺芳教授蒞臨指導
二、健康	召開期初健康促進委員會會議	112.09.14 8:00-9:00	7人	討論通過本學年菸檳防制教育。	學務處

服務	新生健康檢查	112.12.12 8:00-16:00	210 人	檢查新生男女同學口腔及肺部早期發現有無異常病灶。	衛生組 健康中心
	衛生教育	111.09.- 112.06	全校學生 (731 人)	健康中心提供學生衛教單張及相關資訊。	衛生組 健康中心
三、 健康教學與活動	婦幼隊宣導生命及菸檳防制教育	111.10.17 112.04.17	全校學生 (731 人)	婦幼隊向全校師生宣導生命及菸檳防制教育。	輔導室 衛生組
	健體及綜合活動領域會議	111.10.24	10 人	藉由領域會議討論校園菸檳防制教育實施計畫。	衛生組 健體領召
	菸檳防制教育	111.12- 112.4	803.811 53 人	由健康教育老師針對學生在課堂上教導菸檳防制教育、價值觀及生活技能。	健康教育 老師 衛生組
	菸檳防制教育宣導	112.02.20	300 人	邀請衛生局及敏惠護專的老師同學們，到校辦理菸檳防制教育宣導。	衛生組 健康中心
	菸檳防制教育問卷第一次測驗	111.12.- 112.1	802.807 53 人	填寫 111 學年健康促進學校網路問卷前測。	健康教育 老師 衛生組
	菸檳防制教育相關閱讀	111.12.17- 112.12.28	803.811 53 人	由國文老師帶領班級閱讀菸檳防制教育相關讀本，實施閱讀課程。	國文老師 衛生組
	校慶結合性菸檳防制教育宣導	111.11	全校學生	利用校慶活動週進行「真人圖書館」，讓畢業校友返校與學弟妹分享心得。讓學生分組討論，鼓勵學生發表，強調提升自尊與學習真愛為基礎，進而尊重自己和別人。	衛生組 輔導組
	辦理菸檳防制教育宣導	112.1.19	全校學生 (731	針對新式菸害防制法進行全校集會菸檳防制宣	衛生組

			人)	導	
菸檳防制教育個人徽章	112.2-112.4	300 人		結合美術課設計與製作菸檳防制教育個人徽章讓學生透過製個人徽章對菸檳防制教育有更進一步之認識。	美術老師 衛生組
防治學生藥物濫用與菸檳防制教育	111.12-112.4	全校學生 (731 人)		於朝會時，宣導藥物濫用及菸檳防制教育。	生教組 衛生組
菸檳防制教育桌遊遊戲	108.2.11-107.4.1	802.807 53 人		利用『彈性課程』的社團課，讓學生分組進行菸檳防制教育相關等桌遊遊戲。	活動組 衛生組
菸檳防制教育書展	112.4.4-4.8	全校教職 員工生 (約810 人)		陳列菸檳防制教育相關書籍。	圖書館 衛生組
全校性路跑活動『菸檳防制教育』	112.4.10	全校學生 (731 人)		利用全校性路跑活動『菸檳防制教育』實施菸檳防制教育。	體育組 衛生組
社區藥局參訪	112.4.1	30 人		童軍老師帶領學生參訪社區藥局。	童軍組 衛生組
菸檳防制教育戲劇表演	112.2.19-112.4.19	300 人		利用『藝術與人文領域』的表演藝術課改編故事，進行菸檳防制教育的戲劇表演活動。	表演藝 術教師 衛生組
教師宣導——菸檳防制教育	112.1.16	全校教職 員(約80 人)		菸檳防制教育	學務處 衛生組
菸檳防制教育問卷第二次測驗(後測)	112.4.10 112.5.10 每次約20分	802.807 53 人		針對進行前測的學生，再做一次問卷後測。	健康教育 老師 衛生組
菸檳防制教育講座-班親會	112.3.4 08:10-19:00	學生家長 約300 人		針對家長菸檳防制教育。	輔導組 衛生組

四、學校物質環境	校園安全設施改善及巡視	111.8-112.7	全校教職員工生 (約 810 人)	1. 廁所緊急求救鈴之檢修 2. 夜間感應式照明設備之增置 3. 夜間守衛巡邏 4. 日間訓導人員及替代役巡視校園死角	總務處 學務處
	張貼校園危險角落地圖	111.8-112.7	全校教職員工生 (約 810 人)	於菸檳防制教育專區張貼校園危險角落地圖，宣導學生自我保護之觀念	總務處 學務處
	菸檳防制教育專欄布置	111.8-112.7	全校教職員工生 (約 810 人)	將菸檳防制教育相關資訊及競賽作品，置於健體領域公布欄，提供老師及學生瀏覽。	活動組 衛生組
	菸檳防制教育書展	111.8-112.7	全校教職員工生 (約 810 人)	配合菸檳防制教育實施計畫，陳列展出相關書籍	圖書館 衛生組
	充實健康中心、輔導室諮商環境與軟硬體設備	111.8-112.7	全校教職員工生 (約 810 人)	1. 健康中心提供師生菸檳防制教育諮詢服務 2. 輔導諮商室提供師生菸檳防制教育、人際關係、家庭互動相關諮詢服務	健康中心 衛生組
五、學校社會環境	菸檳防制教育講座-班親會	112.3.4 08:10-19:00	學生家長 約 300 人	針對家長菸檳防制教育。	輔導組 衛生組
	教師宣導——菸檳防制教育	112.1.16	全校教職員 (約 80 人)	針對新式菸害防制法進行菸檳防制宣導	學務主任 衛生組
	辦理家長成長團體-雙贏的親子溝通-沒有誰能像你一樣-從冰山談多元與自我接納	111.10-112.5 上下學期 各 3 次	學生家長 約 20 人	邀請元品心理諮商所 陳孟芳心理師、 李冠儀心理師等等	輔導組

六、社區關係	友善校園商店	111.10-111.11	商家約 10 家	針對學校周邊商店進行拜訪，並請協助需要幫助的學生，及觀察本校學生在校行為。	生教組 衛生組
	「給家長的一封信」-聯絡簿	111.10-111.11	全校學生 (731 人)	編製「給家長的一封信」 宣導家庭菸檳防制作為	全校導師 衛生組
	社區藥局參訪	112.4.1	30 人	童軍老師帶領學生參訪 社區藥局。	童軍組 衛生組
	真人圖書館	111.11.28	200 人	畢業校友返校或社區居民到校與學生分享心得	輔導組

肆、執行成果與成效評量

一、研究對象

調查對象：

調查對象以臺南市海佃國中 111 學年度八年二班與八年七班學生 53 人作為對象，為主要研究對象，研究工具採用臺南市 111 學年度健康促進學校菸檳防制議題問卷(往後簡稱為前測)，施測後獲得本校學生的各項數據，依據前述測驗結果了解本校學生目前對於菸害防制相關資訊，並據以擬定本研究執行之策略。

二、研究工具

(一) 量性問卷：本研究採用的是量化問卷。

1. 問卷來源

臺南市教育局 111 學年度健康促進學校網路問卷

2. 問卷說明

分為「吸菸行為」、「自我效能」、「態度」、「吸菸意向」、「二手菸暴露」、「菸害預防教育經驗」、「菸害認知」、「嚼檳行為」、「檳害預防教育經驗」、「檳榔危害認知」、「正向心理健康菸檳防制」共 11 面向，共 25 題。

本研究有關研究成效之評價主要採用採用臺南市 111 學年度健康促進學校菸檳防制議題問卷，分別進行前後測，針對前測結果學生較需要加強之部分，安排一系統性菸檳防制活動及課程，另針對重點電子煙及最新公布之菸害防制法等部分進行校園環境布置，後測施測完畢加以進行前後測比對，對比結果成為本研究成效評價之參考。

三、量化評量

1. 基本資料

在前測問卷中，主要目的為了解學生基本資料及周遭朋友與家人抽菸狀況，由學生進行填答後加以統計，由統計可以得知研究對象中家中有人抽菸者佔全體高達 67.92%，顯示家人中有吸煙比例甚高，其中又以父親佔 70.59%為最高。

表 4-1 基本資料

基本資料	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%

性別

男	27	50.94
女	26	49.06
同住的家人有無吸菸習慣		
是	17	32.03
否	36	67.92
有吸菸習慣家人之關係		
爸爸	12	70.59
媽媽	2	11.76
爺爺或外公	1	5.88
奶奶或外婆	0	0
哥哥或弟弟	0	0
姐姐或妹妹	0	0
其他住在一起的親友	4	23.53

2. 在前測中其中一位受試者於過去 30 天內曾使用過菸品，並進行過戒菸輔導，經過菸檳防制教育的影響後，後測資訊顯示已未吸菸；而在電子煙部份，則在前後測中都顯示無人施用。

表 4-2 前後測吸菸行為人數統計表

吸菸行為	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
1. 過去 30 天（一個月）內，你一共吸菸多少天呢？				
過去 30 天內我沒有吸菸	52	98.11	53	100
1 或 2 天	1	1.89	0	0
3 到 5 天	0	0	0	0
6 至 9 天	0	0	0	0
10 到 19 天	0	0	0	0
20 到 29 天	0	0	0	0
每天都有	0	0	0	0

2. 若你有吸菸，是否曾經參加以下
戒菸教育活動？

學校戒菸班	0	0	0	0
學校師長戒菸輔導	1	100	0	0
校外醫療院所戒菸班	0	0	0	0
校外醫療院所戒菸門診	0	0	0	0
戒菸專線 0800636363	0	0	0	0
戒菸網站	0	0	0	0

3. 過去 30 天（一個月）內，你一共
吸電子煙多少天呢

過去 30 天內我沒有吸 <u>電子煙</u>	53	100	53	100
1 或 2 天	0	0	0	0
3 到 5 天	0	0	0	0
6 至 9 天	0	0	0	0
10 到 19 天	0	0	0	0
20 到 29 天	0	0	0	0
每天都有	0	0	0	0

3. 自我效能

面對同儕的影響，在青少年階段是不容小看的因素之一，學生能對於紙菸、電子煙及檳榔能夠在面對朋友邀約時勇於拒絕或說不，是對於菸檳防制的一大關鍵，當自我效能適時展現，將會使學生接觸菸檳之機會有效降低，前後測針對朋友影響及自我控制之部分進行測驗，結果呈現如表 4-3，學生對於別人給予或是自己使用菸檳物質之自我拒絕能力呈現完全有把握者佔 94.34%，其餘差異不大。

表 4-3 前後測自我效能統計表

自我效能	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%

4. 當同學或朋友邀你吸菸時，你有多少把握會說「不」

完全有把握 100%	50	94.34	50	94.34
很有把握 75%	2	3.77	3	5.66
有一半把握 50%	1	1.89	0	0
有少許把握 25%	0	0	0	0
完全沒把握 0%	0	0	0	0

4. 態度

園中各類菸檳危害推廣活動藉由課程或環境或宣導傳達予學生，對於學生之態度是否有所影響在前測結果中顯示學生對於菸品及檳榔之態度皆呈現高度正向態度，相關前測結果如表 4-4，前測不同意自己吸菸者佔 88.68%，而後測不同意自己吸菸者下降 1 人，佔 86.79%，覺得非常不同意吸菸會讓人看起來更有吸引力者亦下降 1 人，其他差異不大。

表 4-4 前後測態度統計表

態度	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%

5. 你是否同意自己吸菸？

非常同意	0	0	0	0
同意	1	1.89	0	0
不同意	5	9.43	7	13.21
非常不同意	47	88.68	46	86.79

6. 你是否同意吸菸會讓人看起來更有吸引力嗎？

非常同意	0	0	0	0
同意	0	0	0	0
不同意	5	9.43	6	11.32
非常不同意	48	90.57	47	88.68

5. 吸菸意向

依前後測施測結果如表 4-5，學生自評吸菸意向表達「一定不會吸」者上升 1 人，其餘差異不大。

表 4-5 前後測吸菸意向人數統計表

吸菸意向	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
7. 在未來的一年內，你想你會不會吸菸？				
一定不會吸	49	92.45	50	94.34
可能不會吸	3	5.66	3	5.66
可能會吸	1	1.89	0	0
一定會吸	0	0	0	0

6. 二手菸暴露

青少年面對吸菸議題，對於自身周遭是否有人使用菸檯具有相當之影響，此外個人如長期暴露於菸檯環境中恐間接增加其接觸菸檯之機會，前測中針對菸檯暴露調查結果如下表，校園菸檯暴露率為 0%。家庭二手菸約 18.87%，但依基本資料調查中家中有人抽菸者佔全體高達 67.92%，代表或許有家人不會在家抽菸，避免影響其他家人健康。

依前後測中菸檯暴露調查結果如下表，校園菸檯暴露率一樣為 0%。家庭二手菸約從 18.87% 下降至 16.98%，依數據只有 1 人有變動，差異不大。

表 4-6 前後測二手菸暴露人數統計表

二手菸暴露	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
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	53	100	53	100
1 天	0	0	0	0
2 天	0	0	0	0

3 天	0	0	0	0
4 天	0	0	0	0
5 天	0	0	0	0
6 天	0	0	0	0
7 天	0	0	0	0

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	43	81.13	44	83.02
1 天	0	0	2	3.77
2 天	2	3.77	2	3.77
3 天	2	3.77	2	3.77
4 天	2	3.77	0	0
5 天	0	0	0	0
6 天	0	0	0	0
7 天	4	7.55	3	5.67

7. 菸害預防教育經驗

國中生面對菸害相關知識認知可接收之來源多數仰賴校園內相關課程與活動，求學階段學校皆會進行相關宣導或課程，另外學校以外其他管道亦能夠獲知相關菸害認知訊息，惟面對此類訊息國中生感受程度亦對於菸癮防制概念建構有所影響，因此於前測時，調查學生對於菸害防制校園活動感知進行調查，如表 4-7。施測結果校內學生接觸菸害防制菸校園活動僅達八成上下，代表學校在進行菸害防制活動時，無法讓全體學生有所接收相關內容；而在歷經學校 4 個月的教育活動進行後，依前後施測結果校內學生接觸菸害防制菸校園活動已由 8 成上升至 9 成，代表學校在進行菸害防制活動時，已讓學生有所接收相關內容，了解學校想傳達菸害防制的信念。

表 4-7 前後測菸害預防教育經驗人數統計表

菸害預防教育經驗	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%

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？

有	42	79.25	47	88.68
沒有	11	20.75	6	11.32

11. 在過去一年中，你是否曾參與過學校的反菸宣導活動？

有	44	83.02	50	94.34
沒有	9	16.98	3	5.66

8. 菸害認知

學生菸檳危害防制知識之正確度攸關學生對於菸檳之自我概念，透過前測 7 項題目了解學生對於菸檳危害之先備知識，並能藉由結果進行後續推廣或教學之重點項目，前測各項子題目施測結果如表 4-8。多數學生對於傳統紙菸之知識屬於中上程度認知，答對率大致為 8 成，學生尚有很大的進步空間。尤其是第 12、14、16 題答對率偏低（不到 8 成），而在歷經學校 4 個月的教育活動進行後，已由前測答對率大致為 8 成，上升至已超過 9 成的學生對於傳統紙菸之知識皆有正確觀念，其中第 13、13、15、16 題已接近全對。

表 4-8 前後測菸害認知人數統計表

菸害認知	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
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）？				
正確	41	77.36	50	94.34
不正確	0	0	1	1.89
不知道	12	22.64	2	3.77
13. 菸品中的尼古丁是導致人們菸品成癮的主要原因？				
正確	48	90.57	52	98.11
不正確	0	0	1	1.89
不知道	5	9.43	0	0

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？				
正確	39	73.58	48	90.57
不正確	5	9.43	1	1.89
不知道	9	1.698	4	7.55
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？				
正確	44	83.24	52	98.11
不正確	3	5.66	1	1.89
不知道	6	11.32	0	0
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？				
正確	40	75.47	52	98.11
不正確	1	1.89	1	1.89
不知道	12	22.64	0	0
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？				
正確	43	81.13	51	96.23
不正確	1	1.89	1	1.89
不知道	9	16.98	1	1.89
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。				
正確	46	86.79	49	92.45
不正確	0	0	2	3.77
不知道	7	13.21	2	3.77

9. 嚼檳行為

從前後測此項目得知，受測學生保持皆無有嚼檳行為，希望在學校不斷宣導後能持續此情況。

表 4-9 前後測嚼檳行為人數統計表

嚼檳行為	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
19. 過去 30 天你是否曾經嚼食過檳榔？				
是	0	0	0	0
否	53	100	53	100
20. 若你有嚼食檳榔，是否參加過戒檳教育活動？				
是	0	0	0	0
否	0	0	0	0

10. 檳害預防教育經驗

學校學習活動藉由課程融入或活動結合，能有效將菸檳防制概念推廣至學生，尤其各領域教學活動之融入更有鷹架概念建構之優勢，教學內容除基本概念亦能教導相關拒絕菸檳危害技巧，有關課程與活動參與統計表經前測施測之結果如表 4-10，前測結果顯示學生表示在課堂有上過菸品危害與檳榔危害的課程活動比例僅達 8 成學生，學校方面應作更多努力，強化學生檳害預防觀念；而在歷經學校 4 個月的教育活動進行後，依前後測結果顯示學生表示在課堂有上過菸品危害與檳榔危害的課程活動比例已由僅達 81% 學生上升至 98%，學生已感知學校傳達檳害預防觀念的信念，

表 4-10 前後測檳害預防教育經驗人數統計表

檳害預防教育經驗	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
21 你在學校是否上過檳榔防制相關課程或活動？				
是	43	81.13	52	98.11

否	10	18.87	1	1.89
---	----	-------	---	------

表 5-9 前後測檳榔預防教育經驗人數統計表

11. 檳榔危害認知

學生對於檳榔危害防制知識之正確度攸關學生對於菸檳之自我概念，透過檳榔危害認知題目了解學生對於菸檳危害之先備知識，依前測結果所示，答對率僅七成多，學校依前測結果，進行後續推廣或教學之重點項目，而在歷經學校 4 個月的教育活動進行後依前後測結果所示，已由前測答對率僅 7 成上升至後測答對率 96% 以上，表示進行後續推廣或教學已達到成效。

表 4-11 前後測檳榔危害認知人數統計表

檳榔危害認知	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
22. 檳榔子本身就含有致癌物。				
對	42	78.25	51	96.23
不對	1	1.89	2	3.77
不知道	10	18.87	0	0
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	39	73.58	52	98.11
不對	0	0	0	0
不知道	14	26.42	1	1.89

12. 正向心理健康菸檳防制

依前測此項問題可得知，尚有 1 成多的受測學生可能會用菸、檳榔來紓解壓力或交朋友，但依後測結果卻上升至 2 成的學生可能會用菸、檳榔來紓解壓力或交朋友，且已達到顯著差；為了解情況，與資訊教師及受測學生訪談得知，此次進行後測時，因部份學生資訊課內實作尚未完成，且已接近下課時間，故約有 9~10 名學生，於網路問卷最後二題作答時，未看清題目及思考題意，便冒然勾選第 1 個選項或其他選項，導致此結果，作為警惕，於下學年施作時，可能需配合其他時段，或改以紙本作答，避

免與原課程相互干擾，而影響結果。

表 4-12 前後測正向心理健康菸檳防制人數統計表

正向心理健康菸檳防制	前測		後測	
	人數	百分比%	人數	百分比%
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。				
完全沒把握	1	1.89	8	15.09
有少許把握	0	0	0	0
有一半把握	0	0	2	3.77
很有把握	4	7.55	2	3.77
完全有把握	48	90.57	41	77.36
25. 我不使用菸、檳榔來交朋友，一樣有良好的人際關係。				
完全沒把握	1	1.89	8	15.09
有少許把握	0	0	0	0
有一半把握	1	1.89	0	0
很有把握	4	7.55	2	3.77
完全有把握	47	88.68	43	81.13

四、成效評量發現：

1. 學生經過菸檳防制教育課程介入後，在「菸害認知」的答題前測 $M(SD)$ 為 0.8113 (0.2439)，後測 $M(SD)$ 為 0.9542 (0.1001)，後測分數顯著比前測 ($P=0.0001$)。
2. 學生經過菸檳防制教育課程介入後，在「檳榔預防教育經驗」的答題前測 $M(SD)$ 為 0.8113 (0.3950)，後測 $M(SD)$ 為 0.9811 (0.1374)，後測分數顯著比前測高 ($P=0.002$)。
3. 其他在「菸害預防教育經驗」、「學生參與菸害防制教育比率」亦有顯著進步。

五、學校菸檳防制教育推動成果：

(一) 校慶週為菸檳防制教育推動真人圖書館活動

活動名稱	真人圖書館(生活技能：人際溝通)			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
111年11月28日	參加人數	200	10	80
簡述活動內容	本活動主題著重讓畢業校友返校或或社區居民到校與學生分享心得。讓學生分組討論，鼓勵學生發表，強調提升自尊與學習真愛為基礎，進而尊重自己和別人。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：真人圖書館開場。



說明：同學聽返校學長姐的自我介紹。



說明：與 8 位返校學長姐一同拍照留念。



說明：同學與返校學姐一同拍照留念。



說明：學長與同學踴躍討論。



說明：學姊與同學踴躍討論。



說明：真人圖書館各組活動。



說明：真人圖書館各組活動。



說明：學姊與同學踴躍討論。



說明：學長與同學踴躍討論。

(二) 全校師生為菸檳防制教育進行路跑活動

活動名稱	全校性路跑活動(生活技能：倡議)			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112年4月10日	參加人數	731	2	80
簡述活動內容	本活動主題著重「菸檳防制教育」並倡議宣導戒菸行動與實際身體力行。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：路跑活動融入菸檳防制宣導。



說明：全校嘉南大圳路跑活動。



說明：菸檳防制宣導融入路跑活動。



說明：全校嘉南大圳路跑活動。



說明：菸檳防制宣導融入路跑活動。



說明：全校嘉南大圳路跑活動。

(三) 菸檳防制教育融入戲劇表演活動

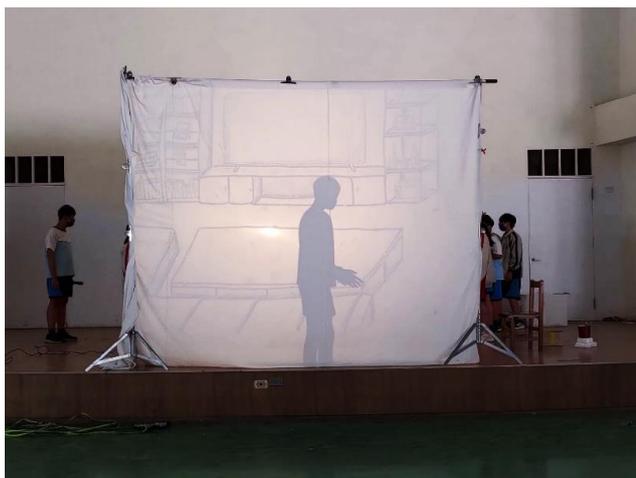
活動名稱	菸檳防制教育融入戲劇表演(生活技能：倡議)			
活動日期	參加對象	學生	家長	教職員工
112年2-4月	參加人數	30	2	5
簡述活動內容	本活動主題著重利用『藝術與人文領域』的表演藝術課改編故事，讓同學發想有關於菸檳防制教育的議題，最重要的當然更是將討論過的許多觀念，編成戲劇進行演出，最後完成戲劇表演活動。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：表演課的練習排演。



說明：同學於課堂上實際操作。



說明：表演戲劇給全校師生觀賞－
探討青少年家庭及同儕關係。



說明：表演戲劇給全校師生觀賞－
探討青少年家庭及同儕關係。



說明：表演戲劇給全校師生觀賞－
探討青少年家庭及同儕關係。



說明：表演戲劇給全校師生觀賞－
探討青少年家庭及同儕關係。

(四) 跨領域菸癮防制教育課程

活動名稱	跨領域各科課程內容			
活動日期	參加對象	學生	家長	教師
111年12-112年4月	參加人數	54	1	6
簡述活動內容	著重『跨領域』的課程融入菸癮防制教育議題。內容貼近學生的生活，有利於學習的遷移，設計與『生活經驗』相連結之教學活動，期盼提升學生的菸癮防制知識及態度。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：健康教育課。



說明：健康教育課。



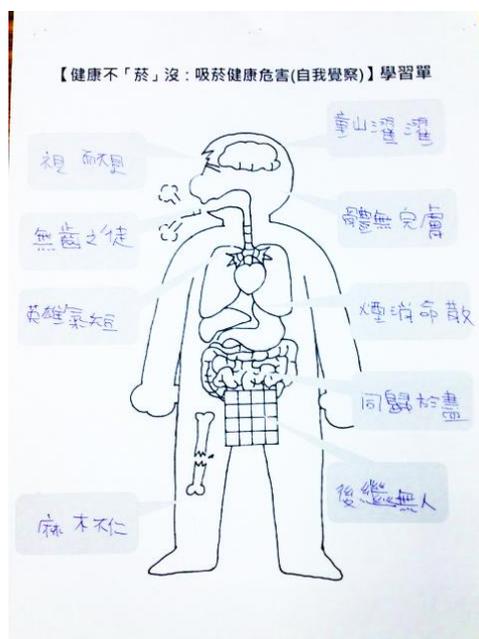
說明：健康教育課。



說明：健康教育課。



說明：國文閱讀相關讀本。



說明：國文閱讀學習單。



說明：視覺藝術課製作菸檳教育徽章。



說明：視覺藝術課製作菸檳教育徽章。



說明：視覺藝術課製作菸檳教育徽章。



說明：視覺藝術課製作菸檳教育徽章。



說明：社團課玩相關菸檳教育桌遊。



說明：社團課玩相關菸檳教育桌遊。



說明：輔導課討論青少年議題。



說明：輔導課討論青少年議題。



說明：表演藝術課排練。



說明：表演藝術課排練。



說明：體育課路跑練習。



說明：體育課路跑練習。



說明：童軍課社區參訪。



說明：童軍課社區參訪藥局。



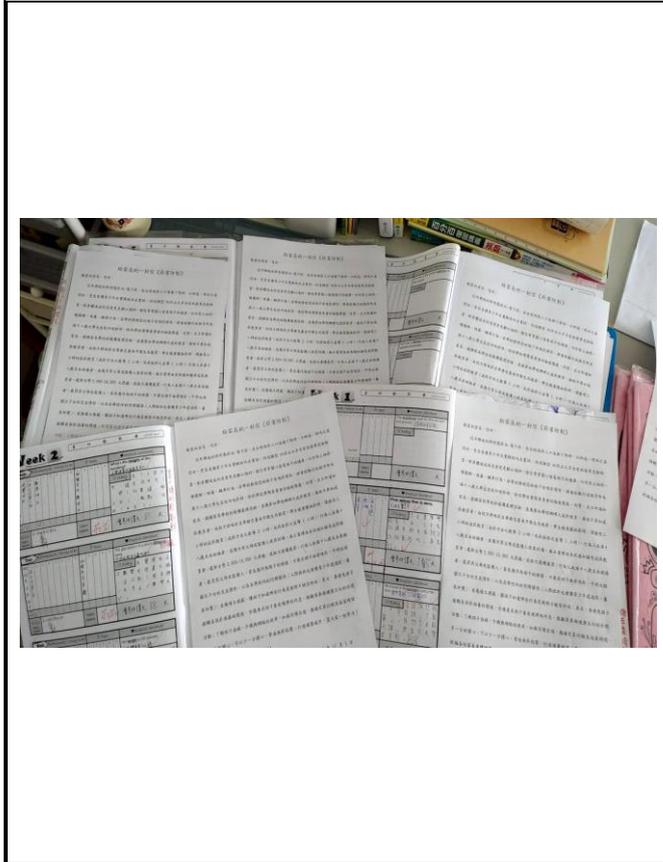
說明：資訊電腦課進行後測。



說明：資訊電腦課進行後測。

(五) 跨領域菸檳防制教育宣導

活動名稱	跨領域各科課程內容			
	參加對象	學生	家長	教師
活動日期	參加人數	731	1	5
111年10-112年4月	參加人數	731	1	5
簡述活動內容	(1)111.10 聯絡簿-給家長的一封信-菸檳防制宣導 (2)111.11 校運會菸檳防制佈置 (3)112.1.19 針對新式菸害防制法進行全校集會菸檳防制宣導。 (4)112.2.13 教師會議對教師進行「性教育(含愛滋病防治)」宣導。 (5)112.2.20 邀請敏惠護專菸檳防制宣導。 (6)112.3.6 班親會菸檳防制宣導。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



給家長的一封信《菸害防制》

親愛的家長，您好：

近年興起的新形態菸品-電子菸，在全球吸菸人口逐漸下降時，以科技、時尚之姿問世，更容易讓青少年自覺酷炫而去嘗試，但這類型的菸品大多含有致癌等危險物質，對身體造成的危害更是難以預料。請您常常關心留意孩子的健康，切勿染上抽菸、嚼檳榔、吸毒、飆車行為。若學校發現您的孩子有吸菸情形，將會啟動行政程序即未滿十八歲之學生在校內吸菸時，除依學校懲罰委員會討論後懲處、列管，且立即通知家長，提醒家長學校的後續處理流程，並應參加學校辦理之戒菸教育，無故不參加戒菸教育者，由校方將吸菸名單移交臺南市衛生局裁罰。學生被查獲抽菸時，須接受三小時的戒菸教育（戒菸方法之教導 2 小時、反菸拒菸之宣導 1 小時）。行為人未滿十八歲且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新台幣 2,000-10,000 元罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿十八歲且未結婚者，處罰其父母或監護人。家長應作為孩子的榜樣，不要在孩子面前吸菸，平時也該關注子女的交友情形，以及在學校內的同儕關係（人際挫折也會讓青少年透過菸、毒來紓壓）；並應確立規範，讓孩子知道哪些行為是絕對不容許的；其次，要避免孩子接觸易染菸酒毒的環境，亦應要求孩子要有規律的作息，鼓勵其參與健康正向的休閒活動；了解孩子金錢、手機與網路的使用，如同伴出遊，應確定其行蹤及返家時間，多一分的關心，可以少一分擔心。營造無菸校園、打造健康城市，靠大家一起努力！

祝福各位家長身體健康、闔家平安！

海佃國中學務處關心您 中華民國 111 年 11 月 1 日

——菸害防制宣導系列活動——

說明：給家長的一封信-菸檳防制宣導。

說明：給家長的一封信-菸檳防制宣導。



說明：社區藥師菸檳宣導。

說明：社區藥師菸檳宣導。



說明：針對新式菸害防制法進行全校集會菸檳防制宣導。



說明：全校集會菸檳防制宣導。



說明：敏惠護專師生菸檳防制宣導。



說明：敏惠護專師生菸檳防制宣導。



說明：班際球類比賽融入菸檳防制宣導。



說明：班際球類比賽融入菸檳防制宣導。



說明：班際球類比賽融入菸檳防制宣導。



說明：班際球類比賽融入菸檳防制宣導。



說明：班親會菸檳防制宣導。



說明：班親會菸檳防制宣導。



說明：教師會議菸檳防制宣導。



說明：教師會議菸檳防制宣導。



說明：校慶會班級佈置融入菸檳防制宣導。

說明：校慶會班級佈置融入菸檳防制宣導。



說明：園遊會攤位健康促進宣導。

說明：園遊會攤位健康促進宣導。



說明：聖誕快閃菸檳防制宣導。



說明：聖誕快閃菸檳防制宣導。



說明：聖誕快閃菸檳防制宣導。



說明：聖誕快閃菸檳防制宣導。



說明：圖書館健促宣導專區



說明：圖書館健促宣導專區

自我覺察-探索自己的內在想法：
吸菸老實說—請分享自己的吸菸史

當我 12 歲時，吸了我的第一支菸。
 那時候，因為 好奇 的原因，讓我體會到了菸的滋味。
 當時我的心情 既興奮又好奇，這就是我對菸的初體驗。
 若要談到我吸菸上癮的年齡，大概是我 13 歲的時候了！
 在這些菸癮纏身的日子裡，我每天平均會吸 11 支菸，
 每個月會吸完 3~4 包菸（一包有20支菸），
 一年就會花上 480 元的金錢在買菸上。
 通常，在 抽完那 的時候我會想要來支菸
 現在，我是一位國中學生，還有 更好的人生 等著我
 那麼，我應該 很少（填寫要或不要）繼續吸菸！

撰寫屬於你與菸的故事

說明：戒菸教育

心動不如馬上行動

1. 將你開始不吸菸的日期與時間記下。
2. 在戒菸日之後，真實地記錄每日的吸菸情況，填寫在欄位內。
3. 過程中成功克服吸菸衝動，在【肯定自己篇】把經驗寫下來。
4. 過程中如果又吸菸，在【勉勵自己篇】把理由說清楚。
5. 時時提醒自己：『我喜愛成為一個不吸菸的人！』



※戒菸日

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
日期 9/27	9/28	9/29	9/30	9/31	9/1	9/2
吸菸量 6	7	10	9	8	7	6

【肯定自己篇】我做到不吸菸了，好棒！我不吸菸是因為：X

【勉勵自己篇】我吸了菸，沒關係，再加油！我吸菸是因為：家裡和學校的事情

※考：呼吸自由清新感設計並學員手冊，自安醫院

說明：戒菸教育

菸，會讓你失去一切

老婆

不要抽菸好嗎？

人家說一飯後一飛菸快當神仙

這樣只會更快當神仙

菸害包括「二手菸」

如果要你懷孕，又吸菸，你的孩子會健康嗎？

好啦，為了以後的幸福，一氣戒菸

戒菸專線 0800-833333

申訴電話 0800-531-531

不抽菸享受美好人生

一起拒絕菸害

說明：菸檯防制海報

危險動作 請勿模仿

18歲

人見人愛
花見花開
車見車爆胎
網美

菸

菸

說明：菸檯防制海報



說明：菸檯社群交流研習-111/1/10



說明：菸檯社群交流研習-111/2/24



說明：菸檳社群交流研習-111/4/14



說明：菸檳社群交流研習-111/5/26



說明：健康促進小組。



說明：健康促進小組。



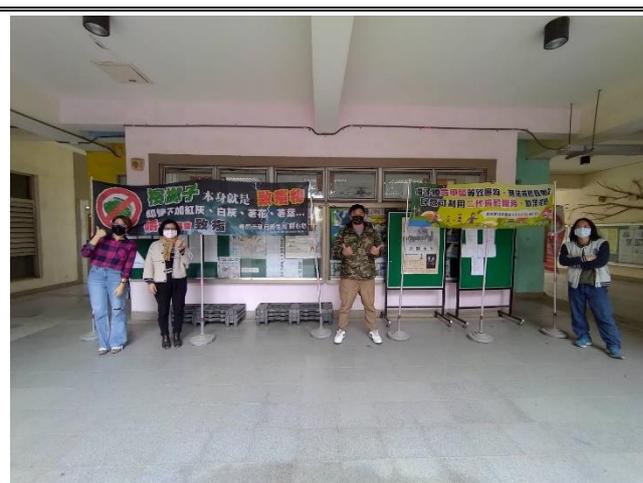
說明：111 新生健康檢查。



說明：111 新生健康檢查。



說明：校園周遭禁菸宣導。



說明：學務處前方菸檯防制宣導。

(六) 辦理週末家長成長團體，家長能在講座過程中參與討論及發表

活動名稱	跨領域各科課程內容			
	參加對象	學生	家長	教師
活動日期	參加人數	2	30	1
111年10月-112年5月	參加人數	2	30	1
簡述活動內容	輔導室輔導組於上下學期各3次(9:00-11:00)特別規劃一系列活動，辦理家長成長團體-雙贏的親子溝通、打開性別之眼、沒有誰能像你一樣-從冰山談多元與自我接納等等，透過團體活動，文章閱讀，影片欣賞，心靈探索等方式來進行，讓我們一起為親子的性教育，打造屬於愛的氛圍。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



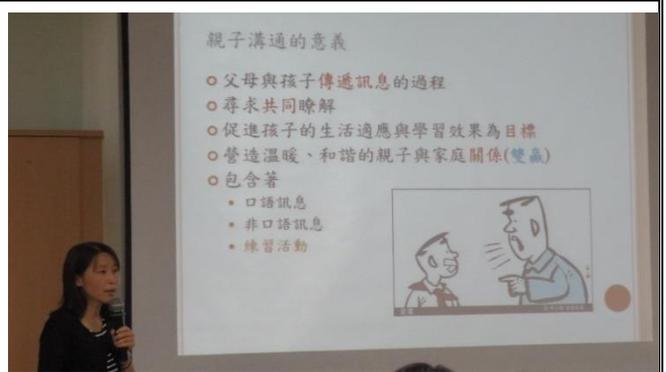
說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。



說明：家長成長團體菸檳教育宣導。

說明：家長成長團體菸檳教育宣導。

(七) 招募社區藥局及愛心商店，關心學生無死角

活動名稱	跨領域各科課程內容			
	參加對象	學生	家長	教師
活動日期	參加對象	學生	家長	教師
111年9月-112年6月	參加人數	5	30	4
	簡述活動內容 生教組長、衛生組長與學務主任，一同至校外與藥局及愛心結盟，並與店家有良好關係，協助關心本校學生在外行為及表現，並在緊急時，能給予幫助。			
佐證資料(宣導照片、計畫、紀錄、簽到表等)				



海甸國中 導護愛心商店

報 案 專 線：110 第三分局海南派出所：2588946
備 中 學 務 處：3507486 轉 102。

愛心商店商標、查獲備案事項

- 本校區學童有遭受危險之虞時，代為通知警察、學校或家人並提供緊急避難場所。
- 於放學時段提供學童臨時停留，等待親人來店接洽。
- 上課時間深夜夜學童在外遊蕩，協助勸導並通知警方或學校處理。
- 校園內商店、住家附樓附近裝設監視設備、警民連線電子監控設備或警鈴等，增加監控力，消除治安死角，防範犯罪事件發生。

商標於8歲以下少年及兒童、本區備案備案法律

◎ 不得販賣或供應菸、酒、檳榔給少年及兒童。
 ◎ 不得販賣或供應毒品及含有麻醉藥品之製劑給少年及兒童。
 ◎ 所有書身心之不適動出版品（書籍、雜誌、漫畫、電影、錄影帶、光碟片、電腦軟體、遊戲等），不得販賣、出租、播放給少年及兒童觀看。

臺南市警察局關心您

說明：本校愛心商店樣張。



與校外藥局建立夥伴關係

說明：與校外藥局建立夥伴關係。



說明：招募校外商店，成為愛心商店。



說明：招募校外商店，成為愛心商店。

伍、結論與建議

一、研究結論：

本研究為推動無菸無檳校園並藉由研究蒐集相關反菸拒檳活動推動資料，採取行動研究精神，實施了多樣化的菸害防制活動及課程，從教室到校園，再從校園到社區，完整呈現點線面的菸害防制推動，從後側的數據可以觀察到許多狀況都有所改善，綜合分析結論如下：

- 1、校園推動無菸檳校園活動學生接觸程度高達九成八，菸檳危害知識亦有高度成長。
- 2、對學校多樣化的課程與活動推行，參與課程之幫助程度自評有所提升。

顯示出學校菸害防制推動對於學生有實際之助益，但要全方面地向學生形成正向影響力，還是需要家庭、社區與其他方面的協助，端依賴學校方面力有未逮，尤其是在家庭內的影響應是最強的力量。

二、未來研究建議與省思：

1、未來研究建議：

本研究進行時因為並無先前相關實施經驗，多由學校自行摸索並依循過往經驗進行研究，但研究過程尚有許多可以再更精進之處。

(1)研究對象：因本研究主要研究對象為八年級共二個班全數學生進行量化研究，故在研究對象多元性上較為不足，難以代表全數母群體，對於質性內容之呈現較少，如擴大實施之班級數恐影響學生學習時間，故本研究對象主要還是以一個年級共二班為原則，稍微不足。且利用資訊課完成網路問卷調查，與原本課程與作業相互影響，進而形成學生時間不足以了解問卷部份題意及答案，造成部份研究數據有異常，略為可惜。

(2)研究方法：本研究採用行動研究為主，過程中根據研究歷程所發現不足觸及時進行修正，並搭配前後測進行比較，但綜觀整個過程並無一個較為明確之研究方法主軸，因此建議後續研究者可以選擇一種研究方法為主軸，讓該研究方法之執行更為明確與完整，使研究結果更具有參考性。

2. 省思：學校於菸害防制區塊著墨已久，針對校內已經執行且成效不錯之項目持續推動，對於此次參與菸檳防制行動研究，對於菸害防制推動亦有學習他校部份優秀的作

法，無論是經驗的增進或是學術理論的探究，都成為之後菸害防制教育推動的重要基礎。此次研究對於所有參與者而言都是相當特別的經驗，老師們都進入教育界多年，重新接觸行動研究、量化質性研究等，無疑是重新學習新的概念，尤其又是以學校現況為出發點來進行，除了學習新的研究觀念也審視了學校歷年來的菸害防制狀況，過程中不斷的討論與激發想法使老師們更加體認到對於學生狀況必須要時時更新並且深入了解後再進行決策，唯有如此才能真正對學生有所助益。

陸、附件

附件一、問卷

臺南市 111 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
 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，直接答第 3 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

「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%

「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

「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

「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

「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

「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

「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

「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

附件二、本校 111 學年度菸檳防制相關計畫

臺南市立海佃國中 111 學年度第 1 學期
親職教育座談會實施計畫

一、依據：

本校親職教育實施計畫。

二、目標：

激發家長關心子女，幫助子女成功的適應國中生活。

增進家長親職教育知能，建立良好親子關係，發揮家庭功能。

推廣親師合作，發揚小班教學精神。

加強學校與家庭之聯繫、以及家長與家長間關係，增進社區之關懷，建立和諧樂利的社會。

三、主辦單位：輔導室

四、協辦單位：教務處、學務處、總務處、家長會

五、活動時間：中華民國 111 年 9 月 24 日(六) 上午 08：00 至 12：00。

六、活動地點：本校風雨球場及各班教室。

七、參加對象：本校七、八、九年級學生家長。

八、活動內容及時間配置：

時 間	活動內容	地 點
08:00 ~ 08:30	報 到	風雨球場
08:30 ~ 09:00	校務報告（含雙向溝通）	風雨球場
09:00 ~ 10:30	適性輔導宣導講座 1. 校長主講 2. 校友鐘上舜 3. 校友（實習老師王詩筠）	風雨球場
10:30 ~ 12:00	特教新生 IEP 會議、九年級輔導轉銜會議	學習中心教室
	班親會親師座談	各班教室

九、為鼓勵家長關心子女，參加親師活動增進家長、子女及教師三方的互動，凡家長有參加之學生和班級家長出席率達六成或年級出席率最高前二名之班級導師給予嘉獎乙次。

臺南市立海佃國中 111 學年度第 1 學期親職教育座談會（班親會）

通知單

親愛的家長：

面對多元教育的新潮流，想必您們對孩子也有更多的期待，為使孩子快樂健康的成長與學習，希望家庭與學校密切聯繫，共創孩子美好的未來。因此，我們衷心敬邀您，於 9 月 24 日(六) 來校參與「親職教育座談會」，除進一步了解孩子的在校生活，並提供您寶貴的意見，俾作為校方推動校務的參考，謝謝您。

敬祝 闔府平安喜樂

一、活動日期：111 年 9 月 24 日(六) 上午 08:00 ~ 12:00

二、活動流程：

時 間	活動內容	地 點
08:00 ~ 08:30	報 到	風雨球場
08:30 ~ 09:00	校務報告（含雙向溝通）	風雨球場
09:00 ~ 10:30	適性輔導	風雨球場
10:30 ~ 12:00	特教新生 IEP 會議、九年級智障類轉銜輔導會議	學習中心教室
	班親會親師座談	各班教室

臺南市立海佃國中 111 學年度第 1 學期親職教育座談會（班親會）回條

班級	座號	姓名							
家長	父	職業 / 服務 機構		聯 絡 電 話					
	姓名					母			
其他 家屬									
<input type="checkbox"/> 準時參加，家長參加人數共_____人 <input type="checkbox"/> 無法參加									
*建議事項：(若您無法出席與會，請先寫下您的寶貴建議，之後將會以書面答覆)									

臺南市立海佃國中 111 學年度第 1 學期親職教育講座調查表

親愛的家長您好：

面對多元文化、新教育政策的衝擊，想必您對孩子有更多的期待與不安。為使親子間能有效溝通，並增進您對親子教養互動技巧的熟稔，我們特別於本學期開辦針對全校家長之親職教育講座，並衷心敬邀您參加。

敬祝 闔府平安快樂。

◎講座日期流程：

日期	時間	課程內容	講師	辦理地點
10月13日 星期六	09:00- 11:00	雙贏的親子溝通 (七、八年級家長優先)	元品心理諮商所 陳孟芳心理師	第一會議室
10月20日 星期六	09:00- 11:00	打開性別之眼 (七、九年級家長優先)	元品心理諮商所 李冠儀心理師	第一會議室
10月29日 星期一	19:00- 21:00	沒有誰能像你一樣-從冰山談多元與自我接納 (七、八年級家長優先)	冠名的漫畫語錄 賴冠名老師	第一會議室
12月15日 星期六	09:00- 11:00	多元的教育觀-越南媽媽經及越南文化簡介(含美食介紹) (七、九年級家長優先)	第二新住民家庭服務中心 陳金蘭通譯	第一會議室

(因場地限制，每場講座限40人參加)

臺南市立海佃國中 111 學年度第 1 學期親職教育講座調查表回條

___年___班___號 學生姓名：_____

我要參加以下場次的講座 (請在內打✓)

10月13日 參加人數：_____人 10月20日 參加人數：_____人

10月29日 參加人數：_____人 12月15日 參加人數：_____人

家長簽章：_____

◎請於 **9月7日(五)前** 填妥後由子女將此調查表撕下，交給各班級的輔導股長再轉交至輔導室，謝謝！

◎為鼓勵家長參與關心學生事務，確認參加講座與座談會的家長，每參加一場，我們將為貴子弟登記嘉獎壹次。

臺南市立海佃國中 111 學年度第 2 學期親職教育座談會（班親會）

通知單

親愛的家長：

面對多元教育的新潮流，想必您們對孩子也有更多的期待，為使孩子快樂健康的成長與學習，希望家庭與學校密切聯繫，共創孩子美好的未來。因此，我們衷心敬邀您，於 3月4日(六) 來校參與「親職教育座談會」，除進一步了解孩子的在校生活，並提供您寶貴的意見，俾作為校方推動校務的參考，謝謝您。

敬祝 闔府平安喜樂

一、活動日期：112 年 3 月 4 日(六) 上午 08:00 ~ 12:00

二、活動流程：

時 間	活動內容	地 點	備註
08:00 ~ 08:30	報 到	風雨球場	為獎勵貴子弟協助邀請家長參與學校活動，凡家長全程與會者，貴子弟可記嘉獎乙次。 (家長必需全程出席風雨球場、及各班級的活動，二邊均必需簽到。)
08:30 ~ 09:00	校務報告	風雨球場	
09:00 ~ 10:30	性教育(愛滋病防治) 宣導講座	風雨球場	
10:30 ~ 12:00	特殊生轉銜輔導會議	學習中心教室	
	班親會親師座談	各班教室	

臺南市立海佃國中 111 學年度第 2 學期親職教育座談會（班親會）回條

班級	座號	姓名	職業 / 服務機構	聯絡電話
家長	父			聯 絡 電 話
姓名	母			
其他				
家屬				
<input type="checkbox"/> 準時參加，家長參加人數共 _____ 人 <input type="checkbox"/> 無法參加				
*建議事項：(若您無法出席與會，請先寫下您的寶貴建議，之後將會以書面答覆)				

臺南市海佃國中 111 學年度「真人圖書館」實施計畫

壹、依據：

111 學年度健康促進學校菸檳防制教育校群學校。

貳、辦理目的：

- 一、透過歷屆校友回校分享就讀歷程與經驗，增廣在校學生於性教育相關的知識。
- 二、協助學生深入了解兩性交友關係，在尊重自我身體有較明確方向。
- 三、藉由現場問答與立即回饋方式，破除教條式迷思。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：臺南市政府教育局。
- 二、主辦單位：臺南市海佃國民中學。
- 三、協辦學校：臺南市海佃國民中學。

肆、辦理日期與地點：

- 一、時間：111 年 11 月 25 日(星期五) 14:30-16:30。
- 二、地點：本校風雨球場。

伍、實施對象：全校師生，以 802.807 學生為優先。

陸、實施方式：(流程表如附件一)

活動前準備

10~11 月透過校內教師推薦校友名單，由輔導室教師與該校友聯繫，並與其目前就讀學校連絡活動當日請假事宜，擬由本校行文至該就讀學校，懇請該校惠予公假。

活動方式

1. 12 本真人圖書將規劃各一借閱區，區域內擺放 1 長桌於中心，10 座椅圍繞，方便真人圖書與借閱者交談。
2. 每一位真人圖書可同時被 10 位學生借閱，每一場次借閱時間為 15 分鐘，前 3 分鐘為真人圖書自我介紹時間，後 12 分鐘為真人圖書回答與學生提問時間，提問內容必須以性教育相關問題進行發問，過於隱私與無關的問題，真人圖書有權拒絕回答。
3. 活動總共舉辦二個場次，每場次 15 分鐘，每一場次開始與結束時間由輔導室於會場統一宣布，各場次接續進行，每一場次開始前各借閱區皆有志工進行點名。
4. 活動後將個人心得書寫於真人圖書館學習單，並請導師確認簽名，繳交至輔導室即可記嘉獎一支。

柒、預期成效：

- 一、量化部分：本校 802.807 與其他學生預計 200 人次參與活動。
- 二、質性部分：藉由本校校友之觀念分享與正向想法，使學生對於未來兩性關係有更具體之方向，並對尊重自己身體有更進一步了解。

**臺南市海佃國中 111 學年度菸檳防制實施計畫—
「真人圖書館」流程表**

時 間	活動內容	主持人
15:10 ~ 15:20	報 到	輔導組長
15:20 ~ 15:30	校長致詞與校友介紹	吳振壬校長
15:30 ~ 15:45	場次一	輔導組長
15:45 ~ 15:50	換場	輔導組長
15:50 ~ 16:05	場次三	輔導組長
16:05 ~ 16:10	綜合座談與合照	蔡宜興校長、輔導組長

海佃國中 111 學年「菸檳防制」嘉南大圳班際團體路跑賽實施計畫

一、實施目的：

- (一) 依據教育部規劃之「快活計畫」，讓學生快樂運動、活出健康。
- (二) 主題「拒菸防檳」宣導菸防制與實際身體力行。

二、主辦單位：學務處。

三、協辦單位：教務處、輔導室、總務處、合作社。

四、比賽日期：112 年 4 月 10 日（一）第五節至第七節。

五、比賽地點：嘉南大圳堤岸

六、比賽行程：

- (一) 第五節：第一梯：七年級
- (二) 第六節：第二梯：八年級
- (三) 第七節：第三梯：九年級

七、比賽項目：二公里路跑

八、比賽人數：

- (一) 全班一律下場比賽（除先天性疾病或當天身體不適者，由導師同意者可不參加）
- (二) 到達終點基本人數：

七、八、九年級每班 20 人參賽，男生 10 人；女生 10 人，（每增加一人該班男生減 5 秒；女生減 7 秒）

九、競賽規程：

- (一) 以班級為單位，採計時賽，排頭需拿班級牌。
- (二) 排二列並行而跑，抵達終點請二列排好蹲下男生前面、女生後面。裁判老師清點人數後，班級簽名確認後才可離開。
- (三) 每班參賽同學全部跑回終點後才算成績，並以最後一位同學（穿著號碼衣）跑回終點的成績為停錶依據，落後者則以棄權論。
- (四) 若完成比賽的班級未達上述第八條、比賽人數所列，則每少一人增加一分鐘。
- (五) 比賽預備前、中、後嚴禁同學坐在河堤旁及走出馬路，違者經學務處認定屬實，每 1 人增加班級成績 5 秒。

十、獎勵辦法：

- (一) 每年級取前六名，頒發獎狀。
- (二) 工作人員與裁判(含導師)提供礦泉水三箱。(所需經費由合作社公益金支援)

十一、注意事項：

- (一) 請比賽班級於賽前二十分熱身，以防止運動傷害。
- (二) 賽後的同學勿立即坐下休息，以防止心臟受到傷害。
- (三) 賽後的同學需適量的立即補充水份，以加速體能回復。

十二、本實施計畫陳請校長核定後實施，修正亦同。