

# 屏東縣琉球國中九十五學年度推動健康促進學校「無菸拒檳」行動計畫



## 壹：源由（Why）

### 一、現況分析：

行政院衛生署國民健康局2004年及2005年辦理之「成人吸菸行為電話調查」發現，我國18歲以上成年男性及女性之每日及偶爾吸菸者之比率分別為42.78%、4.54%與39.88%、4.78%。此外，分別於2004年及2005年辦理之「全球青少年吸菸行為調查」分別發現，國中生吸菸率為8.48%，其中男生為10.70%，女生為5.74%；而高中職生吸菸率為17.1%，其中男生為22.7%，女生為10.7%；顯示青少年吸菸率趨高的變化，實為值得重視的問題。

台灣嚼檳榔人口高達二百四十萬人以上，且據統計口腔癌患者88%有嚼檳榔的習慣。民國九十四年口腔癌已躍升為癌症十大死因之第六名。根據高雄醫學院葛應欽教授的研究，同有抽煙、酗酒和嚼檳榔的習慣，得口腔癌的機會為其他人的一百二十三倍。

本校地處離島偏遠地區，學區內四面環海，海洋資源豐富，居民百分之七十靠捕魚為生，是一所小型學校，全校共有十班，學生數共322人，教職員工34人。學區家長大部分以捕魚為生，外籍新娘比例日益增加，家長社經地位較低落，抽煙、嚼檳榔之人數居多，普遍缺乏健康生活型態的相關知識。菸害檳榔防制是對個人、家庭、國家的健康有助益的工作，透過全方位的拒菸、拒檳策略與措施，成為未來促進教職員工生、家長健康的焦點，是學校應努力的方向。

### 二、計畫的目標：

- （一）增進學校教職員工生對於菸害、檳榔危害健康的察覺、之事、態度、價值觀、生活技能與行動能力，以減少菸品與檳榔危害人數。
- （二）透過菸害、檳榔防制相關研習講座加深老師、學生對菸害、檳榔防制的重視，推動學校自主營造無菸、無檳榔校園，建構並推廣無菸、無檳榔環境意識和行動。
- （三）提高學校教職員工生、家長對無菸拒檳行動計畫的參與度與滿意度。
- （四）提高學校社區機關團體對無菸拒檳行動計畫的關心度與滿意度。

### 三、計畫內容：

- （一）成立學校健康促進委員會，落實及推動「無菸拒檳」行動計畫。
- （二）營造無菸拒檳的健康環境。
- （三）課程中融入無菸拒檳議題教學。
- （四）推動全校性與社區性無菸拒檳相關活動。
- （五）社區結盟以推廣無菸拒檳校園範圍。
- （六）提供教職員工生、家長無菸拒檳相關資訊與宣導訊息及教育輔導。
- （七）實施無菸拒檳前後測問卷以瞭解無菸拒檳健康需求與實施成效。
- （八）辦理成果展。

## 貳：六大層面

1 學校衛生政策、2 健康服務、3 健康教學與活動、

4 學校物質環境、5 學校社會環境、6 社區關係

※標號說明(a-b-c)：a：六大層面，b：六大層面子目標，c：具體行動項目

行動具體目標 (What)	具體行動(How)	主辦 單位 (Who)	實施 對象 (Whom)	期程 (When)	實施 地點 (Where)	評價 (Evaluation)
<p>一、學校衛生政策</p> <p>(一) 學校能落實健康校園(無菸拒檳)政策。</p> <p>(二) 辦理宣導政策，溝通觀念，建立共識，100%教職員工生能公開承諾並遵守在校園之無菸拒檳政策。</p>	<p>1-1-1 成立校園無菸拒檳工作小組。</p> <p>1-1-2 擬定校園無菸拒檳行動計畫。</p> <p>1-1-3 召開健康促進學校說明會、檢討會。</p> <p>1-1-4 訂定九月份與二月份為無菸拒檳宣導月。</p> <p>1-2-1 於學校網頁定期公告宣導無菸拒檳政策。</p> <p>1-2-2 於世界禁煙日(5月31日)公開宣誓承諾無菸無檳校園政策。</p>	<p>訓導處</p> <p>訓育組</p> <p>訓導處</p> <p>訓育組</p> <p>訓育組</p> <p>訓導處</p>	<p>全校教職員工生、家長、社區人士</p> <p>全校教職員工</p> <p>全校教職員工</p> <p>全校教職員工</p> <p>全校教職員工生、家長</p> <p>全校教職員工生、家長</p>	<p>95.08-96.07</p> <p>95.08-96.07</p> <p>95.09、96.02</p> <p>95.08-96.07</p> <p>96.05.31</p>	<p>全校</p> <p>會議室</p> <p>琉中網頁</p> <p>體育館</p>	<p>一、過程評價</p> <p>1.辦法之修訂意見</p> <p>2.擬定之計畫與組織</p> <p>3.活動照片</p> <p>4.活動心得(看法、感受)</p> <p>5.學習單</p> <p>6.量化資料(活動場刺、人、參與率)</p> <p>7.相關軟體設施使用情形</p> <p>8.活動過程記錄</p> <p>二、成效評價</p> <p>1.前後測問卷</p> <p>2.教職員工生、家長滿意度及幫助程度評價</p> <p>3.課程實施成效評價</p> <p>4.活動實施成效評價</p> <p>5.長期觀察記錄</p> <p>6.社區改變記錄</p>
<p>二、健康服務</p> <p>(一) 提供吸菸學生戒菸教育、輔導方法或建立轉介機制。</p> <p>(二) 提供吸菸教職員工戒菸教育、輔導方法或建立轉介機制。</p> <p>(三) 提供無菸拒檳的諮詢服</p>	<p>2-1-1 調查學生吸菸情形，建立名冊，建立輔導方法或轉介機制。</p> <p>2-2-1 調查教職員工吸菸情形，建立輔導方法或轉介機制。</p> <p>2-3-1 提供單張、書籍.....相關資訊。</p> <p>2-3-2 於心泉、琉中特刊、琉中青年、</p>	<p>訓育組</p> <p>訓育組</p> <p>訓育組</p>	<p>全校學生</p> <p>教職員工</p> <p>全校教職員工生、家</p>	<p>95.08.25</p> <p>95.08.25</p> <p>95.08-96.07</p>	<p>教室</p> <p>辦公室</p> <p>公佈欄</p>	<p>1.前後測問卷</p> <p>2.教職員工生、家長滿意度及幫助程度評價</p> <p>3.課程實施成效評價</p> <p>4.活動實施成效評價</p> <p>5.長期觀察記錄</p> <p>6.社區改變記錄</p>

務。	琉中網頁張貼無菸拒檳相關資訊。		長		
三、健康教學與活動					
(一) 協同跨領域研發無菸拒檳教材，並融入課程教學。	3-1-1 由教務處邀請各領域教師將無菸拒檳宣導課程融入教學。 3-1-2 藉由相關影片融入課程觀賞討論。	教務處	各班	95.08-96.07	教室
(二) 應用導師師間宣導。	3-2-1 提供無菸拒檳相關資料給導師，利用導師時間(早自習、班會、自習課)進行宣導。	教務處	各班	95.08-96.07	教室
(三) 無菸拒檳前後測問卷。	3-3-1 於學期初進行健康促進問卷測驗，以瞭解教職員工生對菸害檳榔的認知與進康促進之需求。 3-3-2 透過問卷調查瞭解家長對菸害檳榔的看法與認知態度。 3-3-3 於學期末進行問卷測驗，瞭解教職員工生、家長對無菸拒檳行動的成效評價。	訓導處	各班	95.08-96.07	教室
		訓育組	全校教職員工生、家長	95.08.25	教室
		訓育組	全校教職員工生、家長	95.09.04	家庭
		訓育組	全校教職員工生、家長	96.01.12 96.06.20	教室 家庭 辦公室
(四) 辦理相關活動。	3-4-1 配合教務處語文競賽融入無菸拒檳主題。 3-4-2 配合教務處英文會話比賽融入無菸拒檳主題。 3-4-3 配合教孝月藝文活動融入無菸拒檳主題。 3-4-4 校慶辦理健康促進闖關活動。 3-4-5 校慶園遊會健康促進學校跳蚤市場。 3-4-6 辦理「我運動，我拒菸拒檳」球類競賽活動。	教務處	各班	95.09.01	校園
		教務處	各班	95.12.27	校園
		訓育組	各班	96.03.18	校園
		訓導處	全校教職員工生、家長、社區	95.12.14 95.12.15	校園
		體育組	各班	95.10.16 96.01.16	運動場
四、學校物質環境					
(一) 創造無菸無檳的綠色校園。	4-1-1 加強校園美化綠化工作。 4-1-2 於校園中明顯處張貼海報、標語、禁煙標誌。	總務處 體衛組	校園	95.08-96.07	校園
(二) 成立菸害檳榔防制中心。	4-2-1 健康中心成立健康促進資源中心，提供相關書籍與資訊。 4-2-2 規劃健康促進學校公佈欄，定	訓導處	教職員工生	95.08	校園
		健康中心	教職員工生	95.08-96.07	健康中心
		健康中	教職員		公佈欄

(三) 研發菸害檳榔防制教材。	期公告相關訊息與宣導資訊。 4-3-1 請各領域教師研發健康促進相關教材。	心 教務處	工生 教師	95.08-96.07 95.08-96.07	健康中心	
五、學校社會環境 (一) 辦理家長及教職員工菸害及檳榔防制座談會。 (二) 推動家長及校外訪客拒菸拒檳運動。 (三) 邀請家長、社區人士參與學校衛生委員會，獲得共識。 (四) 舉辦成果展。 (五) 校外參觀活動。	5-1-1 於親職教育活動辦理家長、教職員工無菸拒檳宣導活動，獲得共識形成支持系統。 5-2-1 懸掛紅布條或海報標語提醒訪客、家長校園無菸拒檳行動。 5-2-2 於心泉、琉中特刊、琉中青年、宣傳單張宣導。 5-3-1 邀請家長會長、衛生所參與健康促進學校工作小組，獲得共識。 5-4-1 辦理校慶健康促進成果展。 5-4-2 將健康促進學校相關成果置於琉中網頁。 5-5-1 辦理健康促進校外參觀暨社區服務活動。	輔導室 訓育組 資料組 訓育組 訓導處 訓導處 訓育組 訓育組	教職員工、家長 教職員工生、家長 教職員工生、家長 家長、社區 教職員工生、家長 教職員工生、家長 教職員工生	95.11.08 95.08-96.07 95.08-96.07 95.08-96.07 95.12.14-95.12.15 95.08-96.07 95.12.29	會議室 校園 校園 琉中網頁 社區	
六、社區關係 (一) 邀請並配合衛生機構至校辦理活動。 (二) 學校與社區相關團體共同營造無菸無檳環境。 (三) 配合社區單位辦理相關活動。	6-1-1 邀請衛生所到校辦理無菸拒檳宣導演講活動。 6-2-1 配合衛生所，於校園中或社區較明顯處張貼紅布條與宣導海報。	訓育組 訓育組	教職員工生、家長 教職員工生、家長	95.11.17 95.08-96.07	體育館 校園	