



屏東縣立琉球國中 95 學年度推動健康促進學校

「教師健康需求評估調查表」

「飲食貴有節，運動貴有恆」，「運動是健康的源泉」，就讓「健康成就你的未來」！

單位：_____ 職稱：_____ 姓名：_____
任教科目：_____ 年資：_____年 填寫日期：____年____月____日

壹、健康促進學校知多少？

1. 您是否知道琉球國中是 95 年度健康促進學校嗎？是 否
2. 您是否知道左上角的圖案所代表的意義？是 否
3. 您是否知道本校今年推動健康促進學校的相關主題有哪些？(可複選)
衛生政策 菸害與檳榔防制 性教育與愛滋病防治 生育保健
事故傷害防制 藥物濫用防治 健康飲食 健康體能
視力保健 口腔衛生 自殺防治 傳染病控制

貳、無菸拒檳的健康環境

1. 您是否有抽菸的習慣？
是 否(若勾選是，則繼續回答，若勾選否則跳至 4 繼續作答)
2. 抽菸的數量大約多少？
_____ (填一天多少？或一週多少？或一個月多少？)
3. 您抽菸的場合通常是？(可複選)
家中 戶外 其他_____
4. 陌生人在禁止吸菸的場所抽菸，您是否會制止或勸導他(她)不要抽菸？
是 否
5. 您是否贊成無菸家庭？是 否
6. 您是否有吃檳榔的習慣？
是 否(若勾選是，則繼續回答，若勾選否則跳至 9 繼續作答)
7. 吃檳榔的數量大約多少？
_____ (填一天多少？或一週多少？或一個月多少？)
8. 您吃檳榔的場合通常是？(可複選)
家中 戶外 其他_____
9. 陌生人在禁止吃檳榔的場所吃檳榔，您是否會制止或勸導他(她)不要吃檳榔？
是 否
10. 您是否贊成無檳家庭？是 否

參、健康體位動起來

1. 您是否每天吃早餐？是 否(若否平均一週_____天)
2. 您是否每天喝兩杯牛奶？是 否(若否平均一週_____杯)
3. 您是否每天吃 2 碗以上的青菜？是 否(若否平均一週_____碗)
4. 在家中口渴時，你是否喝白開水？是 否
5. 在學校口渴時，你是否喝白開水？是 否
6. 您是否每天喝含糖飲料？是(若是平均一週_____杯) 否
7. 您是否每天運動？
是(若是，平均每天_____分鐘) 否(若否平均一週_____天)
8. 您最喜歡哪些運動？(可複選)
球類運動(籃球 羽球 棒壘球 桌球 排球 其他_____(可複選))
走路 游泳 騎腳踏車 游泳 其他_____
9. 若辦理教職員相關運動比賽或活動您希望辦理哪一類活動？
羽球比賽 排球比賽 路跑活動 健走活動 其他_____

肆、融入教學與實際行動

1. 您會建議透過哪一種方式教育學生健康促進學校的相關知識？(可複選)
網路公告公佈欄公告海報宣傳單 融入課程活動 其他_____
2. 您是否願意協助相關議題融入課程宣導？
是 否(若勾選是，則繼續回答，若勾選否則跳至 4 繼續作答)
3. 願意融入哪一科教學？
國文 英語 數學 理化 歷史 地理 公民 體育 童軍
輔導 家政 生活科技 美術 導師時間 其他
4. 您是否知道何謂「333 運動」？是 否
5. 為推廣健康體位運動，訓導處成立「健康促進 T 班」，每週一、二、四晚上八點～九點，於團輔室作規律的有氧運動與健康體位分享，以「健康促進為主題」，期待您的踴躍參與！ 您是否願意參加？
是 否(若勾選是，則繼續回答，若勾選否則作答結束)
6. 您願意參與哪些天的課程？(可複選)
星期一 星期二 星期四 建議其他時間_____

～感謝您百忙之中撥冗協助耐心填寫完此問卷，

費神之處，不勝感激！謝謝您！～