

苗栗縣立南湖國民中學 103 學年度健康促進學校種子學校 計劃書

壹、基本資料

申請議題	<input type="radio"/> 健康體位 <input type="radio"/> 視力保健	承辦人性名	林○酋
	<input type="radio"/> 正確用藥 <input type="radio"/> 口腔衛生	電子信箱	achiue@webmail.mlc.edu.tw
	<input type="radio"/> 性教育 <input checked="" type="radio"/> 菸檳防制	電話	037-991209

貳、計畫內容

一、依據

- (一) 苗栗縣 103 學年度衛生與健康促進實施計畫。
- (二) 苗栗縣健康促進學校工作分配計畫。

二、計畫目的

- (一) 增進親師生菸害、檳榔防制認知。
- (二) 提高師生拒絕菸檳的技能。
- (三) 營造健康校園環境，落實無菸檳校園。

三、學校推展拒菸拒檳現況分析

依據行政院衛生署國民健康局（以下簡稱國健局）100 年青少年吸菸行為調查結果顯示，國中生吸菸率 7.3%（男性 10.5%，女性 3.7%），國中生校園二手菸暴露率 100 年為 17.8%（男性 20.5%，女性 14.7%），依菸害防制法規定，高中職以下學校應全面禁菸，各級學校尚有相當待改善的空間。

另一項國民健康局分別於 96 年與 97 年，以問卷調查 21,482 名國中生的嚼檳榔情形，學生表示曾嚼過檳榔的比率，國中生為 6.2%；最近 1 個月有嚼檳榔的比率，國中生為 1.8%，鑒此，為減少青少年吸菸及嚼食檳榔之問題，宣導青少年正確健康觀念，協助青少年身心健康發展，健康促進學校的推展是時代趨勢。

四、本校學生菸檳問題分析

本校 103 學年度吸菸、嚼檳榔現況：

名稱	經常會及曾經吸菸人數	經常會及曾經嚼檳榔人數
教職員工	2	0
學生	13	5

合計	15	5
人數比例	6.9%	2.3%

(全校學生 192 人，教職員工 25 人)

五、計畫內容及工作分配

(一) 工作小組組織及職掌：

職 稱	姓 名	工 作 內 容	備 註
校長	賴○良	1. 綜理學校衛生政策，領導及推動拒菸及檳榔危害防制計畫。 2. 主持健康促進學校衛生保健工作會議及指導各項宣導活動。	
訓導主任	江○媛	1. 綜理拒菸拒檳校園之師生相關活動及計畫之推行工作。 2. 綜理拒菸拒檳校園宣傳活動，協助行政協調及發言，推動社區及家長熱心參與。	
總務主任	王○韻	1. 綜理拒菸拒檳校園相關活動後勤支援，協助社區及家長會行政協調。	
幹事	吳○玲	1. 與到校施工之承包商簽署合約時應加註「請遵守菸害防制法及校內禁菸規範，如有違反規定，致學校被訴遭索賠或受罰，應負擔賠償責任」 2. 蒞校來賓及家長宣導禁止菸檳入校園。 3. 協助營造建置拒菸及檳榔危害防制之校園物質環境及各項軟硬體設備之提供及採購。	
教學組長	張○智	1. 協助各項文藝競賽活動。 2. 推動多元化社團活動，鼓勵學生從事正當良好的休閒活動。	
體衛組長 訓育組長	林○酋 劉○儀	1. 藉由走動式管理清查吸菸嚼檳學生列冊管理並進行戒菸檳教育 2. 負責建立校園良好的風氣、學生偏差行為及不良嗜好之輔導管教。 3. 辦理全校性拒菸拒檳相關宣導及競賽活動。 4. 辦理拒菸拒檳相關研習活動。 5. 拒菸拒檳校園之健康促進教育網路平台之建置及維護。	
護理師	李○璇	1. 充實健康中心設備並發揮功能統籌辦理拒菸及檳榔危害防制相關之健康服務與活動。 2. 協助辦理香菸及檳榔危害防制相關之宣導活動。 3. 協助辦理及執行各項拒菸拒檳競賽活動。 4. 協助無菸檳校園之環境之佈置。 5. 提供 CO 測試及戒菸諮詢服務。 6. 吸菸嚼檳學生列冊管理追蹤。 7. 協助吸菸嚼檳學生接受戒菸檳教育。	
健康教育 及各領域 專任教師 及各班 導師		1. 拒菸拒檳議題融入各領域課程教學及教案設計。 2. 配合各項健康促進宣導活動。 3. 配合教學環境佈置。 4. 學生菸害與檳榔防制教育之指導。 5. 與學生建立良好關係，學生偏差行為及不良嗜好之輔導管教。 6. 導護老師協助糾正家長接送區禁止吸菸行為。	
專任輔導 教師 兼任輔導 教師	陳○安 邱○舜	進行高關懷群之辨識與篩檢、危機處理、諮商與輔導、並增進其心理健康與社會適應。	

替代役		1. 協助上下學及課間巡視校園各角落有無學生違規吸菸嚼檳榔情形。 2. 家長接送區如發現有外賓有進行吸菸嚼檳行為委婉勸阻。	
家長會長		學校與社區居民間之聯繫合作，協助宣導學區周邊商店勿販售菸檳予本校學生。	

(三) 實施項目及內容

六大範疇	實施項目	實施工作分配	負責人	期程	需交成果資料
(一) 制定學校衛生政策	成立「菸拒檳」防制推動小組	成立「拒菸拒檳」防制推動小組，確認其分工與職責，統籌、規劃、辦理「拒菸拒檳」防制計畫。	訓導主任 江○媛	103.09	計畫書
	訂定「拒菸拒檳」實施辦法	邀請本校相關人員參與會議，制定本校「拒菸拒檳」實施辦法並公佈本校網站。	訓導主任 江○媛	103.09	本校「反菸拒檳」實施辦法
(二) 健康教學與活動	辦理菸害拒檳知能研習	1. 辦理菸害檳害防制研習，增進教職員工對檳榔、香菸危害的認識。 2. 配合縣府進行無菸校園常識測驗活動，增進菸害檳害防制相關常識。	體衛組長 林○酋	103.09- 104.06	成果照片
	拒菸拒檳議題融入課程	拒菸拒檳議題融入各領域課程教學。	各領域 專任教師	103.09- 104.06	成果照片、學習單
	收集研發教材教案	收集檳榔、香菸危害防制資料，並協同跨領域教師製作研發教材教案，如海報、網頁、短片等。	各領域 專任教師	103.09- 104.06	教材、教案
	辦理各項文藝競賽	辦理「拒菸拒檳」防制各項藝文比賽如：書法、海報、硬筆字、健康標語創意比賽等。	訓育組長 劉○儀 教學組長 張○智	103.09- 104.06	成果照片、各項比賽優勝作品
	辦理專題講座	利用週會時間辦理檳榔、香菸危害防制為主題之專題演講。	訓育組長 劉○儀 護理師 李○璇	103.09- 104.06	成果照片
	建置檳榔、香菸危害防制網頁	於學校網頁內加入檳榔、香菸危害之相關知識。	體衛組長 林○酋	103.09- 104.06	健康促進網頁
	影片賞析	播放影片：陽光下的檳榔樹、遺失的微笑、重生的幸福	體衛組長 林○酋	103.09- 104.06	成果照片

(三) 健康服務	師生吸菸、嚼食檳榔現況調查	問卷調查及統計，建立教職員生吸菸嚼檳榔情形資料	體衛組長 林○酋 護理師 李翊璇	103.09- 104.06	吸菸嚼檳榔名冊及統計表
	戒菸檳教育	查獲吸菸嚼檳學生接受 12 小時戒菸檳班實施戒菸檳教育	體衛組長 林○酋 護理師 李○璇	103.09- 104.06	成果照片
	CO 檢測	戒菸班 CO 前測和後測、不定期抽測	護理師 李○璇	103.09- 104.06	成果照片 CO 數據
	提供菸害與檳榔防制專業諮詢	利用菸害與檳榔防制衛教單張、海報、戒菸戒檳手冊等提供專業諮詢	護理師 李○璇	103.09- 104.06	成果照片
(四) 物質環境	建置文藝走廊	於校園醒目處，建置公佈欄，張貼標語及海報。	護理師 李○璇	經常性	成果照片
	LED 健康標語宣導	校門口 LED 跑馬燈宣導拒菸拒檳健康標語	護理師 李○璇	經常性	成果照片
	無菸家長接送區	家長接送區設置告示牌及劃黃線標示警語及維護	工友 黃○懋	經常性	成果照片
	校園綠化美化及建置無菸公廁	學校進行校園綠美化，並於廁所、走廊擺放綠色盆栽及張貼禁菸標誌。	工友 黃○懋	經常性	成果照片
(五)精神環境	獎勵制度	1. 師長愛的叮嚀。 2. 學生配合健康促進各項活動，表現優良給予獎勵。 3. 成功戒菸學生記嘉獎一支。	訓育組長 劉○儀 各班導師	經常性	優點紀錄
	取締違規行為	不定時巡視學生有無違規抽菸嚼檳榔行為，查獲者參加戒菸檳班。	訓育組長 劉○儀 各班導師	經常性	違規紀錄
	校園拒菸檳大使	1. 班會遴選班級拒菸檳大使 2. 協助營造無菸檳校園環境及協助稽查師生違規抽菸嚼檳榔行為	各班導師	103.09- 104.6	各班拒菸檳大使名單
	輔導教師介入	專任輔導教師個案輔導學生偏差行為及不良嗜好之輔導管教。	專任輔導教師 陳○安 兼任輔導教師 邱○舜	103.08- 104.6	學生個案輔導紀錄

(六) 社區關係	建立學校-家庭-社區溝通管道	1、親職教育宣導「拒菸拒檳」防制內涵。 2、配合衛生所辦理拒菸拒檳衛教宣導活動及闖關活動。	體衛組長 林○酋 護理師 李○璇	103.08- 104.06	成果照片
	鼓勵家長參與成人戒菸檳教育	利用親職教育宣導鼓勵有吸菸嚼檳習慣家長接受衛生所辦理之成人戒菸檳教育。	體衛組長 林○酋 護理師 李○璇	104.03	成果照片

七、計劃預期成效

(一)建立健康、綠美化無菸檳校園

(二)促進學校教職員工生正確認知產生健康行為並建立健康生活型態，進而提升健康品質。

八、預定進度(請針對申請的項目填寫)

工作項目	時間							
	103年 9月	103年 10月	103年 11月	103年 12月	104年 1月	104年 2月	104年 3-6月	
1. 成立學校健康促進委員會	☆							
2. 組成健康促進工作團隊	☆							
3. 進行現況分析及需求評估	☆							
4. 決定目標及健康議題	☆							
5. 擬定學校健康促進計畫	☆							
6. 編製教材及教學媒體	☆	☆						
7. 建立健康網站與維護	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
8. 執行健康促進計畫		☆	☆	☆	☆	☆		
9. 資料分析								☆
10. 成果撰寫								☆

九、評價指標

(一)過程評量：校園菸害及檳榔防制檢核表。

(二)成效評量：無菸檳校園率達100%。

十、經費來源：由103學年度健康促進學校經費項下支出

十一、本實施辦法陳請校長核定後公佈實施，如有未盡事宜得隨時修正公佈之。