

教育部國民及學前教育署

109學年度

校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

成果報告及推動方向



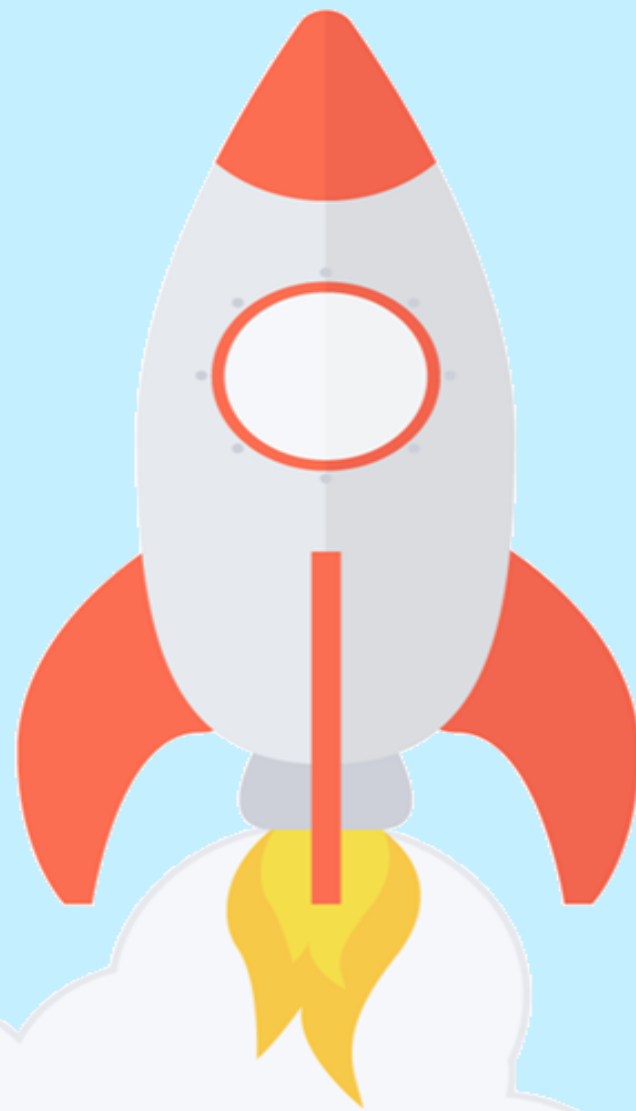
計畫主持人：國立陽明大學 護理學院臨床護理研究所

黃久美 教授

共同主持人：國立臺灣師大 健康促進與衛生教育學系
兼教育學院副院長

郭鐘隆 教授

計畫目標





菸檳禁，校園淨，活力勁

調和衝突
與矛盾



明辨

拒絕

新興菸品與檳榔

無菸無檳我倡議



擴大影響力
= 承擔責任

學校衛生政策：
建立校園反菸拒檳政策

健康服務：
菸、檳使用之預防與戒治服務

創造支持性的環境：
建構無菸、無檳校園文化

社區關係：
營造社區夥伴關係共同推動反菸拒檳

健康生活技能教學：
培養反菸拒檳行動能力與自信

電子煙危害防制

學校整體

保護全體學生
免於菸檳的暴露

高危險群

減少菸檳使用意向
強化明辨拒絕技能

使用者
戒菸檳教育

▶ **以健康促進學校模式，
融入心理健康促進**

發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作

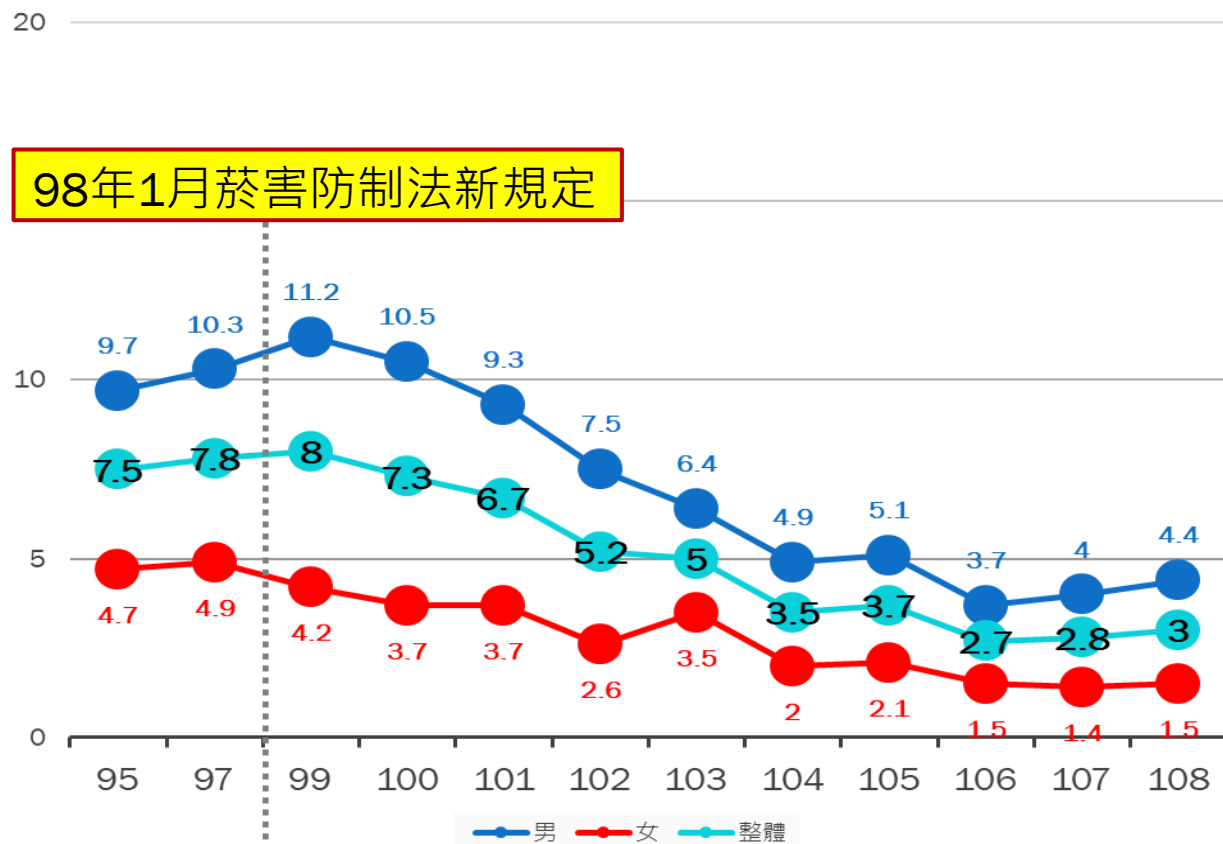
現況問題 及相關研究



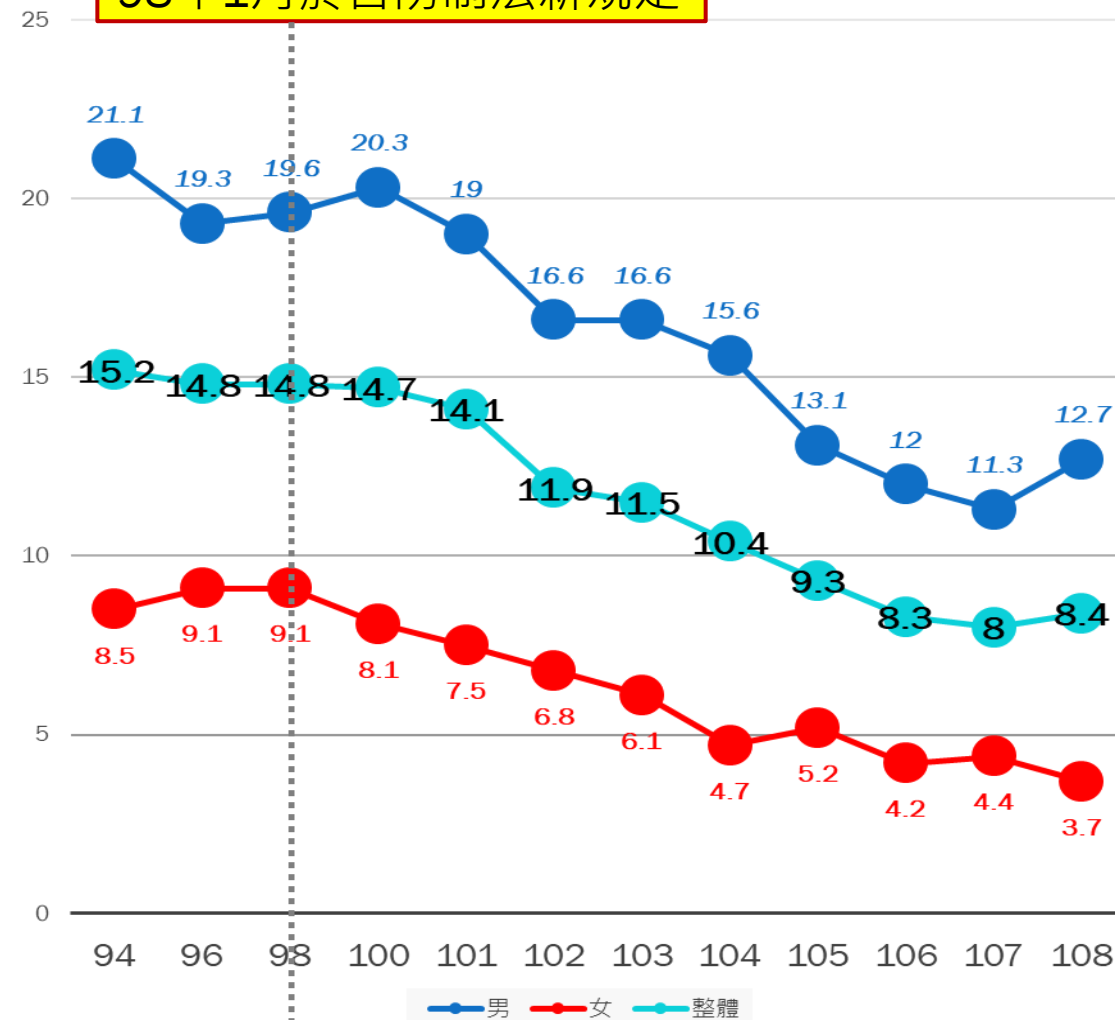
國高中學生吸菸率(2006年至2019年)

最近30天內，你吸過菸嗎？
(即使只吸一兩口也算)

98年1月菸害防制法新規定



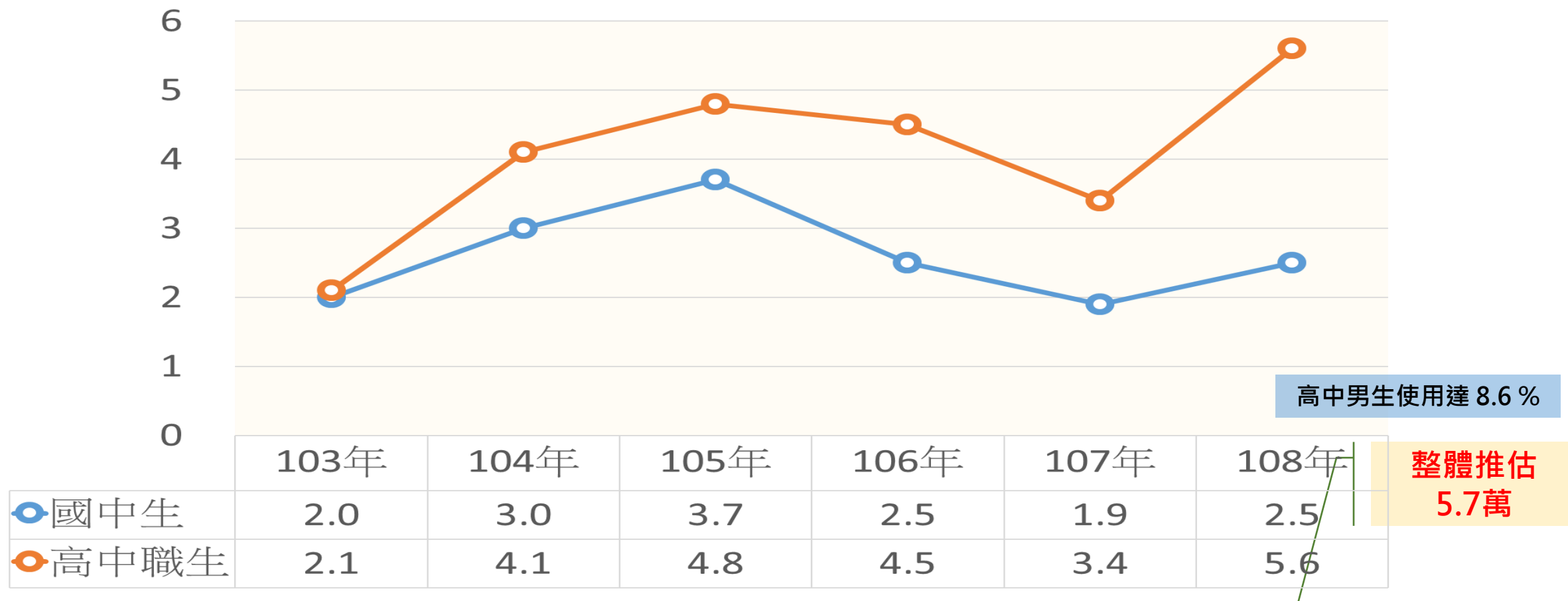
98年1月菸害防制法新規定



資料來源:

- 國民健康署歷年「青少年吸菸行為調查」GYTS 取自國民健康署網站健康數字123 <https://olap.hpa.gov.tw/index.aspx>

國中、高中職學生電子煙吸食率



103至105年國中生 整體 ↑ (2.7%) 105至107年國中生 整體 ↓ (1.8%) 107至108年國中生 整體 ↑ (0.6%)
103至105年高中職生 整體 ↑ (2.7%) 105至107年高中職生 整體 ↓ (1.4%) 107至108年高中職生 整體 ↑ (2.2%)

口紅？

糖果？

軟糖？

果凍？



【免運】台灣現貨 當天出貨 越刻 relx relax 悅刻 RELX 悅刻...

折\$15元

\$4,099 \$350

已售出 120
桃園市八德區



【正品】LANA 發光糖果 多口味任選 現貨免等 通用 替換彈 假...

\$319 - \$329

已售出 288



【Hebat】喜貝二代 一次性 口紅 顏色齊全 台灣現貨

2件折 \$10

\$280

已售出 831
台北市萬華區



台灣出貨 悅刻一代 越刻 relx 悅刻 銳刻 RELX 1代 軟糖 西...

\$500 \$380

已售出 1,048
新北市中和區



【正品】迦龍 GOSS 軟糖 空夾 空盒 悅刻一代通用 原裝正品...

\$339 - \$350

已售出 37



LANA 一次性果凍條 一支約1200口

多件優惠

\$185

已售出 2,963
彰化縣彰化市



現貨 LANA 一次性果凍條 一支約1200口 歡迎代理批發

多件優惠

\$180

已售出 190
台中市外埔區



LANA 拉娜 一次性果凍條

\$170

已售出 79
桃園市桃園區



悅刻 RELX 一次性果凍條 保證正品

多件優惠

\$180

已售出 5,197
彰化縣彰化市



LANA 現貨 一次性果凍條 口味齊全

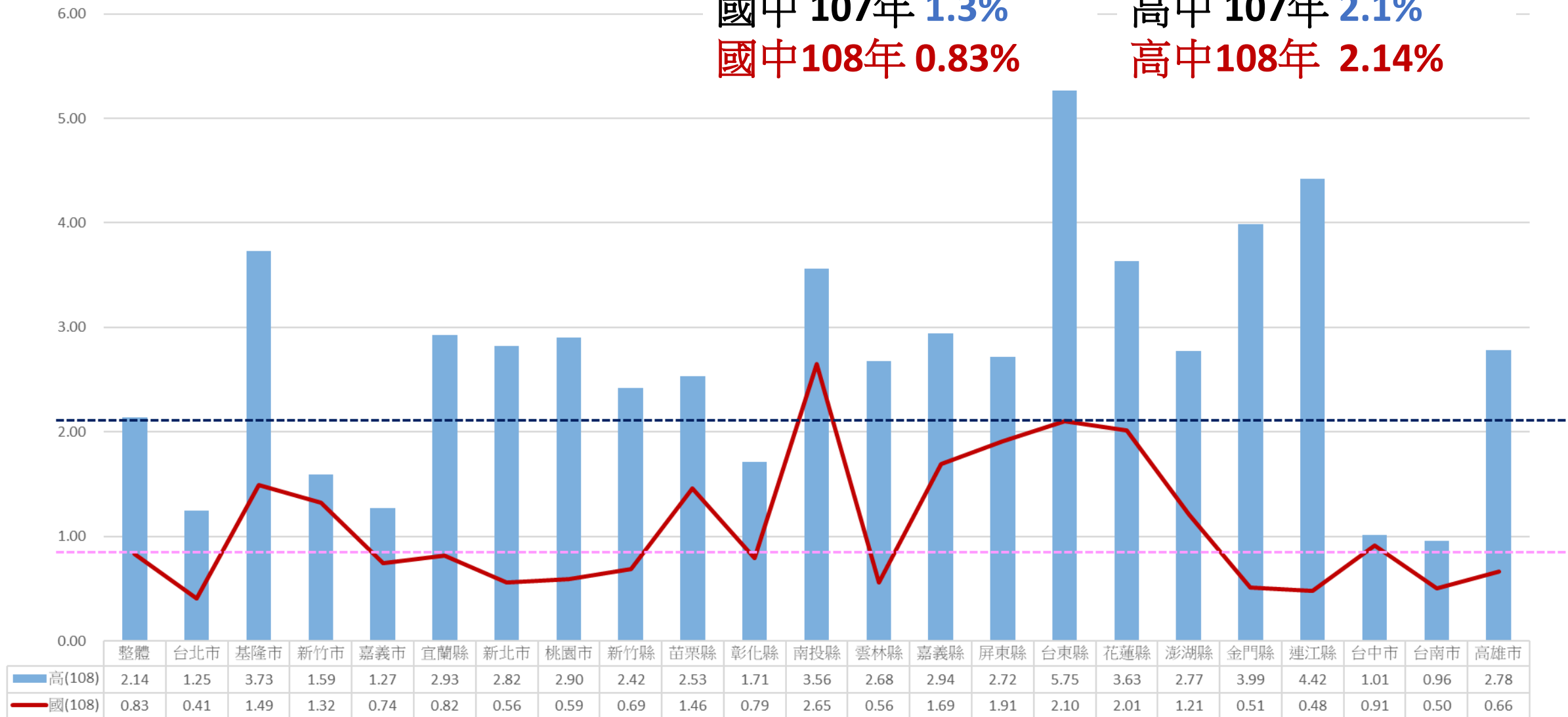
\$200

已售出 31
彰化縣鹿港鎮

國中高中青少年嚼檳率

國中 105年 0.9%
 國中 106年 1.1%
 國中 107年 1.3%
 國中 108年 0.83%

高中 105年 2.2%
 高中 106年 2.5%
 高中 107年 2.1%
 高中 108年 2.14%

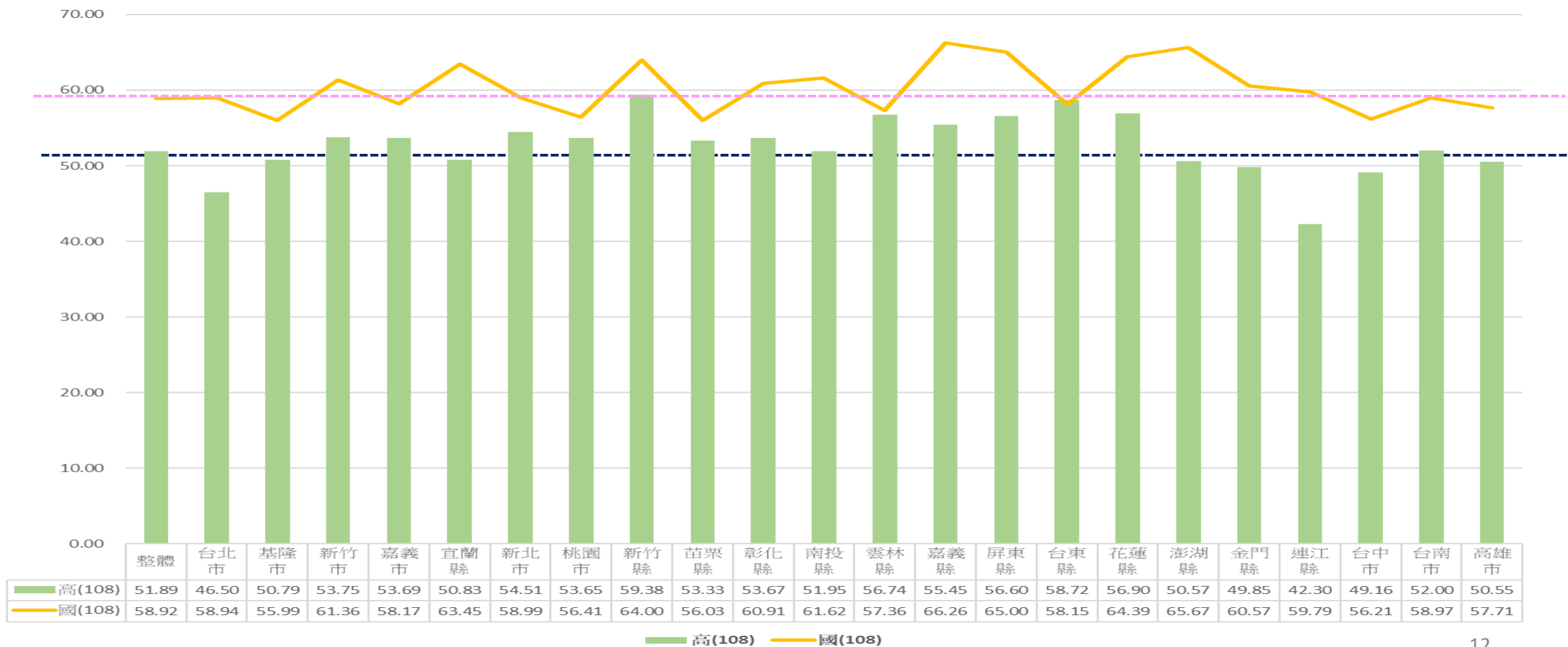


國中高中青少年檳榔認知率

國中 105年 61.0%
 國中 106年 57.2%
 國中 107年 58.2%
 國中 108年 58.9%

高中 105年 52.6%
 高中 106年 49.6%
 高中 107年 51.1%
 高中 108年 51.9%

**「認知率」係指回答「吃檳榔即使不加配料,也會導致癌症」為「



01

發展呼應素養
教材與輔導策略

02

增進師資團隊
的專業知能

03

優化推動能力
與行政效能

04

建構校園菸檳
防制教育網

► 以健康促進學校模式，發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作



實施成果

01

發展呼應素養
教材與輔導策略

02

增進師資團隊
的專業知能

03

優化推動能力
與行政效能

04

建構校園菸檳
防制教育網

► 以健康促進學校模式，發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作

START



我是誰?



進入選單
• 分組活動
• 課後個人任務



準備好
掃圖卡囉!



情境引導

想像以下的情境吧

小美和小琪在學校附近的公園，看見幾個畢業的學長姐拿著電子煙正吞雲吐霧，其中一位學姐還笑著問小美：「這很安全又可以補充維他命，還可以幫助戒菸，你們要不要來試試？」

想一想

抽牌!

唸出抽取到情境
想一想!



#拒絕電子煙，才是潮！
#我的態度，我堅持！

我們是5年級的國中學生，在學校的班上教室，為了表達我對電子煙的態度，當聽到有人提出抽電子煙的邀約，我就會雙手在胸前打叉，並且提醒自己堅定說出倡議金句：「朋友不該用「煙」定義！即使只抽一兩次，也會上癮。」

實踐：拒絕金句



實踐：破解破思



實踐：倡議金句



請掃描您抽到的圖卡



操作指引



離開

青春 無菸煙



遠離各式菸品 / 電子煙 / 加熱菸

4F 影片連結

示範

提供老師
每個單元的
教學指引



備課區



教學區



題庫區

依照各單元
提供素養題



課程主選區 | 共有10個單元



01

發展呼應素養
教材與輔導策略

02

增進師資團隊
的專業知能

03

優化推動能力
與行政效能

04

建構校園菸檳
防制教育網

► 以健康促進學校模式，發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作



增進學校師資專業知能

校園菸檳防制教育 資源說明會

109/10/14 陽明交大





增進學校師資專業知能

校園菸檳防制 輔導委員共識會

109/10/12 臺師大





增進學校師資專業知能

校園菸檳防制教育推廣計畫

健促六大範疇融入年度計畫

發展學校特色

申請 (51) 所學校
核定 (25) 所學校

反菸拒檳教育推廣成果績優獎勵

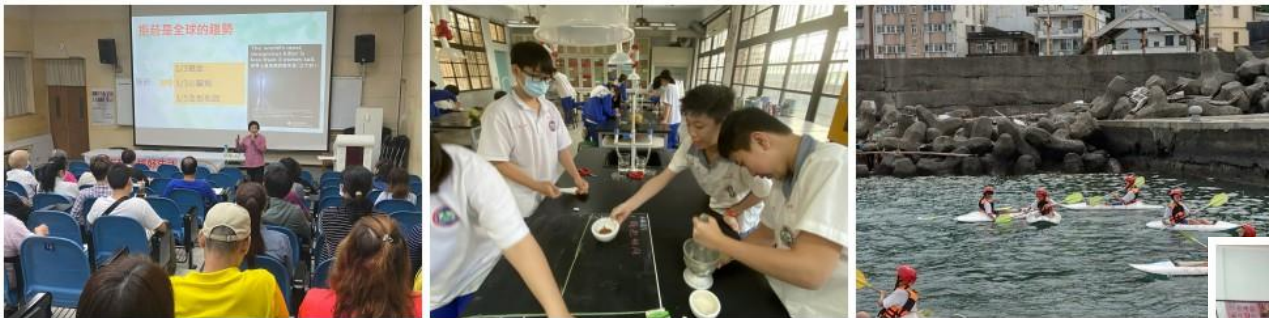


報名 (33) 所學校參加
評選 (6) 所學校獲績優獎勵

反菸拒檳教育推廣成果績優獎勵



特優學校：新北市三重高級中學 「無菸三重」



1. 社區宣導
2. 融入生物課-檳榔測試
3. 高關懷學生參與獨木舟體驗

特優學校：彰化縣溪州國民小學 「溪州life喜揚羊」



- 1 社區反菸拒檳
- 2 反菸拒檳班際躲避球賽
- 3 拒絕電子煙練功坊

特優學校：新北市清水高級中學 拒菸隨我行 健康你最行



- 1 電子煙」議題辯論
- 2 教師反菸拒檳研習
- 3 東斯孟克桌遊體驗

反菸拒檳教育推廣成果績優獎勵



特優：新北市三重高級中學

特優：彰化縣溪州國民小學

特優：新北市清水高級中學



反菸拒檳教育推廣成果績優獎勵



優等：新北市海山高中

優等：臺北市雙園國中

優等：臺南市西港國中

帶得走的能力 擁有反菸拒檳的健康素養

回顧與心得

在107-108的優質基礎上

- 跨領域教學-理化
- 校內張貼禁菸標示
- 菸檳入班宣導課程
- 健促小海報競賽

美感更新

菸檳防治推動計畫

追求更加卓越

- 增加創新，追求進步
- 菸檳個案一對一 NEW
- 跨領域教學-法治教育 NEW
- 美感更新-標語、海報 NEW
- 聖誕健康週-系列活動 NEW
- 週四健康日-系列活動 NEW
- 菸檳種子教師儲備 NEW

「更新」優質基礎

禁菸標語

海山高中

聖誕活動

健康日

新北市立海山高級中學

教育部國教署109學年度「菸、檳防制教育推廣計畫」

Quit smoking, Running for help, Code.

打卡@無菸校園，標記#我拒菸檳我驕傲

研究動機

本學年度延續上個學年度之議題，複製活動模式擴大至全校，期望藉由學校積極辦理菸檳危害防制教育及宣導，建立學生對於菸檳危害有正確的認知，並有反菸拒檳的意識及行動，能更進一步影響同儕、家人，最終擴大至社區，不只建造無菸校園環境，更能建造無菸社區。

研究方法

施測對象：七、八、九年級各一班
活動對象：全校學生
研究工具：採用國立陽明交通大學菸檳防制教育「01菸檳危害防制教育學生感知問卷」

量性結果

變項名稱	前測值 M(SD)或%	後測值 M(SD)或%	t值 或Z	P值
知識 (0~12分)	8.7(±2.65)	10.11(±1.89)	-3.247	0.002
感知 (13~65分)	45.53(±10.25)	55.3(±10.76)	-5.000	0.000
態度 (7~35分)	33.02(±3.85)	33.06(±4.47)	-0.058	0.954
行為意願 (6~30分)	28.85(±3.57)	29.16(±2.29)	-0.544	0.588
自我效能 (3~15分)	14.51(±1.23)	14.37(±1.58)	0.552	0.582

結論與建議

學生普遍都有正確態度、行為意願與自我效能，在前測時即獲得高分，故前後沒有顯著差異。但在知識與感知方面，經過一系列活動，有顯著差異。

活動過程，學生都能積極參與，對於菸檳帶來的危害有更進一步的了解，知道自己不能碰菸檳，也知道如何拒絕菸檳，有些更表示會將菸檳的危害告訴親朋好友，希望他們不接觸菸檳。

學生對於一系列活動有很多的心得，過年的學生認為「菸檳危害防制講座」印象最深刻，因為邀請到陽光基金會的社教專員與口腔癌的口友來分享親身經驗，學生感到震撼；原感口腔癌這麼可怕！一次的接觸都有獲益的機會。在後測的時候，使用標語率、校園標語覆蓋率降至0%，標語知識達到100%。

因應科技、網路時代，讓學生在臉書上打卡，利用QR code填寫回饋單，運用雲端分享讓家長看到活動照片，藉此也增加學校的曝光度，將菸檳危害教育推廣至家長、社區里民，一起守護學生的健康。

此次研究主要針對學生進行一系列活動，對於家長與社區里民的部分觸達不足，未來可以加強的地方如下：

1. 於學期日向家長推廣菸檳危害防制之觀念。
2. 於假日或晚上辦理親職講座。
3. 設計親子活動，讓學生與家長共同完成。
4. 於週邊設置有菸檳危害防制的攤位。
5. 設計宣傳單或海報，張貼於學校人行道上。
6. 向社區里民推廣菸檳危害防制教育。

臺南市立西港國民中學 109學年度 菸檳危害防制教育執行成果

本校長期投入菸檳防制教育，建構無菸校園，藉由校園多元菸害防制活動建構每個學生自我菸害防制能力，擁有拒絕菸品模倣誘惑(對抗電子煙)的生活技能，並能由學校教導學生，再由學生擴散到家庭及社區，共同打造健康無菸心西港。

01 學校人力與政策

成立校園反菸小組，擬定推動計畫，定期檢核並滾動修正，讓校園菸檳防制做為可以落實推動。

02 課程與教學內涵

藉由學校教師融入各領域課程，以多元教學方式如影片欣賞、文章寫作、動態表演等，讓學生於課堂中深化菸檳防制知能。

03 物質與社會環境

學校建構硬體環境，提供各式校園看板及專欄，另籌組宣導志工動態宣傳，雙管齊下建置無菸環境，發揮環境教育功能。

04 健康服務與活動

結合衛生所辦理電子煙教育，整合校內健康中心，追蹤關懷學生健康狀況，同時運用多元校園活動，提升推廣成效。

05 家長與社區活動

發揮學校教化功能，以聯絡簿、親職講座、深入社區展演等方式，讓家庭與社區共同成為學校菸檳防制的夥伴。

06 電子煙主題防制

率先成立電子煙教育班，針對曾使用過或有使用之虞人員，進行電子煙概念、法律常識、通路分析及相關防制技巧課程，結合CCR模式進行。

1. 校園推動無菸校園活動學生接觸程度高達九成七。
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。
3. 環境建置、活動宣導、教學課程、反菸志工或對外合作等知覺程度高。
4. 菸檳危害知識、感知、態度皆有高度成長。

執行成效

臺南市立西港國民中學

校園菸檳防制教育教學觀摩

109 學年 共 6 場



新北市重慶國小

應用「青春無煙菸」教材
設計教案

南投縣德興國小



拒菸4F「體驗→覺察→
反思→行動」歷程，豐
富與深化的電子煙防制
教育的學習



生活技能融入無菸檳
課程教學-情境問題:
批判思考、目標設定
—對?或錯?



AR無菸拒檳闖關新興
科技學習活動
4F「體驗→覺察→反
思→行動」

校園菸檳防制教育教學觀摩

109 學年 共 6 場

新竹縣光明國小



照片 1 說明：利用健康課到超商認識菸警示語、價格、成份



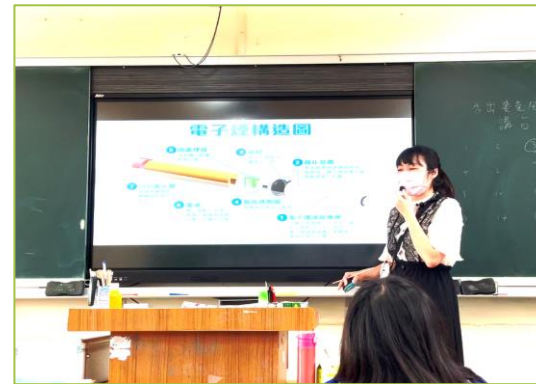
照片 2 說明：建立學生正確潔牙生活態度，寶貝自己的牙齒健康



照片 3 說明：培養高年級學生到中低年級進行防菸拒檳短劇演出



照片 4 說明：防菸拒檳教學素材豐富，可藉此融入教學課程當中



新北市秀峰高中

新竹市私立曙光女中





國小組特優：屏東縣鹽埔鄉彭厝國民小學

【廢菸道—鬼滅之人】

網紅就是你

109學年創意短片競賽
近百件作品參賽

18件獲獎 作品



國小組優等：台中市大甲區文昌國小

【想戒你--以愛為名戒菸為你】



國小組優等：花蓮縣萬榮鄉明利國小

【MNEGaya-聽祖靈的話】



國中組特優：新北市福營國中

【新癮害 OUT!】

網紅就是你

109學年創意短片競賽
近百件作品參賽

18件獲獎 作品



國中組特優：新北市積穗國中

【阿積小穗—新菸殃蝴蝶夢】



國中組優等：台南市安南國中

【健康診聊室:菸害二三事】



創新 3D VR 戒(拒)菸教育 虛擬與實體闖關活動

109學年 共 5 場

3D VR 體驗

——批判思考——

試著破除電子煙迷思



影片 VR

B 疊疊樂

——支持伙伴——

團隊合作，小心陷阱
互相支持，完成目標



看清楚、作決定、
團隊伙伴互相支持，
抽出積木往上疊，
在時間內PK疊得
最高者過關！

B 打地鼠

——戒菸決心——

展現你戒菸的決心，
來打擊菸頭，留下愛心



打地鼠(擊菸)



A 吹噓達人

——解決菸癮問題——

面對思考，打擊誘惑
正面思考，拒絕菸品！



格棒球



試著按住食指板機拿
起球，放開板機將球
往四宮格板丟出

C 電流急急棒

——自我覺察——

查覺生活中容易
菸癮復發的警訊



電流急急棒



利用手上的電流棒把
這些機關解開就可以
拿到寶物了！

D 高手過招

——抗壓能力——

把想吸菸的「負面情境」，
用音樂轉換成好想法吧！



打太鼓



跟著節奏打擊太鼓，讓
情緒好轉後，就會有更
多戒菸的好想法出現囉！



創新 3D VR 戒(拒)菸教育 虛擬與實體闖關活動

109 學年 共 5 場



新北市仁愛國小防範煙魔亂舞VR體驗活動



基隆市八斗高中VR體驗+闖關活動融入健康教育課程

01

發展呼應素養
教材與輔導策略

02

增進師資團隊
的專業知能

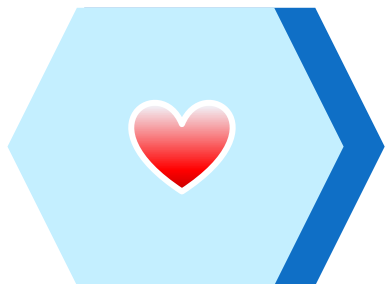
03

優化推動能力
與行政效能

04

建構校園菸檳
防制教育網

► 以健康促進學校模式，發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作



送愛到校

需求導向 的增能

增能_{型態} 送愛到校流程

有意願精進「菸檳防制」能力，提供策略實例、教材資源等增能

依學校需求提供：
交流、座談、增能研習、講座...等活動



109 學年 共到訪 26 校，動員 75 人次

送愛到學校 足跡踏遍全國

(106至109學年度) 訪視95所學校



01

發展呼應素養
教材與輔導策略

02

增進師資團隊
的專業知能

03

優化推動能力
與行政效能

04

建構校園菸檳
防制教育網

► 以健康促進學校模式，發展適切的菸檳危害防制教育介入輔導工作



LINE 官方帳號



ID @948obaxo

掃描行動條碼後，將您帳號加入好友





無菸無檳好校園 部落格 電子報 素養題庫

發布菸檳防制相關策略、活動、成果

發布無檳校園大聯盟 - 素養題庫 13期

<https://nosmokingedu.blogspot.tw/>

發布【無菸無檳好校園電子報】28期

特色成果



研發多元輕巧教材



協助生活技能教學



實證策略
社群平台



需求導向的增能輔導



提供學生舞台

期許與推動方向建議

1



持續開發適用教材

融入心理健康策略

提升學習動機與成效

2



家長及社區結盟，是創造
無菸無檳的支持性環境重
要關鍵

鼓勵分享特色教學與活動

3



升級社群通訊平台，
推播資訊不受限

關注菸害防制法電子
煙防制之修法進度

THANK YOU

教育部國民及學前教育署109學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

nosmoking.edu@gmail.com