

# 106 年菸害防制健促計畫成果

## 『抓寶特工隊 無寶一身輕』活動成果

### 一、計畫緣起

為協助全校師生養成良好習慣，實踐健康行為，透過健康促進活動的實施並結合社會資源，引導教職員工、生提高健康常識的認知，做好健康行為自主管理，共同營造健康校園，逐漸達到無菸校園的目標。

### 二、現學校況分析

「S.W.O.T」分析:依據個別狀況，進行評估

S(優勢)	W(劣勢)	O(機會)	T(威脅)
<p>1. 每週菸測時間，臨近醫院會配合做衛生宣導與引導戒菸。</p> <p>2. 每學期至少一次，辦理戒菸班，結合衛生所共同完成。</p> <p>3. 校慶活動及啦啦隊比賽時，可擴大宣導，辦理闖關活動。</p> <p>4. 校安人員定時巡查校園，學生較能遵守非吸菸區不能吸菸的規範。</p>	<p>1. 大部分學生不會主動來做 CO 檢測，須有些誘因。</p> <p>2. 因戒菸班須上 8 小時，才算完成，有的學生因打工的關係，無法全程參與。</p> <p>3. 經費及人力有限，無法達到理想的目標。</p> <p>4. 校園死角多，巡查時才發現足跡，就已人去樓空了。</p>	<p>1. 有些學生因為男女朋友的協助或是工作人員的鼓勵，願意來關心自己的健康。</p> <p>2. 參加戒菸班，同儕的肯定影響大，同學願意陪同，也是支撐的力量。</p> <p>3. 大型活動中，行銷的效果佳。</p> <p>4. 拒抽二手菸的同學，為數不少，能成為志工，協助推動戒菸。</p>	<p>1. CO 檢測數值高的同學，菸齡也長，戒菸意願低。</p> <p>2. 戒菸班上完，追蹤結果成為一大難題，因為學生打工時不能接手機，是否完成戒菸，需大量時間與耐心來完成。</p> <p>3. 人力不足，偶爾尋求衛生局的協助。</p> <p>4. 吸菸區的清潔問題。</p>

## 東南科技大學吸菸率調查

學年度	學生人數			吸菸人口			
	男生	女生	合計	男吸菸	女吸菸	男吸菸比例	女吸菸比例
103 學年度	1294	737	2028	262	41	20.2%	5.6%
104 學年度	1326	699	2025	246	44	18.5%	8.2%
105 學年度	948	507	1455	210	39	22.1%	7.6%

### 三、計畫目標

1. 本校參與活動之教職員工生 CO 檢測異常值降低 20%。
2. 本校之吸菸區從 3 個減少，變成 2 個。
3. 本校參與活動之教職員工生，菸害正確知識提升 40%。
4. 以系為單位，加強校園巡查宣導，本校菸害防制志工人數增加 10%。
5. 本校參與活動之教職員工生戒菸人數增加 10%。
6. 通識中心納入戒菸相關課程。
7. 本校參與活動之教職員工生健康行為改變達 20%。



## 五、工作項目及執行概況

# 東南科大 抓寶特工隊 無寶一身輕

### 活動目的



本校在三年內欲進化為無菸校園，在學校分工上呈現三環分工合作模式

1. 政策面:本年度由衛保組及生輔組共同研討完成制訂「校園菸害防制實施要點」，已明確制定總務處與學務處在無菸校園菸害防制工作之分工及輔導事項。
2. 宣導面:以預防層面為主，由衛保組、課外活動組以講座及活動宣導與衛教方式完成。
3. 稽查面:生輔組、軍訓室每天校園巡查菸毒人數，勸導並轉介。

### 參與對象

吸菸、戒菸的全校師生，本主題系列共 1000 人參與活動。

### 活動內容

- (一)招募志工:學生開學之初，自社團及課堂上，有意願者至衛保組登記並接受訓練。
- (二)菸害防制「戒菸要贏」講座:每場講座約 100 人參加，講座後學生在反菸毒的認知上提升 30~40%，在「打工熬夜壓力大，吸菸來放鬆自己」方面，有顯著改善。
- (三)校慶闖關活動:學校舉辦大型活動時，全校師生均參與其中，宣導效果也提高不少，共有 65 人參與競賽，闖關活動時，同學們契而不捨的精神，達到寓教娛樂的效果；認為反菸毒宣導活動有助於共建健康互助友善校園。
- (四)CO 檢測活動:為了篩檢高危險群，每週四辦理一氧化碳檢測活動，上下學期共有 666 人參加，異常值佔 12%，除了衛教及參加戒菸班外，還慢慢成了衛保組的菸害防制志工，加入宣導及巡查的行列。
- (五)辦理戒菸班:辦理 2 場，上下學期各 1 場，戒菸班學員共 30 人，有同儕的支持，同學在 8 小時的研習中認真的學習，戒菸成功人數有 2 人。



舉辦菸害防制講座



分組討論報告結論



105-1 辦理戒菸班



105-2 辦理戒菸班

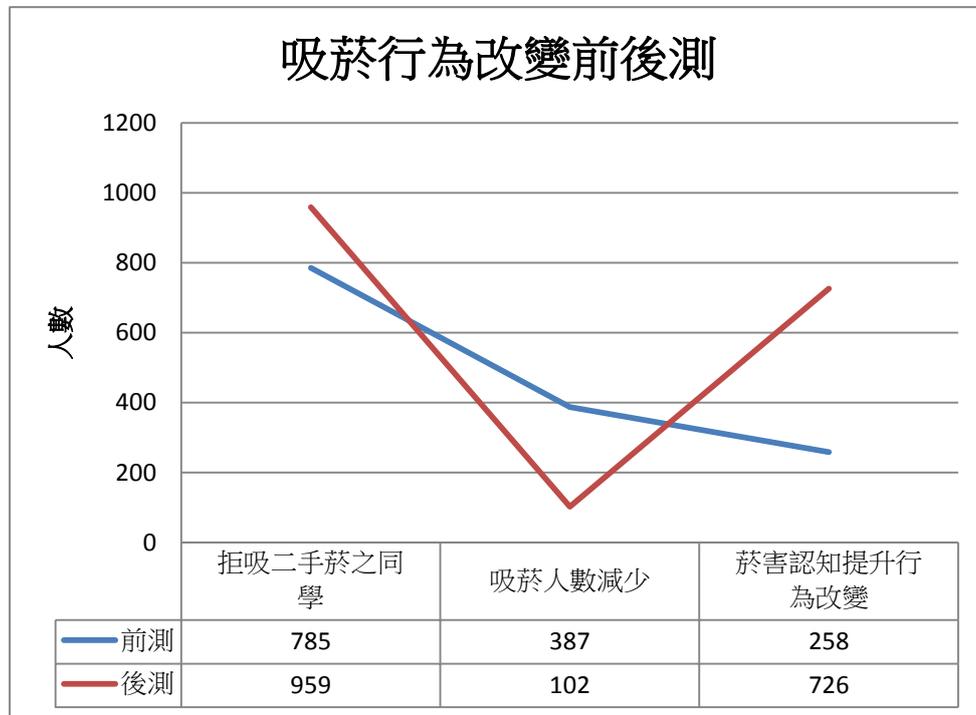


校慶闖關活動



CO 檢測活動篩檢高危險群

## 六、執行成果



本校人數共 6 千多人，拒抽二手菸的同學有明顯的增加，吸菸人數也逐漸降低，已鎖定某些高危險群，持續追蹤輔導。

檢討：多數吸菸族群，均有打工的情況，輔導的時間較不易配合，追蹤輔導我們仍須加強。

## 七、檢討與建議

此次計畫因經費不多，須完成多數的活動，在經費方面有些拮据，我們尋找其他資源辦理戒菸班，教育部訴求計畫活動要多元並以數量取勝，但“巧婦難為無米炊”，很多時候會心有餘而力不足。

校內三個計畫的整合與創意，是我們需加強的一環，學校人力不足也是較無奈的情況，我們會爭取更多的人力支援，以完善下一個挑戰。

推動議題	需求評估或健康問題(前測)	績效指標	成效評估(後測)	策略或活動	受益學生	所需經費
菸害防制	106 學年度本校參與學生戒菸前測時間為 106 年 3 月，CO 值平均為 12，最高值達 27。	本年度成功戒菸人數為 3 人，戒菸率為 8%，CO 值至少降至 9 (降低 40%)，20%學生吸菸量有減少	106 學年度本校學生 CO 值後測時間為 106 年 6 月，戒菸班學生成功戒菸者為 2 人，戒菸率為 18%，CO 值降至 10。	1. 戒菸要贏菸害防制講座 2 場 2. 校慶菸害防制闖關活動 3. 戒菸班共計 16 堂課，4 週 4. CO 檢測活動，每週四辦理 5. 戒菸諮詢達 6 次	198 人 男 116 女 82 65 人 男 47 女 18 30 人 男 9 女 21 666 人 男 492 女 174 男 8 女 4 共 959 人	8520 元