



# 100 年度健康促進學校 行動研究問卷(國高中版)

□□-□□  
議題-學校

親愛的同學，您好：

這是一份由行政院衛生署國民健康局委託辦理的健康促進問卷調查。這不是考試，所以沒有標準答案，而且問卷只會用在研究上，絕不會移作他用，也不會影響你的學校成績，你只要照自己的狀況誠實回答就好，不用擔心。如果有不懂的，就舉手發問，如果有寫錯字，也記得要擦乾淨，十分感謝同學的協助！

若您願意填寫本問卷，請您在下方的方框中打勾。

敬祝

學業進步 順心如意

我已閱讀過上述說明，並且願意填寫本問卷。

若您有任何疑問，可以聯絡本計畫主持人 陳富莉副教授 (02)2905-3431，或聯絡本計畫專案研究助理 陳映伶 (02)2905-2056。十分感謝您的協助！

健康促進學校認證暨國際接軌計畫團隊



※ 作答方式：請在選項圈圈①②③④上直接塗黑●。

### 基本資料

1. 生日： 年(十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
月 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫  
日(十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨
2. 性別： ① 男 ② 女
3. 年級： ⑦ 七年級 ⑩ 十年級
4. 班級： \_\_\_\_\_
5. 座號： (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨
6. 身高(公分)：(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨
7. 體重(公斤)：(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
(個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨
8. 現在你主要與誰生活/住在一起？【可以複選】  
① 父親 ② 母親 ③ 兄弟姊妹 ④ 祖父 ⑤ 祖母 ⑥ 其他親戚 ⑦ 其他人
9. 請問你父母(或主要男性、女性照顧人)是否全職工作？  
父親： ① 全職工作 ② 半職工作 ③ 待業 ④ 退休 ⑤ 不知道  
母親： ① 全職工作 ② 半職工作 ③ 待業 ④ 退休 ⑤ 不知道
10. 你父親(或男性主要照顧人)的教育程度是：  
① 沒有受過教育 ② 小學程度 ③ 國中程度 ④ 高中職程度  
⑤ 專科或大學程度 ⑥ 碩士及以上 ⑦ 不知道
11. 你母親(或女性主要照顧人)的教育程度是：  
① 沒有受過教育 ② 小學程度 ③ 國中程度 ④ 高中職程度  
⑤ 專科或大學程度 ⑥ 碩士及以上 ⑦ 不知道

※ 作答方式：請在選項圈圈①②③④上直接塗黑●。

## 一、吸菸行為

1. 請問你一生中，是否曾經吸過菸？(一根也算)

- ① 沒有 【請跳答第 6 題】      ② 有

2. 請問你從開始吸菸到現在，總共有沒有吸超過 100 根菸(五包)？

- ① 沒有                                      ② 有

3. 請問你第一次吸菸的年齡為？

- ① 7 歲(含)以前      ② 8~9 歲      ③ 10~11 歲  
④ 12~13 歲      ⑤ 14~15 歲      ⑥ 16 歲(含)以上

4. 請問你第一次為什麼想去吸菸？【可以複選】

- ① 同學或朋友吸菸      ② 父母吸菸      ③ 兄弟姊妹吸菸      ④ 好奇  
⑤ 想變更成熟      ⑥ 被菸品廣告或促銷吸引      ⑦ 壓力或挫折  
⑧ 生活無聊      ⑨ 其他：\_\_\_\_\_ (請說明)

5. 請問你未來有打算戒菸或持續戒菸嗎？

- ① 不打算戒菸  
② 有，未來 1 個月(含)以內打算戒菸  
③ 有，未來 1 個月以上~3 個月以內打算戒菸  
④ 有，未來 3 個月以上~6 個月以內打算戒菸  
⑤ 有，未來 6 個月之後才打算戒菸  
⑥ 正在戒菸，但不超過一個月  
⑦ 我已不吸菸一個月以上

6. 請問你最近一個月住在一起的家人是否有人吸菸？

- ① 沒有 【請跳答第 10 題】      ② 有

7. 請問過去一週，你在家時，你的家人在你的面前吸菸的天數？

- ① 0 天      ② 1 天      ③ 2 天      ④ 3 天      ⑤ 4 天      ⑥ 5 天      ⑦ 6 天      ⑧ 每天

8. 如果你的家人在你面前吸菸時，你會請他不要吸菸嗎？

- ① 不會      ② 偶爾會      ③ 每次都會

9. 請問你的好朋友中是否有人吸菸？

- ① 都沒有 【請跳答第二大題】      ② 有

10. 過去一週，你的好朋友吸菸時，在你的面前吸菸的天數？

- ① 0 天      ② 1 天      ③ 2 天      ④ 3 天      ⑤ 4 天      ⑥ 5 天      ⑦ 6 天      ⑧ 每天

11. 如果你的朋友在你面前吸菸時，你會請他不要吸菸嗎？

- ③ 不會
- ① 偶爾會
- ② 每次都會

## 二、吸菸行為意向

1. 在國中/高中畢業以前，你會不會去嘗試或持續吸菸？

- ③ 一定會
- ② 可能會
- ① 可能不會
- ④ 一定不會

2. 在國中/高中畢業以後，你會不會去嘗試或持續吸菸？

- ③ 一定會
- ② 可能會
- ① 可能不會
- ④ 一定不會

## 三、拒菸自我效能

下列是你可能面對的吸菸情境，請選擇最符合你的拒菸自信程度。

項 目	完 全 沒 信 心	不 太 有 信 心	有 一 半 信 心	有 很 大 信 心	絕 對 有 信 心
1. 當朋友或同學送菸給我吸時，我有自信不拿來吸.....	⑤	④	③	②	①
2. 當家人或兄弟姊妹拿菸給我吸的時候，我有自信不拿來吸...	⑤	④	③	②	①
3. 當我看到影片中演員吸菸很酷的畫面時，我有信心不會模仿劇中影片人物吸菸.....	⑤	④	③	②	①
4. 當我在便利商店看到菸盒外型很漂亮時，我有信心不會買菸..	⑤	④	③	②	①
5. 當我看到店家以小包裝方式低價販售菸品時，我有信心不會買菸.....	⑤	④	③	②	①
6. 當好朋友在我旁邊吸菸時，我有信心請他將菸熄掉.....	⑤	④	③	②	①
7. 當父母或其他長輩在我旁邊吸菸時，我有自信請他們不要吸菸	⑤	④	③	②	①
8. 當兄弟姊妹在我旁邊吸菸時，我有自信請他們不要在家裡吸菸	⑤	④	③	②	①
9. 當我在校園內看到有人吸菸時，我有自信請他不要吸菸.....	⑤	④	③	②	①
10. 當我在公共場所(如:小吃店、遊樂場)看到有人吸菸時，我有自信請店家去制止違規吸菸的行為.....	⑤	④	③	②	①
11. 當我看到公共場所入口處未貼禁菸標示時，我有自信向衛生單位提出檢舉.....	⑤	④	③	②	①
12. 當我看到有人在火車站月台吸菸時，我有自信提醒他不要吸菸或向站務人員提出檢舉.....	⑤	④	③	②	①

#### 四、吸菸態度

請根據自己真實的感受，表達你對吸菸的看法。

項 目	非 常 同 意	同 意	中 立 意 見	不 同 意	非 常 不 同 意
1. 當我受到挫折的時候，我認為可以用吸菸紓解壓力.....	⑤	④	③	②	①
2. 當我精神不佳的時候，我認為可以用吸菸來提神.....	⑤	④	③	②	①
3. 當我緊張或焦慮的時候，我認為可以用吸菸來緩和情緒....	⑤	④	③	②	①
4. 我覺得吸菸可以幫助思考.....	⑤	④	③	②	①
5. 當我無聊的時候，我認為可以用吸菸來打發時間.....	⑤	④	③	②	①
6. 我覺得吸菸的人看起來比較成熟.....	⑤	④	③	②	①
7. 我覺得吸菸的人看起來比較具冒險精神.....	⑤	④	③	②	①
8. 我覺得吸菸時，比較可以展現個人與眾不同的魅力.....	⑤	④	③	②	①
9. 在朋友聚會時，我覺得大家一起吸菸可以讓氣氛更好.....	⑤	④	③	②	①
10. 我覺得好朋友一起吸菸可以增進友誼.....	⑤	④	③	②	①

#### 五、菸品媒體識讀能力

你認為菸品廣告或影片中吸菸畫面經常傳達那些意義？

項 目	非 常 同 意	同 意	中 立 意 見	不 同 意	非 常 不 同 意
1. 我認為菸品廣告或影片中吸菸的男女演員展現出個人魅力....	⑤	④	③	②	①
2. 我認為菸品廣告或影片中的男女演員吸菸表現出獨立、成熟...	⑤	④	③	②	①
3. 我認為菸品廣告或影片中的男性吸菸看起來很帥氣.....	⑤	④	③	②	①
4. 我認為女生吸菸能像菸品廣告或影片中的女主角身材一樣苗條	⑤	④	③	②	①
5. 我認為菸品廣告或影片傳達朋友間一起吸菸可以增加友誼....	⑤	④	③	②	①
6. 我認為菸品廣告中的精美贈品很吸引人.....	⑤	④	③	②	①
7. 我認為便利商店擺設的小包裝菸品經濟實惠.....	⑤	④	③	②	①
8. 菸品廣告中出現演員在從事休閒活動時的吸菸畫面，會讓人遇到相同的場合時也想吸菸.....	⑤	④	③	②	①
9. 我認為限量版的菸盒外型、包裝看起來比一般菸盒高級.....	⑤	④	③	②	①
10. 我覺得看到與香菸相同品牌的其他商品(如:手錶、衣服、香水)廣告，會讓人更喜歡與認同該品牌.....	⑤	④	③	②	①

## 六、菸害知識

以下是有關菸品知識問題，請就你所判斷的答案作答。  
若你不確定答案，請選擇「不知道」，請勿猜題。

項 目	對	錯	不 知 道
1. 菸焦油會刺激皮膚、增加皺紋.....	③	②	①
2. 吸菸可以幫助減重，讓腹部縮小.....	③	②	①
3. 孕婦吸菸對胎兒的成長發育不會有嚴重的影響.....	③	②	①
4. 吸菸會降低男性生殖能力.....	③	②	①
5. 尼古丁在人體內需要很大量，才會使人成癮.....	③	②	①
6. 尼古丁會增加心跳速率，使血壓上升.....	③	②	①
7. 新修正之菸害防制法是在民國 98 年 1 月 11 日正式實施.....	③	②	①
8. 菸害防制新法規定「六人以上共用之室內工作場所」為全面禁菸場所..	③	②	①
9. 在禁菸場所吸菸者，最高可罰新臺幣一萬元罰金.....	③	②	①
10. 菸害申訴專線為 0800-531-531.....	③	②	①
11. 在台灣的雜誌上可以合法刊登菸品廣告.....	③	②	①
12. 檳榔攤業者為政府特別允許能以單支、散裝的方式販售菸品.....	③	②	①

問卷到此結束，非常謝謝你的幫忙！

記得再重頭檢查一次，看看有沒有漏掉的部分喔！

