

教育部國民及學前教育署107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫



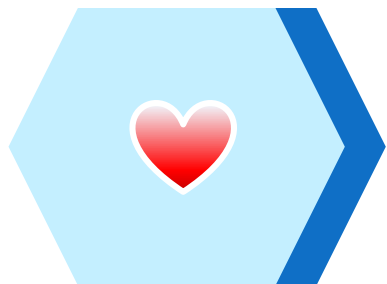
校園菸、檳危害防制
實證支持性環境策略

國立陽明大學 臨床護理研究所 黃久美 教授

主辦：教育部國民及學前教育署



健康推手： 反菸拒檳的年度任務



01 送愛到校

由輔導至
需求導向的增能

02 反菸拒檳教育 推廣計畫

經驗傳承與串聯



03 網紅就是你

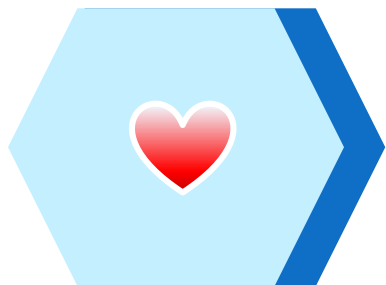
學生主SHOW:
反菸拒檳倡議短片

04 研發與串連反菸 拒檳衛教媒體

數位課程與媒體介面移動

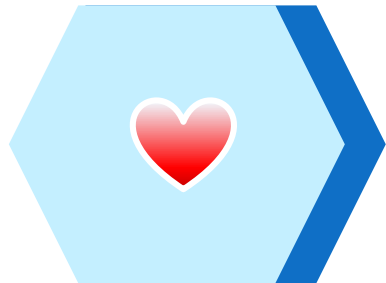


01



送愛到校

由 輔導 至 需求導向 的增能

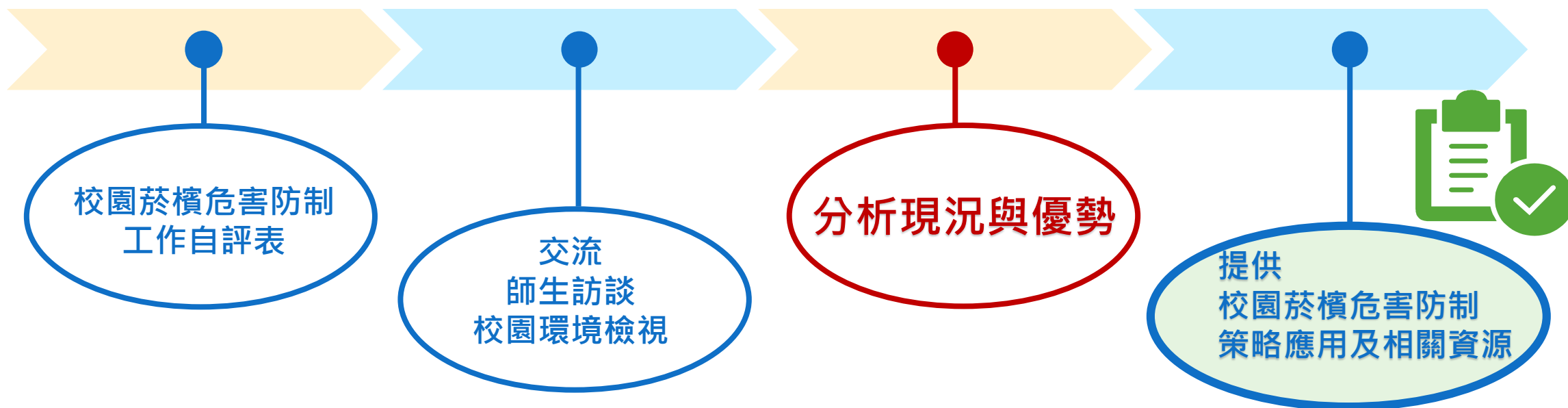


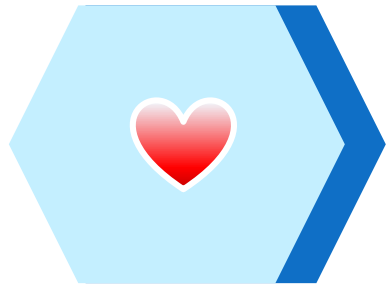
01 送愛到校 流程

由輔導至
需求導向的增能

送愛到學校，不做任何評分稽查

送愛到學校，不需準備任何文件簡報





01 送愛到校

由輔導至
需求導向的增能

縣市政府教育局、國教署提報

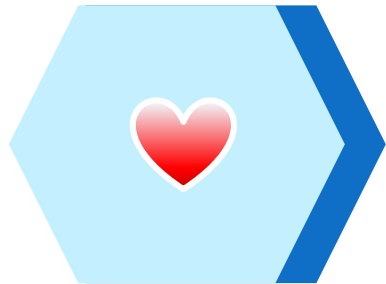
菸、檳危害問題輔導需求

(一)、「菸、檳危害防制」議題推廣：縣市推薦**中心學校**

(二)、有菸、檳危害問題需要專家 **送愛到學校** 受訪學校

主要菸、檳危害問題：

- ☐ 曾被投訴學生吸菸、嚼檳
- ☐ 校園二手菸暴露偏高
- ☐ 吸菸、嚼檳率上升
- ☐ 其他，請說明



01 送愛到校 流程

由輔導至
需求導向的增能

校園菸檳危害防制
工作自評表

校園菸檳危害防制工作項目	輔導需求程度等級				
	1	2	3	4	5
	非常 不 需 要	不 需 要	有 點 需 要	有 需 要	非常 需 要
一、學校衛生政策: 建立校園反菸拒檳政策					
二、創造支持性的環境: 建構無菸、無檳校園文化					
三、健康生活技能教學: 培養反菸拒檳行動能力與自信					
四、健康服務: 菸、檳使用之預防與戒治服務					
五、社區關係: 營造社區夥伴關係共同推動反菸拒檳					
六、電子煙危害防制					

以健康促進學校之6大範疇為架構，整合過去成果發表或學校衛生調查的有效推動策略，及工作項目，發展為輔導需求調查表。

1至5分，目前已實施且推動無困難則為(1 非常不需要)，推動有困難，尚未辦理則為(5 非常需要)

106學年 校園菸、檳防制需求調查 較高項目

(填答校數：30所)

二、創造支持性的環境: 建構無菸、無檳校園文化

1.於校園明顯處張貼禁菸、禁檳標誌。 3.17

6.校園巡邏稽查，規勸、取締校園內菸、檳使用行為。 3.17

7.推動校外來賓(含家長)至校不吸菸、不嚼檳榔。 3.43

三、健康生活技能教學: 培養反菸拒檳行動能力與自信

3.實施以生活技能為導向之反菸拒檳教學。 3.13

四、健康服務: 菸、檳使用之預防與戒治服務

4.辦理吸菸學生戒菸、戒檳教育（如:戒菸班）、輔導及或轉介。 3.17

6.與學校附近商店結盟，不販售菸品(含電子煙)、檳榔給青少年。 3.30

五、社區關係: 營造社區夥伴關係共同推動反菸拒檳

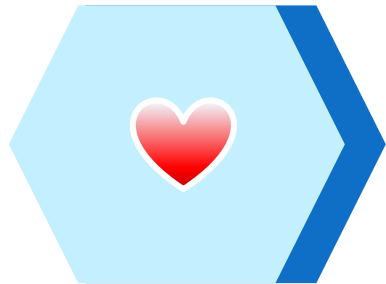
7.引進衛生與醫療等機構之相關資源，辦理反菸拒檳宣導活動。 3.17

8.引進衛生與醫療等機構之相關資源，對吸菸、嚼檳榔之教職員工生實施戒菸或戒檳教育，或轉介至專業機構。 3.20

六、電子煙危害防制

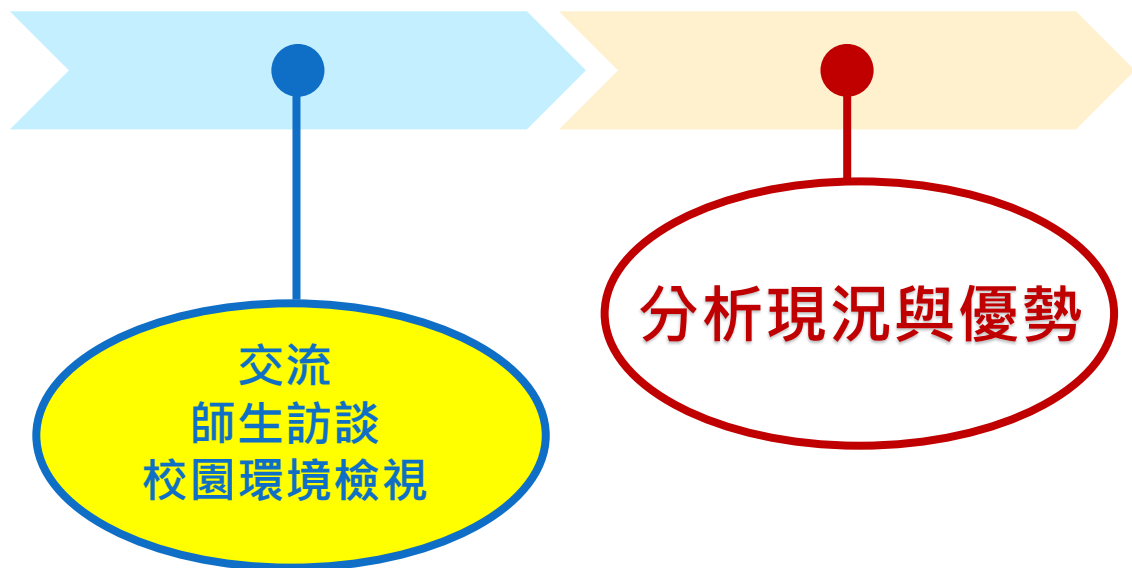
1.電子煙危害納入校園藥物濫用防制及菸害防制宣導或教育訓練 3.30

2.學生使用電子煙，協助輔導或轉介戒菸教育。 3.23 ⁷



01 送愛到校 流程

由輔導至
需求導向的增能



■ 交流媒合：

- 學校師生與學者專家，共同檢視社會、物質等支持性環境現況

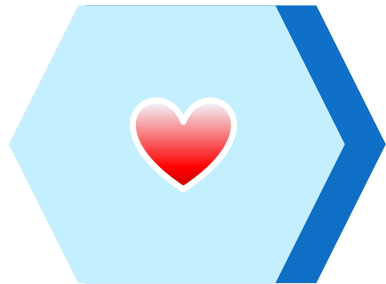
■ 無菸、無檳校園文化

■ 啟動：增能對話

■ 非齊頭式 →

需求導向 *on demand*





01 送愛到校 流程

由輔導至
需求導向的增能

提供
校園菸檳危害防制
策略應用及相關資源

輔委依學校需求及評估 提出具體建議、有效策略、相關資源

校園菸檳危害防制策略

教育部國教署「106 學年度校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫」

一、學校衛生政策: 建立校園反菸拒檳政策

1. 訂定及宣導校園禁菸、無檳之管理規範。
2. 制定師生辦理、參與反菸拒檳相關活動的獎勵機制。
3. 支持、獎勵執行反菸拒檳行動研究(含過程評價、推動前後成效評價)。
4. 成立推動校園反菸拒檳活動的工作組織。(動員各處室合作推動防制工作)。
5. 召開反菸拒檳工作小組會議或相關會議，檢討推動情形。

二、創造支持性的環境: 建構無菸、無檳校園文化

1. 於校園明顯處張貼禁菸、禁檳標誌。
2. 多元策略營造無菸、無檳校園，如運用多媒體輸播、海報、橫語、宣導品、手冊等佈置環境。
3. 設置或連結反菸拒檳教育相關資源網站。
4. 教職員工生能利用各種集會，公開承諾並遵守校園反菸拒檳政策。
5. 配合校園各式活動(如: 語文競賽、運動會、夏令營等)，置入反菸拒檳之宣導。
6. 校園巡邏稽查，規範、取締校園內菸、檳使用行為。
7. 推動校外來賓(含家長)至校不吸菸、不嚼檳榔。

三、健康生活技能教學: 培養反菸拒檳行動能力與自信

1. 辦理各項反菸拒檳教學活動(如: 宣導、課程、競賽、講座、研習、訓練等)。
2. 融入反菸拒檳教育於現有的學習領域或課程中。
3. 實施以生活技能為導向之反菸拒檳教學。
4. 師、生開發反菸拒檳相關教材或宣導媒體。
5. 充實反菸拒檳教學、教材設備。
6. 辦理教職員工反菸拒檳教育研習活動。
7. 培訓校園反菸拒檳教育之師資(如戒菸教育種子師資)。
8. 進行相關調查或研究，評量反菸拒檳教學活動的成效。

四、健康服務: 菸、檳使用之預防與戒治服務

1. 設立菸、檳危害因應與輔導機制。
2. 進行有關菸、檳危害的現況調查，找出高危險族群及菸檳使用學生，(有辦理調查者以下資料請填入數值)
2-1「學生」吸菸率調查: %
2-2 二手菸暴露情況的調查: %
2-3「學生」嚼檳率調查: %
3. 辦理吸菸教職員工戒菸、戒檳教育(如戒菸班)、輔導及戒轉介。
4. 辦理吸菸學生戒菸、戒檳教育(如戒菸班)、輔導及戒轉介。
5. 辦理教職員工生成功戒菸、戒檳獎勵措施。
6. 輔導或自願吸菸學生完成三小時戒菸教育。

五、社區關係: 營造社區夥伴關係共同推動反菸拒檳

1. 利用班級會、家長會或親職教育活動(如講座、親子共學等)辦理反菸拒檳宣導，共同預防學生嘗試吸菸、或嚼檳榔。
2. 聯繫吸菸、或嚼檳榔學生之學生家長，共同輔導、監督學生戒菸情況。
3. 運用各式管道傳達反菸拒檳訊息(如: 家庭聯絡簿、媒宣品、或校園健康資源網)，促使家長覺察菸檳健康危害，提升戒菸、戒檳動機。
4. 透過與農林結盟或引進民間團體或社區資源，建立夥伴關係，共同推動反菸拒檳宣導活動。
5. 邀請校園周邊之社區團體及商家加入無菸、無檳社區營造活動。
6. 與學校附近商店結盟，不販售菸品(含電子煙)、檳榔給青少年。
7. 引進衛生與醫療等機構之相關資源，辦理反菸拒檳宣導活動。
8. 引進衛生與醫療等機構之相關資源，對吸菸、嚼檳榔之教職員工生實施戒菸或戒檳教育，或轉介至專業機構。
9. 引進衛生與醫療等機構之相關資源，定期舉辦吸菸教職員工生之 CO 檢測。
10. 引進衛生與醫療等機構之相關資源，舉辦嚼檳榔教職員工生之口腔癌篩檢。

六、電子煙危害防制

1. 電子煙危害納入校園藥物濫用防制及菸害防制宣導或教育訓練。
2. 學生使用電子煙，協助輔導或轉介戒菸教育。

02



反菸拒檳教育 推廣計畫

經驗傳承與串聯



校園反菸拒檳教育推廣計畫

縣市推薦中心學校

每校補助25,000元

00 市 00 國民小學 106 學年度年度菸、檳危害防制教育推廣實施計畫

10〇年〇月〇日 校長核定

壹、依據：

- 一、菸害防制法、學校衛生法
- 二、教育部國民及學前教育署106學年度校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫
- 三、本校 000 年 00 月 00 日 00 會議通過

貳、實施目的：

- 一、透過特色之創新活動，推廣菸、檳危害防制理念。
- 二、建構拒絕菸、檳危害的正確觀念。
- 三、培養運用生活技能拒絕菸、檳危害的有效技巧。
- 四、促進倡議拒絕絕菸、檳危害的實際行動。

參、辦理單位：學務處

參考範本，請依學校特色自行規畫修正

肆、參加對象：全體親、師、生

伍、實施主題：【融入行政工作年度計畫依學校特色自行規畫修正】



校園反菸拒檳教育推廣計畫

六大範疇融入行政工作年度計畫

發展學校特色

主題範疇	活動內容 (策略)	工作團隊	活動對象
整體政策	1. 擬定菸、檳危害防制年度工作計畫並定期召開會議	學務處	全
	2. 成立菸、檳危害防制校園推動小組，以利計畫推動。	學務處	全
	3. 透過問卷調查，了解學生家庭抽菸及嚼檳榔的概況，並進行「前後測成效評價」分析。	學務處	全
	4. 菸、檳危害防制計畫成果彙整。	學務處	全
物質環境	1. 校內全面實施禁菸，並於校門口張貼防菸拒檳標誌	學務處	全
	2. 健康中心菸、檳危害防制相關教材的申請與購置。	學務處	全
	3. 學校健康促進專欄張貼菸、檳危害防制相關海報	學務處	全
健康技能	1. 推動菸、檳校園防制計畫種子教師培訓。	教務處	全
	2. 菸、檳危害防制教材的彙整與開發	教務處	全
	3. 透過生活技能的融入，落實防菸、拒檳課程與教學	教務處	全
	4. 辦理防菸、拒檳新台學藝語室	教務處	全
社會環境	1. 落實防菸、拒檳健康校園政策，並請教職員工以身作則，禁止於校內吸菸及嚼食檳榔。	輔導室	全校學生
	2. 辦理菸、檳危害防制宣導週。	學務處	全校學生
	3. 辦理菸、檳危害防制高關懷小團體輔導。	輔導室	全校學生
社區關係	1. 組織訓練菸、檳危害防制志工。	輔導室	全校學生
	2. 接洽社區衛生所或健康中心，進行家長及社區口腔、肺部健康檢查。	健康中心	家長社區
	3. 辦理防菸、拒檳親子講座宣導。	輔導室	全校師生
	4. 請家長配合學校教育，禁止學生及家長於校內吸菸、嚼食檳榔。 親師/運動/閱讀/桌遊/...	輔導室	全校師生
健康服務	1. 辦理學生 CO 檢測及高關懷對象列冊輔導。	輔導室	全校學生
	2. 辦理菸、檳特殊個案高關懷輔導。	輔導室	全校學生
	3. 推動菸、檳議題防制社區倡議。	學務處	全校學生



校園反菸拒檳教育推廣計畫

教學觀摩：備課-觀課-議課

生活技能教學 每校補助3,000~5,000元

○○縣市○○學校○○○學年度菸、檳危害防制教學觀摩實施計畫(參考範本)

10○年○月○日 校長核定

壹、依據：

- 一、菸害防制法、學校衛生法
- 二、教育部國民及學前教育署107學年度校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

貳、實施目的：

激勵教師推廣擴散菸、檳危害理念，使學生將拒菸檳態度融入行為。

參、實施日期：【由學校自行設定】

肆、實施對象：本校○○領域教師。

伍、實施方式：【由學校自行設定】

陸、相關配合措施：【由學校自行設定】

校園推動菸檳危害防制教育學生感知調查 **結果**

校園推動菸檳危害防制教育的工作項目	感知平均	感知程度 IA	影響力 屬性	分析結果
18.學校有利用班親會、家長會或親職教育活動(如講座親子共學等)辦理反菸拒檳宣導，共同預防學生嘗試吸菸、或嚼檳榔。	2.59	低感知	高影響	*優先改善
22.學校有邀請校園周邊之社區團體及商家加入無菸、無檳社區營造活動。	2.32	次低感知	高影響	*次優先改善
24.學校有引進衛生與醫療等機構之相關資源，辦理反菸拒檳宣導，例如戒菸或戒檳教育、CO(一氧化碳)吹氣檢測、口腔癌篩檢等活動。	2.26	次低感知	高影響	*次優先改善
26.學校對於使用電子煙學生，有協助輔導或轉介戒菸教育。	2.13	次低感知	高影響	*次優先改善

校園推動菸檳危害防制教育學生感知調查

結果

校園推動菸檳危害防制教育的工作項目	感知平均	感知程度 IA	影響力 屬性	分析結果
1.學校有訂定及宣導校園禁菸、無檳之管理規定。	3.98	高感知	低影響	繼續保持
11.反菸拒檳教育有融入現有的學習科目課程中，例如健康教育。	4.39	高感知	低影響	繼續保持
12.學校有教我在生活中反菸拒檳的技能。	4.15	高感知	低影響	繼續保持

03



網紅就是你

學生主SHOW:
反菸拒檳倡議短片



網紅就是你

由 <老師 說>，翻轉為 <同學 怎麼說>

以菸品或檳榔危害防制教育宣導為主題

改弦不易轍

例如

電子煙
二手菸

12種星座如何
“對菸說不”

吸菸人的
忙與盲

女性主角：
有檳榔無情郎....



網紅就是你

概念翻轉

- 以學生為主SHOW，以學生為目標觀眾
- 菸檳危害防制議題，不只宣導？不僅倡導？

最重要是溝通！

- ✓ 溝通要有過程
- ✓ 過程+故事性

說出一個讓學生感知的好故事

媒體露出106學年

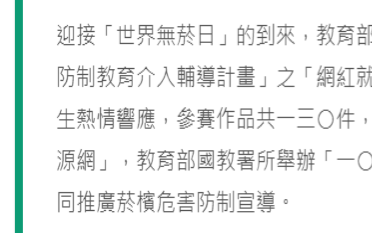
行政院 新聞公告

教育部 即時新聞

教育廣播電台 Yahoo新聞

台灣新生報 新聞

101傳媒 新聞



106學年獲獎作品照片

國小組 得獎者 6 件

特優：南投縣爽文國小
「靈」爽文事件



國中組 得獎者 9 件

特優：桃園市立內壢國中
與菸同行



高中組 得獎者 6 件

※收到破百件報名作品
國中尤其熱烈，為符合參賽
數20%得獎原則，且避免遺
珠之憾，將原訂得獎件數
由9件增加至21件



04



研發與串連反菸拒檳 衛教媒體

數位課程與媒體介面移動



- 行動戒菸教育課程
- 菸、檳：親子共學手冊
- 校園吸菸、嚼檳個案輔導手冊
- 幼兒適用菸、檳危害防制繪本
- 電子煙、菸、檳危害防制影片
- 菸檳危害防制教育資源網路(整合)
- 無菸無檳好校園 電子報



行動戒菸教育課程 特色

特色四 自我評值增強自信

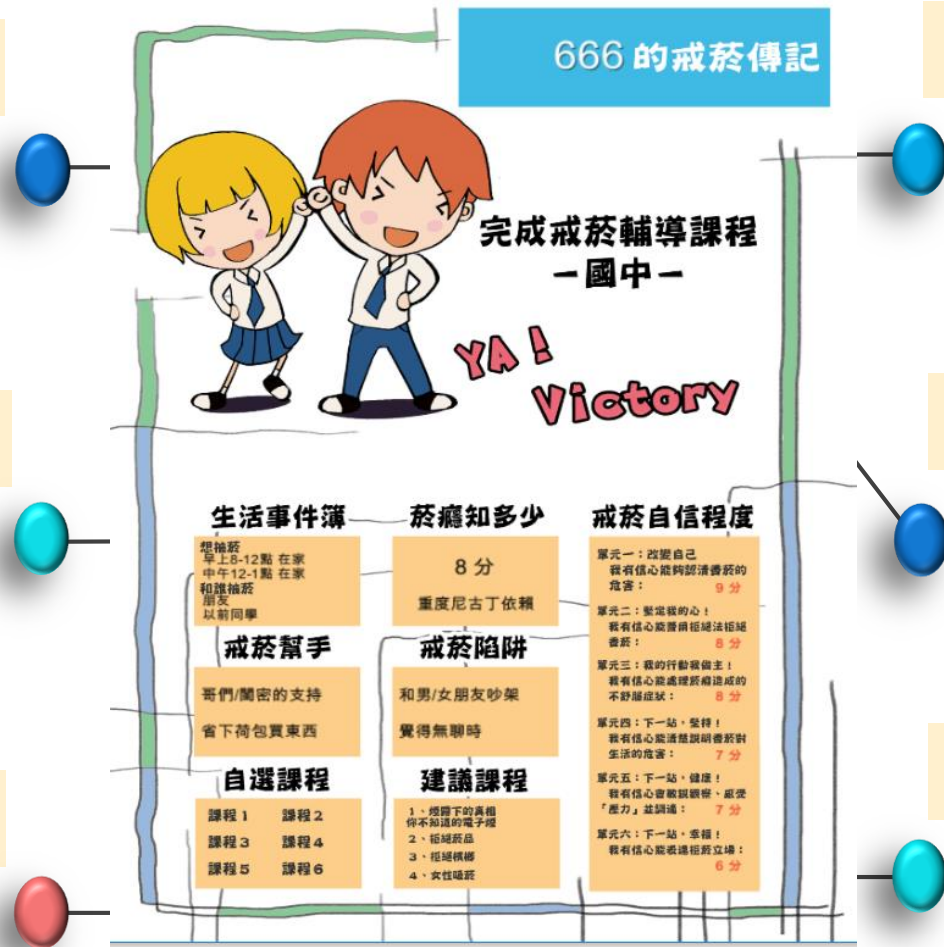
各單元結束時可自評對做到該單元內容的自信程度，增強信心，使戒菸成為帶著走的生活技能為最終目標。

特色五 證書給予正向輔導

完成所有指定課程，必須驗證密碼，方可列印「戒菸證書」，並適時瞭解評價學習狀況，給予正向輔導與支持。

特色六 利用遊戲了解菸害

各課程模組運用多種不同的遊戲互動設計融入課程內容，讓學生從好玩遊戲中認知菸害。



特色一 互動式教學

以互動教學融入課程，透過遊戲及對話方式，達成法訂戒菸教育時數。

特色二 學前評估了解個案

各模組課程皆設計簡要問題，評估目前菸品使用情形，助於瞭解學生，提供合適的介入輔導。

特色三 自我省思強化效能

各模組課程前讓學生省思自我的戒菸幫手及戒菸陷阱，使透過學生自省，有助於強化戒菸幫手，去除戒菸陷阱。



行動戒菸教育 融入生活技能 認知



(刮刮樂)



(訂下戒菸日)



(煙霧散去)

#知識

#行動計畫
#目標設定

#做決定-
決策平衡



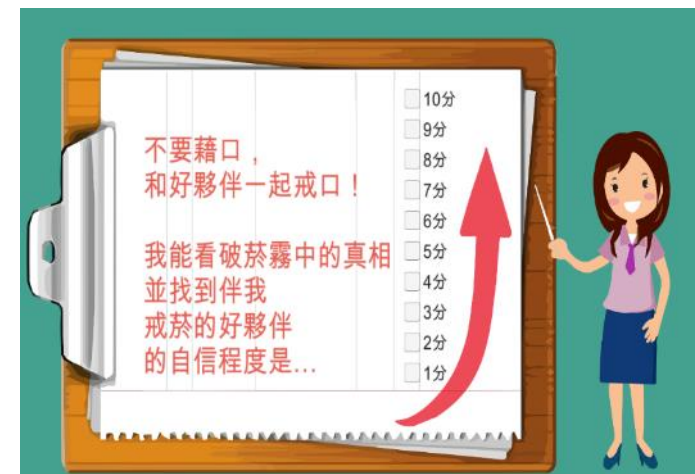
行動戒菸教育 融入生活技能 人際



(拒絕達人)



(戒菸好夥伴)



#拒絕技能

#人際關係

#自我效能



行動戒菸教育 融入生活技能 情緒



(拖曳)



(打怪)



(拼圖)

#自我覺察

#壓力調適

#壓力調適



行動戒菸教育課程 特色

特色四 自我評值增強自信

各單元結束時可自評對做到該單元內容的自信程度，增強信心，使戒菸成為帶著走的生活技能為最終目標。

特色五 證書給予正向輔導

完成所有指定課程，必須驗證密碼，方可列印「戒菸證書」，並適時瞭解評價學習狀況，給予正向輔導與支持。

特色六 利用遊戲了解菸害

各課程模組運用多種不同的遊戲互動設計融入課程內容，讓學生從好玩遊戲中認知菸害。

特色一 互動式教學

以互動教學融入課程，透過遊戲及對話方式，達成法訂戒菸教育時數。

特色二 學前評估了解個案

各模組課程皆設計簡要問題，評估目前菸品使用情形，助於瞭解學生，提供合適的介入輔導。

特色三 自我省思強化效能

各模組課程前讓學生省思自我的戒菸幫手及戒菸陷阱，使透過學生自省，有助於強化戒菸幫手，去除戒菸陷阱。



幼兒適用菸、檳危害防制宣導繪本

打擊菸惡魔！

拒二手菸、不碰菸
保護自己、幫助別人。



小朋友，請問打敗菸惡魔計畫中，
有哪5項武器？

1



當別人給菸時

拒絕菸的誘惑，
清楚表達我不吸菸。

2



當誤以為吸菸
能增加吸引力時

立刻戒菸，把買菸的錢
省下來，用健康的生活
增加個人魅力。

3



當自認為吸菸只
是種個人行為，
不會影響別人時

立刻戒菸，不管是一手
菸、二手菸或是三手菸，
都會影響健康。

4



當吸菸後，覺得
呼吸難過、咳嗽時

要有戒菸的決心才能
健康。

5



當菸癮來，好像
吸一口就會感覺
比較好時

到戒菸門診請醫師來
幫忙。





菸、檳：親子共學手冊

- 家長是協助孩子一生中避免菸害與檳榔危害最強大的力量
- 從孩子5-6歲開始到高中階段，持續與子女談遠離菸與檳榔的方式
- 了解吸菸和嚼檳榔對青少年的危害
- 學習到如何反菸和拒檳
- 與孩子談自我保護，覺察危險情境





校園吸菸、嚼檳個案輔導手冊

- 針對國、高中吸菸或嚼檳之學生為輔導對象
- 提供學校師長具體實用的輔導教材，多元的影片及相關資源連結
- 單元1、改變自己
- 單元2、堅定我的心
- 單元3、我的行動我做主
 - 單元4、下一站，堅持
 - 單元5、下一站，健康
 - 單元6、下一站，幸福





菸檳危害防制教育資源網

整合現有網路資源，提供單一入口

菸檳危害防制
教育資源

請選擇類別

教育影片

手冊資源

網站資源連結

校園案例

本網資料係統整蒐集自網路資料，僅提供超連結於原始網頁，著作權屬原創者。如有侵害著作權疑慮，請來信告知。 mailnosmoking.edu@gmail.com

一手菸→

二手菸→

三手菸→

電子菸→

1.健康影響
2.行動策略

健康影響

行動策略



<https://sites.google.com/view/smoke-areca-nut-education-3/>首頁



無菸無檳好校園 部落格 電子報

發布菸檳防制相關策略、活動、成果 歡迎賜稿



無菸無檳好校園

教育部國民及學前教育署106至107學年度校園菸檳危害防制

首頁

電子報

相簿

菸、檳危害防制教育媒體

2018年5月4日 星期五

「網紅就是你」短片競賽計畫 收件情形(至5月4日)

國小組

- A001 彰化縣立社頭國小 菸檳不沾身，健康過一生
- A002 桃園市立新明國小 天龍八不-白雪公主外傳
- A003 南投縣立中寮國小 電子菸的危害
- A004 彰化縣立大安國小 無菸拒檳家庭
- A005 桃園市立興仁國小 小兵防菸檳，生活更健康！
- A006 南投縣立雙冬國小 復仇者聯盟大戰菸檳
- A007 臺中市立溪尾國小 我是小小菸倒桑
- A008 屏東縣立埤子國小 新二十四孝
- A009 南投縣立合作國小 賽德克孩子與檳榔的奇遇記

教育部國民及學前教育署106至107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

003 第11頁 107 年 2 月 1 日
發行單位 國立陽明大學護理學院

無菸無檳好校園

策略應用 心懷大戰 懼菸三部曲—公民行動研究之菸害防制教育推廣—

基隆市立建德國中 范振權 組長

基隆市建德國中以公民行動研究的方式推廣菸害防制教育，透過多元的方式進行菸害教育，讓受試者能接受到不同於以往的宣導模式，使拒菸反菸的觀念能更深刻。



第一部曲—「止」「涉」旋風

拒菸活動：停「止」「涉」及菸害目標：「收伏」全基隆市國中、高中的校長寶可夢球(監督拒菸)，凝聚基隆市各校校長的力量，共同宣揚拒菸的決心，齊力推動無菸校園，對於菸害的零容忍！
影片取自 <https://www.youtube.com/watch?v=3u8h8m01104>



圖1：校長公開宣誓拒菸

第二部曲—「汗」「菸」舞「器」

菸害桌遊：透過創新的菸害桌遊融入學科之中，從中醫得拒菸的相關知識，進而轉化為拒菸態度與行為。

第三部曲—自創反菸口號

2572071 (愛我妻兒不吸菸)

運用自創的反菸口號，以親情的角度切入吸菸者(家長)的內心，讓已吸菸者能夠以親情及愛心為基礎而戒菸；使未吸菸者子女能夠以親情及愛心為磐石而拒菸。



圖2(上)：創新的菸害桌遊

圖3(左)：自創反菸口號2572071(愛我妻兒不吸菸)

反菸拒檳防護罩 生活技能有一套

第1頁，共兩頁4頁

基隆市建德國中<菸檳危害防制策略>應用

- 一、學校衛生政策：建立校園菸檳防制政策，推動菸檳防制成效評鑑。
- 二、校園菸檳防制策略：建構無菸、無檳校園文化
- 三、校園菸檳防制策略：建構無菸、無檳校園文化
- 四、校園菸檳防制策略：建構無菸、無檳校園文化
- 五、社區關係：營造社區夥伴關係共同推動菸檳防制
- 六、電子菸危害防制：營造社區夥伴關係共同推動菸檳防制

註：▲標記：應用之策略。(含實施內容詳參本報第14頁)



建德國中立下心願：
將這份桌遊反菸教材
推廣到全國的學校。

歡迎與范振權組長聯絡
0224321234-60
jan_don1811@yahoo.com.tw

「網紅就是你」
短片競賽活動
有獎金(現金禮券)
獎狀(每人1張)
快快組團來報名！
[活動計畫書](#)

無菸無檳好校園 電子報 歡迎賜稿

國立陽明大學護理學院
地址：11221
台北市及陽明山區：陽155號
陽明山區：陽155號
電話：(02)2642-7000x606
(02)2642-7000x606
E-mail: nosmokingedu@gmail.com

無菸無檳好校園電子報是由國立陽明大學黃久美教授團隊辦理，預計每月發行1期，歡迎提供好稿件將在學校報端、菸檳防制、檳榔防制、策略應用、相關活動等經驗、成果或心得感想經驗與我們分享，如有相關活動預告也可以提早告知，讓我們在這兒為活動通知宣傳。

投稿文章不限格式，可以300字以內新聞稿或小品文搭配1至2張照片呈現。來稿請寄 nosmoking.edu@gmail.com

反菸拒檳防護罩 生活技能有一套

第2頁，共兩頁4頁

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



無菸無檳好校園 部落格 電子報

教育部國民及學前教育署106至107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

008 期-發行日 107 年 10 月 28 日
發行單位 國立陽明大學護理學院

無菸無檳好校園

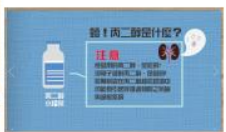
電子煙危害防制

資料來源：衛福部菸害防制資訊網



2016 年小兒科雜誌 (Pediatrics) 追蹤調查發現，17 至 18 歲青少年若吸食電子煙，嘗試一般菸的機會是沒有吸過電子煙者的 6 倍。

依據 105 年青少年吸菸行為調查，國中生和高中職生使用率則分別為 3.7% 和 4.8%，約 2.8 萬人及 3.9 萬人，值得關注



的是目前使用者中一半是有吸菸的。

電子煙此一新興菸品於各國快速發展之趨勢，國、高中生使用電子煙的比例更高於成人，保護青少年不染上電子煙！為國家在健康促進政策不可輕忽之議題，非常急迫而重要。

反菸拒檳防護罩 生活技能有一套

第1頁，本期共4頁

教育部國民及學前教育署106至107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

010 期-發行日 108 年 01 月 01 日
發行單位 國立陽明大學護理學院

無菸無檳好校園

各國 拒菸新策略

日本奈良縣生駒市規定：禁止政府職員在抽菸後45分鐘內搭乘電梯，以免其他電梯乘客吸入菸民身上殘留的「二手菸」。政府發言人表示，將時間定在45分鐘，是因為研究指出，對人體有害的揮發性有機物，在抽菸後45分鐘內，會漸漸從體內排出，變成附著在頭髮、衣物上，與飄散在周遭空氣中的「二手菸」。根據英國突變學期刊(Mutagenesis)發表二手菸致癌研究指出，尼古丁有很強的表面粘附力，會與空氣中的亞硝酸、與氧等化合物發生化學反應，產生更強的新毒物，如亞硝酸等致癌物，黏在衣服、家具、窗簾或地毯上。

資料來源：<https://ppt.cc/f0j7Fx>



韓國禁菸公寓

韓國政府設警告鈴，讓民眾表達

拒絕抽二手菸的權利。如果發現有人無視於禁菸區標誌照樣吞雲吐霧，就可按下警鈴，在人來人往的明洞區抽菸，會被開罰10萬元。不只公領域拒絕菸害，韓國政府開放民眾申請禁菸公寓，只要住戶半數以上同意，包括整棟住家樓梯間地下停車場等，都一律禁止抽菸，如果違規就可以開罰相當台幣1300到2700元，禁菸公寓住戶，禁菸政策，從公共場所深入住家，韓國徹底翻轉吸菸天堂的形象，也值得台灣政府借鏡。

資料來源：<https://ppt.cc/fB6zlz>

反菸拒檳防護罩 生活技能有一套

第1頁，本期共4頁

教育部國民及學前教育署106至107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

006 期-發行日 107 年 5 月 14 日
發行單位 國立陽明大學護理學院

無菸無檳好校園

送愛到學校

對於有吸菸、嚼檳學生、或校園二手菸暴露高、或社區家長吸菸、嚼檳率高等有菸品、檳榔危害之學校，由健促中央輔導委員送愛到學校，透過雙向交流、訪談，使學校瞭解自身優點，考量學校學生背景或社區文化不同，共同研議實際可執行之策略及有效資源做為改善努力方向，106學年度提供「送愛到學校」之有效策略實地輔導共計60人次。

校園檳榔防制策略：創造支持性的環境
於校園明顯處張貼禁菸、禁檳標誌



學校於受訪前填報「校園菸檳危害防制輔導需求表」，當日安排受訪教師代表2至3人(有吸菸個案學生之導師、衛生組長、護理師、健康-護理教師等)及學生2至3人(吸菸學生、如校內無學生吸菸，則各年級抽1個班級的衛生股長代表受訪)，學校不用準備任何文件或簡報，以減輕學校行政負荷。



完成訪談學生致贈「戒菸就贏手環」
臺北市健康生活與成功老化學會 提供



反菸拒檳防護罩 生活技能有一套

第1頁，本期共4頁



無菸無檳好校園 部落格 電子報

010期摘要：

各國拒菸新策略

好玩的挑戰遊戲

檳來我擋 拒菸攻略

107學年校園菸檳危害防制網紅短片競賽開始囉！

009期摘要：

創新菸檳防制數位教材

005期摘要：

校園檳榔防制策略：認知篇<檳

健康服務：戒檳師資

健康
資料

007期摘要：

「拒檳IN竹崎」 影片豐碩成果

004期摘要：
健康生活技能教學：
如果我是衛生福利部長
反菸拒檳 教學觀摩：
和國中 陳善慧老師

004期摘要：

健康生活技能教學：

如果我是衛生福利部長 台北市石牌國中 朱元珊老師

反菸拒檳 教學觀摩：備課-觀課-議課 桃園市仁和國中 陳善慧老師

003期摘要：

心悸大戰 懼菸三部曲 (基隆市立建德國中 范振棟 組長)

建德國中桌遊反菸教材

網紅就是你 短片競賽活動通知
校園菸檳危害防制策略全文

「你吹了沒？」- CO檢測 (溪州國中 胡秋菊護理師)
菸檳危害防制策略全文

008期摘要：

電子煙危害防制

107學年校園菸檳危害防制網紅短片競賽開始囉！

電子煙危害防制

介紹
策略
策略

菸檳危害防制教育教材

國立陽明大學團隊製作

1.戒菸教育數位教材



<https://goo.gl/forms/IHqMilUnVrVprugH3>

總下載次數：1464次

2.親子共學手冊 及 校園吸菸、嚼檳個案輔導手冊



<https://goo.gl/forms/aDbtPLVYVpUfZAfm212>

567次

3.幼兒繪本[打擊菸惡魔]



<https://goo.gl/forms/PcNilpPFmYn4L1k23>

657次

自107年11月14日起開放下載 (統計至107年12月7日)

檳榔危害防制教育教材

國立陽明大學團隊製作



檳來我擋

https://quizlet.com/_5r9qjt



拒菸攻略

https://quizlet.com/_5ry456

好玩、機動性強的
[拒菸知識][檳榔危害知識] **挑戰遊戲** 歡迎各界分享！



校園菸、檳危害防制

電子煙防制

科技在進步，吸菸用火？

落伍！

LOW!

Designing a Smoke-Free
Future





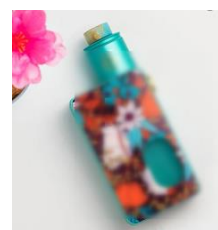
- <https://www.vapor4life.com/blog/vaping-g-vs-smoking-go-tobacco-free/>



加熱式菸樣貌



各種電子煙樣貌



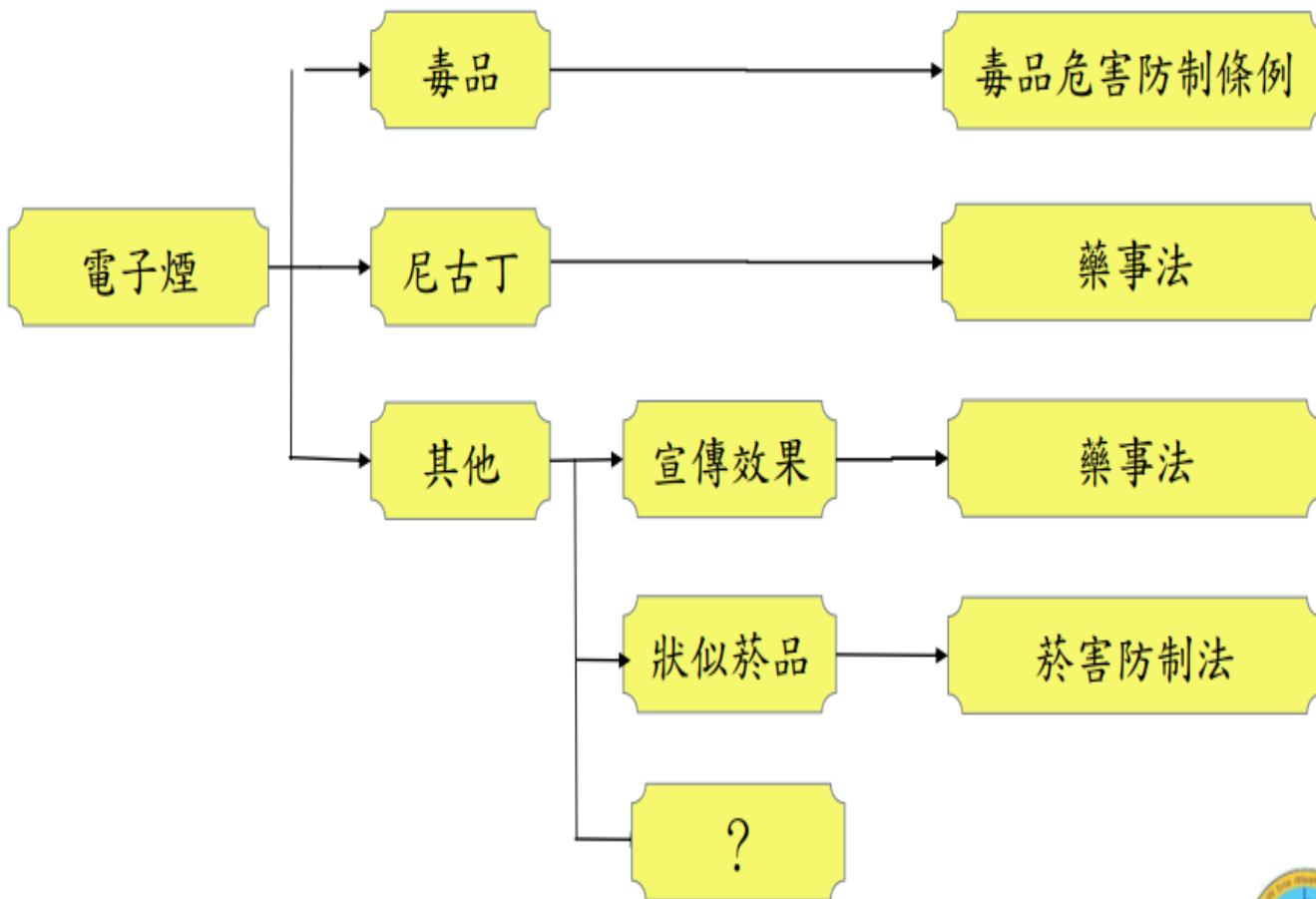
多元風味化電子煙油樣貌

風險不確定性



- <https://www.cdc.gov/vitalsigns/ecigarette-ads/index.html>

電子煙管理現況法規



- 「含毒品」，依毒品危害防制條例起訴

- 須經藥品查驗登記使得製造、輸入或販賣
- 違反者可能被認屬偽藥，或禁藥，**製造或輸入偽藥或禁藥者**，最高可處10年以下有期徒刑，販賣者最高可處7年以下之有期徒刑。

- 宣稱具有「幫助戒菸」、「減少菸癮」或「減輕戒斷症狀效果」等醫療效能之詞句，違者依法**可處60萬元以上2千5百萬元以下罰鍰**，違法物品沒入銷燬。

- 型狀類似菸品，則可能違反菸害防制法，任何人不得製造、輸入或販賣菸品形狀之物品之規定，依規定，製造或輸入業者處**1萬元以上5萬元以下罰鍰**，販賣業者處**1千元以上3千元以下罰鍰**。

<http://tobacco.hpa.gov.tw/Show.aspx?MenuId=814>



107學年度【校園菸檳防制教育介入輔導計畫】 歡迎踴躍報名

01菸檳防制推廣計畫經費申請

<https://ppt.cc/fm7tHx>

107年11月30日前
備文提報計畫及經費表



02-網紅就是你
短片競賽

<https://ppt.cc/fu6Ehx>

108年4月10日前報名，網址

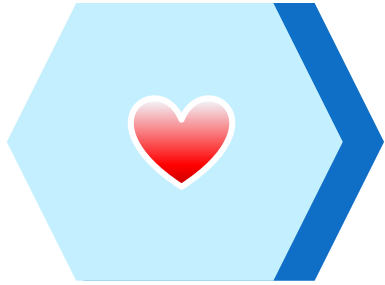


03-校園菸檳危害防制教育
績優獎勵

108年5月10日前報名 優等獎金1萬元

請參閱**BLOG**無菸無檳好校園(文件專區) <https://nosmokingedu.blogspot.com/>

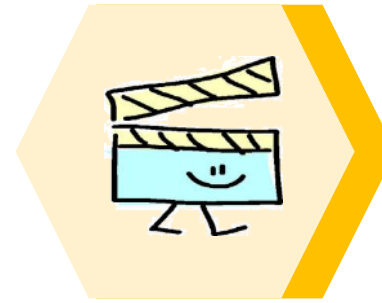
01 送愛到校



02 反菸拒檳教育
推廣計畫



03 網紅就是你



04 研發與串連反菸
拒檳衛教媒體



教育部國民及學前教育署107學年度
校園菸檳危害防制教育介入輔導計畫

nosmoking.edu@gmail.com