



# 無菸無檳好校園



## 國中高中青少年檳榔認知率最新調查報告

根據國民健康署 112 年「青少年健康行為調查報告」，在檳榔使用情形，呈現國中與高中合併分析，青少年學生的**曾經嚼檳率為 2.8%**，**目前嚼檳率占 1.0%**，在曾經有嚼檳榔的青少年學生當中，有約二成七（27.0%）的青少年學生第一次嚼檳榔的年齡為 16 歲(含)以上、22.5%為 14-15 歲。

有關國高中青少年檳榔認知題，共有 3 題：

1. 「吃檳榔即使不加配料,也會導致癌症」為「對」比率 **57.3%**
2. 認為檳榔子就是致癌物，嚼食就會導致癌症，答「對」比率 **57.2%**
3. 過去一年「有」上過有關檳榔危害健康的課 **49.8%**

### 國中高中青少年嚼檳率

	國中	高中
106年	1.1%	2.5%
107年	1.3%	2.1%
108年	0.8%	2.1%
110年	0.4%	1.7%

國高中(112年合併) **1.0%** (男1.3%,女0.3%)

### 目前嚼檳者平常嚼檳榔的原因

提神	<b>26.7</b>
紓解壓力	<b>23.2</b>
禦寒保暖	<b>21.0</b>
主動示好、表達友誼	8.5
別人給我，不好意思拒絕	6.2
引起父母或師長的關心	4.6
其他	9.8

%

資料來源：國民健康署112年「青少年健康行為調查報告」<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=257>

菸檳禁，校園淨，活力勁

第 1 頁 · 本期共 4 頁



# 無菸無檳好校園



**「網紅就是你」短片競賽 報名開始囉，等你喔！**

發揮創意 上傳 Youtube 舞臺 表達你的反菸拒檳倡議



「網紅就是你」短片競賽活動，是以學生為主角，提供學生舞台，經由拍攝短片過程經驗，使學生自主倡議無菸拒檳態度觀點，影響同儕及家人、社區形成氛圍，進而內化成為拒菸檳的行為與生活技能。本活動受到學校熱烈響應及媒體高度關注，教師指導拍攝影片過程，就是一種教學活動，師長可依學生特質設定的學習目標，與學生共同發想設計情境腳本，例如：學習菸(煙)檳危害的資訊(自我覺察)、建立自尊(自我肯定)、壓力調適(情緒管理紓壓)、健康抉擇(做決定)、媒體廣告與法律規範

(批判性思考、倡議)、拒絕技巧(有效拒絕)、無菸環境營造(問題解決、倡議)等，快來報名喔！



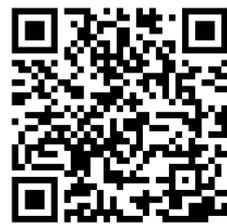
報名網址 QR [http://bit.ly/ytA\\_ymu](http://bit.ly/ytA_ymu) (114 年 4 月 20 日前報名)

## 作品型式：

可以用戲劇、歌舞、微電影等綜合多元型態之[綜合藝術型表演]呈現出創新吸引觀眾的演出；或用說法、經驗分享、創意口號、情境模擬、科學實驗等[YouTuber 型表演]表現出獨特風格的特色倡議短片。

## 作品規範：

1. 需以菸品危害防制(含類菸品及指定菸品等各種菸品)或檳榔危害防制為主題，強化倡議拒菸無檳。
2. 應具教育意義，適合所有年齡觀賞，強化正向訊息。
3. 不得特別強調吸菸、嚼檳之形象(依菸害防制法第 25 條規定)。
4. 因劇情需要所出現之菸品及檳榔應以道具替代，並加註警語(若未加註則不符規範)。



歷年得獎作品



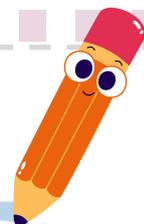
5. 影片長度限制[5 分鐘以內]影片，超過時間，評選單位有權斟酌扣分。

6. 無侵害任何第三者之著作權、商標權或其他智慧財產權

112 學年特優學校：桃園市中壢區新明國小..臺南市立安南國民中學..國立鳳新高級中學

菸檳禁，校園淨，活力勁

第 2 頁，本期共 4 頁





# 校園菸檳危害防制策略

## 學校衛生政策 建立校園反菸拒檳政策

1

1. 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)。
2. 訂定及宣導校園禁菸(含電子煙、加熱菸等各式菸品)、無檳之管理規範。
3. 參與反菸拒檳相關活動的獎勵機制。
4. 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)。
5. 召開反菸拒檳工作小組會議或相關會議, 檢討推動情形。

2

## 創造支持性的環境 建構無菸、無檳校園文化

物質環境  
社會環境

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, 如運用多媒體輪播、海報、標語、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), 融入反菸拒檳之宣導。
6. 強化校園巡邏稽查, 規勸、取締校園內菸、檳使用行為。
7. 推動校外來賓(如: 家長、廠商或施工單位等)至校不吸菸、不嚼檳榔。
8. 充實反菸拒檳教學、教材設備。

## 健康生活技能教學 培養反菸拒檳行動能力與自信

3

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領域或跨領域課程中。
3. 實施以生活技能為導向之反菸拒檳素養教學。
4. 開發師生反菸拒檳相關教材或宣導媒體。
5. 辦理教職員工反菸拒檳教育研習活動。
6. 培訓校園反菸拒檳教育之師資(如戒菸教育種子師資)。
7. 進行相關調查或研究, 評量反菸拒檳教學活動的成效。

# 4

## 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. 進行菸、檳危害現況調查，找出高危險族群及菸檳使用學生。
3. 辦理吸菸教職員工戒菸、戒檳教育（如：戒菸班）或輔導轉介。
4. 辦理吸菸學生戒菸、戒檳教育（如：戒菸班）、輔導及或轉介。
5. 辦理教職員工生成功戒菸、戒檳獎勵措施。
6. 運用多元的戒菸、戒檳教育教材與辦理相關教育輔導活動。

## 社區關係 營造社區夥伴 關係共同推動反菸拒檳

# 5

1. 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. 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、戒檳榔動機。
4. 透過異業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. 結盟學校附近商店，拒絕販售菸品(含電子煙、加熱菸等各式菸品)、檳榔給青少年。(如：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. 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，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。
7. 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。
8. 引進衛生與醫療等機構之相關資源，舉辦嚼食檳榔教職員工生之口腔癌篩檢。

# 6

## 電子煙防制

1. 辦理電子煙(及加熱菸等各式菸品) 危害、法規、媒體識讀於校園藥物濫用防制及菸害防制學生
2. 辦理電子煙(及加熱菸等各式菸品) 危害、法規、媒體識讀於師長增能教育訓練。
3. 辦理電子煙(及加熱菸等各式菸品) 危害、法規、媒體識讀於親職教育宣導。
4. 針對已使用電子煙(及加熱菸等各式菸品) 學生，協助輔導或轉介戒菸教育。