



# 無菸無檳好校園

## 世界無菸日 WORLD NO TOBACCO DAY 2022



世界衛生組織



FCTC  
世界衛生組織  
菸草控制框架公約  
秘書處

毒害  
我們的地球

#TobaccoExposed

一支紙菸從產生到丟棄都會  
污染地球且危害人類健康。



資料來源：WHO；華文戒菸網 <https://www.e-quit.org/CustomPage/HtmlEditorPage.aspx?Mid=1453&ML=4>

### 菸品：對我們環境的威脅

(Tobacco: Threat to our environment.)

世界衛生組織 WHO 在 1987 年創立世界無菸日，每年 5 月 31 日為「世界無菸日」。2022 年度主題希望大眾了解菸品從種植、生產、販售和浪費皆會對環境造成破壞，更揭露菸商利用大量媒體，宣稱自己對環境友善。WHO 指出，每年約有 350 萬公頃的土地因種植菸草而遭破壞，增加二氧化碳排放及影響氣候變化。而菸蒂更是最常見的垃圾之一，殘存的有毒物質成為土壤與水質的污染源。菸品每年造成 800 多萬人死亡，並破壞我們的環境，進一步損害人類健康。菸草業每年的溫室氣體排放量相當於 8400 萬噸二氧化碳，加劇氣候變化，浪費資源，更破壞生態系統。

#### 世界無菸日行動呼籲 Calls to Action

##### 大眾 General public

1. 再給個戒菸理由，戒菸有益健康，更能保護環境。
2. 支持禁止一次性塑料製品的政策，包括菸蒂、菸草袋和電子煙廢棄物。
3. 提高對菸草業「宣稱對環境友善」策略的認知。
4. 支持政府徵收額外的稅收以保護環境。

##### 青少年和新世代 Youth and future generations

1. 倡議無菸校園，保護兒童和青少年免受一手、二手和三手菸(煙)傷害。
2. 發起或加入保護環境的運動。提高青少年認知菸草對環境影響。
3. 支持減碳足跡，保護新世代免受環境中菸草廢棄物的傷害風險。
4. 減少菸品販售店面數量。

菸檳禁，校園淨，活力勁

## 世界無菸日行動呼籲 Calls to Action

政府政策 Ministries and policymakers

非政府組織和公民團體NGOs and civil Society

菸農

學術界和政府間組織 (包括聯合國機構和開發銀行)

以上4項呼籲，更多內容請參閱 <https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=3803>

### **MPOWER** 的六大策略 《菸草控制框架公約》FCTC 提出(since 2007)

- ⇒ **M** 監測菸草使用及預防政策 Monitor tobacco use and prevention policies
- ⇒ **P** 保護民眾免於二手菸害 Protect people from tobacco use
- ⇒ **O** 提供戒菸服務 Offer help to quit tobacco use
- ⇒ **W** 警示菸品危害 Warn about the dangers of tobacco
- ⇒ **E** 禁止菸品廣告、促銷及贊助 Enforce bans on tobacco advertising, promotion and sponsorship
- ⇒ **R** 提高菸稅 Raise taxes on tobacco

### 發揮倡議，支持無菸家庭、無菸社區

防疫期間，師長辛苦了，感謝師長持續推動無菸校園、機會教育學生明辨菸品危害、強化拒絕技能，勇敢拒菸。在家防疫期發揮倡議，支持無菸家庭、無菸社區。提醒大家：戴好口罩、勤洗手，有吸菸的家長或學生，停止吸菸，莫讓自己變成防疫破口，傷健康也傷荷包，又增加自己及親友的染疫風險。



掃描加好友

## 無菸無檳好校園 歡迎賜稿 歡迎加官方 LINE

### 國立陽明交大菸檳防制計畫

地址：11221

台北市北投區立農街二段155號

護理學院604室

電話：(02)2826-7000 #65065 #67362

聯絡E-mail：

[nosmoking.edu@gmail.com](mailto:nosmoking.edu@gmail.com)

無菸無檳好校園

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

官方LINE <http://nav.cx/hVfpcH4>

無菸無檳好校園電子報是由國立陽明交通大學黃久美教授團隊發行，定期更新校園菸、檳防制相關訊息。歡迎健促好夥伴分享學校辦理菸害防制、檳榔防制議題之策略應用、相關活動等經驗、成果或心得感想經驗，如有相關活動預告也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](mailto:nosmoking.edu@gmail.com)

# 菸檳禁，校園淨，活力勁

# 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. 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。

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)，置入反菸拒檳之宣導。
6. 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(含家長)至校不吸菸、不嚼檳榔。

## 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現有的學習領域課程中。
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。



# 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。  
2-1 「學生」吸菸率調查：\_\_\_%；「學生」電子煙使用率調查：\_\_\_%；
3. 辦理吸菸教職員工戒菸、戒檳教育（如：戒菸班）、輔導及或轉介。
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. 輔導或自辦吸菸學生完成2小時戒菸教育。

## 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. 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，舉辦嚼食檳榔教職員工生之口腔癌篩檢。

# 6

## 電子煙防制

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。