

台灣青少年的菸害防制推廣30年

董氏基金會

終身義工 陳淑麗

• 預防青少年吸菸之有效及無效措施表

<p><u>有效措施</u> 青少年吸菸預防和教育 應納入全面性的菸害防制政策與計畫</p>	<p><u>無效措施</u> 將青少年吸菸預防和教育 做為獨立的問題</p>
<p>教育切記不可將吸菸和菸草使用，定位或誤導為「長大成人的表現」，而是一種對「<u>所有年齡層</u>」都會造成嚴重健康影響的事情！</p>	<p>將菸品定位為「未成年應禁止之行為」，並鼓吹下列訊息：</p> <ul style="list-style-type: none"> •吸菸是成人(18歲)的決定或選擇 •年輕人不應吸菸 •成人才能合法吸菸 •必須遵守法律 •就是要懂得說不
<p><u>支持參與全面禁止菸草廣告、促銷及贊助</u></p>	<p>強調同伴影響是青少年吸菸的主因，而不強調是菸商廣告促銷及贊助的作用。</p>
<p><u>支持參與全面無菸環境政策</u></p>	<p>忽略無法執行百分百室內禁菸的負面影響</p>
<p><u>支持參與菸品加稅政策</u></p>	<p>不提及菸品加稅</p>
<p><u>支持參與禁止菸品的陳列或展示</u>（如芬蘭、挪威、愛爾蘭） <u>嚴格管理銷售據點</u></p>	<p>只著重檢查身分證明、張貼“未滿18歲不得吸菸”之警示標誌等方式來管制青少年接觸菸品</p>
<p><u>強調尼古丁會使人上癮</u></p>	<p>將吸菸描繪成一種「成人的選擇」</p>
<p><u>與所有年齡層人士討論吸菸相關風險</u></p>	<p>將「青少年吸菸」描繪成唯一問題</p>
<p><u>同樣的標準看待任何年齡的吸菸者；要求吸菸者戒菸，無成人或青少年之差異</u></p>	<p>只對年輕人強調戒菸</p>
<p><u>顯示菸草公司的行銷本質及如何瞄準年輕人</u></p>	<p>菸草公司支持或贊助的任何活動或計畫</p>

預防青少年吸菸之有效措施

- 2009 年，WHO 委託美國癌症協會 (ACS) 出版的「世界菸草版圖」內，明列有效的預防青少年吸菸措施，應同步致力於所有吸菸者（青少年和成人）一致的勸戒與宣導，讓青少年確實感受到「師長」與「自己」被要求禁菸是一致而無差別待遇，同時讓青少年接觸無菸政策的制定與推動。
- 2011年周杰倫、2013年蕭敬騰、2017年張鈞甯前進校園計畫，兼納「校園宣導」及「社會傳播」，讓青年學子白天身處名人也拒菸的校園環境，離開學校後，也有機會在電腦網路、街頭坊間、報章雜誌、電視及廣播等看到聽到同樣的信念與鼓勵，感受社會全民拒菸的真誠力量！

台灣青少年吸菸率概況

- 台灣成年人及青少年吸菸率皆有下降，但菸品消費量卻維持不變，那究竟是誰吸了這些菸？？？

調查對象		歷年吸菸率（%）										
		2005年	2006年	2007年	2008年	2009年	2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年
高中	男	21.1	—	19.3	—	19.6	—	20.3	19.0	16.6	16.6	15.6
	女	8.5	—	9.1	—	9.1	—	8.1	7.5	6.8	6.1	4.7
	整體	15.2	—	14.8	—	14.8	—	14.7	14.1	11.9	11.5	10.4
國中	男	—	9.7	—	10.3	—	11.2	10.5	9.3	7.5	6.4	4.9
	女	—	4.7	—	4.9	—	4.2	3.7	3.7	2.6	3.5	2.0
	整體	—	7.5	—	7.8	—	8.0	7.3	6.7	5.2	5	3.5

臺灣菸害防制倡議~由民間啟動

- 1984年，董氏基金會以「人人有權拒吸二手菸」開啟台灣風起雲湧的拒菸運動。
- 孫越、陳淑麗擔任終身義工，創造台灣藝人及名人投入公益、參與菸害防制之風潮。



台灣青少年拒菸 1990年~

- 1990年，已故音樂工作者薛岳1990年罹癌臨終前對呼籲「尊重生命」，創造了民間團體公益廣告可於電視台免費播出之先例。
- 1991年，發行「拒菸身分證」，帶動「我X歲，我不吸菸」的風潮。



TVCF



台灣青少年拒菸 1990年~

- 1992年，林志穎、伊能靜、潘美辰、黃平洋等當時偶像名人與2600位青少年齊聚中正紀念堂拍攝公益廣告，宣誓「向菸說不」，讓拒菸成為時下青少年的話題，活動同款T恤更於全台夜市販售。
- 總統、教育及衛生長官等皆親臨致意，表達對菸害防制的支持！



台灣青少年拒菸宣導-1990年~

- 1993年，因美國某牌菸品以卡通造型人物代言及促銷，使青少年使用率自1% 成長為33% ，為此商請漫畫家朱德庸設計拒菸形象代表「徐則林」先生，再邀點子王-王偉忠一起擔任義工，迎戰跨國菸草公司的廣告行銷。
- 1994年，當紅團體 LA Boyz 與徐則林一起拒菸、傳達「嘸呷菸，阮愜意」



藝人參與公益拒菸行動

- 由終身義工孫越、陳淑麗帶頭加入，促使三十年來先後有薛岳、李明依、李志希、李志奇、周子寒、王中平、林志穎、伊能靜、黃平洋、潘美辰、朱德庸、王偉忠、**LA Boyz**、郝劭文、黃韻玲、關之琳、庾澄慶、陶晶瑩、趙自強、張惠妹、周渝民、成龍、李玟、蔡岳勳、于小惠(虞小卉)、蔡依林、**S.H.E**、宋達民、洪百榕、宋逸民、陳維齡、李璿、周杰倫、林依晨、許豪恩、趙舜、昆凌、蕭敬騰等令人感動的演藝界典範，不分世代的投入菸害防制志工行列，共同朝健康快樂的無菸台灣前進。

青少年拒菸宣導-2010年~

- 為強化青少年的菸害防制工作，結合衛生福利部與教育部的力量，逐年邀請蔡依林、周杰倫、林依晨、蕭敬騰、昆凌、張鈞甯等最知名的藝人，進行兼納「校園宣導」及「社會傳播」同步執行的青年控菸計劃。

教育及衛生單位合作(一)

- 2010年，在教育及衛生單位的合作下，亞洲天王**周杰倫**與當時87歲的**阿嬤**拍攝拒菸廣告，直接提供全國四千多個校園，鼓勵全臺**460萬**青年學子「不吸菸，做自己」，正面迎戰青少年吸菸問題！



NO SMOKING

做自己 我挺你

有自信，不需要吸菸，想要帥，不需要吸菸，有煩惱，也不需要吸菸。
如果吸菸變成你的習慣，請改掉你的壞習慣。
給不吸菸的自己一個鼓勵，不吸菸，做自己，我挺你！

教育部 | 行政院衛生署 | 衛生署國民健康局 | 富邦文教基金會 | 董氏基金會



- 校園宣導—校園製作物(立牌、海報、傳單、布條)，及校園廣播與短片。
- 社會傳播—電視、報紙、雜誌、廣播
- 網路傳播—新聞發佈、「華文戒菸網」專區、入口網站連結。網路活動。

校園傳播：

深入校園宣導活動

- 布條
- 學校搭配宣導活動



社會傳播：新聞造勢及記者會

周杰倫帶外婆
出席記者會



社會傳播：30秒公益廣告

YouTube TW

搜尋

上傳

登入

NO SMOKING 做自己 我挺你

教育部 | 行政院衛生署 | 衛生署國民健康局 | 董氏基金會

0:33 / 0:35

Jay周杰倫-「不吸菸,做自己,我挺你」公益廣告(董氏基金會)

董氏基金會菸害防制組 · 226 部影片

訂閱 91

36,038

89 3

喜歡 關於 分享 新增至

上傳日期：2010年11月16日

TVCF

社會傳播：報紙、雜誌公益廣告



Brand名牌誌



經濟日報A1

網路傳播：「華文戒菸網」網路專區

有自信，不需要吸菸
想要帥，不需要吸菸
有煩惱，也不需要吸菸
如果吸菸變成你的習慣，請改掉你的壞習慣
★ 給不吸菸的自己一個鼓勵
不吸菸 做自己 我挺你



周董揪你
創意相挺

立即行動

2月15日截止



誤會可大

真相大白

你是小肥羊嗎？

不吸菸，做自己！

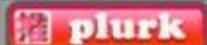
公益廣告／短片

「我挺你」周董下載

活動花絮

教育部 | 行政院衛生署 | 衛生署國民健康局 | 富邦文教基金會 | 董氏基金會

民國100年2月15日前別忘了拉親朋好友一起上網相挺唷！



網路傳播： 不吸菸、做自己，周董揪你相挺



哎喲！不錯喔~

No Smoking



猜猜他們排什麼字？

教育及衛生單位合作(二)

- 2013年再邀請曾經面對挫敗、力爭上游、正向積極且關懷社會的年輕偶像 - 蕭敬騰擔任義工，進行「拒一口菸，就是爭一口氣」的全面性「校園宣導」及「社會傳播」，再透過新聞活動與記者會帶動校園「拒菸·我作主」的氛圍。



校園傳播：大布條與人型立牌



校園宣導：活動及記者會

「拒一口菸，爭一口氣」公益籃球賽記者會。



社會傳播：30秒公益廣告



共17家電視台 免費公益播出

播放

社會傳播：新聞造勢及記者會



社會傳播：報紙、雜誌公益廣告



自由時報B3



科學人雜誌

網路宣傳：網路專區

公益廣告/短片 | 老蕭下載

拒菸  我作主

就是 **拒一口菸 爭一口氣**



蕭敬騰 | **最新活動** | 拒菸我作主 | 菸害超乎想像 | 向菸說不 | 幫親友戒菸

網路傳播： 入口網站連結

華文戒菸網



全台最大的電玩入口網站·巴哈姆特



教育及衛生單位合作(三)

2017年以「拒菸最魅力」為中心思想，邀請時尚、健康、環保的藝人張鈞甯擔任代言義工，鼓勵全國400萬學子成為「拒菸舞士」，展現「拒菸最魅力」，進而防制青少年吸菸人口持續增加。



人形立牌

拒菸舞士 

召集令

拒菸5式：
拒絕菸害、菸癮掰掰、最愛自由、魅力展現、力勸親友

拒菸最魅力



拒菸舞士

衛生福利部國民健康署 |  財團法人董氏基金會

海報

拒菸舞士 

召集令

拒菸5式

1. 拒絕菸害：不讓菸害，傷自己也害別人
2. 菸癮掰掰：因為拒一口菸，就是爭一口氣
3. 最愛自由：自由自在，不被菸癮綁
4. 魅力展現：健康環保，自信做自己
5. 力勸親友：向菸說不，主動關懷



拒菸舞士

衛生福利部國民健康署 |  財團法人董氏基金會

文宣與媒體製作

傳單正反面

拒菸最魅力！

吸菸不單只是一種壞習慣，而是一種成癮性的疾病！更是最致命的健康殺手！

你身邊有吸菸的人嗎？同學？朋友？還是親愛的家人？或者是你不熟悉的鄰居？

面對吸菸的人，你會視而不見？好言相勸？還是看心情，有時婉而回，有時假裝沒看見...

對於身邊熟識的朋友，我會力勸他們戒菸，可能是我勸的大頻繁或太難聽，所以朋友都說我是他們的吸菸糾察隊。

私底下的我非常害怕及討厭菸味！一菸，菸味呛鼻，頭髮和衣服上的菸臭味不僅令人難受而且難以去除。二菸，太多的醫學證據證實菸品對人體的危害，且傷害的不只是健康與荷包而已，也捆綁了自由。

面對吸菸的親朋好友，我選擇挺身而出，勸導他們戒菸，勇敢向菸說不！助人戒菸有很多方法，我曾做過~

1. 請他們閉口吞香，幫他們倒水，讓他們轉移注意力，忘記去吸菸。
2. 纏著吸菸的朋友，吵著想聽他唱歌，讓他沒嘴巴可以吸菸。
3. 把對方的菸折斷、剪半，讓他抽不成。
4. 送他原子筆或奶嘴，讓他隨時可以手持把玩，或咬一咬滿足口慾。
5. 尖叫、狂叫，叫到對方受不了~把菸熄掉...這應該是我做過最瘋狂的拒菸事情了。

吸菸不但危害自己健康，產生的二手菸、三手菸還會傷害家人和身邊親近的人。

愛護自己，保護身邊的家人、朋友，跟我一起站出來，成為拒菸騎士，拒菸，最魅力！



拒菸舞士，show出拒菸五式

「拒菸五式」就是「拒絕菸害、菸癮掰掰、最愛自由、魅力展現、力勸親友」。拒菸舞士張鈞甯號召大家成為「拒菸舞士」，一起show出「拒菸五式」，表現出拒菸最有魅力的自信風範！

- 1. 拒絕菸害**
不讓菸害，傷自己也害別人
- 2. 菸癮掰掰**
因為拒一口菸，就是爭一口氣
- 3. 最愛自由**
自由自在，不被菸癮綁架
- 4. 魅力展現**
健康環保，自信做自己
- 5. 力勸親友**
向菸說不，主動關懷

Ning Chang

姓名：張鈞甯
生日：1982/9/4
星座：處女座
身高：167cm
出生地：德國
職稱：鈞小甯
血型：A型
體重：49kg
專長：游泳、籃球
學歷：中央大學產業經濟學碩士(法學組)
語言：華語、台語、英語、德語
最難忘的經驗：貴州學琴、西藏登山、南極滑雪、澳洲高空跳傘、曾參加前美國總統歐巴馬也參加過的野外求生實境節目。
座右銘：牙一拔就過去了！



菸商黑白說~小心別上當

TO 女孩們：

吸菸可以減肥？

【真相】菸商用「吸菸可以抑制食慾」作為噱頭，將吸菸誤導成減肥的方式。其實吸菸並不能減肥，只是對身體造成傷害後導致消瘦！唯有均衡飲食、適度運動、良好的生活作息才能保持健康的體態。

加味菸對健康危害小？

【真相】菸商在菸品中加入薄荷及花果各種香料，讓消費者失去戒心、引誘年輕族群開始嘗試吸菸。其實加味菸就是包裹糖衣的毒藥，危害更大。

淡菸對健康較無害？

【真相】菸商運用消費者追求健康的渴望，誤導宣稱某些產品是低焦油、低尼古丁。但其實淡菸並不存在，所有菸品對人體造成的傷害都是相同的，許多國家早已明文禁止標示「淡菸」。

不要在懷孕期間吸菸就沒事？

【真相】錯了！對女生而言，吸菸會損害內分泌功能，造成經期不調、痛經，甚至延遲受孕。除此之外，吸菸還會造成胎動不安、減低輸卵管的功能，而導致不孕症。對於懷孕前吸菸的女性來說，造成日後流產、早產、嬰兒水腫、體重不足、胎兒畸形的可能性也越大。

TO 男孩們：

吸菸比較帥嗎？

【真相】菸商雇用帥氣、性感的模特兒來美化吸菸行為，其實吸菸會導致各種癌症、心血管疾病、陽痿，還會使牙齒變黃、臉上皺紋變多等，實在是帥不起來啦！

吸少量的菸，或不將菸吸入肺部，就沒有危險？

【真相】菸品一旦吸菸，會產生2000多種化學物質，其中已證明一

你不可不知的菸害

說到吸菸對健康的危害，大多數的人可能只知道吸菸會引起心臟病、中風和肺癌、口腔癌、咽喉癌以及COPD(肺阻塞)等疾病。事實上，吸菸還會帶來更多可怕的傷害，甚至讓人付出意想不到的代價...

年輕就是青春無敵！但無論燃燒的紙菸或是所謂的電子菸中都含有大量的有害物質，吸入後會阻礙內分泌系統和腦部的發展，使思慮變得遲鈍，影響課業學習與生活，還會延緩青春期的成長，抑制身高。身上的菸臭味會破壞人際關係，讓許多朋友避開，甚至遠離。吸菸的代價遠遠高於你的想像，不僅犧牲了健康，還有青春與自由。
拒絕青春被「菸」蒸~讓我們一起成為「拒菸舞士」，活出「拒菸五式」，展現屬於自己的「拒菸離力」！

皮膚變差：吸菸是容貌的大敵！吸菸容易消耗體內的蛋白質、維他命A及抗氧化物(如維他命C)，導致吸菸者老化快、皮膚粗糙、皺紋變多、魚尾紋、法令紋變深。

有菸臭味：菸品中的焦油會在手指及指甲上累積，將手指及指甲染成黃褐色，還會令全身滿口的菸臭味。

視力惡化：吸菸會使許多眼疾惡化，包含：白內障、老年性黃斑部病變。每日吸菸超過20根的人增加2倍的機率發生白內障。吸菸會導致體內氧化壓力增加，造成視網膜傷害，並可能造成失明。

口腔衛生：吸菸會造成口臭、損害味蕾、牙齒泛黃、蛀牙，吸菸者牙周病的罹患比是非吸菸者的3倍。

肢體痠痛：吸菸會損傷動脈壁，造成血管硬化，阻礙心臟將血液運送到肢體末端，嚴重時會造成肢體組織壞死，甚至需要截肢，這就是在吸菸者身上會發生的「柏格氏症」(Buerger's disease)。

記憶力提早退化：菸品中的尼古丁會破壞腦細胞，阻礙新細胞生長，使腦血流量減少，加速動脈硬化，造成腦血管狹窄、腦血管阻力增大，使人變傻、變健忘，更會因大腦功能受損而記憶力喪失。

免疫系統的傷害：降低抵抗能力、疲倦勞累、打鼾、容易感冒、引發紅斑性狼瘡，也使得糖尿病的治療變得較為困難。年輕的吸菸者甚至還會常常咳嗽、痰液和氣喘。

意外災害：吸菸除了會造成身體傷害之外，更要注意可能引發意外災害，造成更大的生命財產損失。吸菸容易引起火災、燒灼傷及中毒等災害。其中，因吸菸引起的火災更是台灣火災發生原因的3位。

幫助親友戒菸，您還可以這樣做

想幫助吸菸者戒菸，除了給予支持，提高決心與自我意志外，更要用方法與尋求資源。有專業協助可以提高戒菸成功率，讓多元戒菸資訊您一覽之力！

- 1. 戒菸門診：**
衛生福利部國民健康署在各轄的屬事機構(含的醫院、診所和社區藥局)提供戒菸治療服務，詳情見「衛生福利部國民健康署戒菸治療管理中心」網站。
- 2. 戒菸專線0800-63-63-63**
民眾可撥打免費戒菸專線，週一至週六上午9時至下午9時，提供國、台、客、英語服務，並依親友的需求，提供轉介、諮詢、宣導資料等服務。
- 3. 參加各縣市衛生局(所)辦理的戒菸班**
或隔年舉辦一次的Quit & Win「戒菸競贏比賽」，展現戒菸決心。
- 4. 運用「董氏基金會-華文戒菸網」www.e-quit.org**

戒菸四招



- 1 深呼吸15次
- 2 喝大杯開水
- 3 用力伸懶腰
- 4 刷牙或洗臉

衛生福利部國民健康署 | 財團法人董氏基金會
專科醫師 謝志冠醫師 臺北榮民總醫院家庭醫學部主治醫師
薛光榮醫師 高雄榮民總醫院家庭醫學部發菸戒菸治療管理中心主任
(圖) 本報記者陳冠廷攝

拒菸舞士

拒菸最魅力



30秒公益廣告



張鈞甯-「拒菸舞士，拒菸最魅力!」

觀看次數：12,035

公益廣告TVC

電台廣播

- 錄製1支電台廣播帶，並主動聯繫全國214家廣播電台，提供廣播帶，且發文請託協助公益播放。盼透過廣播電台不斷的播放，提醒民眾給不吸菸的青年學子最大的肯定。
- 提交素材內容：

拒菸，最魅力！我是義工張鈞甯

30秒廣播

拒絕菸害，就是愛好自由與充滿自信的具體表現！

讓我們一起成為～助人戒菸的「拒菸舞士」

廣告

拒菸5式：
拒菸
1. 拒絕菸害 2. 菸癮掰掰

Quit for a healthier life
흡연은 나쁜 습관
Rech...

拒菸舞士

最魅力
3. 最愛自由 4. 魅力展現 5. 力勸親友

教育部國民及學前教育署 | 衛生福利部國民健康署 | 財團法人董氏基金會

網路短片 (執行中)

拒菸舞士TVC 30"



拒菸菸害

5/31成功高中記者會



「拒菸舞士」張鈞甯與長官合照

拒菸舞士TVC-4/29拍片花絮



拒菸舞士訪談



教學



最愛自由



「拒菸舞士」張鈞甯穿著「拒菸舞士」頭巾



力勸親友



媒體聯訪



菸癮掰掰



魅力展現

通路傳播

1. 各級學校共計4,030所
2. 衛生、教育、社教及運動等590個通路。



土城區運動中心



宜蘭傳藝中心



三重高中



五常國中

社會行銷-造勢記者會

王英偉署長、教育部國民及學前教育署長官共同帶領下，張鈞甯於 5月31日「世界無菸日」當天與1800位 成功高中同學一起高呼~拒菸最魅力!

釣魚風暴正夯 仿冒救生衣單月熱銷19萬(0)
20170811 13:00 蕾哈娜喇吉情曝光1個月 富商與友被起底 結過地(62)
20170811 13:00 陝西車禍死者多過九寨溝地震 多名乘客當場斷腿(93)
20170811 12:50 無畏賭場下地獄許贈 4個月狠刷千餘萬元(1118)
20170811 12:50 長照街派出所遭傳試辦計畫 已有159家院所加入(87)
20170811 12:49 94歲奶奶與70歲女兒 雙雙陳屍詭約家中(1223)
20170811 12:48 暴紅《模犯生》阿班超 網空3P 續食秀(36184)
20170811 12:46 房屋缺一角 健康要注意!(601)
20170811 12:38

張鈞甯響應「世界無菸日」，今帶成功高中1800位同學展現「拒菸最魅力」，她還提供她勸人戒菸的奇招：她是最美女中畢業，說以前跟成功高中會有交流，但很害羞，如有談戀愛也會很扭捏，笑說以前對男生有怨懣感，但今天卻很開心變成姐姐了。

張鈞甯勸人戒菸的秘訣千奇百怪，包括把對方菸折斷成一半，以減少尼古丁攝取量，或是不停的尖叫，叫到對方受不了把菸熄掉，或送原子筆或奶嘴給對方。(越大聲/台北報導)

出版時間 17:29
更新時間 21:06



張鈞甯出席世界無菸日帶領成功高中1800位同學展現「拒菸最魅力」活動。朱世傑攝

體育最 Hot [看更多](#)

- 台灣輸日38分 周俊三：恥... 11731
- 陳鴻文4局無失分 轉先發重... 13854
- 吳哲源輪流開門 史總：多學... 7092
- Dr.邱曉雲：日復仇釀慘案... 5913
- 豫二軍沉淪整季 銳放翻回美... 5151

蘋果粉絲團

蘋果日報
368萬 按讚次數
368萬 按讚次數

夏天就是要玩水不然要幹嘛! 來、來、來鮮玩騎水陸兩用車如何? 台灣有代理商引進了休閒用的水陸兩用車 GIBBS Quadski, 它可陸地、水中衝, 一台兩吃, 而我們帶來了八里私人遊艇碼頭, 獨家試騎直播。

#安東貿易 #GIBBSQuadski #TRIUMPH創設 #BMW #轟轟轟就是愛車 #車A速誌

1,099次觀看
結果自報即時新聞正在現場直播
搜尋 / 新聞公司



舞士名錄



關鍵字搜尋

Search

依時間排列

參與人數：582人

更新時間：2017. 7. 12 24:00

社會行銷

*社會性宣導-社群平台(臉書)

鈞甯變魔術

義工 張鈞甯為號召” 拒菸最魅力” 兩段宣傳預告

張鈞甯Ning Chang
5月19日 19:02 · 🌐

人生就是要不停地嘗試💪💪
魔術初體驗就獻給大家了
有沒有一種magic的感覺~

#別問為什麼突然閃一下…… 更多



13 萬次觀看

讚 留言 分享

👍👍👍 你和其他 9,484 人

最相關留言

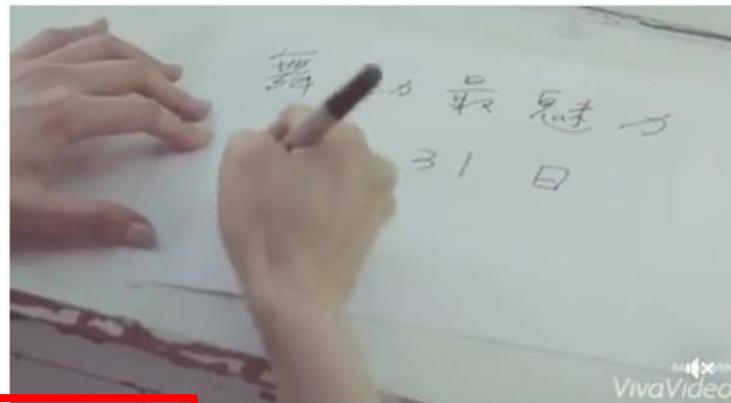
71次分享

張鈞甯Ning Chang
5月26日 20:01 · 🌐

舞動最魅力~
5月31日

敬請期待👏👏👏

鈞甯會帶給我們什麼驚喜呢...?…… 更多



4.7 萬次觀看

讚 留言 分享

👍👍👍 你和其他 3,725 人

最相關留言

27次分享

謝謝您 THANK YOU



NO SMOKING
做自己 我挺你

更多關於資訊，請上「禁菸研討網」查詢

教育部 | 衛生署國民健康局
富邦文教基金會 | 董氏基金會

禁菸研討網
禁菸研討網
禁菸研討網
禁菸研討網



拒一口菸
就是爭一口氣

衛生福利部國民健康署
禁菸研討網
禁菸研討網
禁菸研討網
禁菸研討網



拒菸舞士
拒菸最魅力

拒菸5式：
拒絕菸害、菸癮掰掰、最愛自由、魅力展現、力勸親友

拒菸舞士
拒菸舞士
拒菸舞士
拒菸舞士
拒菸舞士

衛生福利部國民健康署 | 財團法人董氏基金會