

# 臺北市 113 學年度健康促進學校菸檳防制議題教師增能研習實施計畫

## 壹、緣起：

菸檳防制一直是世界各國關注的重要公共衛生議題，吸菸不僅會導致全身性的健康危害，亦被證實為最能夠被預防的死因。此外，其所產生的二手菸與三手菸皆為致癌物質，會對於非吸菸者健康造成諸多影響。

近年來電子煙在全球各地迅速擴散，透過多元的氣味與不同的外型，鎖定年輕族群使其掉入類菸品的陷阱之中。電子煙商主打使用電子煙能夠協助戒菸，但實際上不僅無法戒菸，還含有許多有害物質，例如：尼古丁、重金屬、揮發性有機物、致癌物質等。此外，電子煙同時也會造成二手菸、三手菸，危害他人健康。109年電子煙使用比例已經超過傳統紙菸，此警訊不容小覷。除等待菸害防制新法推動外，更應於校園中進行積極的健康促進作為，使青少年能不落入電子煙的危害。

貳、研習時間：114年 3 月 19 日 ( 星期三 ) 09:00 ~ 13:00，敬備西點餐盒

## 參、參加對象：

- 一、臺北市公私立國高中職推動校園菸害防制之教師或相關人員，每校 1 人。
- 二、對菸檳防制議題有興趣之臺北市教師。

肆、研習地點：臺北市立瑠公國中四樓大會議室

伍、報名方式：臺北市教師在職研習網

陸、講座：臺北市立聯合醫院仁愛院區梁筱怡護理師、懷仁全人發展中心黃宜靜心理師

## 柒、課程：

時間	流程	備註
08:30 - 09:00	報到	報到 / 研習前問卷
09:00 - 09:10	開幕式	長官致詞
09:10 - 10:00	增能講座 1	菸及新興菸品對青少年的危害
10:00 - 10:10		休息時間
10:10 - 10:35	增能講座 2	菸害防制法及預防吸菸
10:35 - 11:00	增能講座 3	青少年心理發展與菸害防制
11:00 - 11:10		休息時間
11:10 - 12:00	增能講座 4	遠離菸害，從心關懷
12:00 - 13:00	綜合座談	學生常見問題討論 / 研習後問卷

捌、敬備西點餐盒，請於報名時登記葷素，並請自備環保餐具。

玖、研習時數：參加研習人員核予 4 小時研習時數。

壹拾、本計畫經費由本校 113 學年度健康促進學校菸檳防制議題實施計畫支出。

壹拾壹、本計畫陳校長核可後實施，修正時亦同。