

桃園市大園區溪海國民小學

《健康促進—菸害防制》 六年__班__號姓名：_____

小朋友，下面有個故事請你讀一讀，找出這個抽煙的故事對健康有什麼影響，再請你想一想下面的題目，把你的想法寫下來。

有一位慈祥的長者，看到一群年輕人，每一個人口刁著香煙，吞雲吐霧。便對他們說：「對！年輕人要多抽煙。」這群年輕人很詫異的同聲問到：「為什麼？」長者慈祥的說：「吸煙有三大好處。第一可以永保年輕：因為吸煙的人、心、肺、脾、肝都會受煙害，很少有長壽的，所以說『永保年輕』。第二不用怕被偷：因為吸煙容易得支氣管炎，不停的咳嗽，小偷以為主人還沒睡，哪敢去偷？第三不怕被狗咬：凡是抽煙成癮的『老煙槍』，因為長年咳不停，便咳駝了背。走路時，狗總以為他要彎腰撿地上的石頭打牠，嚇都嚇死了，哪敢去咬他？……」

慈祥長者的話還沒說完，年輕人手上的香煙，嚇得掉滿地。

※小朋友，吸煙有什麼害處，依文章寫出三點？

- (1) _____
- (2) _____
- (3) _____

※請設計一個拒菸標語：(如:拒吸二手菸。我家不吸菸，空氣多新鮮。)

※家長簽章：【 _____ 】

桃園市溪海國民小學「無菸拒檳校園」承諾書



『校園』是一個屬於讀書、學習的地方，

每個人都希望有好的學習環境。

為了身體健康本來就不應該抽菸嚼檳榔，

身為家長更應為孩子樹立良好的典範，

那些製造出來的臭氣及汙染，對每個人都是有害處的！

無菸拒檳校園是：

1. 拒絕吸煙及嚼檳榔人士進入校園
2. 在學校，禁止老師及學生吸菸及嚼檳榔
3. 多多宣導吸菸及嚼檳榔的壞處
4. 讓學校學生了解吸菸及嚼檳榔導致的病變
5. 提供戒菸及戒檳榔諮詢並鼓勵戒菸及拒絕檳榔
6. 當有人要脅你吸菸及嚼檳榔時，勇敢的說「不」並且告訴老師及家長



我們的家庭成員都願意為了大家的健康，配合學校在校園內不吸菸，不嚼檳榔的規定，在家裡也願意為了家人的健康，努力營造無煙家庭環境，給孩子們一個最健康的園地，讓孩子成長學習。

【無菸拒檳承諾人】

稱謂	簽名	稱謂	簽名

家長簽名: _____