- 宜蘭縣古亭國民中小學109年度推動環境教育特色及創新成果報告
- 一、 項目：109菸檳宣導—五忠、五孝
- 二、 內容簡述：菸檳宣導109.10.22，時間：13：30~3：30

  「拒菸毒、反檳榔」與大部分十大死因相當有關係！如果成癮，要戒可不是一件易事，有些毒販，把毒品夾雜於菸品裡，讓民眾在不知不覺中被誤用。
- 三、 活動照片

拒菸毒反檳榔，營造健康無毒的生活環境。	拒煙毒反檳榔，成癮物質對健康的危害，不僅個人受害，更危及下一代，以會衍生相關的犯罪、暴力等社會的問題。
吸菸造成的危害超乎想像。	戒菸就對了!

絕大多數(76%~98%)的慢性支氣管炎是由吸菸引起。沒有吸菸的人幾乎不會得到慢性支氣管炎。	一根香菸燃燒後產生7000種有害物質。
戒菸對於降低吸菸者肺功能的耗損，有極高的成效！	大家對於菸害有了更深一層的認識。
吸菸也會造成口臭。	香菸中的尼古丁會影響神經系統。