





菸檳防制 5 月份衛教宣導/菸害篇



國軍「戒菸就贏」競賽活動！

一年一度的國軍「戒菸就贏」競賽活動開始了！自 5 月 1 日起開始報名（截至 5 月 31 日），由「吸菸參賽者」及一位「不吸菸的見證人」為一組報名參加，比賽組別如下：

 **3 個月組**：挑戰 6 月 1 日至 8 月 31 日期間內不吸菸。

 **15 個月組**：挑戰 113 年 6 月 1 日至 114 年 8 月 31 日期間內（計 15 個月）不吸菸。（需為 113 年 3 個月組戒菸成功，且前測 CO 值 ≤ 6ppm）

報名時間 114年 **5月1日** 至 **5月31日** (郵戳為憑)


報名 → 比賽 → CO值檢測

5月1日~5月31日 → 6月1日~8月31日 → 9月1日~9月19日

參加資格
參賽者須年滿20歲且已持續吸菸半年以上之國軍所屬人員（含約聘雇人員）。

活動組別
 ③ 3個月組：挑戰114年6月1日至8月31日期間內未吸菸。
 ⑤ 15個月組：挑戰113年6月1日至114年8月31日期間內(計15個月)未吸菸。
(需為113年3個月組戒菸成功，且前測CO值≤6ppm)


活動辦法
 ③ 報名方式：吸菸的「參賽者」與不吸菸「見證人」2人組隊報名，於**5月31日前** (郵戳為憑)將報名表寄回所屬司令部菸害防制承辦人收。
 ⑤ 參賽者於9月1日至9月19日完成CO值檢測，再將戒菸證明表寄回所屬司令部參加抽獎。
 ⑤ 詳細活動內容，請至軍醫局網站(www.ndmb.mnd.mil.tw)查詢。



您的鼓勵與支持，
是他戒菸的動力！

詳細活動內容及實施計畫，請至軍網首頁-軍醫局網站 (www.ndmb.mnd.mil.tw)查詢。

國軍菸害暨檳榔防制服務中心

 免付費電話：**0800-580791**