

## 5.31 世界無菸日

西湖鄉健康社區營造中心「105 菸檳酒踩街簽署宣導活動」新聞稿

日期:105 年 5 月 27 日

聯絡人:護理師 葉采艷

聯絡電話：037-921211

5 月 31 日為「世界無菸日」，在這有意義的日子，為使民眾更加瞭解菸、酒與檳榔之不良習慣對身體之危害，並對家人及家庭生活之影響，西湖鄉健康社區營造中心為關心鄉親健康，於 105 年 5 月 28 日(星期六)上午 7 點，假西湖國小舉辦「105 菸檳酒踩街簽署宣導活動」之活動，邀請民眾踴躍參加，期盼透過此活動，增加民眾瞭解菸、酒與檳榔對身體之危害，更期許本鄉能落實無菸、無酒、無檳榔之健康樂活城鎮！

台灣每年有 2,300 人死於口腔癌，104 年更成為癌症十大死因之首，患有口腔癌之患者，9 成都有嚼食檳榔之習慣，其中喝酒、抽菸加上嚼食檳榔，罹患口腔癌的風險是一般人的 123 倍。國民健康署邱署長淑媿針對檳榔特別呼籲：拒當紅唇族；健康找回來！於菸害防制設立免費戒菸管道與免付費戒菸專線 0800-636363，多元管道都是戒菸的好選擇。專線助您成功戒菸，成為捍衛自己和家人健康的英雄！

根據世界衛生組織表示，至少有 1/3 的癌症是可以預防的！因此，國民健康署邱署長淑媿提倡健康防癌，透過「三不三要」，不菸檳酒、不燒烤紅肉、不加工重口味，要天然蔬果、要多運動、要定期檢查等，建

立民眾良好之健康生活習慣，遠離癌症威脅。有鑑於此，西湖鄉健康社區營造中心關心在地鄉親之健康，協同救國團苗栗縣西湖鄉團委會，共同舉辦「105 菸檳酒踩街簽署宣導活動」之活動，當日由救國團苗栗縣西湖鄉團委會黃會長華堂、西湖鄉龍洞村江村長文彬、西湖鄉衛生所陳主任美娟等與參加民眾一同簽署「不吸菸、不嚼檳榔、不酗酒，促進身體好健康，提升生活好品質，打擊菸檳酒，健康長又久」，教育民眾養成良好習慣，一同營造健康之生活型態，打造西湖無菸、無檳、無酒，共創西湖友善、健康、樂活之特色城鎮。