

# 打擊菸惡魔！



## 叔叔要來了！

爸爸：叔叔要來了。

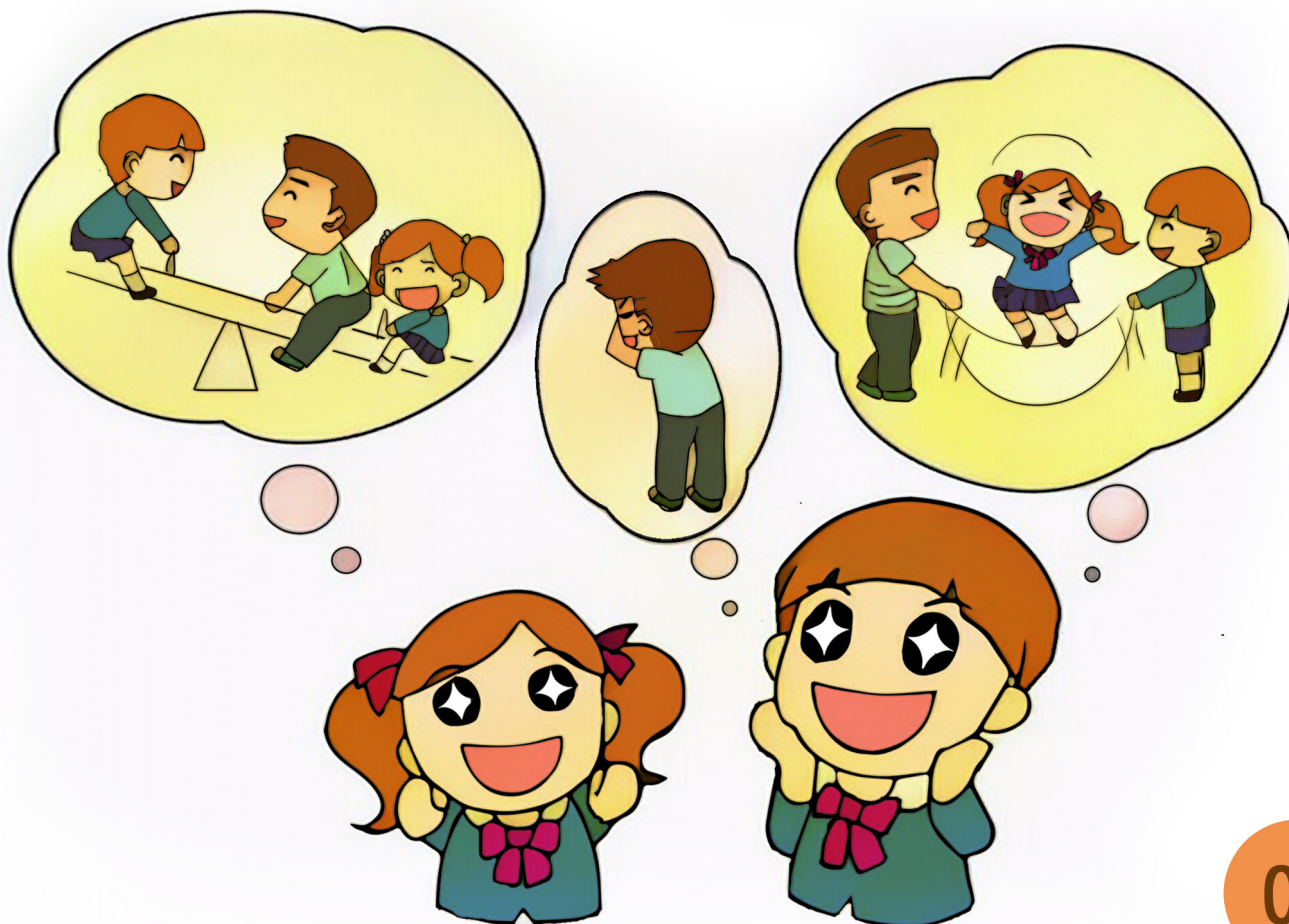
君君：耶

小紅豆：太棒了

君君和妹妹小紅豆上學前  
爸爸說住在鄉下的叔叔  
會到我們家住幾天。



君君和小紅豆很期待，因為叔叔最疼他們了，  
每次回鄉下叔叔都會帶給他們許多驚喜。  
他們最愛一起出去玩，躲貓貓，騎腳踏車，跑步，和跳繩。

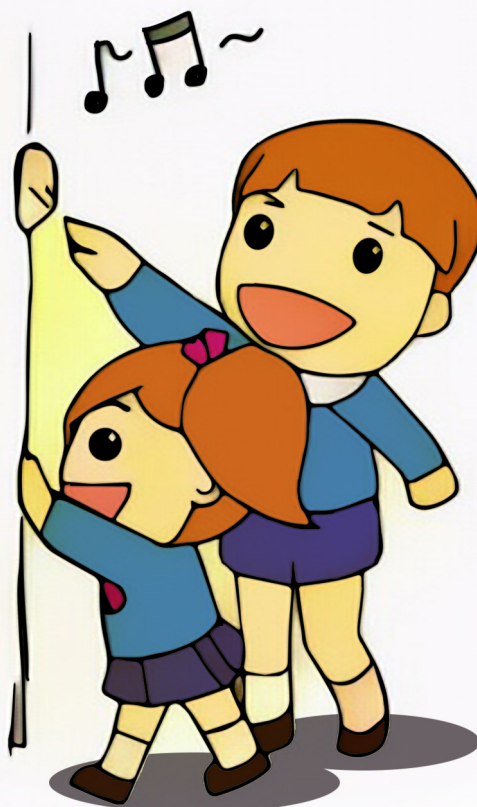


## 叔叔帶來的驚喜，好期待！

下課後，君君迫不及待拉著小紅豆飛奔回家。



君君快速按電鈴，  
從門縫，他和小紅豆隱約看到  
叔叔來開門，他們好開心！



## 叔叔帶來的驚喜，好意外！

門開了，叔叔展開雙臂蹲下來要擁抱它們，  
本來，君君和小紅豆也想跳上去給個最大的擁抱，  
可是，卻有一陣臭臭的味道飄過來……。



小紅豆聞到飄來的味道後，  
不斷咳嗽、並覺得眼睛不舒服，  
君君捏起鼻子，說：好臭喔。



他們不想被抱  
他們往後退了……

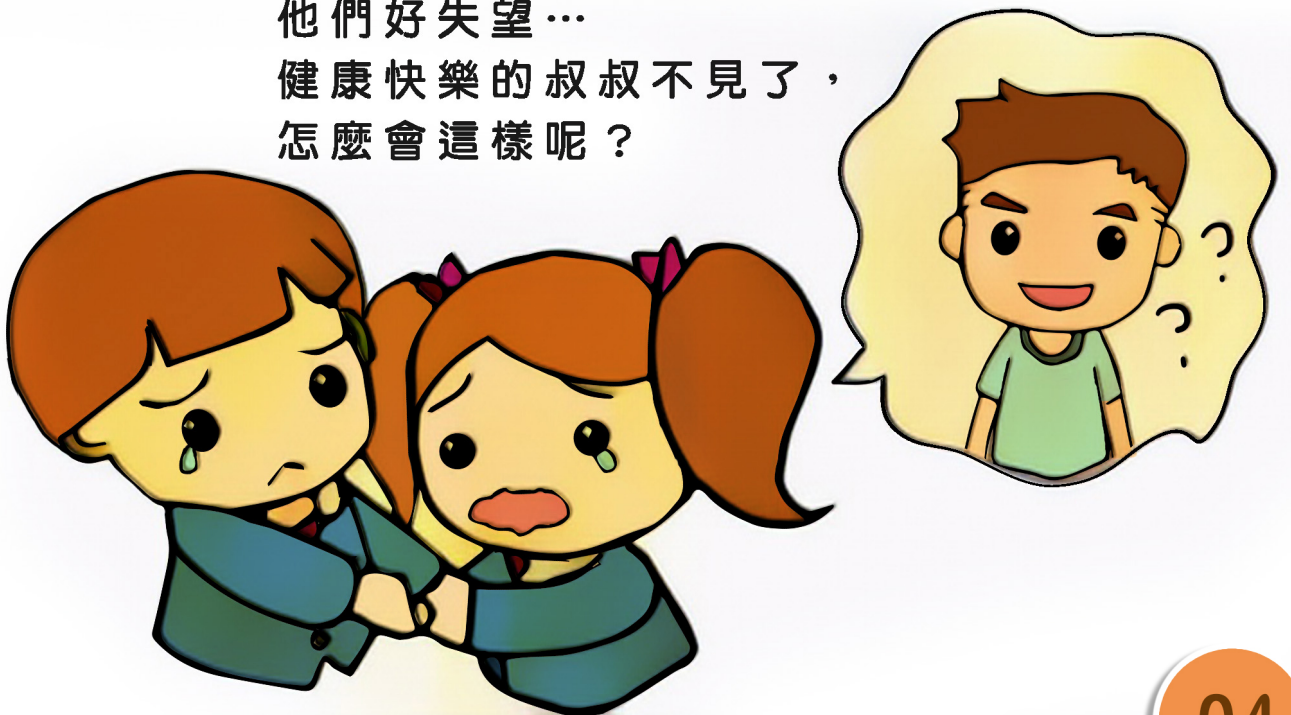


## 這是我們的叔叔嗎？



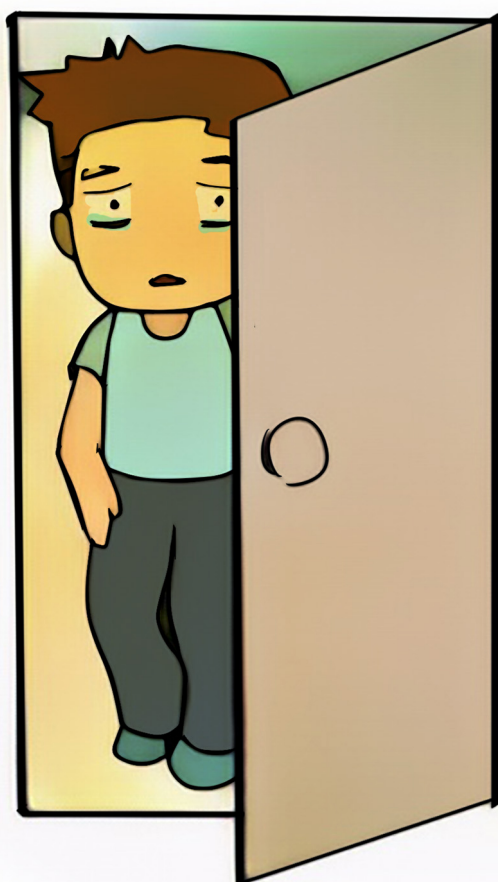
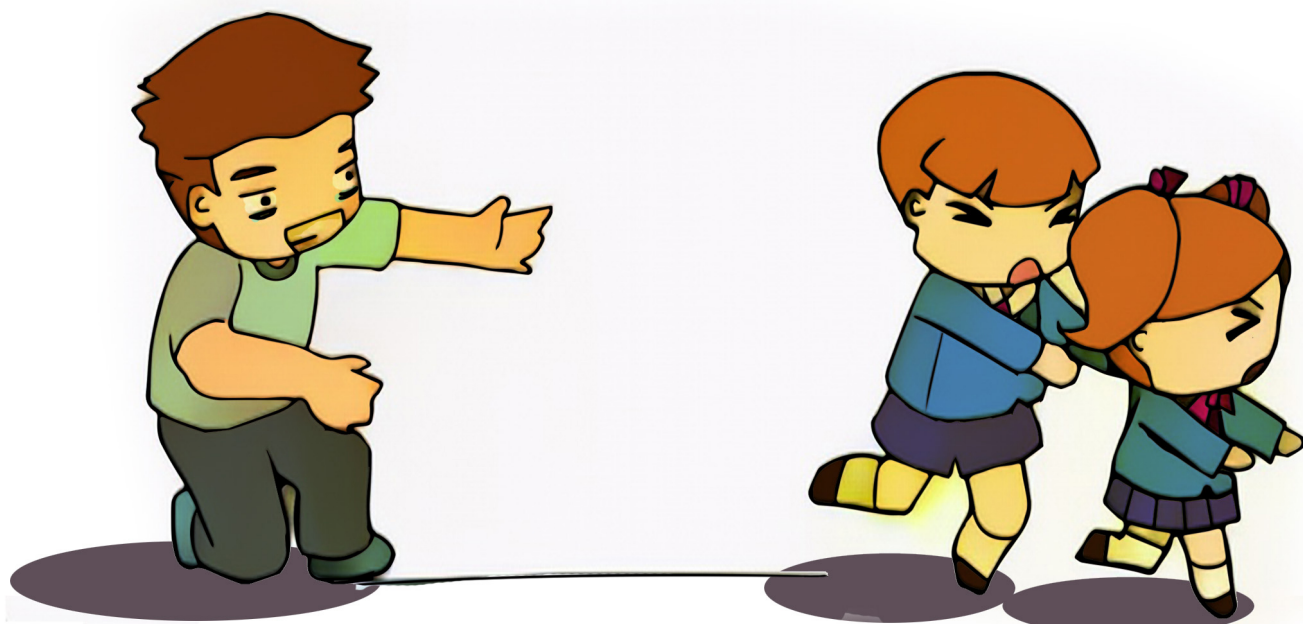
他們不認識眼前這個臉繃繃、  
牙齒黃黃、呼吸喘的叔叔。

他們好失望…  
健康快樂的叔叔不見了，  
怎麼會這樣呢？



## 不喜歡這樣的叔叔

叔叔很愛君君和小紅豆，  
但是，當他一靠近，他們兩個就跑開了。．．．



他們一溜煙  
跑進房間躲起來。



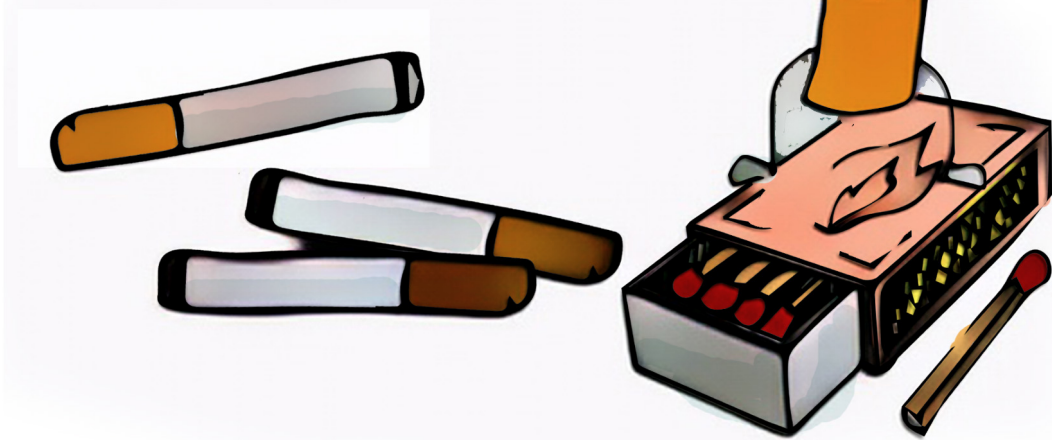
誰惡搞了我們的叔叔？



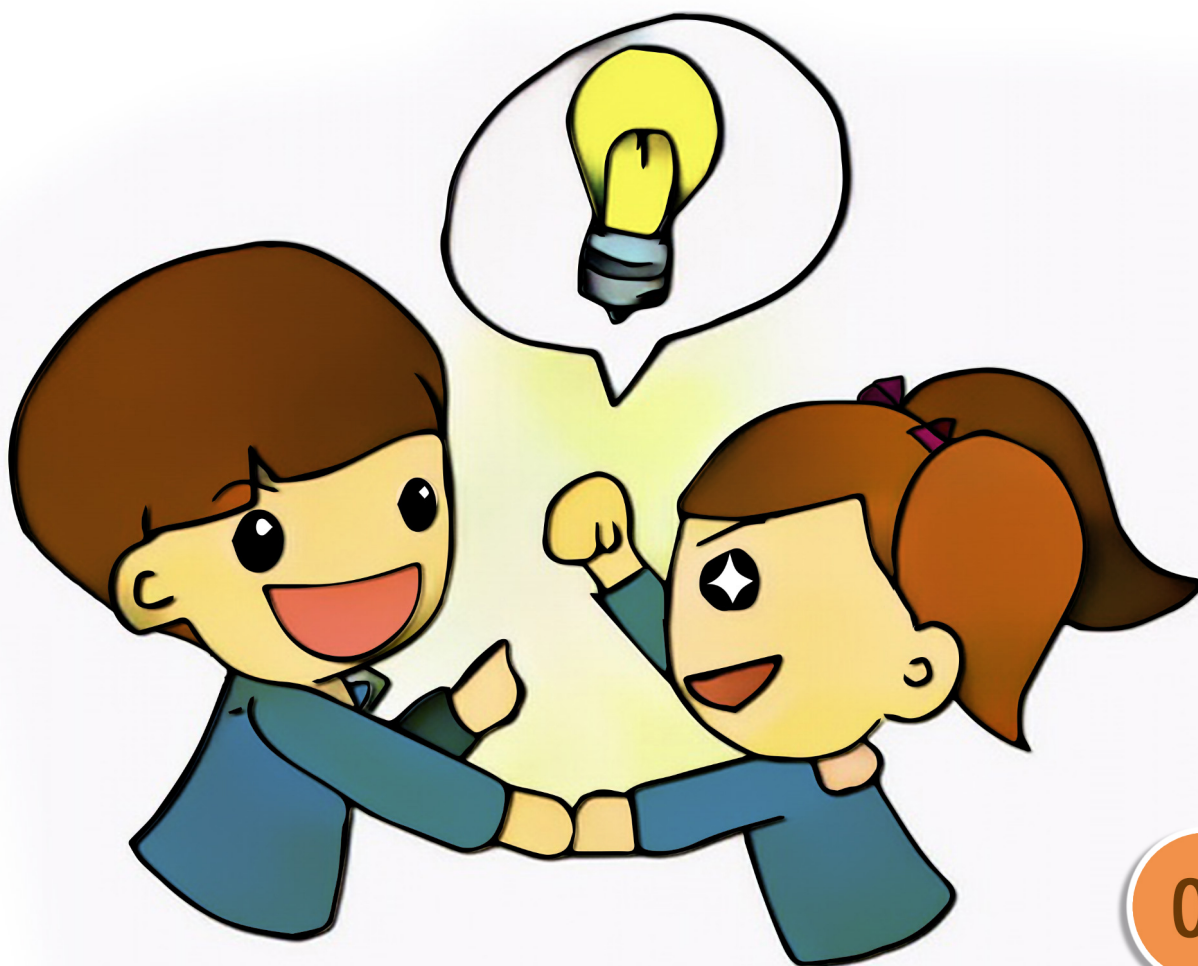
他們都很愛彼此，都想擁抱彼此，可是到底是誰破壞了彼此的感情？？？

## 可惡的惡魔 - 菸

這個惡魔控制了叔叔，偷走了君君和小紅豆對叔叔的愛。



於是，  
君君和小紅豆悄悄的擬定了一個打敗惡魔的計畫…



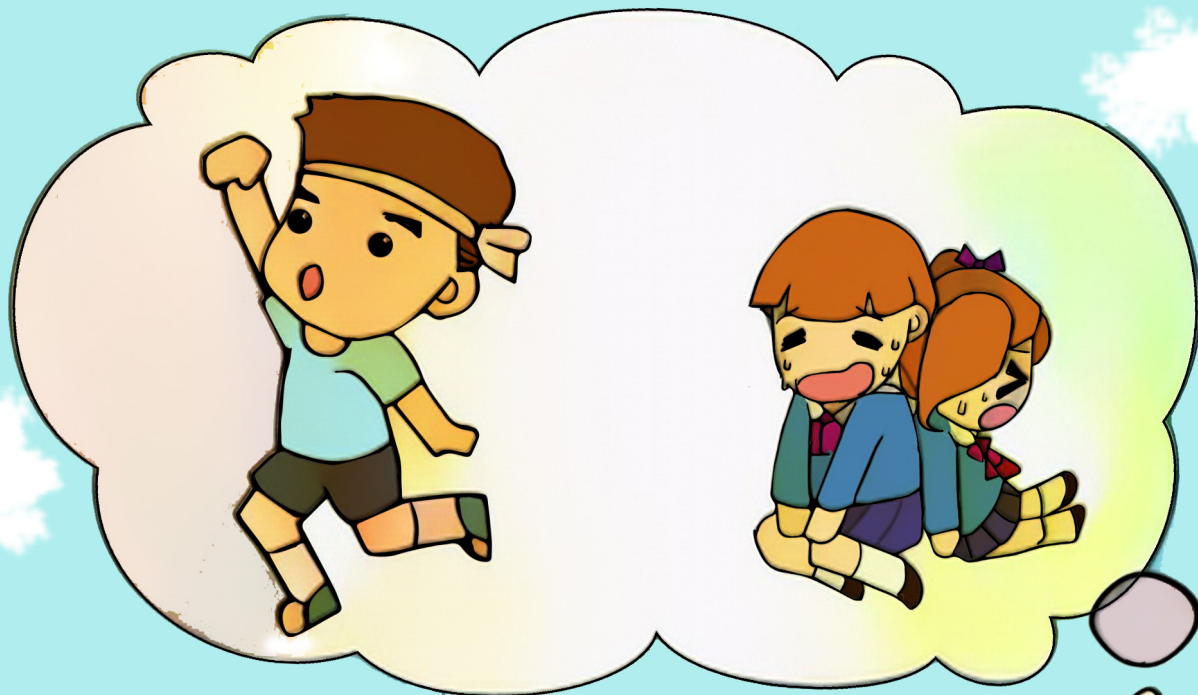


## 拯救叔叔大進擊

隔天一大早，君君和小紅豆邀請叔叔陪他們到公園玩。

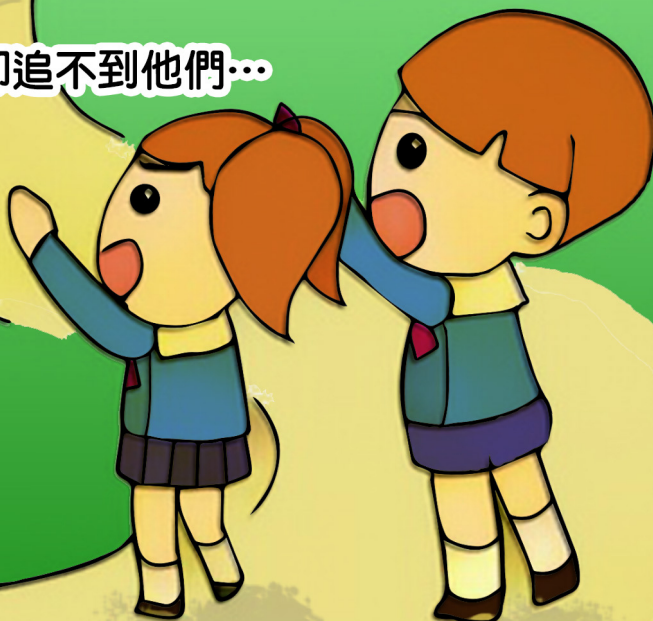


嘿~~妳們等等我呀，我追不到你們，跑得好喘呀~



叔叔：嘿~~妳們等等我呀，  
我追不到你們，跑得好喘呀~

君君和小紅豆跑得很快，  
以前跑得比他們快的叔叔卻追不到他們...



君君：叔叔，你因為被菸惡魔纏上了，  
所以跑不快，跑很喘啊。你要離開他。

叔叔：可是。。。我有時後很需要他耶，  
有時候我也不知道該怎麼辦？？？



**小紅豆：那我們一起來打敗菸惡魔吧！**

# 讓我們一起打擊菸惡魔

惡魔最喜歡物以類聚。

惡魔：身邊的朋友都有吸菸喔，  
是好朋友的話，就是有菸大家分享。



叔叔：對啊，人家拿菸給我的話，  
我會不好意思拒絕耶！



小紅豆：叔叔，我們幫你擋菸。當別人  
拿菸給你的時候，你可以說我們家的  
小朋友會過敏，我不吸菸了；或者直接  
對他說：爲了身體的健康，我不吸菸。

# 讓我們一起打擊菸惡魔

惡魔：我是有身價的，  
我能創造不同的品味。



叔叔：難道你們不覺得菸味  
能讓我更有魅力嗎？

小紅豆：臭臭的叔叔，我不喜歡。



君君：叔叔，你要馬上戒菸，  
把買菸的錢省下來，讓休閒  
生活更多采多姿，打造健康  
的個人魅力。



## 讓我們一起打擊菸惡魔

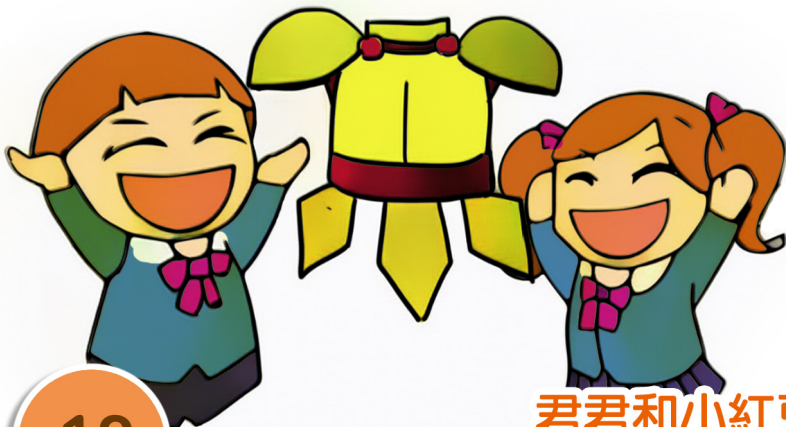


惡魔：這是我跟叔叔的事，  
你們管不著。

叔叔：是呀，我自已在家裡  
吸菸就好啦，不會影響大家的。

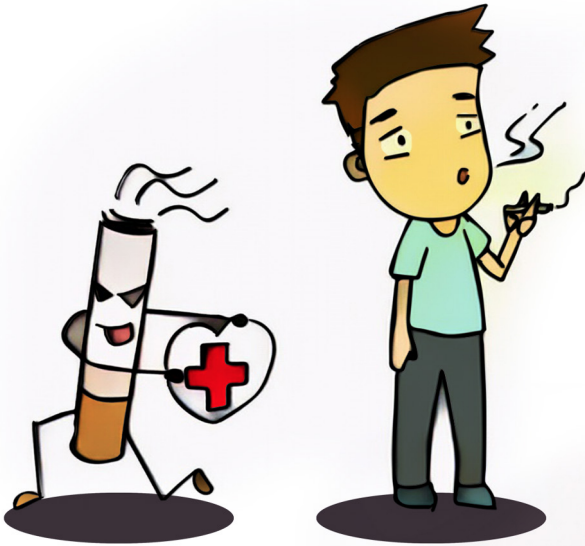
君君：我們有不吸二手菸的權利，  
二手菸會影響健康。

小紅豆：你知道嗎，就算把家裡的  
窗戶都打開，可是家裡的沙發  
、窗簾，仍然都有臭臭的味道。  
二手菸也會讓人生病的。



君君和小紅豆找到打敗惡魔的第三個武器。

# 讓我們一起打擊菸惡魔



惡魔：嘿嘿嘿。。。。

我要讓他迷上我，

這樣我就可以偷走他的健康了。

叔叔：我最近，常覺得呼吸很困難，常常咳嗽，而且一咳就咳很久。

小紅豆：叔叔，你會呼吸難過、頭痛、咳嗽都是菸害的。

叔叔：那要怎麼辦？

君君：你要有離開菸的決心，只要離開他，你的氣喘和咳嗽才能好。



## 讓我們一起打擊菸惡魔

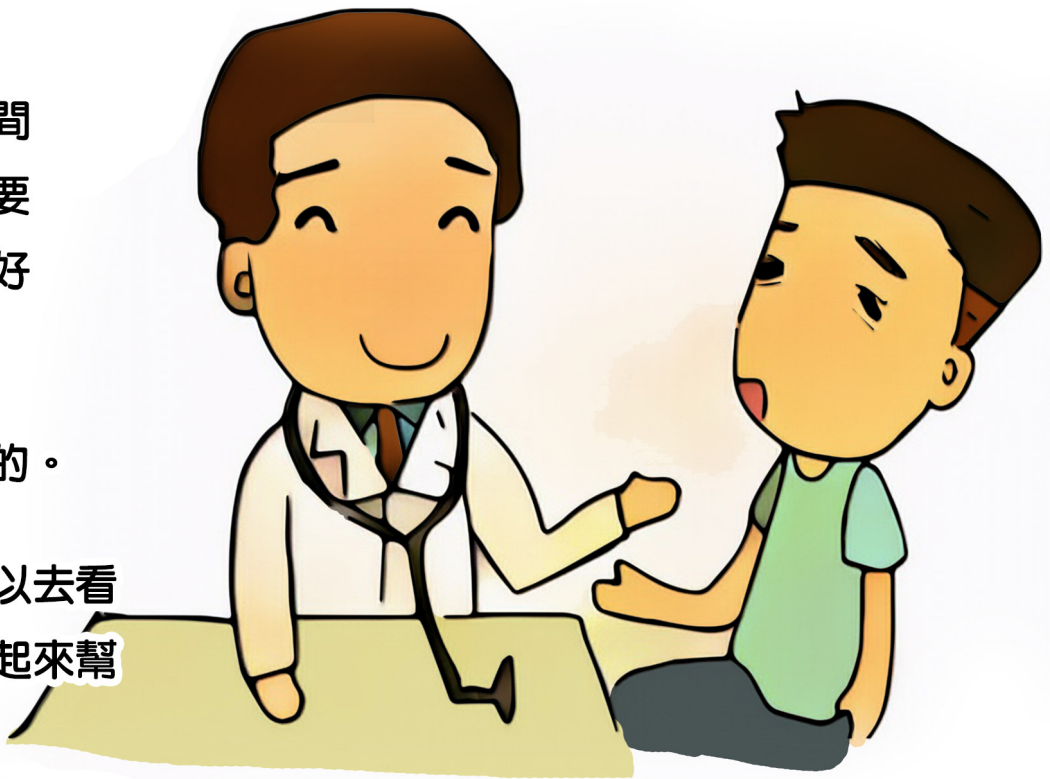


惡魔：只要迷上我，  
就會被我控制不能分開。

叔叔：當我有一段時間  
沒吸菸時，我就會想要  
去找菸來吸一下耶，好  
像吸一下就會好。

小紅豆：吸菸會上癮的。

君君：老師說，你可以去看  
戒菸門診，讓醫師一起來幫  
你戒菸。



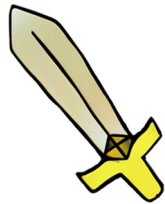
君君和小紅豆找到打敗惡魔的第五個武器。





小朋友，請問打敗菸惡魔計畫中，  
有哪5項武器？

1



當別人給菸時

拒絕菸的誘惑，  
清楚表達我不吸菸。

2



當誤以為吸菸  
能增加吸引力時

立刻戒菸，把買菸的錢  
省下來，用健康的生活  
增加個人魅力。

3



當自認為吸菸只  
是種個人行為，  
不會影響別人時

立刻戒菸，不管是一手  
菸、二手菸或是三手菸  
，都會影響健康。

4



當吸菸後，覺得  
呼吸難過、咳嗽  
時

要有戒菸的決心才能  
健康。

5



當菸癮來，好像  
吸一口就會感覺  
比較好時

到戒菸門診請醫師來  
幫忙。



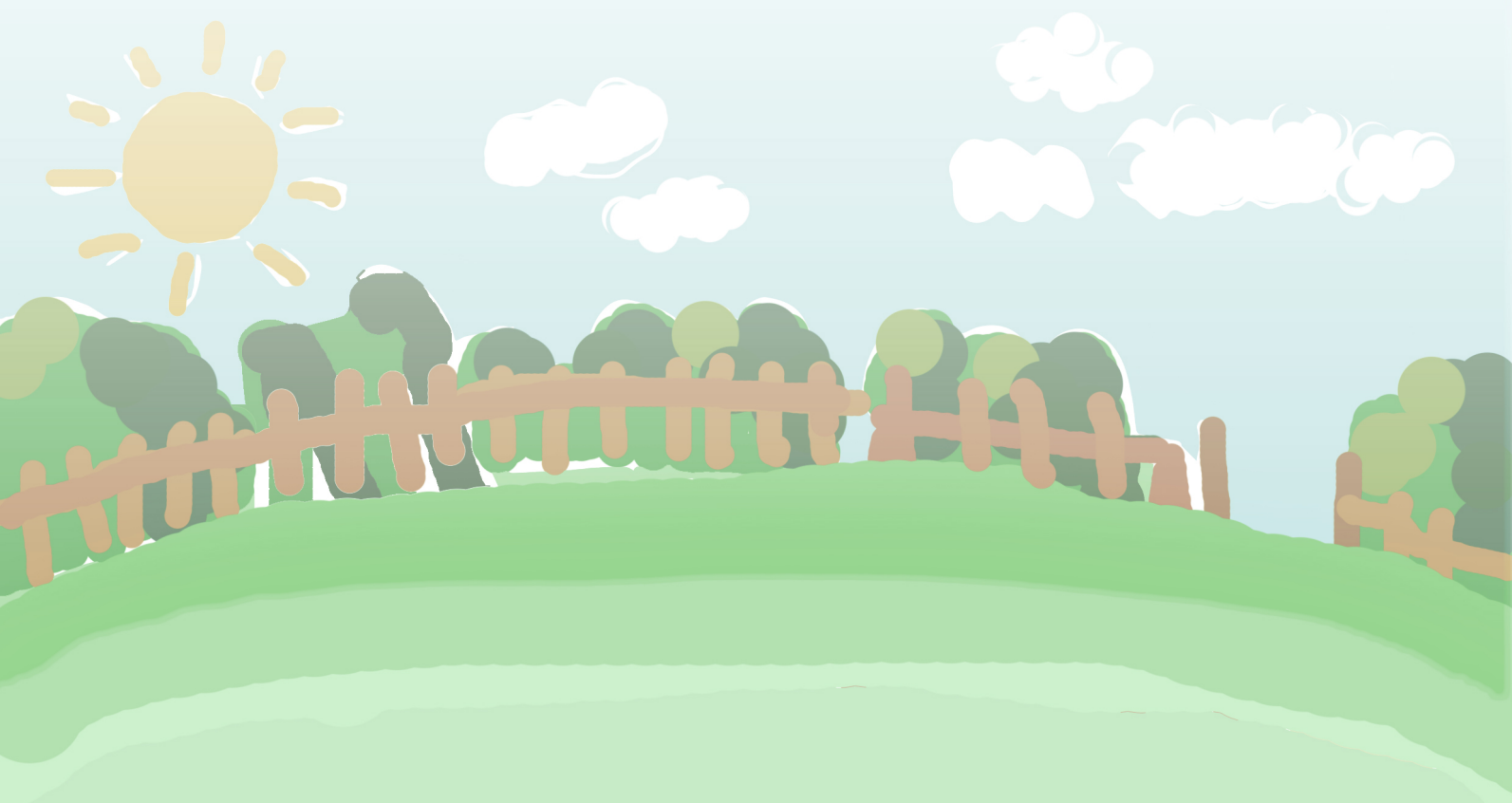
## 叔叔回來了!

叔叔下定了決心，在君君、小紅豆和醫師的陪伴下。惡魔被連續攻擊後，逐漸消失。。。。



健康活力充沛的叔叔被找回來了，  
叔叔終於可以跟君君和小紅豆一起享受在風裡恣意跑跳的樂趣。





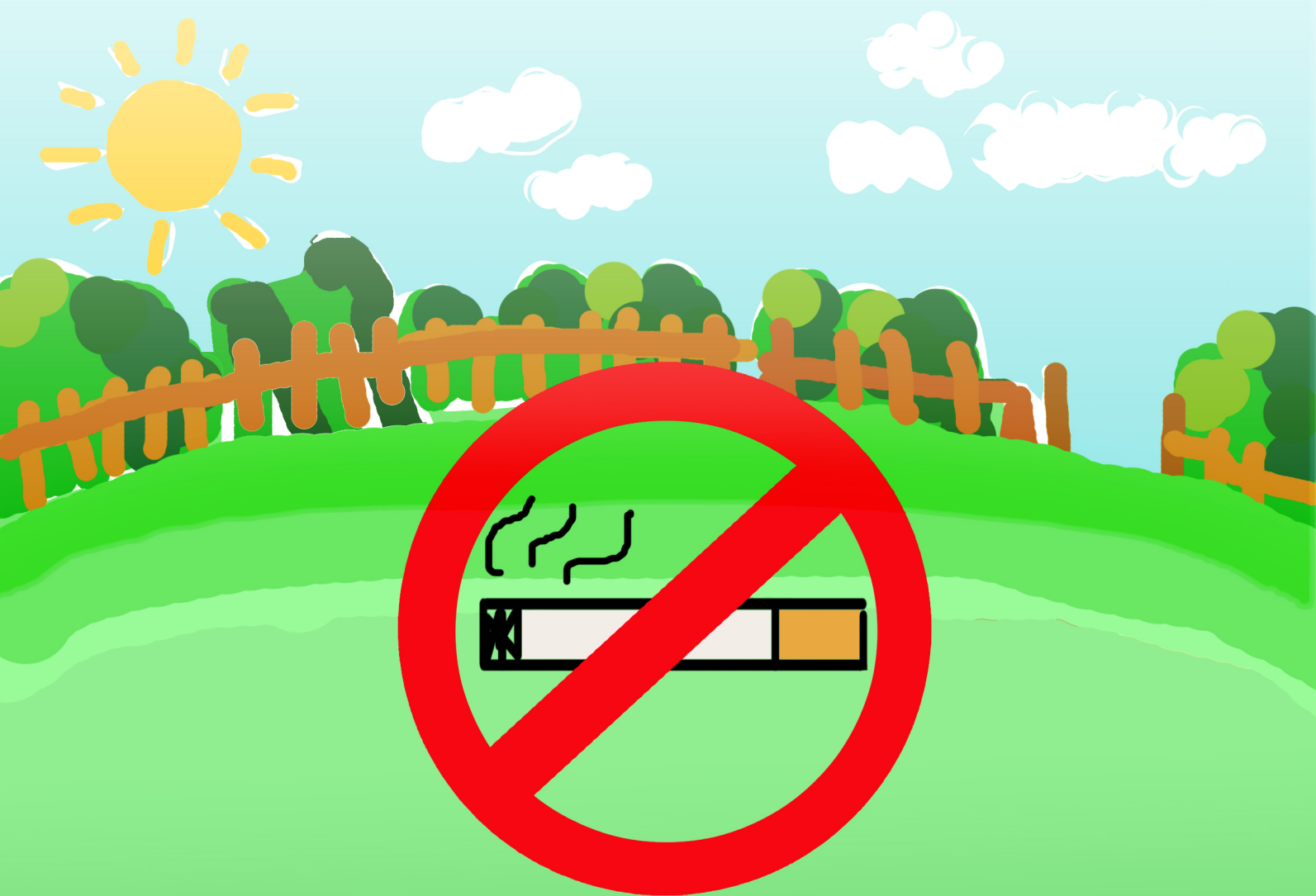
教 育 部  
國民及學前教育署

# 打擊菸惡魔

國立陽明大學護理學院臨床護理研究所 黃久美 教授研究團隊 編撰

總 編 輯 : 黃久美  
主 編 輯 : 黃素妃  
編 撰 團 隊 : 許曉霽、張文琪  
諮詢及審查專家 : 郭鐘隆、龍芝寧  
動畫遊戲媒體製作 : 金展創意有限公司  
電子書製作美編設計 : 金展創意有限公司  
出 版 機 關 : 教育部國民及學前教育署





**指導單位：教育部國民及學前教育署**

**製作單位：國立陽明大學**

**媒體製作：金展創意有限公司**