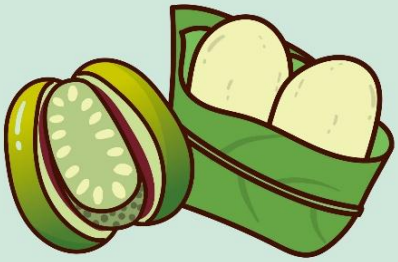
少年ㄟ 檳榔知多少

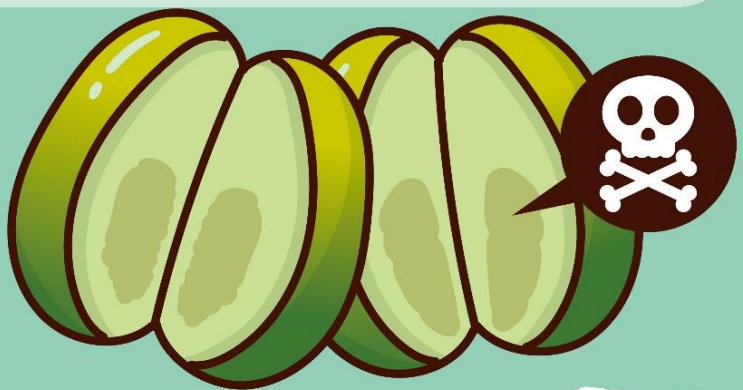


嚼檳榔、吸菸、飲酒 罹患口腔癌的機率：





檳榔子本身就是 致癌物



30歲以上有嚼檳榔(含已戒)或吸菸習慣者

18~29歲有嚼檳榔(含已戒)習慣之原住民

每2年1次免費 口腔黏膜檢查

© 2026, Shibasays Licensed by Rexy Int., Ltd.

高雄市政府衛生局
Department of Health, Kaohsiung City Government

本經費來自菸品健康福利捐 廣告



衛生福利部 廣告

拒絕檳榔危害
守護健康下一代







不得銷售
或供應檳榔
給未滿18歲的兒少
或孕婦

衛生福利部 廣告

胖喵英語小教室

拒檳五招，友誼不退燒！

5 Ways to Say No to Betel Nuts

高雄市政府衛生局



English Corner

1 Keep saying "No." 反覆說「不」

2 Self-deprecation 自我解嘲

3 Shift the topic 轉移話題

4 Affirm the friendship. 肯定友誼

5 Leave the scene. 離開現場

No betel nut, still best buds!

拒絕檳榔，友誼不退燒！