■ 附件一：「2026 戒菸就贏比賽」簡介

「Quit & Win」自 1994 年由芬蘭衛生部首度主辦以來，世界各國紛紛加入參與，2000 年起獲得世界衛生組織(WHO)公開支持與肯定；Quit & Win 每兩年舉辦一次，至多曾串連全球 80 個國家、70 萬組人次共同參與。

2002 年由董氏基金會前執行長、也是前衛生署署長的葉金川教授帶領，臺灣成功加入國際 Quit & Win「戒菸就贏比賽」計畫以來，我們每屆都不缺席。兩年一次的「戒菸就贏比賽」，歷屆一年後的戒菸成功率達三成五，顯示「戒菸就贏比賽」，確實達到積極助人戒菸的目的。12 屆來超過 25 萬組人報名戒菸。

「2026 戒菸就贏比賽」除像歷屆活動啟動全面的宣傳激勵、提供獎金獎勵、創造歡樂且持續的社會支持機制外，再加碼警務人員(包含警大及警專的學生)專屬「成功戒菸特別獎(8 萬元 2 組)」，以及將醫事人員列入獎勵對象，鼓勵報名戒菸比賽者到全國 2700 個醫院、診所、衛生所、藥局等「戒菸服務合約醫事機構」去戒菸，並填上一名醫事人員擔任「戒菸關懷人」，只要成功戒菸且抽中獎金組(10 組)，其「戒菸關懷人」都可加獲 1 萬元獎金。

【活動辦法】

吸菸的「參賽者」與不吸菸的「見證人」兩人一組，於今(2026)年 4 月底前完成報名，比賽期間不使用任何菸品、類菸品，成功戒菸組即可參加抽獎。

報名戒菸比賽者，請趕快到全國戒菸服務合約醫事機構(包含醫院、診所、藥局及衛生所)戒菸，並填上一名醫事人員擔任「戒菸關懷人」，只要成功戒菸且抽中獎金組，其「戒菸關懷人」可加獲 1 萬元獎金。(可回溯自 2026 年 1 月起之戒菸療程)

【比賽期間】

2026 年 5 月 2 日至 5 月 29 日，連續四週完全不吸菸，且不使用其他任何菸品、類菸品 。

【報名資格】

- **吸菸的「參賽者」**：報名截止前須年滿 20 歲、具中華民國國籍或在國內連續居住一年以上，報名前吸菸至少一年（含加熱菸使用者），且有意嘗試戒菸者。
- **不吸菸的「見證人」**：須年滿 7 歲，未曾吸菸或已戒菸(不使用菸品、類菸品)一年以上，為參賽者之家人、師長、朋友、同學、同事、共同生活或其他經常相處，願意支持並見證參賽者完全戒菸之人。
- **「戒菸關懷人」**：須為戒菸服務合約醫事機構的醫事人員，願意支持協助參賽者戒菸。(不得同時擔任見證人)

【報名方式】

- 採線上報名：活動開跑後 請上「華文戒菸網」www.e-quit.org 報名。

【活動獎勵】

- **成功戒菸獎八組：參賽者與見證人共得新台幣八萬元(各得四萬元)。**
- **戒菸關懷人獎：成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣一萬元。**

【特別獎勵】

- **警務人員成功戒菸獎二組：參賽者與見證人共得新台幣八萬元(各得四萬元)。**
- **警務人員成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣一萬元。**

【戒菸就贏比歷屆成效】

年代	2002	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022	2024
參賽人數	23,096 組	30,967 組	17,060 組	18,741 組	25,405 組	29,720 組	27,427 組	25,252 組	21,323 組	11,702 組	8,559 組	12,397 組
戒菸率（1 個月）	75.4%	68.79%	65.53%	74.4%	75.2%	75.1%	79.5%	76.7%	70.1%	未調查	未調查	未調查
戒菸率（1 年）	37.20%	35.40%	35.84%	36.3%	34.4%	37.8%	38.7%	34.4%	37.4%	未調查	未調查	未調查