

2026
Quit&Win
戒菸就贏



為愛行動 戒菸就贏

4月
月底前

吸菸「參賽者」+ 不吸菸「見證人」兩人一組
報名「戒菸就贏比賽」
成功戒菸組就有機會抽中獎金 8萬元有8組

- 【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、衛生所、診所及藥局）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（請詳閱注意事項）。
- 【報名資格】** 「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（含加熱菸）至少一年，且有意嘗試戒菸者。
「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：請立即上「華文戒菸網」www.e-quit.org報名。
- 【活動獎勵】** ① 成功戒菸獎 8組：參賽者與見證人共得新台幣8萬元（各得4萬元）
② 戒菸關懷人獎：成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣1萬元。
- 【特別獎勵】** 警務人員成功戒菸獎 2組：參賽者與見證人共得新台幣8萬元（各得4萬元）。
警務人員成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣1萬元。
- 【注意事項】** 成功戒菸 參賽者於活動期間須完全戒除菸品且不使用類菸品，包含電子煙、加熱菸、雪茄、水菸、菸斗、嚼菸、口含菸、尼古丁袋等非醫療用尼古丁製品。
相關配合 參賽者須配合主辦單位必要之訪視安排、公開檢測及相關記者會，同時接受主辦單位戒菸關懷、戒菸相關抽樣調查等聯繫。
抽獎方式 本比賽將於5月底在律師見證下，以電腦隨機方式抽出「準得獎組」，經檢核符合參賽資格後，將主動聯絡並安排公開檢測，確認最終得獎結果。
公開檢測 (1) 擬於6月中旬頒獎典禮中進行公開檢測；(2) 「準得獎者」如未通過主辦單位檢測，即喪失得獎資格。



【公益贊助】 財團法人 寶佳公益慈善基金會 | 許明傳社會福利公益信託基金

※此為報名表範例，報名請上「董氏基金會 | 華文戒菸網」www.e-quit.org

【填表說明】

一、「*」為必填項目。二、報名前請詳閱所有比賽相關規定。三、由參賽者及見證人勾選「我願意遵守比賽所有相關規定」，以示瞭解活動規則。四、如報名資料不實、無法聯絡、不符參賽資格，或未通過公開檢測者，主辦單位得逕行取消其報名與得獎資格，不另行通知。五、本報名表資料僅供國民健康署「戒菸就贏比賽計畫」使用。

【吸菸參賽者】

* 吸菸參賽者姓名：	* 性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 其他或不願回答	* 身分證字號：
* 出生日期：民國____年____月____日（民國95年5月1日當天或之前出生才具參加資格）		
* 通訊址：□□□□□□（縣/市）（鄉/鎮/市/區）		
* 聯絡電話：日（ ）；夜（ ）		行動電話：（至少填一個）
吸菸狀況：		
* 菸品使用量：平均每日____支，曾經最高菸量：每日____支		
* 過去除了傳統紙菸，是否曾經使用以下菸品（可複選）： <input type="checkbox"/> 加熱菸 <input type="checkbox"/> 電子煙 <input type="checkbox"/> 水菸 <input type="checkbox"/> 無煙菸品（尼古丁袋、嚼菸、口含菸） <input type="checkbox"/> 雪茄 <input type="checkbox"/> 菸斗 <input type="checkbox"/> 無		
* 請問，您從____歲開始吸菸；至今總共吸菸達____年		
* 請問您是否曾經因為想要戒菸而停止吸菸一天或一天以上： <input type="checkbox"/> 從來沒有 <input type="checkbox"/> 有，1-3次 <input type="checkbox"/> 有，4-6次 <input type="checkbox"/> 有，7-9次 <input type="checkbox"/> 有，10次及以上		
* 請問同住或親近的家人、同事或朋友使用菸品共有： <input type="checkbox"/> 沒有 <input type="checkbox"/> 1-3人 <input type="checkbox"/> 4-6人 <input type="checkbox"/> 7-9人 <input type="checkbox"/> 10人及以上		
* 請問您是從下列何種管道得知「2026戒菸就贏比賽」訊息？ <input type="checkbox"/> 戒菸門診（醫院、衛生所、診所、藥局） <input type="checkbox"/> 戒菸專線0800-63-63-63 <input type="checkbox"/> 其他_____		
* 請問您2026年1月至4月是否已使用政府的多元戒菸服務？ <input type="checkbox"/> ；已使用的戒菸服務 <input type="checkbox"/> 醫院 <input type="checkbox"/> 衛生所 <input type="checkbox"/> 診所 <input type="checkbox"/> 藥局，名稱：_____		
最近使用時間：2026年____月；戒菸關懷人 <input type="checkbox"/> 醫師 <input type="checkbox"/> 衛教師 <input type="checkbox"/> 藥師 <input type="checkbox"/> 護理師，姓名：_____		
<input type="checkbox"/> 已撥打戒菸專線0800-63-63-63；最近撥打時間：2026年____月		
<input type="checkbox"/> 今年尚未使用政府的多元戒菸服務。（建議您盡快前往使用）		
* 請問您的職業：_____		
請問您是否為警務人員？ <input type="checkbox"/> 是，服務部門：_____		

【指導單位】 行政院衛生福利部 **【主辦單位】** 衛生福利部國民健康署 | 各地方政府衛生局 | 財團法人董氏基金會