

拒絕菸害 世界無菸日闖關宣導人氣旺

15個攤位推廣戒菸與健康觀念，完成任務還可抽大獎，鄉親收穫滿滿

【記者鄭綿綿報導】響應531世界無菸日，連江縣衛生局昨(30)日在介壽白馬王公園舉辦「世界無菸日」闖關衛教宣導活動。設有15個攤位，透過萬教於樂的方式，宣導包括菸害防制、戒菸、聰明用藥、癌症篩檢、高齡友善、失智友善、長照、傳染病防治、心理健康等健康觀念，闖關完成還可獲得豐富宣導品，及抽獎獲得大獎的機會，吸引許多家庭熱烈參與。

衛生局長陳美金也到場向民眾傳達健康觀念。陳美金表示，每年的5月31日為「世界無菸日」，所有癌症風險、疾病，往往容易從菸害影響而來，希望提醒民眾重視菸品對健康的危害，並共同打造無菸健康生活。她強調，菸品不僅危害個人健康，也容易造成二手、三手菸問題，影響他人健康，此外，也應注意新製菸品對年輕人的影響。這次特別藉由趣味闖關活動，讓鄉親更容易認識到這些健康知識，並實踐在生活中。

衛生局指出，2026年世界無菸日主題為：「揭開誘惑的面紗——對抗尼古丁與菸草成癮」，提醒大家，菸

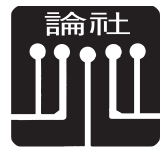


響應世界無菸日，連江縣衛生局30日舉辦衛教闖關活動，以寓教于樂方式推廣菸害防制、高齡友善、長照服務等多元議題，吸引許多民眾參加。(圖/文：鄭綿綿)

草產業透過新包裝與行銷方式，特別針對兒童及青少年推廣電子菸與尼古丁產品，提醒家長應提升防制意識，一起保護下一代遠離菸害。這次特別設計各種好玩的童話闖關活動，也希望藉由遊戲方式，讓大更容學習健康知識，一起拒絕菸害，守護健康。

活動中除了主要的戒菸宣傳，另外也有聰明用藥、癌症篩檢、高齡友善、長者防跌倒、兒童事故傷害宣講、失智友善、長照、傳染病防治、心理健康、遠離三高等健康觀念，還有社區檢菸帶宣導等多元議題。透過簡單的闖關遊戲，讓民眾能夠輕鬆了解內容。成功闖關者可獲得多項精美禮品及宣導品，大人小孩都十分投入，玩得亦不亦樂。

成功完成8關集滿8個章的民眾，可現場兌換抽獎券參加抽獎，首獎iPad Air平板，還有除濕機、萬用鍋、微波爐、電鍋、血壓機、果汁機等多樣實用好禮。得獎民眾歡喜地走上前，由衛生局長陳美金親自頒發首獎。也提醒民眾，如有戒菸需求，可以撥打免費戒菸專線：800-63-63-63，尋求專業醫事人員之協助。



美景之外 別讓安全成爲缺口

東莒日前發生遊客追逐藍眼淚不慎墜海身亡事件，一名來馬祖旅遊的遊客，在夜間觀賞藍眼淚時失足墜海，雖經居民、消防、醫護及海巡人員接力搶救，最終仍不幸宣告不治。這起令人遺憾的事件，不僅讓家屬悲痛，也再次提醒社會正視離島夜間水域活動的安全問題。

藍眼淚近年成爲馬祖最具代表性的觀光品牌之一，每年春夏之際吸引大量遊客專程前來，只爲一睹海面星光點點、如夢似幻的景象。這樣的自然奇景，確實爲地方帶來觀光人潮與經濟效益，也讓馬祖逐漸在國際旅遊市場嶄露頭角。然而，越是受到矚目的觀光資源，越需要相對應的安全

管理與風險意識。若忽略了環境本身的危險性，再美的景色，也可能在瞬間變成無法挽回的悲劇。

此次事件發生於夜間海邊，當時現場光線昏暗，加上海潮落差與濕滑地形，使得救援工作格外困難。尤其馬祖許多觀景點就臨近港區、礁岩或消波塊，部分區域缺乏完善照明與防護設施，遊客若不熟悉地形，稍有不慎便可能發生危險。值得注意的是，許多旅客為了拍攝藍眼淚最佳畫面，往往專注於鏡頭與腳下潮水變化，忽略周圍環境風險，這也是近年各地海岸景點常見的安全隱憂。

縣長王忠銘於主管週報中，要求相關單位加強四鄉五島水域安全管理，並強化救

生設備整備與跨單位協調機制，方向值得肯定。但除了事後檢討，更重要的是建立完整而長期的預防機制。包括標門觀景點是否應增設夜間照明、警示標誌及防護設施；高風險區域是否需進行動線管制；觀光旺季期間能否安排巡查或增加人力；甚至透過業者、民宿與船公司，加強旅客行前安全宣導，這些都應納入整體規劃。

此外，隨著藍眼淚觀光逐年升溫，地方也應重新思考「觀光發展與安全管理」之間的平衡。觀光發展與安全管理，不應是後置的考量，而應是地方發展與安全管理的先決條件。唯有在觀光發展與安全管理之間取得平衡，才能真正讓遊客安心而來、平安而返，也讓馬祖的美麗，不再伴隨遺憾。

遊客在欣賞美景的同時，也能保護自身安全。另一方面，此次事件也凸顯離島醫療後送的重要性。近年緊急救援案件有增加趨勢，無論是疾病、意外或觀光活動衍生的突發事故，都考驗著離島有限的醫療與運輸能力。如何維持後送機制穩定、確保與航空器最佳適航狀態，並提升夜間與惡劣天氣下的應變能力，都是未來必須持續強化的重要課題。

藍眼淚是馬祖珍貴的自然資產，也是地方引以為傲的觀光品牌，但觀光的成功，不應建立在安全風險之上。每一起意外，背後都是一個家庭的傷痛，也都是地方必須正視的提醒。唯有在觀光發展與安全管理之間取得平衡，才能真正讓遊客安心而來、平安而返，也讓馬祖的美麗，不再伴隨遺憾。

70歲以上駕駛注意 高齡換照新制今正式上路

連江監理站：採分齡管理機制，滿75歲須加測認知功能測驗

【本報訊】各位馬祖鄉親請注意！攸關高齡長輩用路安全的「高齡駕駛換照新制」將於今年5月31日正式上路，全面下修強制換照年齡至70歲。連江監理站自6月起正式開辦高齡交通安全課程與換照服務，特別呼籲符合年齡的鄉親，務必留意即將寄發的通知書，並於期限內辦理換照。

70歲駕照不再「終身有效」！新制分齡關懷3大對象

連江監理站梁忠健站長表示，依據修正後的《道路交通管理規則》第52條之2規定，自115年5月31日起，普通駕駛的有效期間將截止於年滿70歲止。新制採取「分齡關懷方案」，適用對象與換照緩衝期規定如下：

一、滿70歲(民國45年5月31日後出生)：駕照有效期間屆滿後，擁有2年緩衝期內須完成換照。需通過合格檢查合格(有效期3個月)，並完成2小時高齡換照講習(有效期1年)，可換發有效期至75歲的有效駕照。

二、已滿70歲未滿75歲(民國45年5月31日至民國40年5月31日出生)：屬於首波影響對象，應於2年內(即117年5月31日前)完成換照。同樣需通過體檢與2小時換照講習，換發有效期至75歲的有效駕照。

三、滿75歲(民國40年5月31日前出生)：駕照到期後有3年緩衝期。除體檢檢查與2小時講習外，必須加測認知功能測驗合格(或無中度以上失智證明)；換發之駕照有效期為3年，之後每3年需定期換照1次。(註：民國31年6月30日前出生者不在此限，採違規動態管理)

逾期開車小心挨罰！符合「這兩項條件」可免予處罰

連江監理站嚴正提醒，長輩若超過換照緩衝期限仍未辦理，駕照將屬於「逾有效期間」，自動喪失合法駕駛效力。若駕照逾期仍開車、騎車上路被警察攔查，將依《道路交通管理處罰條例》第22條規定，處新臺幣1,800元以上至3,600元以下罰鍰。

爲體恤與保障長者權益，若因逾期開車舉發：

一、在收到通知後3個月內完成換照。

二、自願繳回舊照者，皆可免予處罰。

符合以上任一條件者，皆可免予處罰。連江監理站梁忠健站長呼籲鄉親長輩多加留意，及早辦理換照以保障自身權益與用路安全。



【本報訊】國立臺灣海洋大學馬祖校區昨(30)日舉辦「夏季涼道烤肉活動」，特別邀請馬祖鄉親一同參與。在吹拂著南風的季節裡，師生與鄉親齊聲道出「夏涼」——這句源自福州話「謝謝」的諧音，象徵著對馬祖鄉親一年來的照顧與支持的深切感謝。

昨(30)日活動現場不僅提供豐盛的烤肉佳餚及在地美食，同時特別邀請軍方、消防隊及衛生所等機構進行業務宣導，涵蓋全民國防教育、防災安全、健康保健等多元面向，讓參與者在享受美食與交流的同時，也能獲取實用知識，提升安全意識與健康觀念。北竿鄉鄉長吳金平、鄉代會主席林加友及多位鄉民代表也到場，與師生共同歡聚，充分展現地方與校區的支持與情誼。

海大馬祖校區行政處處長桑國忠表示，自馬祖校區成立以來，鄉親的關懷與照顧，成爲北竿的一份子深感榮幸。隨著學期即將結束，離別之際更是感懷不捨。特別藉由「夏涼季」活動向鄉親表達誠摯謝意。這次活動不僅是校園年度盛事，更是文化交流與情感凝聚的重要平台。透過「夏涼」的在地語言意涵，活動更是深化了校園與社區的情誼，充分展現海大馬祖校區師生珍視在地、感恩鄉親的心意。

國立臺灣海洋大學馬祖校區30日舉辦夏季涼道烤肉活動，邀請馬祖鄉親一同參與，感謝馬祖鄉親一年來的照顧。(圖：臺灣海洋大學馬祖校區)

小公視「口袋影展」首度登陸馬祖 反響熱烈

【記者王致潔報導】連江縣政府文化處與小公視攜手合作，昨(30)日於南竿梅石藝文中心舉辦「口袋影展」離島首場活動，現場接力播映《Mika實錄》、《妖果小學》和《鹹魚小隊》三檔優質兒童節目，並邀請小岳哥、金鐘得主王伯源等多位明星主持群登島與大家同樂，每場次皆吸引350至400位親子到場參與，小朋友們反響熱烈。

小公視自成立以來，積極平衡城鄉教育資源。此次口袋影展首次跨海登陸馬祖，透過高規格優質影視內容，讓離島孩子也能在生動的兒少節目中享受快樂學習、健康成長。

活動過程中，除了大螢幕精彩的節目播映外，更安排與明星主持人的趣味互動，帶領孩子們上台熱舞、帶動跳，並結合節目內容，引導大家透過有獎徵答，深入淺出了解科學、香味、科學實驗與災難應變等不同領域的知識。在問答互動時，台下小朋友紛紛熱情舉手搶答，氣氛一片熱鬧歡騰。

參與活動的馬祖小朋友興奮表示，自己最喜歡的部分就是可以跟大哥哥們一起上台跳舞，互動過程超級好玩，希望以後還有機會能再參加。在一旁陪伴的家長則指出，這次非常高興看到小公視優質影視與團隊帶進馬祖，讓離島孩子們也能和台灣本島享有同樣豐富且高水準的教育娛樂資源，期盼未來能有更多類似的交流活動進駐馬祖。



小朋友們在主持人帶領下上台熱舞，從觀眾轉化爲主角；現場更透過問答與徵答感想等互動，讓孩子們體驗探索的樂趣。(圖/文：王致潔)