

單元名稱：《 食品廣告破解秀 》

一、教學設計理念說明：

健康飲食對於健康促進十分重要，而近年來保健食品、健康食品蓬勃發展，為許多人維持健康之選擇，但保健食品、健康食品產品多得讓人眼花撩亂，其廣告拍的是讓人心動不已，但消費者購買前是否評估過自身是否有需求，是否了解產品的成分、功效、副作用，是否仔細思考其廣告功效與產品實際功效是否相符，恐怕不能確定。故此課程教導學生具備保健食品、健康食品之相關正確知識，並讓學生使用平板上網蒐集資料以辨識產品資訊之正確性，以利選擇適合的健康產品。

二、教學單元設計：

領域/科目	健康與體育領域/健康教育		設計者	陳美嫻
			學校/姓名	田尾國中
實施年級	九年級		總節數	2 節
核 心 素 養	總綱核心素養	領綱/科目核心素養	呼應核心素養之教學重點	
	A2 系統思考 與解決問題 B2 科技資訊 與媒體素養	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。	能覺察、分析個人的健康需求，並運用適當的方式蒐集資料，以找到合適的健康產品。	
健康促進九大議題		<input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input checked="" type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 菸癮防制 <input type="checkbox"/> 安全教育與急救 <input type="checkbox"/> 全民健保含正確用藥 <input type="checkbox"/> 性教育含愛滋病防治 <input type="checkbox"/> 慢性病學童健康管理 <input type="checkbox"/> 正向心理健康		
生活技能融入		<input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 自我覺察 <input type="checkbox"/> 協商技巧 <input type="checkbox"/> 解決問題 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 拒絕技能 <input checked="" type="checkbox"/> 批判思考 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 情緒調適 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業倡導能力 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力		

(領綱)學習重點		<p>(1)學習表現</p> <p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1a-IV-4 理解促進健康生活的策略、資源與規範。</p> <p>2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p> <p>4a-IV-1 運用適切的健康資訊、產品與服務，擬定健康行動策略。</p>	
(2)學習內容		(3)學習目標	
<p>Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。</p> <p>Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。</p> <p>Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。</p> <p>Fb-IV-1 全人健康概念與健康生活型態。</p>		<p>1. 認識健康食品、保健食品對健康的影響。</p> <p>2. 認識健康食品應有的標示及選購技巧。</p> <p>3. 學習分析食品廣告內容資訊，以選購合適的健康產品。</p>	
議題融入	資訊教育		
教具設備	觸碰式螢幕、簡報、網路影片、課本、平板、學習單		
教學活動內容及實施方式		時間	備註
<p>第一節：《認識健康食品》</p> <p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：課本</p> <p>(二)教師：簡報</p> <p>二、引起動機</p> <p>健康飲食很重要，除了均衡飲食的攝取，大家有沒有吃過任何的保健食品或健康食品呢？家人有吃過哪一些保健食品或健康食品呢？請學生自由回答。</p> <p>三、主要內容 / 活動</p> <p>(一)教師說明台灣人很愛吃保健食品，但保健食品不等於健康食品，播放新聞短片說明，https://www.youtube.com/watch?v=99qzTP-IK4U。健康食品有專屬的標章，經政府審查認證通過，可合法標示或廣告含有特殊營養素或具有特定保健功效，教師說明可上食藥署設置的網站查詢審核通過之健康食品，以免買到偽造之健康食品。</p>		<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	

<p>(二)教師說明「健康食品」雖具有特定保健功效，但不是多吃就健康，要視個人有無需求選擇，並注意保健食品與藥物交互作用，播放三軍總醫院短片說明，https://www.youtube.com/watch?v=3i_tpu-B5ac。</p> <p>(三)健康食品並非藥品，並無實際治療、矯正疾病的療效，但生活中充斥著各式具有顯著效果的食物廣告，廣告內容都是真的嗎？我們需要了解廣告行銷手法及運用「批判性思考」生活技能檢視廣告內容正確性，教師先介紹常見的廣告行銷手法。</p> <p>四、總結活動/評量</p> <p>教師總結此節上課內容，並預告下次課程內容：進行分組活動，讓各組運用平板找一個食品廣告進行分析討論，再上台報告分享。</p>	<p>20 分鐘</p> <p>17 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>	
第二節：《廣告破解秀》		
<p>一、課前準備</p> <p>(一)學生：課本、分組名單</p> <p>(二)教師：簡報、學習單</p>		
<p>二、引起動機</p>	<p>讓各組學生就坐，每組發放平板一至兩台、學習單一張。</p>	<p>3 分鐘</p>
<p>三、主要內容 / 活動</p> <p>(一)教師說明上次課程已了解健康食品的範疇與常見廣告行銷手法，此次課程將讓大家了解食品廣告是否有涉及不實、誇大療效之問題，不要全盤相信廣告內容。教師先介紹食藥署設置之違規食品、藥物、化妝品廣告查詢系統，讓學生知道可隨時上網搜尋上述各式產品廣告是否有違規情形，以免誤信廣告內容而影響自身權益與健康。教師以食藥署公布之 111 年度十大違規食藥廣告名單為例，並播放新聞影片說明。</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Vqn28qIZGa0</p>	<p>5 分鐘</p>	
<p>(二) 教師說明進行分組活動讓學生學習分析廣告內容的正確性，先選擇一個食品廣告做分析，再做簡單的廣告內容摘要，最後依照生活技能「批判性思考」步驟：質疑->反省->解放->重建，回答學習單上的問題。</p> <p>(三)請各組派 1-2 名學生上台報告討論結果。</p>	<p>20 分鐘</p> <p>12 分鐘</p>	
<p>四、總結活動/評量</p> <p>教師針對各組報告做總結，強調大家要做個聰明的消費者，了解自己的健康需求，蒐集多方資訊，並檢視資訊的來源與正確性，選擇符合個人需求的產品，才能吃得健康又安心。</p>	<p>5 分鐘</p>	
<p>評 量</p>	<p>上課參與度、口頭回答表現、分組參與度、學習單記錄、口頭報告表現。</p>	

上課照片



教師說明常見的廣告行銷手法



教師講解分組活動與學習單



教師講解如何查詢違規食品廣告



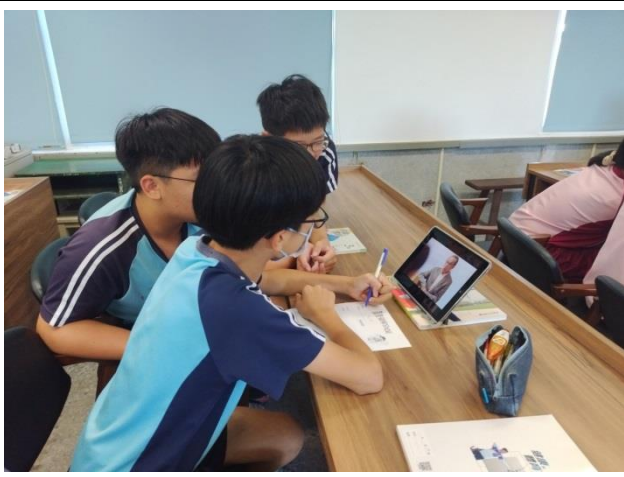
教師講解分組活動與學習單



分組針對一則食品廣告進行分析



分組針對一則食品廣告進行分析



分組針對一則食品廣告進行分析



分組針對一則食品廣告進行分析



分組上台報告學習單討論結果



分組上台報告學習單討論結果



分組上台報告學習單討論結果



分組上台報告學習單討論結果

廣告破解Show

班級: 303 第 2 組

小組成員: 28.14.2.6



非廣告時間

廣告產品: 娘家大紅麩

內容摘要: 唯一含專利紅麩菌 (ANKASCIN 568-R), 獲得國家健康食品認證, 降低三酸甘油
 調節血糖 降低總膽固醇, 美國FDA核可上市, 降低低密度膽固醇, 提升高密度
 膽固醇, 唯一不含 $\downarrow 18.56$ 莫那可林 (Monacolin K), 強調三降一升一調 $\downarrow 4.76$ $\uparrow 42.35$
 降血脂 增加藥物副作用

大家來找碴

	問題	批判性思考結果
質疑	廣告的目的是什麼? 廣告的內容都是真的嗎? 哪些內容是誇大的?	1. 為了讓大眾安心購買產品 2. 不一定, 有些廣告會以誇大效果來吸引民眾買商品 3. 會以降低老化或快速變瘦來吸引大眾
反省	這個產品的成分是什麼? 有無副作用?	紅麩菌 ANKASCIN 568-K 有利於以前的紅麩色素, 以特殊方式構成, 可促進活化膽固醇及三酸甘油酯代謝的酒精活性, 暫無風險
解放	是否有科學上的證據? 有無衛生署核可字號?	有衛生署核可字號, 且通過多重認證。
重建	就以前所學, 正確的方法是什麼? 我真的需要購買這個產品嗎?	應該先再三思考是否要靠保健食品來讓自己變健康, 吃一些有審核的食品以及經過多方查證是要先思考的, 所以要先思考這個食品是否對我有幫助且無害。

A+

廣告破解Show

班級: 901 第 組

小組成員: 張茵媛 (17)、莊詒婷 (19)、陳彥如 (20)、彭宜瑾 (21)



非廣告時間

廣告產品: 愛之味純濃燕麥(原味)

內容摘要: 有效降低膽固醇, 有效免疫調節

大家來找碴

	問題	批判性思考結果
質疑	廣告的目的是什麼? 廣告的內容都是真的嗎? 哪些內容是誇大的?	⁽¹⁾ 吸引消費者購買 ⁽²⁾ 有政府認證的健康食品, 應該是真的 <u>不一定</u> . ⁽³⁾ 無
反省	這個產品的成分是什麼? 有無副作用?	(1) 糖、膳食纖維、鈉、葉酸、鐵、鎂、鉀、鈣、燕麥 (2) 消化不良者、缺鐵、缺鈣者、腎臟病患者、糖尿病患者, 不適合食用燕麥相關產品
解放	是否有科學上的證據? 有無衛生署核可字號?	(1) 榮獲全球性權威評鑑機構金牌獎, 小綠人 (2) 有, A00171號
重建	就以前所學, 正確的方法是什麼? 我真的需要購買這個產品嗎?	(1) 提升免疫力 ⇒ 睡眠充足, 均衡飲食 (2) 可以試喝幾次, 如果有功效再斟酌購買。

A

廣告破解Show

班級：904 第 組

小組成員：16.19.21.26



非廣告時間

廣告產品：桂格養氣人蔘

內容摘要：早上是保養身體的黃金時刻，我會喝純淨無添加糖的桂格養氣人蔘讓我聚精會神準備迎接挑戰，下午工作滿檔，推薦再一罐養氣人蔘安定思緒雙蔘補氣機氣，科學證實具有珍貴GABA晨醒喝，聚精會神，工作喝安定思緒隨時穩固精氣神

大家來找碴

	問題	批判性思考結果
質疑	廣告的目的是什麼？ 廣告的內容都是真的嗎？ 哪些內容是誇大的？	①讓我們買桂格養氣人蔘 ②部份是真的 ③喝了就能聚精會神，安定思緒。
反省	這個產品的成分是什麼？ 有無副作用？	①水、冰糖、西洋蔘、白蔘片、蓮子、百合、DL-蘋果酸、檸檬酸、玉米糖膠 ②無
解放	是否有科學上的證據？ 有無衛生署核可字號？	1. 有， 2. 有
重建	就以前所學，正確的方法是什麼？ 我真的需要購買這個產品嗎？	1. 查核廣告內容是否真實，有無造假或言夸大。 睡眠充足，飲食健康，適當的運動。 ②現在不需要，未來可能會需要。

A-

廣告破解Show

班級: 302 第 1 組

小組成員: 18、21、22、23



非廣告時間

廣告產品: 笑婷寶


內容摘要: DT56a 植物複方能夠改善更年期症狀和雌激素缺乏且不會增加乳癌、靜脈栓塞、子宮內膜增厚的風險, 是同時涵蓋香豆雌酚和木酚素的產品

大家來找碴

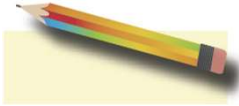
	問題	批判性思考結果
質疑	廣告的目的是什麼? 廣告的內容都是真的嗎? 哪些內容是誇大的?	推銷產品 不一定 一個療程即可改善種種困擾
反省	這個產品的成分是什麼? 有無副作用?	木酚素、香豆雌酚、木酚素黃酮、金雀素黃酮、黃豆素黃酮 沒有, 因只作用於皮膚、骨骼和血管
解放	是否有科學上的證據? 有無衛生署核可字號?	*獲得16篇國際醫學臨床研究期刊認證 臺灣5大醫學中心 聯合人體臨床安妥認可 食品業者登錄字號: O-182924924-00000-2 <u>非保健食品標章</u>
重建	就以前所學, 正確的方法是什麼? 我真的需要購買這個產品嗎?	了解自己的健康需求, 並遵循專業人士的指示及建議, 正確使用 不需要, 因為現在還沒有更年期這方面的需要。

B+

食品廣告破解秀



授課教師：陳美嫻



保健食品、健康食品，傻傻分不清楚？



保健食品 ≠ 健康食品



最新大樂透 3.68億
桃園一注獨得頭獎

台中
現在溫度 臺東 18.4 度

傻傻分不清! 保健食品 ≠ 健康食品 藥師揭迷思

防疫作戰 無論之前打幾劑 間隔3個月都可接種(部分情形除外)

合格的健康食品

- ◆ 健康食品經政府審查認證後，可合法標示或廣告含有特殊營養素或具有特定保健功效。
- ◆ 保健功效是指增進民眾健康、減少疾病危害風險，並且具有實際的科學證據，但不具有治療、矯正人類疾病的醫療效能。



合格的健康食品

◆ 目前核定的健康食品保健功效 **共十三項**：

調節血脂、胃腸功能改善、護肝、免疫調節、骨質保健、不易形成體脂肪、抗疲勞、輔助調整過敏體質、調節血糖、延緩衰老、牙齒保健、促進鐵吸收、輔助調節血壓。

合格健康食品資料查詢

<https://consumer.fda.gov.tw/Food/InfoHealthFood.aspx?nodeID=162>

保健食品+藥品不能隨便一起吃！

 魚油	抗凝血藥物	增加出血風險
	降血壓藥物	藥效增強
	降血脂藥物	藥效增強
 紅蔘	抗凝血藥物	影響凝血功能
	降血脂藥物	增強降血脂作用 造成肝腎損傷
 銀杏	抗凝血藥物	增加出血風險
	非類固醇抗發炎藥物	增加出血風險
	利尿類高血壓藥物	使血中的鉀濃度過高

常見的飲食、保健食品與藥物交互作用



常見的飲食 保健食品與 藥物交互作用

吃抗凝血藥要注意蔬菜的攝取？



內湖院區 門急診藥局
 紀韻秀 蕭勝慧 鄭立梅 藥師
 制定日期：111年4月

生活中充斥著標榜各種效果的健康食品，其所標榜的效果值得相信嗎？



常見的廣告行銷手法

- ◆ **誇大效果**：呈現超過產品所帶來的功能或效果。



常見的廣告行銷手法

- ◆ **名人代言**：請明星或專家說明產品的好。
- ◆ **平民證言**：請路人或一般人使用後說明產品的好。
- ◆ **拍攝技巧**：用化妝、電腦影像處理等技術美化廣告畫面。
- ◆ **優惠活動**：包含打折、贈品、抽獎等促銷活動。
- ◆ **集體評比**：將同類型的產品放在一起比較。

違規的食品廣告

- ◆ 宣稱食品可以達到特定的生理功能或醫療效果，如豐胸、減肥、排毒、補腦等，為違規的食品廣告。
- ◆ 食品廣告依食品安全衛生管理法第28條規定，倘涉及不實、誇張或易生誤解，可處新臺幣(下同)4萬元以上400萬元以下罰鍰，涉及宣稱醫療效能，可處60萬元以上500萬元以下罰鍰。


違規食品、藥物、化妝品廣告查詢系統
<https://pmds.fda.gov.tw/illegalad/Default.aspx>

違規食品、藥物、化妝品廣告查詢系統


 衛生福利部食品藥物管理署
 違規食品、藥物、化妝品廣告
 圖象查詢系統

熱門查詢詞：天然保健 保健食品 艾多美 益生菌 食品 藥業業 植髮液 可麗絲 白蘭氏深海魚油 煙燻罐

最新違規案件列表

NO.	違規產品	廠商/個人(姓名)	處分機關/日期/法條	詳細資料
1	高麗參	個人(莊X儀)	桃園市政府衛生局 112.12.22	📄
2	靈秀靈散	個人(莊X儀)	花蓮縣衛生局 112.12.22	📄
3	GA黃金甲冰晶膠凍凍	瑞氏生技股份有限公司	桃園市政府衛生局 112.12.25	📄
4	<開立發票>+in泰國大頭娃娃 超平價 健也寶 (珠寶) 只賣批發價	新成企業社	臺北市政府衛生局 112.09.20	📄
5	素顏小魚姬	信東星廚師本舖	臺南縣政府衛生局 112.12.21	📄
6	天皂、五行皂	個人(簡X衛)	花蓮縣衛生局 112.12.15	📄
7	艾力康-高濃度魚油鮑勃 標標、黃金比例3：8	個人(魏X瑋)	桃園市政府衛生局	📄

違規廣告民眾檢舉
 廣告相關函釋
 廣告產品屬性判定
 友善連結
 ★ 衛生福利部
 ★ 國民健康署
 ★ 疾病管制署
 ★ 中央健康服務署

111年度十大違規食藥廣告名單



111年度十大違規食藥廣告名單

- ◆ 這十大違規廣告分別為：1. 「日本味王金盞花葉黃素磷脂膠囊」；2. 「Dr. 穆拉德芯立強PLUS膠囊」；3. 「陽明生醫一家人益生菌S」；4. 「日本森下仁丹晶球長益菌」；5. 「A. H. A強股配方」；6. 「百力能專利核糖膠囊EX PLUS」；7. 「台鹽專利黑魔髮健康還原黑洗髮露」；8. 「Dr. 穆拉德靈活固步立PLUS強效膠囊」；9. 「台鹽生技超激S植纖飲」及10. 「西班牙藏紅花護緊神方」。
- ◆ 上述產品廣告內容大多涉及療效及生理功能，均已違反相關規定並依法裁處，其中「Dr. 穆拉德芯立強PLUS膠囊」產品，廣告誣稱為「能有效改善心血管疾病、告別疾病」等誇張療效，累計開罰198萬。

111年度十大違規食藥廣告名單

- ◆ 食藥署統計111年度全國衛生機關監控食品、藥物、化粧品之違規廣告，發現各類媒體中，經衛生機關裁處金額最多為**電視廣告**，共計裁處**1億2,581萬元**，其中又以**食品佔65%(1,961件)**為最。經分析，電視違規廣告又以**購物台廣告佔90%**為最大宗，主要違規的電視頻道為東森購物台系列(佔51%)、momo購物台系列(佔21%)及VIVA購物1台(佔13%)。
- ◆ 統計111年度全國衛生機關裁處**食品、藥物、化粧品違規廣告共計6,889件**，**罰鍰金額達新臺幣2億5,860萬元**。食藥署持續與地方衛生機關合作，加強稽查違規廣告，以維護國人健康及有效淨化閱聽環境。

分組活動時間

廣告破解Show

遊戲：_____ 第_____期

小組成員：_____

遊戲說明

廣告產品：_____

內容摘要：_____

✓

大家來找錯

問題	取得姓名者姓名
資訊：廣告的目的為何？ 廣告的內容都是真的嗎？ 哪些內容是誇大的？	✓
反應：這類產品的成分是什麼？ 有無副作用？	✓
辨識：是否有科學上的證據？ 有無衛生專機可字號？	✓
查證：該以何科學、正確的方法 來作證？ 有與商家購買該類產品嗎？	✓