

# 健康好young

# 不**毒**特

【寒假學習單】國小5年級適用

快樂學習、健康成長；  
你我知毒、明智識毒；  
拒絕毒品、守護青春；  
迎向美好、幸福人生！

學校名稱：\_\_\_\_\_ 班級： 年 班

學生姓名：\_\_\_\_\_

家長簽名：\_\_\_\_\_



想知道毒品危害與防制的訊息請查詢  
教育部防制學生藥物濫用專線與網站



各縣市毒防中心24小時諮詢專線

**0800-770-885**

緝毒專線

**110**



防制學生藥物濫用資源網



反毒大本營





# 健康好young，大補帖



## 看影片，學反毒

「我的未來我作主」微電影

### 《迷幻柑仔店》

近年來，新興毒品常偽裝成常見的零食糖果潛入校園，毒害學童。本片以學童熟知的小說主角為聯想，帶出學童對新潮糖果的幻想與好奇，進而失去對來路不明食品的戒心，差點鑄成大錯，幸好.....。

這些產品會不會有問題呢？要如何拒絕呢？



【親子共學、觀賞影片】  已觀看

【觀賞心得 】



<https://reurl.cc/G547ox>，教育部



## 說英語，學反毒

**破解 新型態毒品 各式偽包裝**

眼子抽頭  
毒咖啡包  
毒果汁包  
毒梅粉 (含改裝種類金燕麻)  
毒果凍  
毒軟糖  
毒巧克力  
毒魚肝油  
毒鳳梨酥  
コラーゲン  
毒膠原蛋白包裝  
毒清冠一號

教育部  
Ministry of Education 關心您

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：  
諮詢專線 **0800-770-885**  
(請請你幫我)

① 會被壞人利用偽裝成新興毒品的常見食品有哪些？(複選)

- candy       chocolate       coffee  
 soda       milk tea       cola

② 有陌生人無故地免費請你嘗試包裝新奇的「奶茶包」，你會如何？(複選)

- leave quickly  
 say no  
 like to eat it

【親子共學、閱覽圖片】

已閱覽



<https://reurl.cc/5D4Y0y>，教育部



# 健康好young，事件簿

安非他命為二級毒品(中樞神經興奮劑)

濫用的危害：

失眠、焦慮、暴躁易怒、情緒不穩、記憶減退、妄想、視幻覺、聽幻覺、具攻擊性、自殺及殺人傾向、精神分裂症、神經系統傷害等。

小白:小哈，你最近精神不太好，壓力很大吧？

小哈:對呀!但沒關係，野狗老大說可以用安非他命來紓壓

小白:那些是毒品耶!你千萬別被騙啊!

**【事件情境圖可掃QR CODE連結至教育部防制學生藥物濫用資源網觀賞】**

小心上當篇

<https://reurl.cc/367GW9>



想一想，小哈發生了什麼事情？哪些是跟毒品危害有關的，需要小心的地方？

□ 我跟\_\_\_\_\_ (家人)一起討論，回答以下問題：

**【what】** 事件故事中，有哪些是誘騙使用毒品的詭計，要特別小心？(複選)

□ 安非他命可紓壓

□ 壓力大吃藥來放鬆

□ 大哥說的是真的要相信



破解詭計，別上當!

**【so what】** 當精神不好、壓力大的時候，你會如何處理呢？

(A)聽網路推銷，買能提神的特效飲料

(B)充足睡眠、規律運動，提神與紓壓

(C)嘗試抽菸、喝酒，刺激又提神

(D)其他：\_\_\_\_\_ (寫出來)

我選擇【     】  
原因是：

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



# 健康好young，練功坊

知毒反毒等你來挑戰，思考後填寫答案：

1.毒品違法、吸毒危害，知多少？正確打“○”；錯誤打“X”。

- ( ) 小哈是未滿18歲的國中生，所以使用毒品沒有違法。
- ( ) 小哈因為要紓壓所以才去使用安非他命，這樣並不違法。
- ( ) 小哈只使用幾次安非他命，不會上癮的，不用太擔心。
- ( ) 安非他命是毒品，會有暴力行為，還會造成幻覺及幻聽。

2.以下三個人說的話，哪一項是你最同意的？【    】

- A. 小哈說：「精神不太好、壓力大，用安非他命沒關係」
- B. 野狗老大說：「可以用安非他命來紓壓」
- C. 小白說：「安非他命是毒品，千萬別被騙啊！」

3.聽到野狗老大說：「可以用安非他命來紓壓」，哪一項是最符合你的想法？【    】

- A. 有道理的，因為使用安非他命可以讓人很嗨
- B. 是錯誤的，安非他命是毒品，會危害身心健康
- C. 沒問題的，適量地使用安非他命可以有效提神

4.如果小哈經常精神不太好、壓力大，可能會造成什麼後果？【    】

- A. 可能會影響小哈的心理健康，不會影響身體健康
- B. 長期精神壓力過大，小哈的身體、心理健康都會受影響
- C. 如果壓力來源是課業，壓力越大越能激發小哈成績進步

5.如果你是小哈，為了避免被誘騙使用毒品，哪一項是最符合你的想法？【    】

- A. 只要意志力過人，使用幾次毒品不會上癮的
- B. 使用毒品是可以讓人忘憂、放鬆的有效方法
- C. 毒品會危害身心健康，造成更多的壓力與麻煩



**👤** 我的星座是【     】，我擅長哪些拒毒法？(複選)

- ①犀利式  ②拖拉式  ③不耐式  ④白眼式  ⑤直拒式  ⑥露怯式  
 ⑦藉口式  ⑧忽略式  ⑨表演式  ⑩動情式  ⑪教學式  ⑫嬉笑式

**👤** 我運用了哪些星座拒毒法？

【親子討論】



在生日聚會中，有同學發送神秘的新奇糖果，要大家一起吃..

👤 我會這樣拒絕：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

我運用了星座拒毒【     】式。

全部答對：「一級棒！」；答對6-7題：「很不錯！」；答對5題以下：「再加油！」

【正確答案】1. ①(X)是違法的 ②(X)是違法的 ③(X)是會上癮的 ④(O) ⑤(O) ⑥(O) ⑦(O) ⑧(O) ⑨(O) ⑩(O) ⑪(O) ⑫(O)

【so what正確答案】B

【what正確答案】安非他命可紓壓、壓力大吃藥來放鬆、大哥說的是真的要相信

cola ②leave quickly、say no

【說英語學反毒正確答案】①candy、chocolate、coffee、soda、milk tea、





# 健康好young，行動GO



吸食笑氣  
癱瘓一生

教育部  
Ministry of Education  
關心您(國語)

家人討論，左邊反毒梗圖要表達的是...

Blank area for writing notes.



請加入追蹤與分享

已追蹤分享

有更多創意圖卡優選作品  
展現創意、號召反毒！

教育部防制學生藥物濫用粉絲團

<https://www.facebook.com/enc.moe.edu.tw/>

【親子共學、閱覽創意圖卡】

已閱覽



## 反毒超有梗，

我  
+1



圖片來源:詮營股份有限公司詮營娃娃→

(1) 根據圖像，創作梗圖反毒標語【親子討論】

Blank area for writing anti-drug slogans.

(2) 我的梗圖反毒標語要表達的是...【親子討論】

Blank area for writing the meaning of the slogan.



(3) 我將梗圖反毒標語分享給\_\_\_\_(家人)



校園藥物濫用防制  
師資培訓課程教材資源(教育部)

創意-倡議 迷因圖設計

<https://antidrugtext.blogspot.com/2022/01/blog-post.html>