

健康好young

不~~毒~~特

【寒假學習單】高中職1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





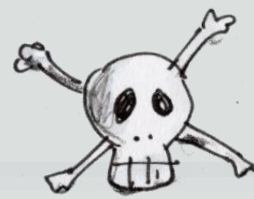
健康好young，大補帖



好奇以身試毒，
觸法又傷身！



看影片，學反毒



反毒大本營 《莫嘗試墨西哥鼠尾草!》

影片中將介紹什麼是墨西哥鼠尾草(Salvia divinorum)，不當吸食引發的後遺症。
行政院已將墨西哥鼠尾草及其活性成分「沙維諾林A(Salvinorin A)」
列為第三級毒品，「施用、持有、轉讓與販賣均屬違法」都是觸法，不可掉以輕心!



【觀賞影片👁️】 ☐ 已觀看

【觀賞心得📝】



<https://www.youtube.com/watch?v=4SxP9qji-RE>，教育部



說英語，學反毒

① Say "No" to Drugs and Protect You.

(請填寫3項)

② 「Drugs(毒品)」代表哪些意思呢？(複選)

- ☐ deceive ☐ trap ☐ risk
☐ addicted ☐ ruin ☐ youth

③ 同學的哥哥拿出可疑的果凍、咖啡包請大家吃，你怎麼面對呢？(複選)

- ☐ It's better to be careful if we are not sure.
☐ He's my classmate's brother. It's OK!
☐ We don't know him. Be careful.

【閱覽單張】 ☐ 已閱覽

<https://reurl.cc/366Wb0>，教育部





健康好young，事件簿

冥王喵很喜歡做料理，信心滿滿的參加一年一度的牛肉麵達人選拔賽。

但因調味料罐遭比賽對手打破而輸了...

比賽結束後，冥王喵情緒低落想要發洩鬱悶

此時，冥王喵的朋友狗仔遞給他一包疑似裝有毒品的小夾鏈袋，並對他說吃了心情就會變好...

【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】

比賽篇

<https://reurl.cc/Kdd5Rq>，教育部



想一想，冥王喵因為參加比賽而發生了哪些事情？是否會有毒品濫用的問題呢？

☐ 是 ☐ 否，並請回答以下問題：

【what】事件故事中，有哪些情形會有使用毒品的可能性？(複選)

☐ 過於自信
比賽得獎

☐ 比賽落敗
情緒低落

☐ 朋友引誘
使用毒品
心情變好



【so what】心情不好時，有朋友提供你毒品，說吃了心情就會變好，你會如何做呢？(複選)

- (A)這是好朋友的關心，會接受他的好意
- (B)如果是免費提供，會嘗試看看是否有效
- (C)先說不要，之後心情還是不好再考慮使用
- (D)拒絕並找理由迅速離開
- (E)告訴朋友自己有其他健康的紓壓方式
- (F)其他：_____ (寫出來)

我選擇【 】
原因是：

心情放鬆要健康，勿用毒品來忘憂！



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”。

- () 狗仔免費提供毒品幫助好朋友解憂，這樣並沒有違法。
- () 狗仔拿出的小夾鏈袋裝有類似「冰糖」的白色結晶粉末，可能是安非他命毒品。
- () 安非他命是二級毒品，成癮者停止吸食時會出現沮喪、嗜睡、肌肉疼痛的戒斷症狀。
- () 毒品會造成想要「反覆再使用」的心理依賴，讓人越陷越深。

2.如果你是冥王，聽到狗仔說「吃了安非他命心情就會變好」，哪一項是最符合你的想法？【 】

- A. 有道理，因為安非他命是興奮劑，可以讓心情變快樂。
- B. 同意，因為狗仔是好朋友不會欺騙我、害我的。
- C. 不正確，因為心情不好的問題是沒有辦法可以解決的。
- D. 不正確的，因為毒品危害身心健康，會帶來更多的煩惱。

3.如果你是冥王，你會如何回應狗仔呢？哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 好友免費提供，不用白不用。
- B. 自認意志力強、絕不會上癮，嘗試1、2次看看。
- C. 告訴對方這是違法行為，表明自己拒絕使用。
- D. 先收起來，自己不用但可以轉送或轉賣給其他人。

4.如果你是冥王，情緒低落想要發洩鬱悶的時候，哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 跟朋友盡情歡樂，例如參加搖頭派對、整夜KTV歡唱。
- B. 請網友推薦可以有效、快速提振精神的飲料或食品。
- C. 怕別人知道自己心理問題，自己調適不用找人傾訴。
- D. 採取運動健身、聽音樂來調適，必要時找師長聊聊。

5.如果你是冥王，發現好友狗仔已經上癮了，你會如何協助他遠離毒品呢？【 】

- A. 陪伴他積極尋求戒治的協助與治療
- B. 建議他遠離跟毒品有關的朋友圈
- C. 關懷他，建立與恢復正常的生活作息
- D. 以上皆是



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？



朋友一起參加演唱會，朋友們都在喝一種特別飲料，變得好嗨...

我會這樣拒絕：



我運用了星座拒毒【 】式。





健康好young，行動GO



你覺得這個反毒梗圖要表達的是...

<https://reurl.cc/M66rrX>

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |



請加入追蹤與分享

☐ 已追蹤分享

教育部防制學生藥物濫用粉絲團

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

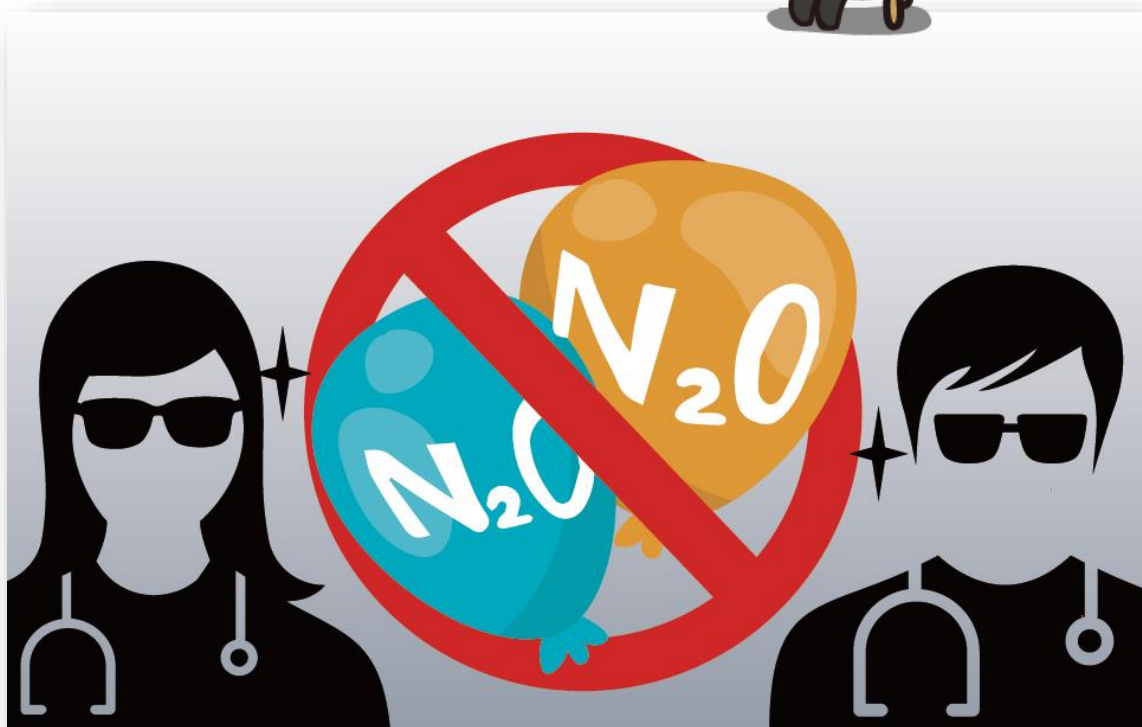
有更多反毒創意圖卡優選作品
展現創意、號召反毒！

【閱覽創意圖卡】 ☐ 已閱覽



反毒超有梗，

圖片來源:詮營股份有限公司詮營娃娃→



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>

(1) 根據圖像，創作梗圖反毒標語

| |
|--|
| |
|--|

(2) 我的梗圖反毒標語要表達的是...

| |
|--|
| |
|--|



(3) 我將梗圖反毒標語分享給_____