

健康好

young



不~~毒~~特

國中學生 適用

學期圓滿結束，學生滿心期盼假期到來的同時，
也正是毒品惡勢力趁虛而入的危險時機，
請家長和孩子共學完成「健康好young，不獨特」學習任務，包括：
影片觀賞、遊戲互動、情境討論、測驗挑戰、反毒行動與展現等。
學校和家庭攜手引領孩子知毒、識毒、拒毒、迎向健康幸福人生！



FAMILY =
Father And Mother I Love You.

學校名稱：_____ 班級： 年 班

學生姓名：_____

家長簽名：_____



教育部校園反毒教育學習教材



健康好young，大補帖



親愛的家長與同學：

今天健康了嗎？邀請您們一起加入「健康好young，知毒反毒學習的行列，天天快樂學習、天天健康成長！

不毒特



新型態毒品已經到處滲透，青少年勿淪為毒品的受害者！



華特&潔西卡
Walter & Jessica
科普教室
Science Classroom

新型態毒品
New style drugs



【影片觀賞】
人氣拒毒系列-華特&潔西卡
介紹新型態毒品的特性及對身體的危害。
已觀看 教育部



中等學校題庫
E = ?
我要測試

值日生

下一題



【遊戲體驗】
反毒中學堂
-防制藥物濫用大考驗
已體驗 教育部



10題的考驗，有順利完成嗎？已完成
答對了幾題？ _____
還想知道哪些有關毒品的新知呢？



想知道更多毒品危害與防制的訊息
請查詢教育部防制學生藥物濫用資源網站與專線



各縣市毒防中心24小時諮詢專線
0800-770-885

緝毒專線
110



教育部
Ministry of Education



健康好young，事件簿

請仔細閱讀故事中人、事、物
曉華一直想要減肥，嘗試了許多方法，但都沒有效果，聽說有種瘦身特效產品，可以免費試用，覺得很心動...

① 認真運動與鍛鍊身體的曉華

運動好累人，但體重都沒減到，好想放棄...

曉華

② 學長阿強知道曉華的煩惱，就神祕地推銷

偷偷地告訴你，有很厲害的飲料，只要用喝的就可以輕鬆瘦身了！

阿強

③ 有點心動的曉華：考慮了一下後問...

真的有效嗎？會不會很貴？我要先問問爸媽...

曉華

④ 阿強看到曉華有點猶豫...

我這裡有試用包，可以免費喝看看，有效再打折賣妳，不會騙人的啦！

阿強

⑤ 曉華喝了覺得有效，就買來喝了一陣子，結果好像上癮了，而且身體...

怎麼變成這樣？！出現了幻覺、血壓升高、心律不整、呼吸困難...

曉華

⑥ 家人緊急將曉華送醫治療

這是毒品！

毒咖啡包

驗出混雜許多毒品有鎮定劑(K他命)與興奮劑(搖頭丸、喵喵)等，使用後會成癮，甚至死亡。

想一想，曉華為了想有效瘦身而發生了什麼事情？哪些是引誘使用毒品的可能伎倆？毒品對身體危害有哪些？要如何避免使用毒品呢？請回答以下問題：

【what】事件中，有哪些是讓曉華使用毒品的引誘伎倆？(請寫出3項)

【引誘伎倆一】

【引誘伎倆二】

【引誘伎倆三】

【so what】如果你是曉華，遇到事件簿的情境，你會如何做呢？(可以複選)

- (A)健康減重要自己努力，不要聽信特效產品
- (B)是否購買前，會跟家人討論後再決定
- (C)如果對產品有疑問時，最好先拒絕使用
- (D)認識的學長推薦，不會騙人，可以相信
- (E)有免費試用和打折，很划算可以購買
- (F)先試喝看看，覺得不錯再購買
- (G)咖啡是常喝的飲料，應該不會有危害

我選擇【 】
原因是： _____



藥物濫用是指未經醫師的處方或指示，不當或過度使用成癮物質，包括非法藥物(即毒品)。



健康好young，練功坊

知毒反毒等你來挑戰，思考後填寫答案：

得分：

(參閱【下一頁】正確答案說明)

1. 毒品違法、吸毒危害，知多少？正確打“○”；錯誤打“X”。

- 「惡魔咖啡」是新型混合型毒品，可能摻有安非他命、愷他命（俗稱k他命）、喵喵等多種毒品：
- () ①毒咖啡包混雜多種鎮定、興奮劑的毒品，更容易導致心跳忽快忽慢，甚至猝死。
 - () ②毒品是指具成癮性、濫用性及對社會危害之麻醉藥品與其製品。
 - () ③使用毒品或濫用藥物，只會造成身體的危害，不會影響心理健康的。
 - () ④長期使用K他命，可能出現膀胱萎縮發炎、腎衰竭而終生洗腎。
 - () ⑤使用毒品喵喵(合成卡西酮)，會有中樞神經興奮和迷幻的作用。



2. 如果你是曉華，遇到阿強推銷咖啡包，心中有疑慮的時候，哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 藉機趕快離開，且向師長報告，販賣可疑咖啡包的事情
- B. 請阿強再詳細介紹功效，然後試喝看看，來了解產品功效
- C. 有點心動、也不好意思拒絕，先買下來放著，以後再看看
- D. 如果自己喜歡喝咖啡，為了要快速減重，會考慮買來使用

3. 曉華收下阿強送的「惡魔咖啡」試用包，之後被警察查獲含有毒品，哪一項最符合你的想法？【 】

- A. 阿強免費提供咖啡包，所以沒有犯罪
- B. 曉華不知道咖啡包是毒品，所以沒有違法
- C. 如果阿強或曉華是未成年，就沒有犯法
- D. 阿強觸犯「轉讓毒品罪」，曉華觸犯「持有、使用毒品罪」

4. 如果你是曉華，發現使用咖啡包後，身體狀況出現問題時，哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 自認年輕有本錢，應該對健康的影響不會太嚴重
- B. 這是產品的副作用，等到成功減肥後，停止使用就會改善
- C. 去找阿強理論，更換其他產品或退錢，以避免吃虧、損失金錢
- D. 立即停止使用產品，要告訴家人，且盡快到醫院檢查身體

5. 如果你是曉華的好同學，發現她可能使用毒咖啡包成癮時，哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 反正跟我沒關係，所以不要多管閒事
- B. 說明毒品危害嚴重性，勸導她尋求協助與戒治
- C. 只要她感覺瘦身有效，不會有生命危險就可以
- D. 要幫好同學保密，隱瞞不要讓其他人知道

6. 以下同學分享有關瘦身減重的訊息內容，哪一項有可能是新興混合型毒品？【 】

- A. 校慶園遊會義賣「新鮮蔬果汁」
- B. 「天天五蔬果」，學校課後健康減重班
- C. 秘密販售「神奇瘦身茶」，快速瘦身，精神百倍
- D. 拒絕含糖飲量，每天「喝足白開水」

毒品法律刑責
(法務部 反毒大本營)

<https://antidrug.moj.gov.tw/mp-1.html>



考完試好朋友會發訊息給我，讓我很為難和困擾，我要如何表達意願，拒絕好朋友的邀約呢？請參考拒毒八招(第6頁)，練習拒絕技巧：



我選擇【 】法
我會說：



我選擇【 】法
我會說：

我選擇【 】法
我會說：



拒絕毒品，line給你



親愛的兄弟：

很抱歉！我_____，必須拒絕你的提議。

→ ① 明確告知自己意願

因為，_____，

→ ② 清楚地告知原因

但是我知道你一直把我當作好朋友，重視我們的友誼，

→ ③ 真誠說出自己感受

希望你尊重我的決定，也希望你多思考使用這飲料是否會有問題呢？

→ ④ 尊重表達關心

【正確答案】1. (1) (O) 2. (O) 3. (X) 4. (O) 5. (O) 6. (C) 7. (A) 8. (D) 9. (D) 10. (D) 11. (D) 12. (D) 13. (D) 14. (D) 15. (D) 16. (D) 17. (D) 18. (D) 19. (D) 20. (D) 21. (D) 22. (D) 23. (D) 24. (D) 25. (D) 26. (D) 27. (D) 28. (D) 29. (D) 30. (D) 31. (D) 32. (D) 33. (D) 34. (D) 35. (D) 36. (D) 37. (D) 38. (D) 39. (D) 40. (D) 41. (D) 42. (D) 43. (D) 44. (D) 45. (D) 46. (D) 47. (D) 48. (D) 49. (D) 50. (D) 51. (D) 52. (D) 53. (D) 54. (D) 55. (D) 56. (D) 57. (D) 58. (D) 59. (D) 60. (D) 61. (D) 62. (D) 63. (D) 64. (D) 65. (D) 66. (D) 67. (D) 68. (D) 69. (D) 70. (D) 71. (D) 72. (D) 73. (D) 74. (D) 75. (D) 76. (D) 77. (D) 78. (D) 79. (D) 80. (D) 81. (D) 82. (D) 83. (D) 84. (D) 85. (D) 86. (D) 87. (D) 88. (D) 89. (D) 90. (D) 91. (D) 92. (D) 93. (D) 94. (D) 95. (D) 96. (D) 97. (D) 98. (D) 99. (D) 100. (D)



健康好young，行動GO

反毒編劇



根據以下的情境圖片，編寫對話框的內容，
反毒四格漫畫：



1



2



3



4

面對毒品的誘惑 郭忠祐教你八招來防禦



新興毒品層出不窮☹️☹️
面對誘惑，運用防禦技8招
保住健康，遠離毒害👉👉
☐已觀看

防制毒品梗圖(郭忠佑篇)(教育部)

<https://enc.moe.edu.tw/Poster/View/233>

5



健康好young ~~不~~毒特

【知毒反毒留言版】



學校叮嚀：

面對誘惑展現「拒毒八招」，打擊毒害、健康勝投！

1 堅持拒絕法

你可以這樣說
「我不做違法的事情。」
「不行，我真的不想吸。」



4 遠離現場法

你可以這樣說
「時間太晚了，我必須要回家，我先走了。」
「我覺得身體不舒服，我先回家休息了！」
「我要先打個重要的電話，失陪了。」



6 轉移話題法

你可以這樣說
「你看，這個點心很好吃喔！你也試看看！」
「今天新聞報導小貓熊的影片，超萌的，你看過了嗎？」



2 理由告知法

你可以這樣說
「醫生說我對藥物過敏，所以不能隨便吃。」
「吸毒是違法犯罪的事，你不要害我。」
「我爸媽管很嚴，被他們知道我就慘了。」



拒毒八招

7 反說服法

你可以這樣說
「這毒品是會上癮的，而且很難戒除，你看昨天新聞報導那個吸毒者下場多慘...，所以你也別吸啦！」



3 自我解嘲法

你可以這樣說
「沒辦法，我就是害怕啊，不要嘗試算了！」
「不行，我真的很膽小，我不敢試啦！」



5 友誼勸服法

你可以這樣說
「我們是好朋友，我不希望你變成吸毒犯！」
「不要吸啦！這對身體不好，好朋友一場，你我最好都不要嘗試吧！」



8 反激將法

你可以這樣說
「如果您們說我沒膽量，我就吃，那我就真的太沒主見了！」
「如果因為你們說我很遜，我就吸，那才真的遜了呢！」



寫下自己對未來反毒人生的期待，並請家人簽名鼓勵：

我的反毒人生期待：

Blank space for writing expectations.



我的親愛家人 _____ (簽名)

與鼓勵 _____。