

# 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 | 緝毒專線

**0800-770-885** | **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

**Say "No" to Drugs and Protect Your Youth**  
拒絕毒品 守護青春的美好

Alex and his classmates are celebrating Kevin's birthday. Kevin's brother shows up with jelly, chocolate, coffee, and tea bags for everyone. What should these young people do when new drugs are everywhere?

Classmate A: He's Kevin's brother. It's OK!  
Classmate B: But we don't know him, and there are no adults here. We should be careful.

Alex: It's better to be careful if we are not sure. Our lives will be ruined if we take any drugs. I don't want to risk it. Before I eat the food, I should let my parents check it first.  
(Alex talks about this with his dad when he gets home.)

Dad: To deceive young people, many drugs are made to look like cute candies and drinks. People who give you drugs sometimes tell lies like the drugs will make you get high or the drugs can't be tested. These are all lies; don't believe them! Also, don't think that it's OK to try just once. You might get addicted after one try. You can get hurt or even die.

Alex: That's terrible!  
Dad: Drugs may be added in free drinks or snacks. These "gifts" are traps. It was good that you were careful and protected yourself and your classmates. Good job!

Alex: You always tell me to not waste my youth. I think it's more important to not waste my youth with drugs.

Alex's brother Kevin shows up with jelly, chocolate, coffee, and tea bags for everyone. What should these young people do when new drugs are everywhere?

同學A：他是Kevin的哥哥，沒問題吧！  
同學B：可是我們不認識他，而且沒有大人，還是要小心點才好。

Alex：不確定的東西還是不要吃比較好，萬一吃到毒品這輩子就毀了！我才不想冒險，就算想吃也要讓家人先鑑定一下再說。  
(Alex回家後跟爸爸討論)

爸爸：為了引誘年輕人上鉤，把毒品變成看似可愛的糖果飲料，實在很可怕！甚至騙人說吃了會「很嗨」，就算抓到也檢驗不出來...都是胡說八道，絕對不要相信，更不可以有「就一次看看沒關係」的想法，後果可能一次就上癮，傷害身體，最嚴重甚至死亡。

Alex：也太慘了吧！  
爸爸：免費的飲料、點心零食...都有可能「加料」，天上掉下來的不是禮物而是陷阱！幸好你有警覺，保護自己也保護了同學，真的要幫你鼓掌。

Alex：以前你跟我說不要騙白，我覺得「青春不要中毒」才對吧！

**Keywords**  
deceive 欺騙  
trap 陷阱  
addicted 上癮  
risk 冒險  
youth 青春

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









# 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>

Blank area for writing answers to the question above.



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→



(1) 根據圖像，創作梗圖反毒標語

Blank area for writing an anti-drug slogan based on the image.

(2) 我的梗圖反毒標語要表達的是...

Blank area for explaining the meaning of the anti-drug slogan.



(3) 我將梗圖反毒標語分享給\_\_\_\_\_



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>