

健康好
young

不~~毒~~特



國小高年級學生 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！



毒品新穎包裝誘惑孩子好奇嘗試，政府展開「新世代反毒策略」，一同守護未來主人翁的健康！

發現孩子最近怪怪的，常好奇地在網路查詢一些新奇的食品... 會不會有問題啊?!



我的未來我作主
跟毒品 SAY NO!

多運動
培養正確興趣
好心情



【影片觀賞】
反毒懶人包
-我的未來我作主



已觀看 教育部

國民小學5-6年級版

E = ?

我要測試

值日生

下一題

親子動腦10題反毒測驗題
成功過關後，給自己一句鼓勵的話：



【遊戲體驗】
反毒小學堂
-防制藥物濫用大考驗

已體驗 教育部



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 與家人一起共讀

大明最近常熬夜、精神不好，網友假意關心傳訊息給他，要介紹大明使用神奇的提神食品...

① 大明手機顯示 網友傳來訊息...

最近很累喔!
有好東西
可以提神...

大明

② 大明回覆網友訊息

真的嗎?
是什麼東西?
求分享!

好奇

③

包你歡樂
下午茶套餐

加臉書好友
買一送一!

有特調奶茶
和加味餅乾
最新、限量

網友

④ 大明覺得很心動，就
轉傳訊給好朋友珊珊

珊珊，好東西
跟你分享☺，
買一送一耶!

珊珊

⑤ 珊珊回覆訊息...

網路來路不明的
食品，千萬當心，
查證一下比較好...

懷疑

⑥ 大明和珊珊最後決定將
訊息截圖，告訴家長，
然後交給警察查證!...

這些食品都是
偽裝的毒品，
販賣、好奇使用
都違法!

想一想，大明在網路聊天發生了什麼事情？哪些是可能跟毒品危害有關的？要小心注意的地方是什麼？和家人一起討論，回答問題：

【what】 事件中，有哪些可能是好奇嘗試來路不明食品，因此誤用毒品的情形？(請勾選)

作息不正常，想要快速提神

網友推薦來路不明新奇食品

限量、特價優惠，吸引揪團購買

其他發現(寫出來)

【so what】 有人在網路分享新奇的食品訊息時，你會如何做呢？

- (A)先網購試試看，這樣才跟得上流行
- (B)轉傳給其他認識的人，好東西要分享
- (C)截圖訊息，跟家長說，必要時報警
- (D)其他：_____ (寫出來)

我選擇【 】
原因是：

這些都是偽裝毒品的引誘，要小心!!



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”。

- () ①如果大明是被網友欺騙，而購買使用偽裝的毒品，所以他是沒有犯法的。
- () ②如果大明只是好奇去網購偽裝的毒品(例如：毒巧克力、軟糖等)，沒有使用，就不會違法。
- () ③持有、使用、販賣毒品(包括偽裝的毒品)都是違法的行為。
- () ④偽裝食品的毒品(例如：毒奶茶包等)，大都是混合性毒品，對身體危害性更高。
- () ⑤偶爾使用搖頭丸、愷他命(K他命)、安非他命等毒品是不會上癮的。



2.如果你是大明，對於網友所傳送的訊息內容，哪一項是最符合你的想法？【 】

- A. 對於網友分享的訊息，要保持警覺心，不要輕易相信
- B. 這些訊息很好，代表關心，要多多結交這種網友
- C. 當有問題時，怕家人知道，告訴網友就能得到幫助

3.如果你是大明，對於加入「特調奶茶、加味餅乾」臉書好友，哪一項最符合你的做法？【 】

- A. 同意加入，就可以得到新奇訊息分享和好康優惠
- B. 找其他好朋友一起加入，以後大家可以一起團購
- C. 不要好奇、輕易網路加好友，拒絕可能是偽裝毒品的訊息

4.如果你是珊珊，當大明邀約購買可能是偽裝毒品的時候，哪一項最符合你的做法？【 】

- A. 大明是好同學，不好意思拒絕，怕會影響彼此的交情
- B. 只要自己堅定不購買，如果大明想買，你就不要管他
- C. 說服大明一起拒絕購買，然後告訴家長或老師來處理

5.如果你是大明，當覺得精神不好的時候，哪一項是最符合你的做法？【 】

- A. 改善熬夜的習慣，養成充足的睡眠與休息的好習慣
- B. 天天去超商買「X牛」提神飲料來喝，就可以有精神
- C. 白天上課的時候，找時間多睡覺，減少運動，就不會累了

6.下列是網友傳給你的訊息內容，

哪一項最有可能與偽裝毒品有關？【 】

- A. 根據調查市售電子煙大多含有高量的尼古丁
- B. 酷炫、造型特殊的果凍，獨家販售，請加私line
- C. 預防新冠疫情，請自主健康管理、按時打疫苗

毒品法律刑責
(法務部 反毒大本營)

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



健康好young，生活家

跟家人一起討論後，
提出反毒健康好生活的決定：

當出現以下引誘你使用偽裝毒品的危險情況	請找出替代方法，做出拒絕的好決定...
☠.情神不好， 試試有神奇能量的提神咖啡包！ 	 情神不好，我可以...
☠.心情難過， 來顆色彩亮炫的快樂軟糖。 	 情難過，我可以...
☠.有人贈送， 包裝奇特、 免費試用的奶茶包。 	 有人提供免費試用，我可以...
☠.朋友聚會， 分享秘密配方、 口味特別的巧克力。 	 朋友聚會，我可以...
☠.朋友學長邀約， 使用成分不明的電子煙。 	 學長邀約，我可以...



Show 出反毒宣言

不好奇、不聽信毒品的誘惑，就不會被毒品危害與控制，請寫下 **反毒宣言**

我 _____(名字)，為了讓自己遠離毒品誘惑與掌控，

我願意做到 _____ 的反毒行動！

見證人：_____ (請家人簽名)

年 月 日

【正確答案】1. ①(X) ②(X) ③(O) ④(O) ⑤(O) ⑥(X) ⑦(X) ⑧(O) ⑨(O) ⑩(O) ⑪(O) ⑫(O) ⑬(O) ⑭(O) ⑮(O) ⑯(O) ⑰(O) ⑱(O) ⑲(O) ⑳(O) ㉑(O) ㉒(O) ㉓(O) ㉔(O) ㉕(O) ㉖(O) ㉗(O) ㉘(O) ㉙(O) ㉚(O) ㉛(O) ㉜(O) ㉝(O) ㉞(O) ㉟(O) ㊱(O) ㊲(O) ㊳(O) ㊴(O) ㊵(O) ㊶(O) ㊷(O) ㊸(O) ㊹(O) ㊺(O) ㊻(O) ㊼(O) ㊽(O) ㊾(O) ㊿(O)

每套對一題得10分；總分100分。
 得分100分：「一級棒！」；100-80分：「很不錯！」；80分以下：「再加油！」



健康好young，行動GO

反毒彩繪



出拒絕與使用毒品的2種不同人生樣貌，
羣，以及與親友分享：



拒絕毒品的人生



使用毒品的人生

我的決定是...

我想要過_____人生，
因為：

家人或朋友按讚與留言區



吸毒前美少女，吸毒後沒人理

【感想】每個人都希望能擁有美好的面孔
可是吸毒不只會讓情緒起伏變大還會失眠
導致自己皮膚或者精神都受到極大影響
吸毒不只會影響到自己的身心健康
也會害到自己的一生。



反毒超有「梗」競賽得獎作品(教育部)
已觀看

<https://anti-drug-meme.tw/>



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 _____。