

臺中市立人國小 110 學年度五年級暑假作業

五年 班 號 姓名：

領域	編號	項 目	說 明	完成日期
語文	1	閱讀/思考/理解/寫作/記憶	閱讀課外讀物，建議書單(附件一)： 學習成果可以以新詩、散文、讀書心得、心智圖、海報紙本呈現，或使用 PPT、影片、FB(班網)、電子檔等各種方式呈現，開學後進行班級發表。	月 日
	2	作文高手	新詩一篇：題目自訂 散文一篇：題目自訂	月 日 月 日
藝文	3	4 開圖畫一張	主題自訂，材料不拘 (請參閱美展作品說明，開學後會選擇優秀的作品參加臺中市美術比賽)	月 日
	4	8 開圖畫/平面設計一張	請小朋友們觀察立人國小的社區環境特色，例如：商店林立的街道、美食、商店、快速方便的台中捷運、綠意盎然的公園等等，畫出我們的美麗社區。繪圖工具不限，水彩、蠟筆、色鉛筆、奇異筆均可。	月 日
	5	繪本製作 (自由參加)	請參閱附件~繪本製作說明，下學期會選擇優秀的作品參加臺中市繪本比賽	
綜合	6	做家事	1. 幫忙做家事，如倒垃圾、洗碗筷、拖地…… 2. 每天整理自己的房間	每日一項
健體	7	親子共學 反毒學習單	本學習單設計家長與孩子共同討論，可配合暑假期間「給家長的一封信」，指導並陪伴孩子健康成長。開學後交回。	月 日
	8	小小運動家 SH150	1. 每天運動至少 30 分鐘。 2. 望遠凝視	每日行動
三好校園	9	實踐三好	請每天想想自己有沒有說好話、做好事、存好心。(完成三好表格)	每日行動

◎總務處的叮嚀

暑假期間校園會進行立人樓左棟耐震補強工程及防水隔熱修繕工程，全校區暫不開放。施工區域會加安全圍籬，請大家勿隨意闖入。

◎老師的叮嚀：

過了這個暑假，你即將成為六年級的學生了！心裡有什麼感覺呢？很快的，你將迎接國小生活最精彩的一年，請持續做好防疫，並好好利用這個暑假，讓生活更加多姿！

平安快樂

五年級全體老師

學習核心	編號	書名	作者	參考資訊
科普文章	1	用心動腦話科學	曾志朗	https://www.books.com.tw/products/0010559966
歷史	2	三國演義	羅貫中	https://www.books.com.tw/products/0010880384
自我探索	3	牧羊少年的奇幻之旅	保羅·科爾賀	https://www.books.com.tw/products/0010010890
簡單機械	4	超級機器	伊恩·葛拉漢	https://www.books.com.tw/products/0010868613
天氣	5	雷與電:天氣的過去、現在與未來	蘿倫·芮德妮斯	https://www.books.com.tw/products/0010739030?sloc=main
地圖繪製	6	聽見海底的形狀:奠定大陸漂移說的女科學家	哈莉·菲爾特	https://ecshweb.pchome.com.tw/book
醫學	7	超級病毒	梁崇明	https://24h.pchome.com.tw/books/prod/DJAO21-A900A-XZJU
科技	8	未來少年	雜誌期刊	https://futureparenting.cwgv.com.tw/youth/freeRead
其他自選	9	尋找有興趣的主題，閱讀後進行主動學習		

記錄於閱讀書單

敬愛的家長您好：

轉眼間這個學期即將結束，感謝全校所有親師生的合作與支持，讓今年校務的推展能順利完成，學生的學習平安、快樂與充實。

在這漫長的暑假裡，我們非常期盼孩子能有一個豐富、平安的生活，在此特別提醒學生在暑假期間應該注意的事項，希望藉由家長的配合與叮嚀，讓孩子的暑假生活更有意義、更有安全的保障。以下日程將視疫情狀況，依政府規定做滾動式修正。

一、暑假假期：自 111 年 7 月 1 日起至 8 月 29 日止。

二、全校返校日：8 月 26 日（五），放學時間為 12：00。

三、開學：8 月 30 日（星期二）正常上課，全校學生均在校用餐，請提醒小朋友記得攜帶餐具，全校 16：00 放學。

四、請指導孩子遵守暑假活公約。

暑 假 生 活 公 約
一、暑假生活落實防疫，作息規律，勤做家事，維持運動的好習慣。
二、外出時，記得告知父母外出的事由、時間、地點、及連絡方法，並注意人身安全及遵守交通規則。
三、每天做功課，並多閱讀課外讀物，養成閱讀的好習慣。
四、多安排有益健康的親子活動，避免出入網咖、不沈迷電動玩具、3C 用品。
五、不接觸不明藥物，拒絕毒品誘惑；不抽菸、不酗酒、不嚼檳榔，不好的朋友應該遠離。
六、進入社群網站前，請先經家長同意後再進入。若有人散播讓你不舒服的言語或訊息時，要馬上離開網站，並且告訴家長。
七、暑假從事水上活動，應選擇合格之場地，並有合格之救生員或大人在場陪同。不靠近危險區域，注意相關戲水安全。
八、參加補習班教育或室內活動時，留意消防及各項安全設施是否合格，並確認逃生動線，以確保自己的安全。
九、做好「資源回收」、「垃圾分類」，協助環境保護。
十、做「望遠凝視活動」，眼睛保健工作。
十一、防疫新生活，必要時戴口罩、勤洗手，注意飲食衛生。
十二、節約能源，小心使用水電、瓦斯……等，預防一氧化碳中毒，以確保生命安全。
十三、我會尊重自己的身體自主權，必要時可撥打婦幼保護專線 113 求助。

最後敬祝

闔家平安，健康快樂！

臺中市北區立人國民小學

校長 李秀美 敬啟 111.07.01

親愛的家長您好：

時值期末，預祝您暑假期間順利平安！注意事項如下：

一、有關新冠肺炎疫情，請隨時參考疾管局相關說明。

二、近期仍有腸病毒病例，而且流感、諾羅病毒、輪狀病毒及腺病毒等病毒性腸胃炎時有所聞，預防方法如下：

- 1.勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。預防流感最有效的方法就是按時接種流感疫苗。
- 2.均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力。
- 3.生病時，應儘速就醫，請假在家多休息。
- 4.注意居家環境的衛生清潔及通風。
- 5.流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- 6.儘量不要與疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童。
- 7.新生兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
- 8.兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒。
- 9.幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。
- 10.避免生飲生食。

三、放假期間若有傷病需要申請學保，請不用擔心，仍然可以在下學期開學後備妥單據向健康中心申請即可，畢業生可至國中申請。

四、視力保健很重要，千萬別因為放假就忽略了眼睛的健康喔～

- 1.每天都要有戶外活動時間，每天 2-3 小時以上。
- 2.戶外活動須做好防曬措施，例如使用戴帽子或太陽眼鏡等遮陽。
- 3.用眼時間每 30 分鐘休息 10 分鐘，電子商品用眼每天總時數少於 2 小時。
- 4.若視力出現問題，遵照醫師指示配合矯治，定期回診追蹤。
- 5.高度近視存在失明風險，應隨時協助學童控度防盲。

五、每天至少飯後睡前都要記得潔牙。祝您事事順心！

SH150 運動紀錄表

_____年_____班_____號_____

各位小朋友，規律運動能幫助你的身體成長及健康。這張表格是為了鼓勵大家養成課間運動累積達 150 分鐘的良好習慣，請你在空格內填寫完成的日期。完成這張表格後，可以到學務處繳交並獲得抽獎的機會唷！完成後可以再換取一張新的表格，你可以繼續努力，完成越多張，中獎機率就越高喔！超級豐富的獎品等著你喔！快快來一起健康做運動吧！

舉例：跳繩

次數	50	50	50	50
日期	11/1	11/1	11/2	11/3

運動項目	慢跑	足球
日期	11/7	11/8

跳繩

次數 (單位：下)	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
日期										
次數 (單位：下)	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
日期										
累計共 1000 下，完成！										

其他運動（每次至少進行 30 分鐘才算喔！）

運動項目									
日期									
運動項目	恭喜你完成了！你真棒！ 記得交回學務處喔！ 								
日期									

各位同學：

還記得我們約定要一起實踐「說好話、做好事、存好心」嗎？馬上要放假了，希望大家能每天力行「三好」，並記錄下來。祝大家有個愉快的假期！

立人國小學務處

立人國小學生實踐「三好」紀錄表 年 班 號 姓名：

項次	日期	項目	實施內容	家長簽名
範例	7/1(五)	<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input checked="" type="checkbox"/> 做好事	隔壁的奶奶買菜時，東西太多提不動，我主動幫忙。	
1		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
2		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
3		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
4		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
5		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
6		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
7		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
8		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
9		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		

項次	日期	項目	實施內容	家長簽名
範例	7/1(五)	<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input checked="" type="checkbox"/> 做好事	隔壁的奶奶買菜時，東西太多提不動，我主動幫忙。	
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		
		<input type="checkbox"/> 說好話 <input type="checkbox"/> 存好心 <input type="checkbox"/> 做好事		

表格不夠可以自行影印 9/9(五)前交到學務處

美術比賽作品類別及規格說明

親愛的小朋友：

暑假作業中的圖畫、平面設計等，可以依照下方的類別、規格來製作。開學後，會選擇優秀的作品參加臺中市美術比賽喔！希望大家多多用心製作，發揮創意和功力，一起為學校爭光。

立人國小教務處

類別	格式要求	參賽年級		
		低	中	高
1 繪畫類	大小：四開(約 39 公分×54 公分)不可裱裝。 格式：畫材、形式不拘。			
2 書法類	大小：對開(約 34 公分×135 公分)不可裱裝。 格式：一律採用素色宣紙(界格與否由參賽者自行決定) 作品需落款，但不可書寫校名。		中	高
3 平面設計類	大小：四開(約 39 公分×54 公分)，可裝框，裝框後高度不可超過 10 公分。 格式：以生活環境與藝術為主題，得採用各類基本材料，並以平面設計為限。		中	高
4 漫畫類	大小：四開(約 39 公分×54 公分)不可裱裝。 格式：主題不限，黑白、彩色不拘，作品形式單幅、多格均可。		中	高
5 水墨畫類	大小：四開宣(棉)紙(約 35 公分×70 公分)，不可裱裝。 格式：作品可落款，但不可書寫校名。		中	高
6 版畫類	大小：四開(約 39 公分×54 公分)不可裱裝，為預防作品黏貼，得以透明膠片覆蓋。 格式：作品正面一律簽名，並寫上張數編號及畫題。		中	高

繪本製作說明

類別	參加組別	題材內容	作品規格
立體書	學生組	自由題材	1. 作品尺寸以 A4 或 16 開規格，材質、型式、形狀、語言(中文、英文、本土語、新住民族語、文學等)不拘。 2. 內頁以 6~16 頁為限，作品內容至少應含兩跨頁立體或四單頁立體，立體展開後高度不超過 25 公分
	學生組 教師組	自由題材	
繪本	親子組 教師組	廉潔教育	1. 作品尺寸以 A4 或 16 開規格，材質、型式、形狀、語言(中文、英文、本土語、新住民族語、文學等)不拘。 2. 內頁以 6~20 頁為限。
	親子組 教師組	租稅教育	

臺中市主要危險水域地點標示

危險水域圖示 近年溺水圖示 水庫·河堰圖示 電力廠圖示



水上安全警告標語



水上安全禁止標語



編號	行政區	近年易發生溺水地點
1	東勢及和平區	附近之中寮溪水域
2	太平區	坪林橋至溪洲橋及大里區大里橋附近之大里溪水域
3	西屯區	西屯路三段附近筏子溪水域
4	大里及太平區	附近之草湖溪水域
5	東勢區	沙連溪新料橋附近水域
6	太平區	頭汴坑溪北田路3號橋附近水域

編號	行政區	危險水域地點
1	太平區	頭汴坑溪—江橋附近水域 頭汴坑溪編蝠洞附近水域 頭汴坑溪仙女瀑布附近水域 頭汴坑溪靠近護國清涼寺之中埔三、四號橋下方水域
2	烏日區	烏溪、貓羅溪及大里溪等水域
3	大肚區	大肚溪(高速公路橋下)水域
4	東勢區	東勢大橋上、下游之大甲溪水域
5	東勢區	沙連溪觀瀾橋附近水域
6	東勢區	大安溪大峽谷水域〈苗栗縣卓蘭鎮交界處〉
7	新社及東勢區	龍安橋、天福橋等附近之大甲溪水域

編號	行政區	危險水域地點
8	和平區	谷關到麗陽段之大甲溪水域 谷關神駒谷溪底之大甲溪水域 天輪電廠下方之大甲溪水域
9	石岡區	石岡水壩集水區水域 石岡水壩上、下游之大甲溪水域 自埤豐橋經大甲溪鐵橋至后豐大橋下游500公尺處之大甲溪水域
10	豐原區	軟埤仔溪水域自角潭路角潭橋起至豐原大道止 葫蘆墩圳水域自大甲溪取水口起至圍環北路止 八寶圳水域自大甲溪取水口起至三豐路止
11	大安區	大安海水浴場除本府102年7月26日公告限制開放範圍以外之水域

臺中市政府教育局 提醒您，除上述主要危險水域不得前往戲水外，其餘水域仍請民眾注意凡有豎立警告牌之水域亦不得前往從事水域遊憩活動。

學生游泳安全注意事項及防溺宣導

親愛的家長您好：

面對炎炎夏日，學生從事水域活動的頻率漸增，截至111年5月10日止，全台共計有3位學生發生溺水死亡(國小生、高中生、大專生各1名)，請各位家長提醒子女從事水域活動應選擇**地點合法且有救生設備與救生員之安全水域**，並注意自身安全，不逞強，也不要做危險動作。面對夏季及即將到來的暑假假期，提出下列注意事項，請家長們一起來為孩子的安全把關。

從事水上活動應注意事項：(救溺5步/防溺10招)

防溺10招

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1、戲水地點需合法，要有救生設備與人員 | 6、不可在水中嬉鬧惡作劇 |
| 2、避免做出危險行為，不要跳水 | 7、身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳 |
| 3、湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心 | 8、不要長時間浸泡在水中，小心失溫 |
| 4、不要落單，隨時注意同伴狀況位置 | 9、注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水 |
| 5、下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水 | 10、加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆 |



相關網站連結：



學生水域運動安全網 臺中市政府防溺宣導網 觀看防溺10招影片

臺中市 104 年-110 年易溺水地點：(臺中市主要危險水域地點可至臺中市政府防溺宣導網查詢)

序號	行政區	地點
1	東勢區及和平區	中崙溪水域、橫流溪水域
2	東勢區	沙連溪水域
3	太平區	頭汴坑溪水域
4	太平區及大里區	坪林橋至溪洲橋及大里橋附近之大里溪水域
5	西屯區	筏子溪水域
6	大里區及太平區	草湖溪水域

☆相關防溺資訊可至臺中市政府防溺宣導網(<https://sites.google.com/tc.edu.tw/water-safety/>)及教育部學生水域運動安全網(<https://watersafety.sa.gov.tw/>)查詢。

☆防溺緊急聯絡電話(救災防護報案專線：119、海巡服務專線：118、報案專線：110、行動電話急難救助專線：112)。

「生命無價」！再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一點叮嚀，兒童及青少年戲水需考量安全地點與自身體能狀況，家長的教導及陪伴也十分重要，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件發生，讓我們共同來守護孩子的安全與健康，讓孩子過一個安全又開心的夏天。

臺中市政府教育局 立人國小 關心您

111年6月

※ 閱畢宣導單後請簽名，並請貴子弟將「家長回條」攜回學校交給級任老師，謝謝。

✕.....

家長回條

本人已詳細閱畢「防溺宣導單張」內容，並提醒孩子注意游泳及戲水的安全。

班級：_____年_____班_____號

學生姓名：_____

家長簽章：_____

日期：111 年 _____ 月 _____ 日

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
培養正當興趣
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!

POLICE

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】每個人都希望自己能擁有美好的面孔
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 _____。

