

花蓮縣明廉國小
111學年度第2學期



親職教育

暨

親師座談會

宣導資料



112年3月4日

感謝您的蒞臨！



各處室報告

★教務處報告：

花蓮縣政府因應智慧校園、數位化趨勢，推出「花蓮e校園」APP，目前已可於 iOS 及 Android 雙平台免費下載，提供家長一站式校園訊息查詢服務。歡迎下載使用。

花蓮e校園

親愛的家長 您好：

為推廣親、師、生三方即時互動、重要消息不漏接。
敬請家長協助下載「花蓮e校園」APP



請掃描QR CODE下載APP



家長只要簡單三步驟，輕鬆完成APP註冊

1 選擇
班級座號

2 輸入
手機號碼

3 完成
簡訊驗證

開始使用APP之後，您可以

查看孩子在校資訊

接收重要通知

★ 還有更多功能趕快來下載！



掃描QRcode，觀看
APP家長註冊教學影片

★總務處報告：

一、校園因改變而美麗

(一)班班有冷氣暨電力改善工程

在舊大樓三樓族語教室及社團教室新設冷氣、能源管理系統及電力改善，提升教學效能及學習成效。

(二)新大樓中庭鋪面羽球場改善工程

工程完工後，目前以用來做為課內外社團及學生下課使用場地。

(三)舊大樓2樓西側廁所工程

提供低年級學童及部分科任課優質衛生環境。

(四)部落聚會所工程

兼具設計感及實用性的部落聚會所，上課時間做為風雨球場及課間學童打球之場域。

一、校園改變進行式

(一)前庭地坪改善工程

本校大門前庭兩側(含西側水溝及植栽)重新打除，改善多年地坪破損及積水問題，並改善排水溝，盼予以學生更優質學習環境。

(二)中庭鋪面改善工程(即將進行)



反毒知能宣導

反毒宣導
認識藥物濫用的危害

根據**毒品危害防制條例**毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性分為四級：

常見濫用藥物分級			
第一級	第二級	第三級	第四級
1. 海洛因 2. 嗎啡 3. 鴉片 4. 古柯鹼	1. 安非他命 2. MDMA (搖頭丸) 3. 大麻 4. LSD (搖腳丸、一粒沙) 5. Psilocybine (西洛西賓)	1. FM2 2. 小白板 3. 丁基原啡因 4. Ketamine (愷他命) 5. Nimetazepam (一粒眠、K5、紅豆)	1. Alprazolam (蝴蝶片) 2. Diazepam (安定、煩寧) 3. Lorazepam 4. Tramadol (特拉嗎竇)

毒品小檔案

一級

海洛因



- 濫用危害：使用初有欣快感，無法集中精神，會產生夢幻現象。過量使用造成急性中毒，症狀包括昏睡、呼吸抑制、低血壓、瞳孔變小。
- 具高度心理及生理依賴性，長期使用後停藥會發生渴求藥物、不安、流淚、流汗、流鼻水、易怒、發抖、惡寒、打冷顫、厭食、腹瀉、身體捲曲、抽筋等禁斷症。一旦成癮極難戒治。
- 醫療用途：無。

一級

嗎啡



- 濫用危害：使用初有欣快感，無法集中精神，會產生夢幻現象。過量使用造成急性中毒，症狀包括昏、呼吸抑制、低血壓、瞳孔變小。
- 具高度心理及生理依賴性，長期使用後停藥會發生渴求藥物、不安、流淚、流汗、流鼻水、易怒、發抖、惡寒、打冷顫、厭食、腹瀉、身體捲曲、抽筋等禁斷症。一旦成癮極難戒治。
- 醫療用途：鎮痛。

毒品小檔案

一級



鴉片

- 濫用危害：使用初有欣快感，無法集中精神，會產生夢幻現象。過量使用造成急性中毒，症狀包括昏睡、呼吸抑制、低血壓、瞳孔變小。
- 具高度心理及生理依賴性，長期使用後停藥會發生渴求藥物、不安、流淚、流汗、流鼻水、易怒、發抖、惡寒、打冷顫、厭食、腹瀉、身體捲曲、抽筋等禁斷症。一旦成癮極難戒治。
- 醫療用途：鎮痛止瀉。

一級



古柯鹼

- 濫用危害：使用後產生興奮、發抖、心跳加速、血壓上升、被害妄想、幻覺。大量使用引起精神錯亂思想障礙，長期使用引起失眠、躁動或妄想性神經病。過量引起呼吸抑制。
- 停藥之脫癮症狀包括精神呆滯、昏睡、易怒、煩躁不安、憂鬱，有自殺的傾向。
- 醫療用途：陣痛止瀉。

毒品小檔案

二級



安非他命

- 濫用危害：興奮中樞神經，中毒症狀包括多話、頭痛、錯亂、高燒、血壓上升、盜汗、瞳孔放大、食慾喪失。
- 大劑量使用引起精神錯亂，思想障礙，類似妄想性精神分裂症，多疑、幻聽、被害妄想等，長期使用導致器官性腦症候群。有高血壓及腦中風之危險。停用之脫癮症狀包括精神呆滯、昏睡、易怒、煩躁不安、憂鬱，有自殺之傾向。
- 醫療用途：無。

二級



大麻

- 濫用危害：使用初有欣快感，劑量增加會引起懶散、意識混亂、無方向感、時空扭曲、動作協調差、記憶、思考、注意力、判斷力下降，稱為「動機缺乏症」。
- 大麻被認為是海洛因、古柯鹼等強烈藥物中毒者的入門藥物，常與酒精合併濫用。
- 醫療用途：無

毒品小檔案

二級

LSD

(搖腳丸、一粒沙)

- 濫用危害：使心境、意識、視覺、行為發生變化。出現**逼真幻覺**，**時空扭曲**、產生聯想、嚴重精神錯亂。
- 長期使用會幻想以前的旅程片段中毒特徵包括無法預測自我機能障礙、性情不安、思想干擾、行為無法控制的危險，瞳孔放大對光反應。**過量可能致死**。
- 醫療用途：無



二級

MDMA

(搖頭丸)

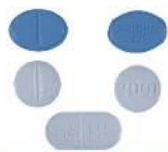
- 濫用危害：肌肉緊張、牙關緊咬、噁心、昏暈、視線模糊、畏冷及冒汗、心跳變快、血壓上昇、體溫增高、脫水、橫紋肌溶解、急性腎臟或心臟衰竭等病症。
- 長期使用可使人出現混淆、疲憊、記憶力受損、睡眠出現問題、牙關緊閉、視幻覺、高血壓、顫抖、憂鬱、或腎臟、心臟等問題。**過量可能致死**。
- 醫療用途：無



毒品小檔案

FM2 (約會強暴藥丸)

原為臨床治療失眠及麻醉前之用藥。FM2藥過量產生的毒性作用有心跳快、心臟抑制、低血壓、休克、心跳快、心衰竭等。



三級

小白板

大都呈現肌肉過度鬆弛及深度睡眠狀態，較少造成死亡，惟若與酒精或其它中樞神經抑制劑併用，則危險性大為提高，許多濫手者係因精神恍惚造成意外或因吸入嘔吐物而致死。

K他命

俗稱「K」或「Special K」，在人體注射後約30秒可達到麻醉作用。濫用K他命會產生幻覺並有噁心、嘔吐、複視、影像扭曲、動作遲緩、暫時性失憶、身體失去平衡，甚至呼吸抑制的症狀。

毒品小檔案

四級

Nimetazepam (一粒眠、紅豆)

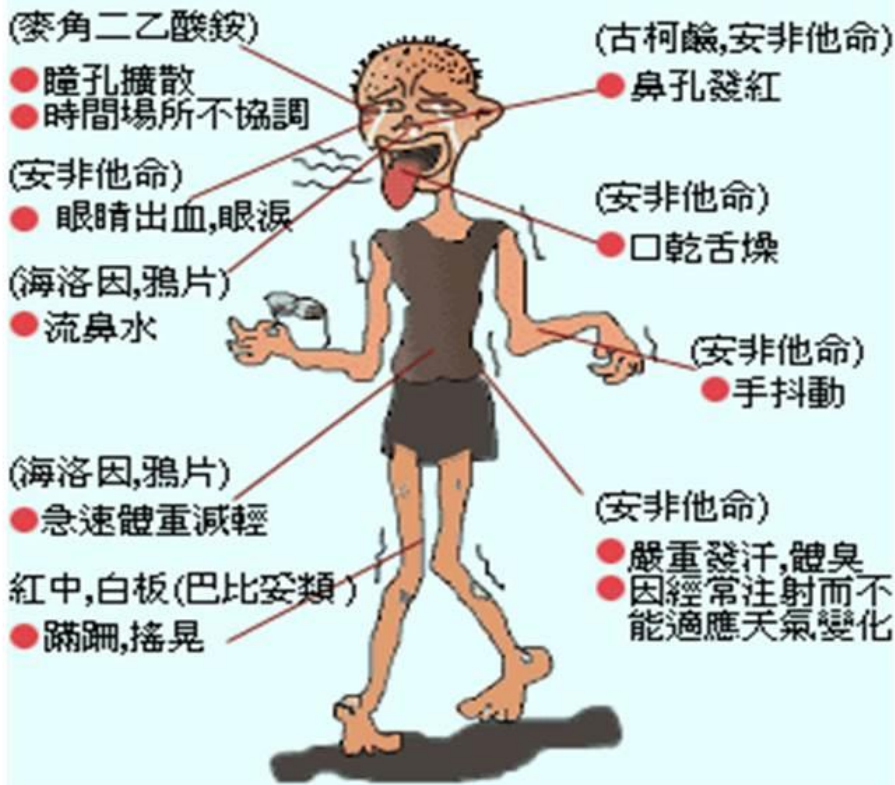
Alprazolam (蝴蝶片) 

Diazepam (安定、煩寧) 

Lorazepam

- * 大都呈現肌肉過度鬆弛及深度睡眠狀態，較少造成死亡，惟若與酒精或其它**中樞神經抑制劑**併用，則危險性大為提高，許多濫手者係因精神恍惚造成意外或因吸入嘔吐物而致死。
- * 長時期的使用高劑量的Benzodiazepines，會造成心理依賴性和身體依賴性；此時，突然停藥會產生戒斷症狀，包括精神混亂、焦慮、情緒激動、不安、失眠及緊張等症狀。
- * 使用半衰期較長的Benzodiazepines，戒斷症狀產生較慢，可能在停藥後數天才發生。

藥物濫用造成的身體傷害



濫用毒品的原因

尋求刺激

好奇

生活沉悶

家庭不和諧

害怕拒絕


對毒品認識不清



10

毒品戒治

- 除非是靠自己的意志力，在家自行戒毒，要不就是被送到監所或醫院戒治，實施強制隔離或強制療程。
- 一旦上了癮，吸毒者要面對的不止是身體的損害，最可怕的莫過於既痛苦又冗長的戒毒過程。

有  一定成功

24小時 不打烊之免費戒毒成功專線

0800-770-885

(請請你·幫幫我)

98年3月1日起正式啟用



法務部



戒毒成功專線

<http://retrain.moj.gov.tw>

如何拒絕毒品

預防六招：

- 第一招：生活作息正常
- 第二招：絕對不好奇試用毒品
- 第三招：建立正確情緒舒解方法
- 第四招：不靠藥物提神與減肥
- 第五招：遠離是非場所：
電動玩具店、網咖、KTV、MTV
及地下酒家舞廳等場所
- 第六招：不接受陌生人的飲料、香菸

預防六招：

- 第一招：表明態度，堅持拒絕
- 第二招：道德勸說，回頭是岸
- 第三招：肯定友誼，但做自己
- 第四招：自我解嘲，幽默一下
- 第五招：轉換話題，移開注意
- 第六招：逃之夭夭，走為上策



交通安全宣導

讓學生上放學更安全

確實做到禮讓行人

你停讓行人了嗎？



路口停讓 行人先走
維護你我用路安全

請~

謝謝

不停讓行人
危險一觸即發！



交通部道安會

你但幾勒！
你**停讓**行人了嗎？

廣告

孩子牽緊過馬路



在馬路對面喊孩子
孩子可能急著衝向父母

孩子過路口 父母牽緊緊



牽孩子手腕過馬路
父母走在來車方向

交通部道安會

安全 我選走行穿線



微型電動二輪車新法來囉~

騎乘微型電動二輪車
不能不知的新法規

新法都幫你
整理好了



電動自行車已更名為
「微型電動二輪車」

微型電動二輪車

 **掛牌、投保、滿14歲** 缺一不可!!

微型電動二輪車 上路前必須先做到...

1. 投保

所有人應自行向
產物保險公司投保
強制汽車責任保險



未投保者無法辦理
登記換照或發照

已領牌照的微型電動二輪車，經主管機關通知限期續保，仍未續保且繼續於道路行駛，將註銷牌照

2. 掛牌

審驗合格應向監理單位
登記、領用、懸掛牌照

審驗合格

- ✓ 登記
- ✓ 領用
- ✓ 懸掛牌照



違規者處
1,200元-3,600元 罰鍰

施行日前已審驗合格且黏貼標章的微型電動二輪車，應於2年內登記領用掛牌，逾期處1,200元-3,600元罰鍰，並禁止行駛

審驗合格車輛：移置保管
未審驗合格車輛：沒入

3. 滿14歲

未滿14歲者駕駛
微型電動二輪車



處駕駛人
600元-1,200元 罰鍰
並禁止駕駛、車輛移置保管

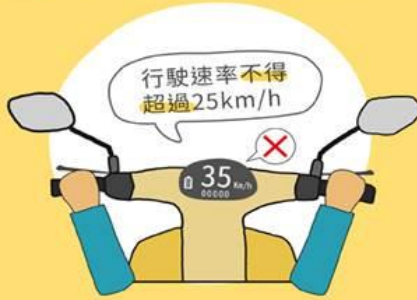
新法規上路
請大家注意~





微型電動二輪車

安全騎車要守法，以下行為不能做



⊘ 行駛違規
處駕駛人900元-1,800元罰鍰



⊘ 行駛違規
處駕駛人300元-600元罰鍰



⊘ 行駛違規
› 未讓視障者 罰600元-1,200元罰鍰
› 未讓行人優先通行 罰300元-1,200元罰鍰



⊘ 行駛違規
處駕駛人1200元-2,400元罰鍰



親職教育

好文分享

111 學年度第二學期明廉國小學務處輔導組 親師懇談會宣導資料

請導師協助主題宣導~兒少保護與親職溝通(性別平等/生命教育/家庭教育)

孩子常生氣、頂嘴或是悶悶不樂…孩子最近好像有些心事…

情緒的到來或是網路的使用不分性別，在家庭、學校、網路中的各樣情境都會影響孩子，但有時孩子遇到問題不一定知道如何求助，也可能使用不合宜的方式處理。透過以下資訊提供您參考，關心孩子使用網路 3C 或是增進孩子「情緒力」以面對人際交友、學習上的困擾：

【兒少性剝削】 //網路陷阱多—「iWIN 熱線」是什麼？

邀請家長共同關心兒少於網路使用時可能遇到的狀況或是不小心觸犯法規...

兒少色情議題需要大家的關心，衛福部統計，2017 年上半年類似個案有 165 件，超過 5 成的私密照片遭到外流。這些外流的照片，有一半是兒童少年的自拍照。有 7 成的外流者是熟人，包含：網友、同學或情人。別因為一時的好玩，讓自己成為兒少色情的魁儡。

探究原由，主要是現今網路發達及 3C 產品使用普遍，「拍照分享」已成為網路交際方式。許多孩子心智未成熟，缺乏足夠判斷力，在網友動之以情、誘之以利的攻勢下落入陷阱。家長平時應多關心注意他們使用 3C 及網路交友狀況，教導如何保護自己，確實做到「四不原則」，亦即「不要求他人拍攝或傳送私密影像」、「不聽從引誘拍攝個人私密影像」、「不傳送含有私密影像的訊息」、「不持有和轉寄他人的私密影像」。

撥打 113 保護專線、「iWIN 熱線」(02-2577-5118) 求援

<https://www.youtube.com/watch?v=n1N95InYwIA&t=8s>

**【讓人堅持到最後的關鍵情緒力】** //以下摘錄整理自親子天下網站 撰文者 田育瑄

意志力雖然可以催促我們向前，最新研究發現唯有懂得感恩、適時關懷、自我肯定，才有辦法讓人突破重圍。當人們遭遇困難時，常會告訴自己再撐一下就過去了，不過足夠堅持就能帶領我們走到最後嗎？其實，單憑意志力苦撐是絕對行不通的。當我們無法確認付出是否有所回報時，也更容易放棄，選擇「及時行樂」。

微笑老師♥心發現.話重點

陪伴孩子看見...真正的成功在於過程中獲得的滋養；
用感恩幫我們培養耐心、用關懷帶我們實踐同理、
用自豪讓我們肯定自己



((掃碼看完整文章↑))

https://www.parenting.com.tw/article/5076192?utm_source=Parenting.FB&utm_medium=social&utm_campaign=cp-f1-5076192-230215

明廉國小學務處 ☺ 輔導組關心您