



113學年度

臺北市立景美女子高級中學

學校日手冊

welcome to  
JMGSH



臺北市立景美女子高級中學  
Taipei JingMei Girls High School

# 目次

本校 113 學年度第 1 學期學校日實施計畫 .....	1
本校平面圖 .....	3
本校 113 學年度第 1 學期簡明行事曆 .....	4
本校電話分機一覽表 .....	5
本校 113 學年度導師、輔導教官、輔導老師及課諮師一覽表.....	6
校長的話 .....	7
家長會長的話 .....	10
各處室工作報告 .....	12
1. 教務處 12	4. 輔導室 20
2. 學務處 16	5. 教官室 22
3. 總務處 19	6. 圖書館 23
本校 113 學年度第 1 學期 團體活動行事曆 .....	27
臺北區高級中學 113 學年度第 1 學期大學入學聯合模擬考.....	28
本校 112 學年度榮譽榜 .....	32
教官室宣導 .....	37

# 臺北市立景美女子高級中學 113 學年度第 1 學期學校日實施計畫

壹、依據：90.03.14.北市教秘字第 9021856100 號函辦理。

貳、目標：

- 一、增進家長與學校之間的溝通與瞭解。
- 二、提昇家長親職知能，增進教師、學生與家長之良性互動。
- 三、建立親師教育夥伴關係，共同為學生之學習質量負責。
- 四、協助家長積極參與學校事務，保障學生受教權益。
- 五、經由教學理念與教學方法之省思，啟動觀念與態度之轉變，增進教師專業成長，創造優質學習環境。

參、參加對象：全校各班導師、任課教師及學生家長。

肆、實施日期：113 年 9 月 21 日（星期六）上午 8:30 - 12:10

伍、活動程序：

高一、高二

時 間	活 動 內 容	主 持 人	參 加 人 員	地 點
08:30-09:30	校務報告及意見交流	校長	高一、高二家長 家長會會長 教師會會長 各處室主任	活動中心
09:30-10:10	1. 班級經營說明 2. 選舉班級家長代表	導師	高一、高二家長	各班教室
10:10-11:40	班級教師教學計畫分享	家長代表	高一、高二家長 各任課教師	各班教室
11:40-12:10	意見交流	導師	高一、高二家長	各班教室

高三

時 間	活 動 內 容	主 持 人	參 加 人 員	地 點
08:30-09:55	114 多元入學說明	輔導主任	高三家長	和平樓二樓展演廳
10:00-10:30	1. 班級經營說明 2. 選舉班級家長代表	導師	高三家長	各班教室
10:30-11:40	班級教師教學計畫分享	家長代表	高三家長 各任課教師	各班教室
11:40-12:10	意見交流	導師	高三家長	各班教室

陸、各班學校日工作要點：

- 一、導師提供班級經營策略、本班任課老師名單、各科教學計畫及學生學習等相關資料。
- 二、導師指導同學佈置教室。
- 三、各班教室黑板上應清楚書寫導師與任課老師姓名與任教科目。
- 四、請各班家長簽到（出席人員請全部簽到）。
- 五、請各班家長瀏覽學校網頁之「學校日家長手冊」。
- 六、導師先進行班務報告，並推選家長代表主持座談會。
- 七、選出本年度班級家長代表兩名。
- 八、任課教師至各班說明教學計畫與理念並發給家長書面資料。
- 九、請各班詳實填寫班級家長代表名單、座談會記錄表、家長意見表、家長出席簽到表及人數統計表於 113 年 09 月 23 日（星期二）放學前，送交教務處教學組。

柒、本計畫經行政會報通過，奉校長核准後實施，修正時亦同。

# 臺北市立景美女中 113 學年度第 1 學期學校日活動邀請函

親愛的家長：

為了增進家長與學校之間的溝通與瞭解，使教師、家長與學生有更好的互動，建立親師教育夥伴關係。本校將於 113 年 9 月 21 日（星期六）上午 8:30 - 12:10，辦理本學年度學校日活動，敬請撥冗參加。

敬祝

闔家平安、健康快樂

臺北市立景美女中 校 長 周寤竹  
家長會會長 林愛婷  
教師會會長 葉名森  
敬邀

民國 113 年 8 月 31 日

活動程序：

高一、高二

時間	活動內容	主持人	參加人員	地點
08:30-09:30	校務報告及意見交流	校長	高一、高二家長 家長會會長 教師會會長 各處室主任	活動中心
09:30-10:10	1. 班級經營說明 2. 選舉班級家長代表	導師	高一、高二家長	各班教室
10:10-11:40	班級教師教學計畫分享	家長代表	高一、高二家長 各任課教師	各班教室
11:40-12:10	意見交流	導師	高一、高二家長	各班教室

高三

時間	活動內容	主持人	參加人員	地點
08:30-09:55	114 多元入學說明	輔導主任	高三家長	和平樓二樓展演廳
10:00-10:30	1. 班級經營說明 2. 選舉班級家長代表	導師	高三家長	各班教室
10:30-11:40	班級教師教學計畫分享	家長代表	高三家長 各任課教師	各班教室
11:40-12:10	意見交流	導師	高三家長	各班教室

因本校校園停車位有限，不開放停車，請各位家長使用大眾運輸工具蒞校，謝謝。

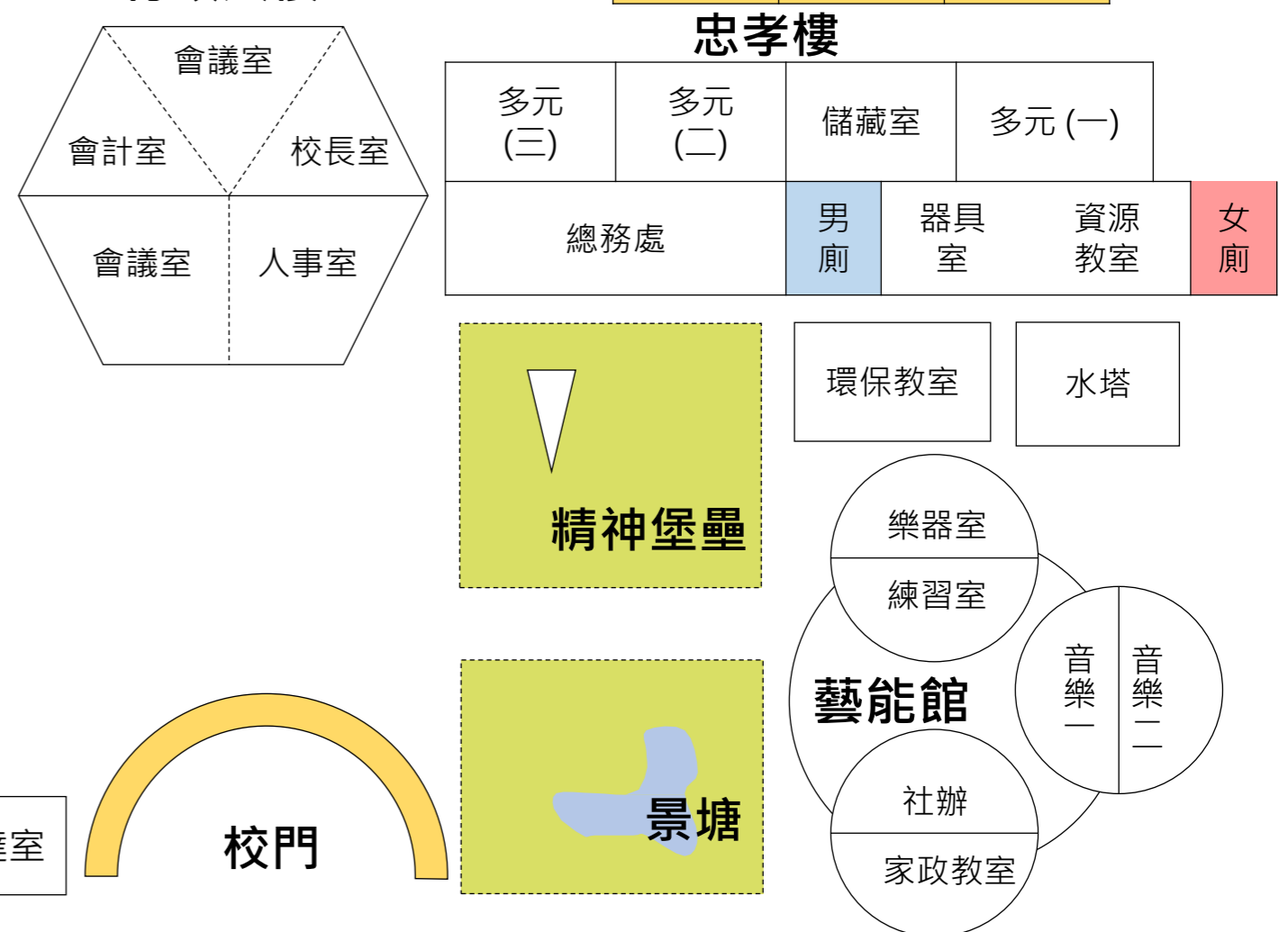
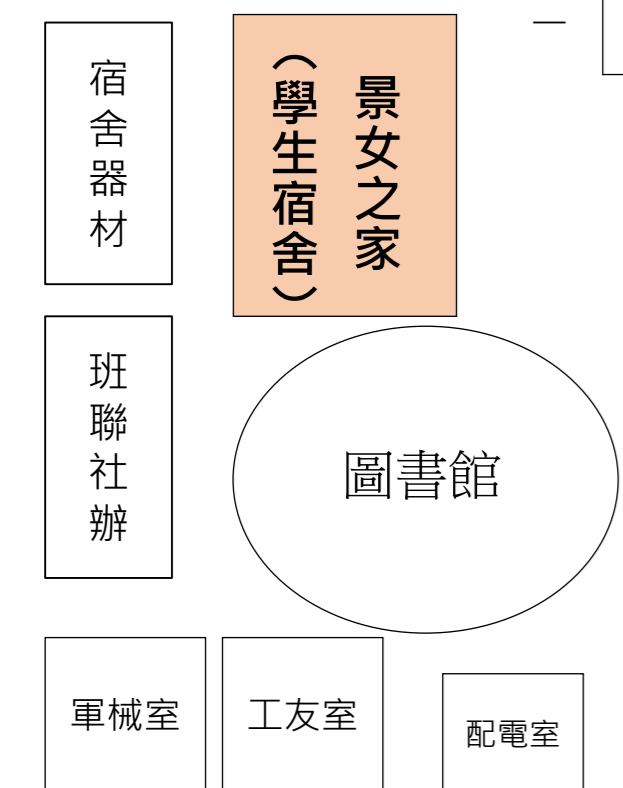
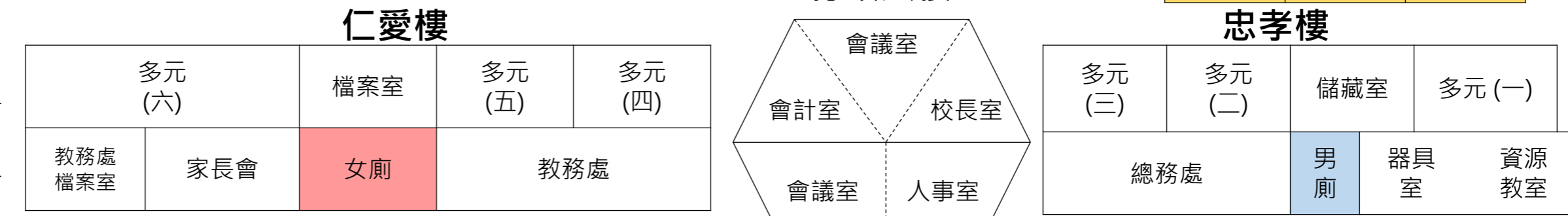
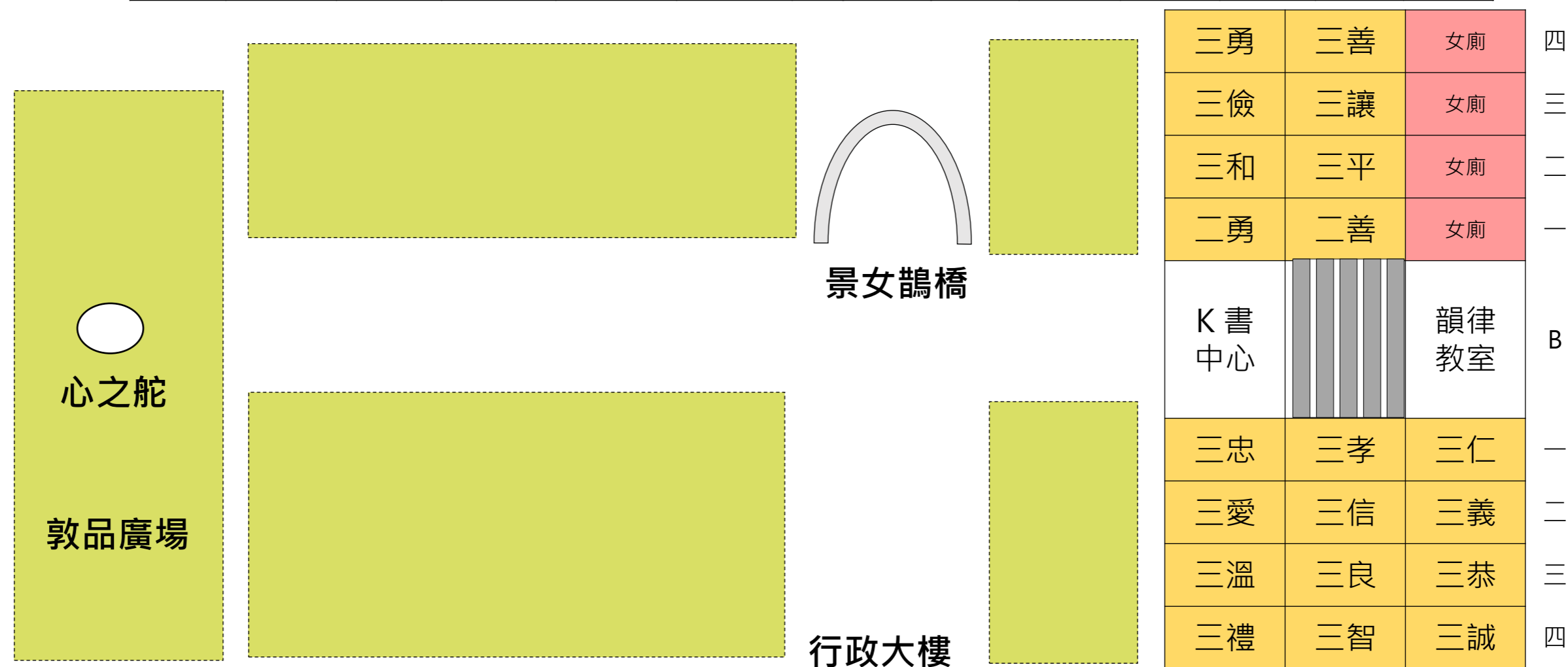
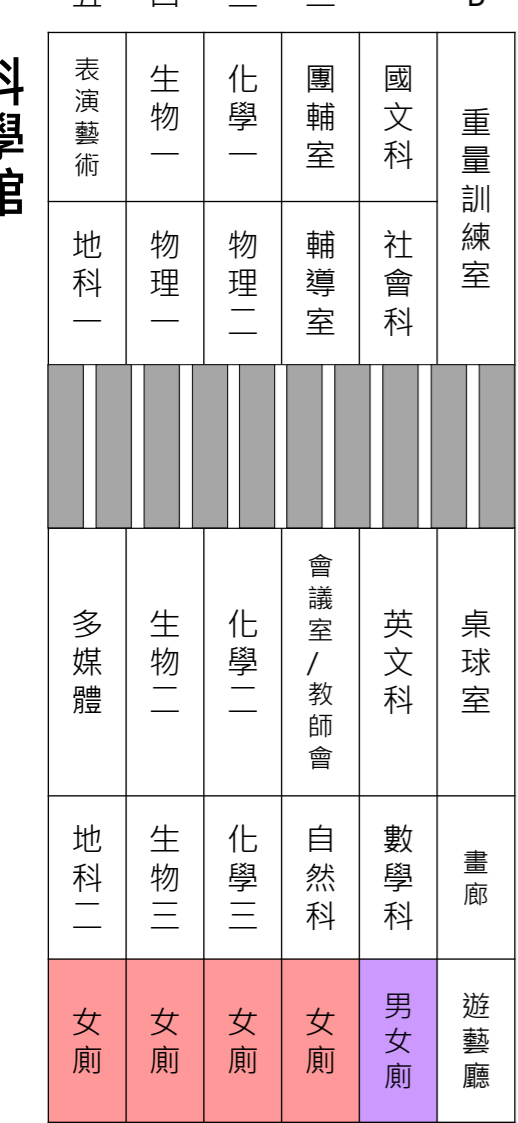
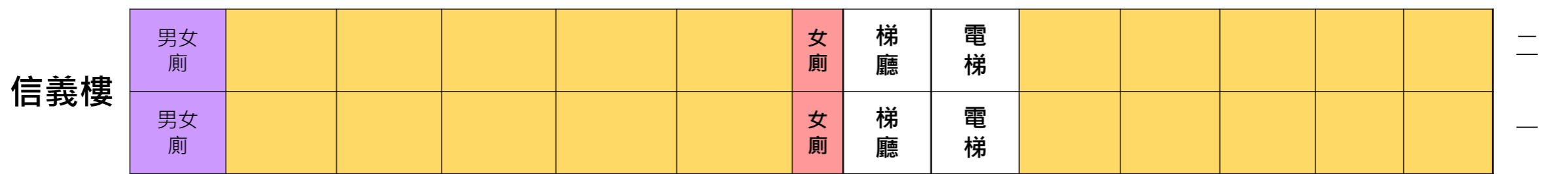
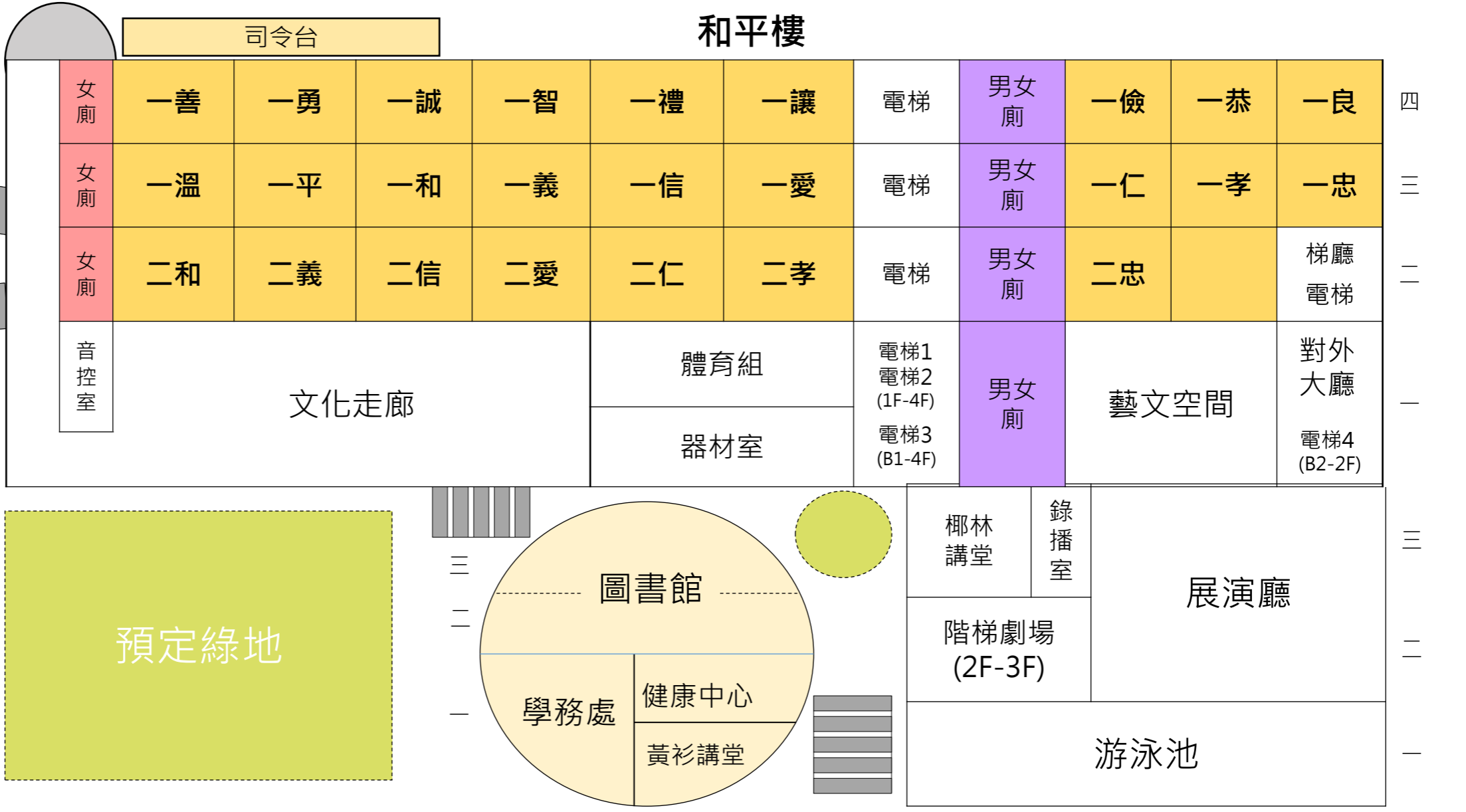
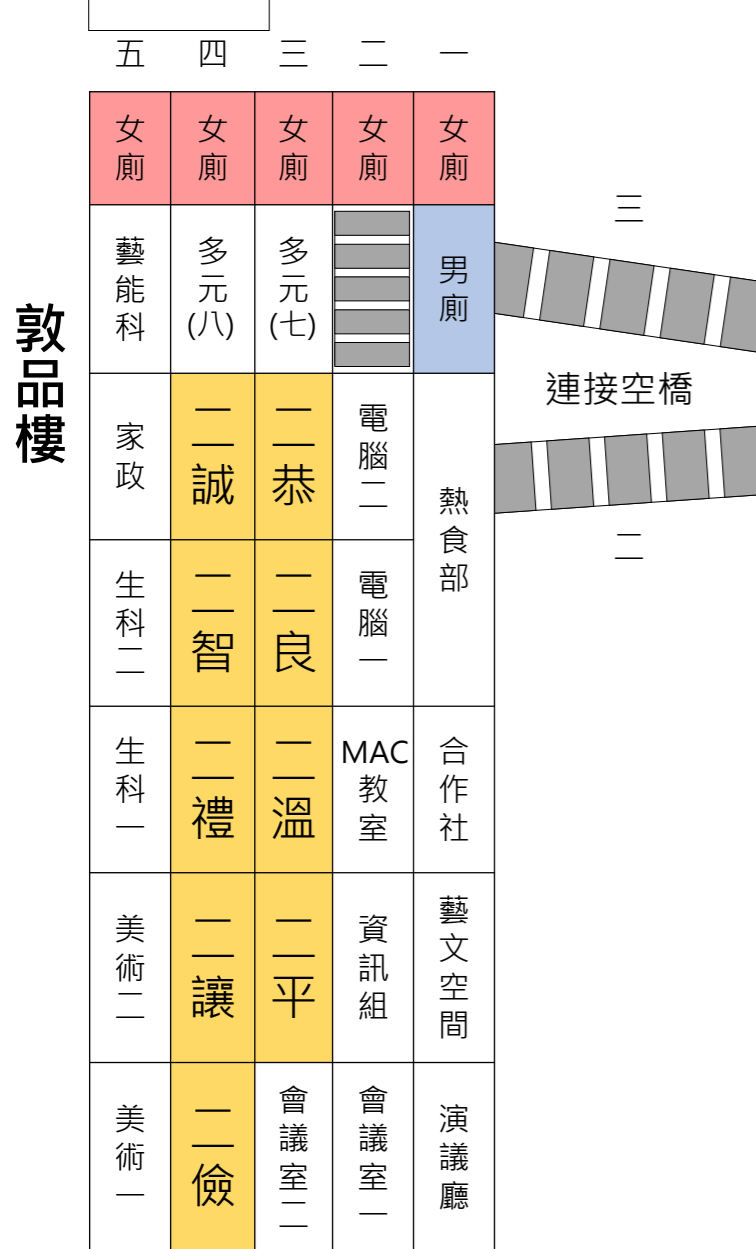
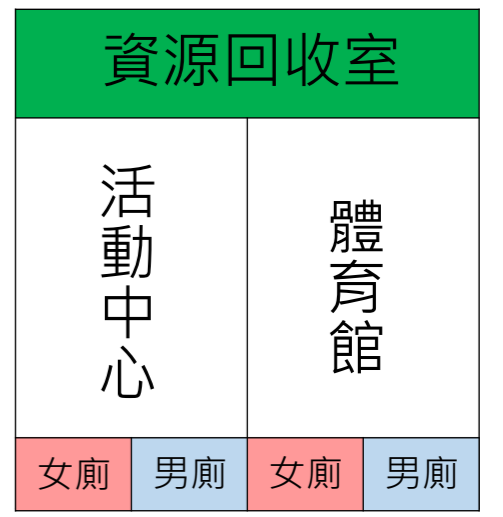
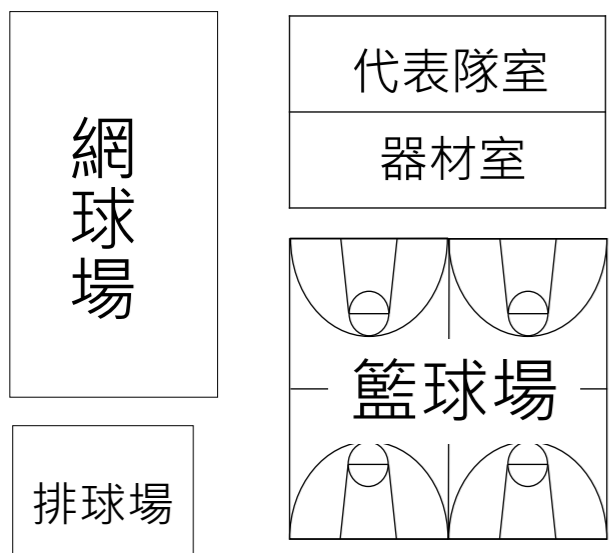
## 臺北市立景美女中 113 學年度第 1 學期學校日家長出席情形及意見回條

班 級			座 號	
學 生 姓 名			家 長 姓 名	
是 否 參 加	<input type="checkbox"/> 準時出席	家 長 意 見		
	<input type="checkbox"/> 不克出席			

請同學於 113 年 9 月 11 日(星期三)中午 12:30 以前，交各班班長收齊後送交各班導師查閱後，再請各班班長將各班參加人數統計後告知教務處教學組。

# 臺北市立景美女子高級中學 113學年度校園平面圖

## Taipei Jingmei Girls High School



勵學樓

B

四  
三  
二  
一

臺北市立景美女子高級中學 113 學年度第 1 學期簡明行事曆

月	星期 週次	日	一	二	三	四	五	六	重 要 行 事
八月	預備	4	5	6	7	8	9	10	9 高三暑輔結束
	預備	11	12	13	14	15	16	17	12 高二編班公告 13 高一新生編班公告 14 擴大會報 15 大學分發入學榜單
	預備	18	19	20	21	22	23	24	19 校本共備
	1	25	26	27	28	29	30	31	26-27 新生始業輔導 28 全校教師共備研習(第一天) 29 全教師共備研習(第二天)、校務會議(票選級導師)、暑期返校打掃結束、宿舍入住(13:30-17:00) 30 開學日、開學典禮、大掃除、下午高一、二暑假作業測驗
九月	2	1	2	3	4	5	6	7	友善校園週 2-5 教學研究會 3 期初體育委員會、衛生教育與健康促進委員會 4-5 高三模擬考(一) 5 高一社團登記截止 6 高一學生健康檢查暨全校流感疫苗接種說明會
	3	8	9	10	11	12	13	14	9 防災演練 10 期初宿舍會議 11 期初交通安全教育諮詢委員會 12 社長大會、宿舍防災演練 13 高一健檢暨全校流感疫苗接種工作協調會(暫定)、學務會議、社團
	4	15	16	17	18	19	20	21	防災宣導週 17 中秋節 18 擴大會報 19 膳食委員會 20 防災演練 21 學校日、多元入學說明會、國家防災日
	5	22	23	24	25	26	27	28	敬師週 24 高一 x 光檢查 25 外縣市高一及轉入生心臟病篩檢 25 輔導、家庭教育委員會 27 轉學生座談會、社團 28 教師節
	6	29	30	1	2	3	4	5	健康促進宣導月、環境教育宣導月 2 主管會報、高一尿液篩檢初檢 3 期初特教推行委員會 4 數理能力競賽
十月	7	6	7	8	9	10	11	12	水域活動安全宣導週 8 性別平等教育委員會 10 國慶日
	8	13	14	15	16	17	18	19	14-15 第一次期中考 16 擴大會報 17 宿舍幹部會議、環境教育委員會、高一尿液篩檢複檢 18 認輔會議、社團 19 第一次高中英語聽力測驗
	9	20	21	22	23	24	25	26	21-25 高一拔河比賽 22 全校流感疫苗接種(暫定) 23 岸和田高校來訪 26 秋季舞會(暫定)
	10	27	28	29	30	31	1	2	29-30 高三模擬考(二) 30-31 高一健康檢查 1 國語文競賽(演說、寫字、作文)、學生防制藥物濫用巡迴宣導、強化家長及教師防制藥物濫用知能研習、學生交通安全巡迴宣導
	11	3	4	5	6	7	8	9	8 國語文競賽(字音字形、朗讀)
十一月	12	10	11	12	13	14	15	16	13 主管會報 15 社團 16 臺北市教育盃拔河比賽
	13	17	18	19	20	21	22	23	20 擴大會報
	14	24	25	26	27	28	29	30	27-28 第二次期中考 29 社團
	15	1	2	3	4	5	6	7	校園安全月、圖書資訊月 2-10 高二羽球賽 4 主管會報
十二月	16	8	9	10	11	12	13	14	13 高一合唱比賽 14 第二次高中英語聽力測驗
	17	15	16	17	18	19	20	21	16-17 高三模擬考(三) 16-20 週記抽查 18 擴大會報 20 高三音樂、全民國防期末考、社團
	18	22	23	24	25	26	27	28	23-26 期末教學研究會
	19	29	30	31	1	2	3	4	30-31 高三期末考 1元旦 3 高一第二外語期末考、高一、二體育常識與音樂知能筆試、教育儲蓄戶審查會議
	20	5	6	7	8	9	10	11	8 主管會報 9 期末交通安全諮詢委員會議、膳食委員會 10 期末學務會議
一月	21	12	13	14	15	16	17	18	13 期末特教推行委員會 16-17 高一、二期末考 18 學科能力測驗
	寒 1	19	20	21	22	23	24	25	19-20 學科能力測驗 20 休業式、期末校務會議 20-23 語資班服務學習 21-24 學務處服務學習 21 寒假開始 24 公告學期補考名單 1/25-2/2 農曆春節
	寒 2	26	27	28	29	30	31	1	1/25-2/2 農曆春節 1/27 調整放假 1/28 除夕
	寒 3	2	3	4	5	6	7	8	4 學期補考第一天 5 學期補考第二天 8 補上班(1/27)
二月	1	9	10	11	12	13	14	15	11 開學日、開學典禮、大掃除、下午高一、二寒假作業測驗、高三正式上課

# 臺北市立景美女子高級中學電話分機一覽表

2024/08/16

使用單位	人員	分機	使用單位	人員	分機
<b>行政大樓</b>			<b>校門 (傳達室)</b>		
校長室	校長 周寤竹	201	門房	警衛室	340
傳真機	祕書 曾美婷	202	<b>宿舍</b>		
2234-3433	廖技工	203	景女之家	陳幹事	235   2937-5446
會計室 傳真機	主任 張雅蘭	219		鍾管理員	235   2937-5446
	吳組員	220		女值勤官	236
2234-1724	高佐理員	246	油印室	油印室	245
人事室 傳真機	主任 曾麗雪	222	<b>圖書館</b>		
	陳組員	223	圖書館 傳真機 2234-3139	主任 吳舜輝	225
	2234-4838	林助理員		327	讀者服務組長 謝組長
二樓	行二會議室	221		讀者服務組 鄭幹事	226
				資訊媒體組長 謝組長	251
				系統管理師 賴老師	251
			資訊媒體組 助理員	251	
<b>仁愛樓</b>			<b>敦品樓</b>		
教務處 傳真機 2937-6801	主任 顧秀華	204	一樓	合作社	252
	教學組長 徐組長	209		熱食部	256
	教學組 賴幹事	207	演議廳	315	
	教學組 魏幹事	207	二樓	敦二會議室	316
	教學組協行教師 張老師	324		敦三會議室	317
	教學組協行教師 洪老師	324	三樓	二外辦公室	319
	註冊組長 廖組長	243		四樓	藝能科辦公室
	註冊組 林幹事	206	<b>和平樓</b>		
	註冊組 魏約僱書記	206	學務處 傳真機 2937-0831	主任 謝再益	208
	設備組長 王組長	205		訓育組長 賴組長	210
	實研組長 黃組長	306		訓育組 王幹事	335
	實研組專案助理 郭助理	326		衛生組長 嚴組長	211
	實研組專案助理 陳助理	326		衛生組 王約僱幹事	329
	特教組長 甘組長	255   249		生輔組長 賴組長	318
家長會	家長會辦公室	244		生輔組 簡管理員	328
				體育組長 蔡組長	339
<b>忠孝樓</b>			李教官	233	
總務處 傳真機 2936-3405	主任 黃郁博	213	張教官	233	
	庶務組長 許組長	214	徐學創老師	230	
	庶務組 羅幹事	215	李學創老師	231	
	庶務組 林管理員	218	楊學創老師	231	
	庶務組 魏約僱書記	331	施學創老師	232	
	出納組長 吳組長	216	林學創老師	232	
	出納組 楊幹事	217	健康中心	潘護理師	248   2937-9885
	文書組長 蘇組長	238		許護理師	248   2937-9885
<b>科學館</b>			體育組	體育組藝能科辦公室	212
教師 辦公室	國文科	301   303		<b>總機 (02) 2936-8847</b> <b>傳真 (02) 2936-3405</b>  <b>校安專線 (02) 2937-9633</b> <small>專屬於校園親師生緊急、安全性事件通報處理專線</small>	
	數學科	304   305			
	英文科	307   309			
	社會科	311   312			
	自然科	313   314			
輔導室 傳真機 2234-1754	主任 吳思端	333			
	資料組長 鍾組長	229			
	高一輔導教師 張老師	227			
	高二輔導教師 高老師	229			
	高三輔導教師 陳老師	228			
	駐點心理師	227			
實驗室	設備組 馮幹事	242			
會議室	科二會議室	250			

113 景美女中班級課諮教師名單 (0826 版)

班級	導師	課諮師	班級	組別	導師	課諮師	班級	組別	導師	課諮師
一忠	莊鎧僑	孫晉忻	二忠	二	黃美琦	張思瑩	三忠	二	郭志陽	陳鈞嗣
一孝	洪以樂	孫晉忻	二孝		楊雲如	張思瑩	三孝		曾煥綸	陳鈞嗣
一仁 數實	劉怡均	孫晉忻	二仁	數實班	張思瑩	游慈卉	三仁	數實班	陳仕忠	鄭佳瑜
一愛 自實	譚懿文	林鴻文	二愛	自實班	陳錦玫	張思瑩	三愛	自實班	李迪雯	陳鈞嗣
一信	方煜太	林鴻文	二信	二	施依伶	游慈卉	三信	三	武思庭	蔡佩倚
一義	莊嘉銘	林鴻文	二義	三	吳昌霖	游慈卉	三義		涂延誠	王美燕
一和	江家慧	李欣瑜	二和		呂香瑩	游慧真	三和		楊雅惠	蔡佩倚
一平	彭凡瑄	李欣瑜	二平		張淑惠	游慧真	三平		王美燕	鄭佳瑜
一溫	柯碧惠	李欣瑜	二溫		施惠文	游慧真	三溫		王瓊玉	鄭佳瑜
一良	徐家偉	吳淑敏	二良		林雅慧	楊雅惠	三良	一 B	徐曉憶	蔡佩倚
一恭	張玫玲	吳淑敏	二恭	一 B	張添瑀	楊雅惠	三恭		江正文	黃苑婷
一儉	江信良	劉怡均	二儉		涂釋仁	楊雅惠	三儉	一 A	許月偉	李佩蓉
一讓	李佩蓉	劉怡均	二讓	趙麗莎	李筱娟	三讓	李秀卿		黃苑婷	
一禮	李雯雅	吳淑敏	二禮	吳莉安	張淑惠	三禮	林淑娟		李佩蓉	
一智 雙語	劉慧平	劉怡均	二智 雙語	一 A	張璦今	李筱娟	三智		周慧華	王美燕
一誠	周峻民	江家慧	二誠		馮亭潔	李筱娟	三誠		楊金禎	王美燕
一勇	謝妙青	江家慧	二勇		張國裕	張淑惠	三勇	黃淑偵	黃苑婷	
一善 語資	陳柏廷	江家慧	二善	語資班	許珮甄	張淑惠	三善	語資班	游為淳	李佩蓉

# 113學年度導師/輔導教官學創名冊

班級	導師	科目	輔導學創	班級	導師	科目	輔導學創	班級	姓名	科目	輔導教官
一忠	莊鎧僑	數學	施昭仔	二忠	黃美琦	國文	林裕民	三忠	郭志陽	國文	張言傑
一孝	洪以樂	國文		二孝	楊雲如	英文		三孝	曾煥綸	數學	李明蒨
一仁	劉怡均	數學		二仁	張思瑩	數學		三仁	陳仕忠	數學	張言傑
一愛	譚懿文	生物		二愛	陳錦玫	物理		三愛	李迪雯	化學	李明蒨
一信	方煜太	英文		二信	施依伶	國文		三信	武思庭	國文	張言傑
一義	莊嘉銘	數學		二義	吳昌霖	數學		三義	涂延誠	數學	李明蒨
一和	江家慧	國文	楊竣菘	二和	呂香瑩	英文		三和	楊雅惠	英文	張言傑
一平	彭凡瑄	英文		二平	張淑惠	國文		三平	王美燕	英文	李明蒨
一溫	柯碧惠	國文		二溫	施惠文	英文		三溫	王瓊玉	英文	張言傑
一良	徐家偉	英文		二良	林雅慧	數學		三良	徐曉憶	國文	李明蒨
一恭	張玫玲	數學		二恭	張添瑀	數學		三恭	江正文	英文	張言傑
一儉	江信良	公民		二儉	涂釋仁	國文		三儉	許月偉	數學	李明蒨
一讓	李佩蓉	國文	徐嫻禧	二讓	趙麗莎	國文	李奕廷	三讓	李秀卿	數學	張言傑
一禮	李雯雅	數學		二禮	吳莉安	數學		三禮	林淑娟	公民	李明蒨
一智	劉慧平	英文		二智	張璫今	英文		三智	周慧華	國文	張言傑
一誠	周峻民	地理		二誠	馮亭潔	國文		三誠	楊金禎	國文	李明蒨
一勇	謝妙青	國文		二勇	張國裕	歷史		三勇	黃淑偵	國文	張言傑
一善	陳柏廷	英文		二善	許珮甄	英文		三善	游為淳	英文	李明蒨

# 我們是教育合夥人

臺北市立景美女子高級中學校長 周寤竹

各位家長大家好：

首先要感謝各位家長到學校來關心孩子在學校的學習與生活，也因為有大家的支持與協助，讓學校的校務能順利推展。來自各方的我們，因為孩子而有緣相聚，很開心能與大家一起為孩子努力，我相信每個父母都發自內心的、深切的希望孩子有力量走自己的人生，走得沈穩、走得快樂。但人生每階段都有問題在等著，期待我們能充份的親師合作，細心栽培、用心引導，給孩子機會、給孩子希望、給孩子時間，找到生命的座標、生命的支點，相信孩子們都可成為國家的棟樑、社會的中堅。但不可否認的是，我們正面臨許多的改變：108 課綱的推動、社會的價值信念等，都需要我們一起凝聚共識，攜手向前。

113 學年度學校在校務的推展有下列幾項重點：

## 一、全面推動新課綱，為學生學習奠基與開創機會

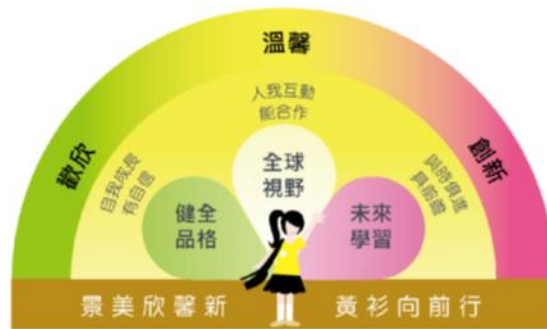
學校落實新課綱精神，強調「自發」、「互動」、「共好」，大幅降低必修課程，給予學生選擇探索的機會，尤其是在彈性學習的規劃中，更是希望學生能找回學習的主動權，更能了解如何學習，養成終身學習的態度與能力。而 111 考招的連動變化，也大幅改變學生學習的樣態與節奏，而學習歷程的建置與推動，讓學生能從高一起記錄與累積自己的學習歷程，減少高三準備備審的壓力，還給高三學生完整的學習，這都是重大變革，經由歷年的執行，也漸漸上軌道，請家長們放心，我們會引導學生一步步往前，但學習歷程的準備與上傳須靠學生主動完成，需要各位家長共同協助與督促，幫助孩子順利達標。

## 二、培養學生 21 世紀關鍵能力，能成為世界公民

關鍵能力有三大重點：一是學習與創新：嚴謹思考和問題解決、溝通與合作、創造與創新力。二是數位素養；資訊素養、媒體素養、資訊和通訊科技素養。三是工作與生活：彈性與適應力、進取心與自我導向、社交和跨文化合作能力、領導力與責任心。幫助學生在現今多變的環境中，勇於面對挑戰，並從挑戰與挫折中，累積其正向的能力與條件，勇於承擔，積極面對未來的挑戰。我們以學校願景與學生學習圖像，統整學校的課程活動，讓學生在知識、技能、價值、態度及倫理規範上能有所學習與成長，充實其帶得走的能力，為自己的人生目標努力。

## 三、建構學校願景與學生學習圖像，使學習系統化

走進景美女中，象徵太陽光芒圖騰的圓形行政大樓，掛著對聯：「景麗皆緣黃衫客，美名系出阿波羅。」穿著黃衫的「太陽神女兒」，在景色美麗的校園中，構築人生的美景。在「景美欣新馨；黃衫向前行」的共同願景引領下，共同營造「歡欣、創新、溫馨」的學校，在親師生的共同努力下，持續深化精緻學校課程，落實 108 課綱的目標，達成「擁有健全品格(品格力)、開拓全球視野(國際力)，面對未來學習(學習力)」的學生圖像，讓黃衫女孩朝向多元適性發展，為成就更好的自己而努力，期待三年的學習，讓黃衫女孩都能成為 21 世紀的領袖菁英人才。



景美女中學校願景與學生圖像

#### 四、教師專業優質，持續開展深化校定必修與多元選修課程內容

藉由教師專業討論、對話、引導思考，精進教師專業知能，開展教學與課程的廣度與深度，積極投入課程的開發與設計。而本校校定必修為：學習力、第二外語，藉由教師專業社群持續進行學習力課程開發，同時在多元選修課程的持續開設中，課程模組的實驗過程，都累積教學能量的成長與收獲，相信在既有的基礎下，更能開拓教師專業知能。

除了持續推動 108 新課綱、行動學習計畫、112 年度通過教育部高中優質化的計畫，也順利申請優質前導學校，在教學設備與教學能量上，都有很大的挹注，相信對於課程能有更多的幫助。

#### 五、改善學校環境、一起愛惜與感恩

學校高達 10 億的和平樓新建工程第一期:綜合大樓暨附設地下停車場新建工程已完成，學生順利進駐上課，勵學樓補強工程也已完工，學生也進駐上課，操場跑道更新工程目前完工啟用，未來信義樓新建工程第二期，後續仍有許多相關事務要規劃與執行，期間謝謝全校親師生的包容，我們會依照相關進度進行，持續爭取經費逐步改善學校設備，提供師生更優質的學習環境。因學校新建工程仍在進行中，難免會影響孩子的學習，請家長見諒，我們會持續努力，盡早完成工程，給予孩子更好的學習環境。

學校更要感謝家長會，傾注心力汰換教室的老舊冷氣並定期保養與維護，對學校給予全力的協助，給孩子有更好的學習環境，全校師生感恩於心，再次感謝家長會帶領全體家長對學校的支持與愛護。

#### 六、多元課程內容，豐富學生學習力

全校師生在這溫馨的校園中完成多元化的學習成果，不但用心投入新課綱的學科學習活動，更以校本課程為基礎，幫助每位學生提升自己的學習力，並在期末高一校本課程發表會中，展現學生精彩豐富的學習成就。在多元選修課程中，我們也提供豐富多樣的課程內容，讓同學有機會進行適性探索，為未來生涯規劃作最充分的準備。此外，我們也引進各項校外資源，擴大同學的學習視野。例如：邀請臺灣大學藥學領域專家，在微課程中帶領同學探索藥學的學術奧秘；在寒假服務學習中，藉由農村體驗的實作課程，讓同學親自體驗農事生活。包羅萬象的課程內容，豐富了學生對生命的體驗與自我價值的思考。教師們不斷開發新的教學模式，幫助學生提升學習力，也期許各位家長持續關注孩子學習，用愛與關懷轉化為支持孩子持續進步的動力。

## 七、信任與包容，為孩子營造最有利的學習環境

學生生活作息的規律，對於學習節奏影響很大，在多元開放的年代，學生更要學會自律與規劃，學校仍會持續引導與輔導，也請家長多關注學生學習，因高中學習面向多元而豐富，希望家長能從旁關心與引導，常與學校師長保持聯繫，方能全面了解學生的學習狀況。學校的事務繁雜，雖從不同角度有許多不同的想法，但親師生的目標是一致的，唯有親師生之間透過不斷地溝通與對話，信任與體諒，才能營造最優質的學習環境。

我們期待孩子自信大方，但卻不是只想到自己；我們期待孩子成熟自律，但卻不是看不到別人；我們期待孩子認真熱情，但卻不是只求短暫炫目；我們鼓勵孩子勇於表達自己，但卻不是忘記尊重與禮節，高中是人生非常重要的關鍵學習點，希望經由景美的黃金三年，每一位孩子都能成長與成材，期盼我們攜手合作成為教育的合夥人，共同陪伴孩子們成長，隨著她們的成長而共同學習，做孩子生命的支點，我們無法幫她撐起全世界，卻可以引領她找到方向與重心。

敬祝各位家長      身體健康      闔家平安

中華民國 113 年 09 月 09 日

## 親師家長日會長的話

各位景女的爸爸媽媽大家好，平安喜樂，我是學生家長會會長林愛婷。

新的學年開始，我們又迎來了一群既熱情又興奮的新生家長，非常歡迎您們加入景美女中這個有愛的大家庭。從今年高一新生報到開始，新生家長在 line 家長社群中就非常非常的熱鬧，從討論制服購買開始、學生專車、景女之家學生宿舍、景女的生活管理、二外課程、學生社團……無所不聊，學姐家長們也都不吝分享經驗，大家就像認識多年的親友般和樂！孩子來到景美女中，除了課業上的學習之外，還有更重要的是與人合作溝通能力的成長、社團領導規劃能力的培養以及各項服務學習的參與…等等。這些在高中三年內的學習歷程都彌足珍貴，我們可試著放手，並鼓勵孩子們在青春少年階段，學習負責的態度並勇於嘗試各項多元的學習與挑戰，孩子們展現出來的能力，可能超越我們的想像，而家長的陪伴與支持，更是孩子進步成長最強的後盾。

高二的家長們，時間過得飛快，明年四月孩子就要畢業旅行了，五月前完成社團的成果發表，接著就要收心拚學測囉。這三年來因為疫情的關係，國際交流活動的機會減少很多。隨著 Covid-19 流感化，各項與大學端合作開辦的微課程及 108 新課綱特色課程，如火如荼的持續進行中，各項優質課程，請鼓勵孩子們踴躍參加。

高三的爸爸媽媽們，您們辛苦了，應該已經開始陪著高三的學姐們一起拚學測了吧。距離學測倒數 119 天，這段時間穩定心情、維持正常作息是最重要的事，按照自己讀書的節奏，把身體與心理調整在最佳的狀態，學測考試前，家長會亦會為高三學姐辦理一系列學測祈福活動及黃衫夜自習能量補給。在此也先預祝高三的學姐們，追分成功、學測就上、金榜題名，順利進入自己心中理想的第一志願。

承蒙家長們的支持與厚愛，讓我在去年能有機會與各位夥伴們一起為學校、為家長、為孩子們服務，順利完成學校與家長們所託付各項活動事務。我要特別感謝家長會所有志工團隊無私奉獻的付出，讓景美學生家長會的精神：「愛的循環、善的力量」每屆每屆傳承下去。並且藉由家長會全體志工夥伴們的努力，激勵更多熱心的家長參與，展現眾人的力量與熱情，讓家長會在「關懷學生、服務家長、協助學校」的宗旨下，全力支持校務發展，參與而不干涉校務運作為原則，將景美女中學生家長會的會務做得更加盡善盡美，成為學校和孩子們最堅強的後援。

最後，我想跟大家分享一件重要事，一所優質學校的經營，除了依靠校長、老師及孩子們共同努力外，全體家長的支持與參與更是強大而且重要的後盾。

「一個人可以走得很快，但是一群人卻可以走得更遠。」學生家長會需要大家一起用心經營，匯集大家的力量，有您在資源、人力、時間上的支持與陪伴，就能讓家長會發揮更強大的支援與守護功能，而您我的孩子將會在優質的學校環境中受惠，持續認真學習與快樂成長！奉獻不在多寡，百元不嫌少萬元不嫌多，您的點滴付出，都將匯聚為促成孩子成長的動力，讓景美的未來會更好！而您的捐款金額，我們也將開立捐款收據（可作為年度申報所得稅抵扣之憑證），感謝您的付出。

學生家長會為謝各位家長們的熱心贊助，特別於九月份辦理學校日捐款送好禮活

動，您若在 9 月底前捐款家長會伍佰元(含)以上，將會獲贈好禮八選一：景女制服熊、優質木握把 316 不鏽鋼食品級材質馬克杯(雷雕景女校徽)、化妝包、摺疊鏡、麻布提袋、旅行 7 件組、景女專屬伸縮證件夾(含掛繩)、景女小書包(可容納平板大小)。而以上紀念品，數量均有限，送完為止，歡迎大家踴躍捐款，一起讓孩子的學習需求更加提升。

捐款注意事項：

- ◆ 捐款方式：現金、支票、臨櫃無摺存款、匯款、ATM 轉帳。
  - ◆ 無摺存款或匯款者，請於備註欄加註『班級、座號、同學姓名』，以利對帳及開立收據。
  - ◆ 帳戶資料：郵局代號：700 帳號：00027340424646 局名：文山木新郵局  
戶名：臺北市立景美女子高級中學學生家長會林愛婷
- 家長會電話：2939-9896 Email：[parents@cmgsh.tp.edu.tw](mailto:parents@cmgsh.tp.edu.tw)  
林愛婷會長電話：0963216979

===== (請填妥後撕下交回) =====

### 臺北市景美女子高級中學學生家長會捐款明細

家長姓名 (或收據抬頭)		學生姓名		就讀班級	年 班 號
捐款金額	新台幣 拾 萬 千 百 拾 元整。(NT\$: _____)				
捐款 方式	<input type="checkbox"/> 現金放入信封袋，由孩子交至家長會辦公室。 臨時收據編號：_____ <input type="checkbox"/> 匯款或無摺存款 (日期 _____年____月____日 匯(存)款人姓名：_____ ) <input type="checkbox"/> ATM 轉帳 (日期 _____年____月____日 轉帳後五碼：_____ )				
捐款送好禮 (不含指定捐款)	<input type="checkbox"/> 捐款 2500 元(含)以上者，贈送景女制服熊 1 隻。 <input type="checkbox"/> 捐款 2000 元(含)以上者，贈送優質木握把 316 不鏽鋼食品級材質馬克杯(雷雕景女校徽)。 <input type="checkbox"/> 捐款 1000 元(含)以上者，贈送化妝包或摺疊鏡或麻布提袋或旅行 7 件組(四擇一)。 <input type="checkbox"/> 捐款 500 元(含)以上者，贈送景女專屬伸縮證件夾(含掛繩)。 <input type="checkbox"/> 捐款 4000 元(含)以上者，贈送景女制服熊 1 隻+316 不鏽鋼食品級材質馬克杯(雷雕景女校徽)。 <input type="checkbox"/> 捐款 3000 元(含)以上者，贈送優質木握把 316 不鏽鋼食品級材質馬克杯(雷雕景女校徽)+景女小書包(可容納平板大小)1 個。 <input type="checkbox"/> 捐款 2000 元(含)以上者，贈送景女小書包(可容納平板大小)1 個+化妝包或摺疊鏡或麻布提袋或旅行 7 件組或景女專屬伸縮證件夾(含掛繩) (五擇一)。 (捐款送好禮，限 113 年 9 月 30 日前完成捐款者，各品項數量有限，送完為止。)				

PS：請填妥後連同現金放入信封繳回家長會；匯款、無摺存款或轉帳者，可填妥後拍照 E-mail 到家長會信箱

如有任何問題歡迎來電學生家長會(TEL:2939-9896 或 2936-8847 轉 244)或寄電子郵件至家長會 Email address：[parents@cmgsh.tp.edu.tw](mailto:parents@cmgsh.tp.edu.tw) 亦可直接到家長會辦公室詢問。

為孩子們出錢、出力、出時間，陪伴成為孩子堅強的後盾。若您願意擔任家長會志工，支援各項孩子們的大型活動，我們也非常歡迎喔！期待您熱情贊助與加入景女家長會志工團隊的大家庭，景女學生家長會歡迎您！

家長會長林愛婷敬上

# 教務處工作報告

顧秀華 主任

一、教務處共計有五大組，相關業務簡介如下，歡迎家長們與學生洽詢。



二、本校 112 學年度大學入學，畢業生藉由多元入學管道，以繁星推薦、個人申請及分發入學進入心目中理想大學科系。本年度錄取臺大、清大、陽明交大、成大、師大、政大等頂尖大學合計 85 人，佔 13.80%；另國立大學(含市立大學與國外申請大學)錄取率為 42.86%，私立大學 57.14%。分析歷年學生選填校系結果，多數畢業生已達國立大學率取標準，但因學生特質及考量交通因素，畢業多數選填北部優良私立大學(東吳、輔仁合計 136 人，達 22.08%)。感謝本校全體教師的無私付出，陪伴畢業生到最後一刻，以及考生家長們認同與支持，共同協助今年高三畢業生衝出佳績，進入理想大學。

三、本年度高一新生透過臺北市優先免試、基北區免試入學、體育績優生等入學共計 636 人，成為第 63 屆黃衫女孩，期盼她們能夠在景美女中優質的學習環境下，找到發揮自己天賦與潛能的舞台，目前每班平均人數約 35-36 人，感謝各位家長信任與期待歷年本校辦學績效，本校全體教職員將竭力教導，重視每個學生，獲得適性揚才的學習機會。

四、108 新課綱本校基於過去幾年的積極推動與課程發展累積下，已發展出具校本特色，並符合學生學習之課程地圖。除部定學科學習外，語文資優班(善)進行語文專題、數學實驗班(仁)進行數學專題、自然科學實驗班(愛)進行自然科學專題、以及財經商管雙語實驗班(智)進行課程融入雙語之運作並開設國際視野、企業個案研究、跨文化理解與溝通、創意設計與經營、全球議題等特色課程，期望培養具財經商管性向之雙語人才。

五、高一 14 個主流班級，以第二外語選修課程為編班依據，進行小組教學，深化語文聽、說、讀、寫等能力。高二班級分為第一班群 A(財經商管群)、第一班群 B(人社法政)、第二班群(資訊理工群)以及第三班群(生物醫藥群)。其中高二跨班多元選修課程(含跨校多元選修課程)開出高達 24 門課程，包含 3 門第二外語進階課程。進一步學生拓展學習視野，營造校園多面貌學習風景，也讓學生參與不同課程，發掘自身長處，探索自我興趣，為升學及生涯規劃預先做好準備。

各班規劃如下表：

高一	18 班	高二	18 班	高三	18 班
一忠	韓語主流班	二忠	資訊理工群	三忠	資訊理工群
一孝	韓語主流班	二孝	資訊理工群	三孝	資訊理工群
一仁	數學實驗班	二仁	數學實驗班 (資訊理工群)	三仁	數學實驗班 (資訊理工群/ 生物醫藥群)
一愛	自然實驗班	二愛	自然實驗班 (生物醫藥群)	三愛	自然實驗班 (生物醫藥群)
一信	韓語主流班	二信	資訊理工群	三信	生物醫藥群
一義	韓語主流班	二義	生物醫藥群	三義	生物醫藥群
一和	日語主流班	二和	生物醫藥群	三和	生物醫藥群
一平	日語主流班	二平	生物醫藥群	三平	生物醫藥群
一溫	日語主流班	二溫	生物醫藥群	三溫	生物醫藥群
一良	日語主流班	二良	生物醫藥群	三良	人社法政群
一恭	日語主流班	二恭	人社法政群	三恭	人社法政群
一儉	日/法主流班	二儉	人社法政群	三儉	財經商管群
一讓	法語主流班	二讓	財經商管群	三讓	財經商管群
一禮	西語主流班	二禮	財經商管群	三禮	財經商管群
一智	雙語實驗班	二智	雙語實驗班 (財經商管群)	三智	財經商管群
一誠	西語主流班	二誠	財經商管群	三誠	財經商管群
一勇	德語主流班	二勇	財經商管群	三勇	財經商管群
一善	語文資優班	二善	語文資優班 (人社法政群/ 財經商管群)	三善	語文資優班 (人社法政群/ 財經商管群)

六、113 學年度本土語課程開設於高一，上下學期各一學分，113 學年度各語系選修學生數與 112、111 學年度對照表，統計如下：

語種	客語				原民語									臺灣手語	閩東語	閩南語	
	大埔腔	四縣腔	海陸腔	饒平腔	德固達	太魯閣語	秀姑巒阿	宜蘭澤教	東排灣語	海岸阿	馬蘭阿	賽考利克	巒群布				鄒語

					雅語		美語	利泰雅語		美語	美語	泰雅語	農語				
113		25	10	1		1	1		1	2		1		1	69	1	523
112	1	38	8	1	1	1	2	1	2	5	1	2	1	0	52	4	512
111	0	25	7	0	0	1	1	0	2	3	1	4	0	0	23	1	567

\*反灰為透過教育部國教署直播共學方式開課。

113 學年度本土語開課時間為星期一第 5 至 7 節，採 3 個班群方式開課。感謝本校已取得閩南語中高級認證之張國裕老師、游雲霞老師、莊惠如老師以及蔡佩倚老師本年度持續協助開課。有關本土語教學支援人員部分，客語四縣腔洪淑梅老師、客語海陸腔劉春燕老師以及閩南語許志聰、簡素蘭、蘇禎松老師於協助開課，手語由(聾)蔡舜旭、(聾)劉儀芬老師授課。其餘語系(表格中反灰部分)亦已透過教育部國教署以及台北市政府教育局之媒合，將採直播共學方式開課，感謝本校教學組同仁八月期間不斷聯繫的努力，本校每位學生本土語課程皆能以其選擇之第一志願語系進行課程。

七、為協助高三學生準備學測國寫測驗準備，本學期預計於 11 月底、12 月初邀請師鐸獎得獎教師陳嘉英老師於校內開設國寫講座等課程，該講座歷年來深受高三學生肯定，以學測應試策略重點，帶領學生掌握寫作應試技巧，請家長鼓勵學生務必參加。高三學生準備升學考試，健康與穩定的生活作息相當必要與重要，請家長多鼓勵陪伴孩子度過高三生活，如遇科目學習難題，鼓勵孩子多與教師請益與請教

七、本校持續推動「臺北市立高級中等以下學校教學輔導教師設置方案」，也配合「教育部教師專業發展實踐方案人才培育計畫」，本校目前已有 39 位教學輔導教師，協助新進教師及有教學精進老師，適應本校教學環境，另外同儕教師間亦透過組織專業社群，共同備課，分享教學經驗，提升教學品質，本方案實施至今，成效良好。

八、本學年度本校除持續執行「教育部 113 學年度高中優質化計畫」(簡稱高優計畫)，更擔任數位前導學校。本校除利用上述計畫，持續進行「108 新課綱」素養導向之課程設計與教師增能、擴充與更新教學實驗場域設備，以利教師教學及學生學習外等，除了延續去年責任持續進行戶外教育課程開發外，同時亦肩負數位前導任務，將積極推動數位學習相關教師增能與優質課程分享。

九、第二外語(日、法、德、西、韓語)學習自 1994 年開始在景美女中，作為高一共同必修選修之一年性課程，已為全國首創之特色，我們也規劃作為 108 課綱高一特色多元選修課程。106 學年度開始則於高二開設二外進階課程(多元選修)，提供學生有機會連續兩年持續進修。同時 107 學年度開始與大學合作開設教育部「高中生預修大學第二外語課程(簡稱 AP 課程)」，共與台大日文系、政大韓語系、淡大法語系、淡大德語系與輔大西語系合作開設五門 AP 課程，供學生於周末假日免費修習。完成修習者，除了具備參與初級語言檢定之實力外，在未來大學中將具有相關外語實力認證或抵免等優勢，也保障景美女中學生優先選課名額。今年度課程於 113 年 9 月 14 日星期六即正式開始上課。本學期之二外 AP 課程配合各大學開課規劃，採線上及實體皆安排之授課模式。詳細課

程資訊可見本校官方網頁熱門公告。若有課程相關諮詢，歡迎洽教務處實驗研究組(29368847 分機 306)。

- 十、疫情之後，本校於 2023 年重新啟動了與法國姐妹校(Ensemble Scolaire Edmond Michelet)的互訪交流，今年四月時法國姊妹校師生一行 15 人(13 生、2 師)到訪本校，本校 13 名學生擔任接待家庭，透過接待與入校課程體驗，進行了深度的文化與教育交流，本校預計於今年 10 月 28 日至 11 月 9 日帶領該批學生回訪法國姐妹校，期待能提升學生國際視野的同時，於法國有了個家。該交流活動每年皆會辦理，由高一學生接待，歡迎高一學生明年四月加入國際交流課程的行列。
- 十一、 108 新課綱升大學管道多元，其中學生平時在校成績著實在繁星、個人申請入學等方案上佔了相當重要的角色，邀請家長們一起協助孩子每日穩定作息與投入課業學習，以爭取未來升大學各式管道之相關機會。另提醒定期考查期間若有請假需求者，請務必按照本校請假相關規定完成請假，使得進行補考。若需請事假務必事先提出並完成請假手續；定期評量考查當日身體不適須請病假者，須出示區域醫院就醫之相關證明，請家長們務必知悉與配合。
- 十二、 本學期各科教師教學計畫與導師班級經營計畫書已上傳本校學校日網頁，歡迎各位家長上網瀏覽參閱。
- 十三、 過去這兩年，隨著生成式人工智慧(Generative AI)的推出與更新，已經對於教育產生相當全面且全球性的影響。如何在生成式人工智慧時代引導學生讓科技成為學習助力，培養學生具備面對如此變動快速且充滿不確定性(uncertain)未來所必備的思考能力、自我管理、問題解決能力以及挫折容忍力，為本校相當重視與投入的議題，112 學年度起全校教師皆進行相關數位教學增能研習，113 學年度將投入數位課程設計與實踐分享，期待透過數位工具強化教師教學設計與提升學生學習成效。

## 一、本學年度工作重點：

### (一)優秀來自於紀律

落實品格教育、生活教育，一個學校內在文化與外在風貌呈現的基礎，每個學校都會強調，但真正做的好的卻很少，我們希望與同學們建立一個共識，當每個人都能自律，那會讓我們師長的管理成本降低，學校會更能累積力量去尋求外部資源發展學校，最後受益的還是各位同學。

### (二)傑出來自於創意

學校在強調生活教育的同時，同樣重視多元創意的學習活動。創意很容易在非正式課程呈現，鼓勵同學必須去思考學校與自我定位的問題，培養女性領袖人才是學校努力的方向，學生本身的資質也值得我們期待，創意就是未來，創新就是進步；沒有創新就是原地踏步走。創意可以發揮在社團、班級活動、服務學習等，是正向的進步力量，我們持續開放學校資源，落實學生主體，讓學生以「經營者」的角度參與學校經營與發展，而非三年過客。

### (三)為下一代交朋友—國際教育的推展

國際教育的內容包括參加國際教育旅行、校際交流、服務學習與國際會議或競賽，因應 108 課綱的變動，國際教育的推動必須「課程化」，這是景美的重點發展方向，也是我們的強項，除了能提升我們學校與學生的能見度與視野，進而回饋到我們學校的發展，我們學校發展國際教育的條件很好，主要是學生的參與意願高。

### (四)強調溝通說理的友善校園

我們希望同學們對於學校的任何措施有所疑問，都可以來問相關負責的處室或師長，避免不正確的資訊傳遞，造成不必要的困擾，學校是一體的，教導學生相信師長的一切作為出發點都是良善，或許容有改進之處，也是需要同學的反映與回饋，希望建立溝通說理的文化，真正體現所謂的友善校園。

我們必須教會學生獨立思考、合作學習與解決問題的能力，希望家長對於學生反映學校不合理情事，請鼓勵孩子先行向相關處室詢問，若仍覺不合理當然歡迎家長協助向學校反映，避免片面解讀，造成學生與家長對學校的誤解。

### (五)建構多元學習歷程檔案

「人生比的不只有數字，更要比的是故事！」現在的學習不僅限於教室內的學科學習，因應 108 課綱的精神，學務處除了強化生活教育外，也積極提供學生各項多元學習機會，如同先前提到國際教育，還包括彈性學習時間、服務學習與校內外競賽活動，讀書是根本，但我們相信每個人有不同的成功方式。

## 二、其他家長須知：

### (一)學生請假規定：

112 學年度起，學生請假採「紙本假卡」、「酷課雲線上請假」兩種模式併行。學生、家長可擇一方式辦理請假。

- 1、【紙本假卡】：適用全體學生，請假需至合作社購買紙本假卡，填寫假卡檢附相關證明文件，並經家長、導師、輔導教官/學創老師簽名後，送交生輔組，完成請假手續。
- 2、【酷課雲線上請假】：適用已親子綁定學生，請假由學生 OR 家長至酷課雲（酷課 APP）登入後，填寫請假申請並檢附相關證明文件，並經家長審核同意（學生送出假單申請者）後，系統會自動送交各單位審核假單，完成請假手續。利用酷課 APP 請假的學生需留意假單是否通過，或有需補件的情形，以免逾時銷假。
- 3、學生當日請假，請家長先以電話向教官室或導師請假，學生需填寫假卡申請銷假，依規定完成請假手續，以免被記曠課之處分。
- 4、學生出缺勤狀況將影響其德行評量，學校亦會針對缺曠課過多之同學，寄發通知提醒家長注意。
- 5、學生到校後如需中途離校，請家長打電話到學務處/教官室請假，學生再依家長來電單填寫外出單始得離校外出。

### (二)學生作息時間：

學生作息時間如下表，請家長協助提醒學生準時到校，8：10 開始第一堂上課。

時間	作息
06:30~07:00	校園場地開放時間，無校安人力，因故早到者請於學校指定教學區；住宿者亦請於學校指定教學區或宿舍內活動，切勿到校園偏僻角落，以確保生命財產安全。
07:00~07:30	早到學生在各班教室自主規劃運用
07:30~08:10	全校班級自主學習活動
08:10~16:00	<b>學習活動</b>
16:00~16:10	全校放學或下課時間(依課表)
16:10~18:00	學生課業輔導/班級經營/課後社團活動/代表隊培訓/學校重要活動
18:00~21:00	晚自習 ●18:00 為未申請獲准留校者強制離開教室時間點 ●21:00 為全校強制離校時間點
21:00	校園關閉

### (三)有關社團部份：

- 1、學生宜適度參與社團，並做好時間管理，社團活動以校內活動為原則，學校對於課後或假日活動的申請，要求檢附活動申請表與家長同意書，核准後公告上網提供家長知悉，所有課後社團活動以自由意願參加為原則，經過申請之課後活動(含假日)，皆會上網公告予家長知悉。
- 2、依據本校社團管理規則，高一學生每人都必需參與社團且只能參加一個社團。自 113 學年起社團成果發表會原則上皆在學校辦理，如社團有特殊需求必需在校外租借場地者，需提案至社團發展委員會審議通過後始得在校外辦理社團成果發表會。
- 3、學校代表隊（含樂儀旗隊、合唱團、國樂團、體育代表隊）成員皆經篩選後培訓，代表學校參加比賽，為校爭光，是至高榮譽，因培訓不易，除因特殊原因外原則上不同意同學輕易退隊。

### (四)有關學生午餐部份：

學生午餐選擇有下列方式

- 1、自帶便當（各班教室皆有蒸飯箱可供使用）。
- 2、熱食部購買午餐，有預購午餐便當及現場購買自助餐選項。
- 3、合作社購買麵包等商品。
- 4、訂購外食，依規定只能訂購午餐，不能訂購飲料、甜點…。

### (五)班級聯合會費

班級聯合會每年會向新生收取會費 300 元(高一、高二繳兩年)，用以支應辦理全校性活動相關經費，收取費用繳入公庫按會計程序辦理，畢業前會計算該屆每位學生之餘額，將合併合作社提供之經費，製作畢業紀念品予當屆學生。

# 總務處工作報告

黃郁博 主任

- 一、今年暑假學校的修繕工程包括五項：綜合大樓暨附設地下停車場新建工程（二期）、勵學樓災損修復及結構補強工程、行政辦公室修繕工程、活動中心電源改善工程以及活動中心消防改善工程。除綜合大樓暨附設地下停車場新建工程（二期）與活動中心電源改善工程預計於11月初完工外，其餘三項工程均已於8月30日前順利完工。感謝全體師生的大力配合，讓各項工程得以安全、按期完成，對於施工期間造成的不便，也感謝大家的理解與支持。
- 二、和平樓新建游泳池已於本學期正式啟用，學生可以直接在校內上游泳課。為使學校的運動設施更加完善，暑假期間也完成了全新的校園跑道，並於開學後開放師生使用。此外，我們積極爭取了室外籃球場、網球場及排球場的地坪整修與球場圍籬的同步修繕。由於時間關係，球場工程預計將於9月底完成。屆時，景美女中將擁有完善的室內外運動設施，供師生使用。
- 三、本校「綜合大樓暨附設地下停車場新建工程」（103~113年）由本校與停管處共同委託新建工程處辦理，並於108年7月29日舉行動土典禮。和平樓及地下停車場（一期）工程已於112年8月1日取得使用執照，正式啟用。校內目前正在進行工程二期（信義樓及景觀工程），預計於113年底完成。為確保師生的安全與便利，我們持續進行現場檢查並修繕缺失，若收到師生反映的問題，總務處同仁會即時通知廠商，並在不影響上課的情況下，於課間或課後陪同檢視與處理，務求師生使用時更為便利、安全。
- 四、總務處的主要任務與職責是確保教學環境和硬體設備的完善。針對各項設施或物品的修繕，我們已制定標準作業流程。校內師生可以透過學校網站填報需要修繕的項目，總務處也已於開學時指導各班總務股長如何進行報修，或通過線上群組即時通報。若學生向家長反映任何相關事項，請鼓勵孩子直接向學校反映，培養他們的獨立性和解決問題的能力。總務處在收到修繕通知後，會盡快了解情況並進行處理與改善。
- 五、感謝家長會多年的支持，協助學校進行冷氣設備的更新以及班級冷氣的定期保養與清潔。由於近年來夏天氣溫屢創新高，冷氣使用頻繁，我們也感謝家長對於冷氣修繕與保養事項的支持，讓總務處能夠迅速、妥善地解決問題，為師生提供舒適的教室環境。

- 一、 歡迎高一新生家長加入景美女中。輔導室提供升學、生涯、心理、生活適應等各層面之資訊及服務，希望您及孩子多多利用輔導室的相關資源☺



- 二、 本學年度輔導老師及其責任輔導班級：

職稱	姓名	分機	高一輔導班	高二輔導班	高三輔導班
主任	吳思端	333	忠	忠	忠
資料組長	鍾芳蘭	229	孝仁愛	孝仁愛	孝仁愛
高一輔導老師	張慈容	227	信-善	--	--
高二輔導老師	高巧倫	229	--	信-善	--
高三輔導老師	陳彥君	228	--	--	信-善

輔導室電話：(02)29368847#333、227、228、229  
 輔導室信箱：[counsel@cmgsh.tp.edu.tw](mailto:counsel@cmgsh.tp.edu.tw)

請家長多給予孩子鼓勵，協助及早做好生涯規劃，各年級生涯輔導重點：

高三	114 多元入學系列輔導
高二	深入探索大學學類 及早準備相關科系之學生學習歷程檔案及學習課程選修
高一	協助適應高中生活 進行性向、興趣測驗施測 介紹 108 課綱內容及引導認識學習歷程檔案 協助學生選擇班群

### 三、 學生活動：

- (一) 本學期仍加強宣導生命教育、性別平等教育、家庭教育及生涯發展，請家長共同參與並提供意見。
- (二) 持續辦理國內外大學校系介紹及職涯講座，請鼓勵學生踴躍參加。
- (三) 辦理甄選入學系列講座：如何準備學習歷程檔案、中英文自傳、作品集製作...等。
- (四) 邀請專業人士蒞校分享經驗，也歡迎推薦講座。

四、 不定期辦理家長成長親子講座，歡迎家長踴躍報名參加。

五、 感謝家長每一年協助擔任大學校系介紹、職涯講座講師，以及模擬面試委員，本學年仍需要您的協助，為景美的孩子帶來無法取代的引導。

請協助填寫家長資源調查表單 ( → )，謝謝您！

六、 提醒您，如觀察孩子有情緒低落、暴食、厭食、失眠或嗜

睡、對人冷淡、對事不關心、無法唸書、出現自傷或厭世念頭時，請盡速與輔導室聯絡，孩子的青春無法等待，盼親師能密切合作，讓我們一起為孩子打造一個安全且充滿快樂、希望的學習環境。

七、 114 多元入學方案說明會，將於 9/21 週六上午與學校日合併辦理，採實體講座方式進行，歡迎家長參加。114 多元入學方案及日程請參閱手冊附錄，並可掃描下列 QR code 參考相關資訊。

景美女中家長資源調查表

<https://ppt.cc/f0a4Kx>



<b>114大學多元入學手冊</b>	<b>大學招生委員會聯合會</b>
<a href="https://www.cmghsh.tp.edu.tw/nss/s/guide/19">https://www.cmghsh.tp.edu.tw/nss/s/guide/19</a>	<a href="https://www.jbcrc.edu.tw/">https://www.jbcrc.edu.tw/</a>
	

# 教官室工作報告

## 一、教官室人員介紹【學校總機：02-29368847】

- (一) 輔導教官：李明蒨教官、張言傑教官
- (二) 學創老師：林裕民老師、施昭仔老師  
李奕廷老師、楊竣菘老師  
徐嫚禧老師

## 二、學生已到校上課後，因故需要中途離校作法

- (一) 學生中途離校，必須先請家長致電教官室（2936-8847 分機 230-233），告知班級、座號、姓名，教官室會登載家長來電通知單。
- (二) 學生離校前，必須先到學務處 輔導教官/學創老師 處查找家長來電通知單，再據以填寫學生【學生外出登記單】，由師長於外出登記單上簽章後，始得離校。

## 三、學生搭乘本校包租式專車（世豪通運）：萬華線、蘆洲三重線、新莊線、土城板橋 A、B、C 線。若發生誤點未到站，搭乘學生處置 sop 如下

- (一) 若專車延誤達 10 分鐘（表定發車時間）時，請同學立即撥打教官室緊急電話 2937-9633，告知是哪一路線誤點，教官室會即刻向客運公司了解派車狀況並回覆車隊長群組及通知搭乘學生。
- (二) 該線未發車或延誤超過 15 分鐘時，經確認後群組通知同學，請同學搭乘計程車（同站結伴共乘，沒伴則自行搭乘）前往學校，並請計程車開立收據。
- (三) 收據請寫上班級、姓名及路線別，交給教官室承辦學創老師，教官室向車公司申請費款後，會將計程車資費返還給同學。

## 四、防制學生藥物濫用

為強化家長反毒知能，共同防制學生藥物濫用，相關宣導資料請參考

- (一) 教育部防制學生藥物濫用資源網(<https://enc.moe.edu.tw/>)。
- (二) 法務部反毒大本營(<https://antidrug.moj.gov.tw/mp-4.html>)。

## 五、國防部全民防衛動員署公告「2023 全民國防應變手冊」下載網址：

[https://aodm.mnd.gov.tw/UFile/down/69\\_2023061309580101\\_%E5%85%A8%E6%B0%91%E5%9C%8B%E9%98%B2%E6%87%89%E8%AE%8A%E6%89%8B%E5%86%8A.pdf](https://aodm.mnd.gov.tw/UFile/down/69_2023061309580101_%E5%85%A8%E6%B0%91%E5%9C%8B%E9%98%B2%E6%87%89%E8%AE%8A%E6%89%8B%E5%86%8A.pdf)

# 學校日工作報告(113 學年第 1 學期)

## 圖書館工作報告

- 一、本校圖書館自上學期開始，即完成搬遷及開放使用，圖書館開放時間仍維持上課日之上午八時至下午六時，歡迎同學們充份利用。
- 二、本校目前各類館藏約有七萬餘冊，為鼓勵家庭共讀，歡迎各位家長，透過學生帳號借用本校圖書。本校每位學生可借書六本，借期為兩週，可續借一次。各位家長可利用本校圖書館網頁，瞭解查詢本校館藏。(統計至 113.09.13)

000	100	200	300	400	500	600	700	800	900	總計
總類	哲學	宗教	自然科學	應用科學	社會科學	中國史地	世界史地	語文	藝術	
5,280	4,285	954	7,267	5,189	9,192	3,501	5,691	27,546	8,863	77,768
6.8%	5.5%	1.2%	9.3%	6.7%	11.8%	4.5%	7.3%	35.4%	11.4%	100.0%

- 三、為推廣電子閱讀，本校圖書館有 UDN(聯合)、HyRead(凌網)、iRead(華藝)等三大電子書系統可供師生使用，歡迎同仁推廣利用。圖書館亦設有 iPad 的 UDN 及 HyRead 電子書閱讀器，師生同仁可利用閱讀器直接閱讀電子書及電子雜誌，亦可直接安裝手機 APP，隨時閱讀。



- 四、學生學習歷程檔案已完成了第二屆的三年運作，感謝學生、老師及家長們的配合，本校學習歷程檔案均能順利運作處理。新年度學習歷程檔案運作的程序尚無太大變化，112 學年度學生（高二、高三）學習成果勾選及多元表現上傳／勾選截止日期為 113 年 09 月 25 日，請家長協助提醒學生注意時效。勾選完畢後將會列印勾選確認單，請家長協助確認。

五、113 學年度學生學習歷程檔案工作管制日程表（草案）如下，實際日期調整則依據國教署及教育局規定修訂辦理：

113 學年度高三學生學習歷程檔案工作管制日程表（配合調整）

	基本資料 (幹部資料)	修課紀錄	學習成果	多元表現	
資料檢視	113.11.15	113.11.15			
學生上傳			114.02.07 (上) 114.04.05 (下)	114.04.05	17:00 前
教師認證			114.02.16 (上) 114.04.10 (下)		回收上傳確認單
學生勾選			114.04.15	114.04.15	17:00 前
學校提交	114.03.01 (上) 114.04.16 (下)	114.03.01 (上) 114.05.12 (下) PDF格式	114.04.16	114.04.16	回收勾選確認單
學生收訖複核	114.03.11 (上) 114.04.21 (下)	114.03.11(上) 114.05.16 (下)	114.04.21	114.04.21	114年4月23日 完成提交作業

113 學年度高一、二學生學習歷程檔案工作管制日程表（配合調整）

	基本資料 (幹部資料)	修課紀錄	學習成果	多元表現	
資料檢視	113.11.15	113.11.15			
學生上傳			114.02.07 (上) 114.07.15 (下)	114.09.25	17:00 前
教師認證			114.02.16 (上) 114.07.22 (下)		回收上傳確認單
學生勾選			114.09.25	114.09.25	17:00 前
學校提交	114.04.01 (上) 114.10.16 (下)	114.03.01 (上) 114.10.16 (下)	114.10.11	114.10.16	回收勾選確認單
學生收訖複核	114.04.11 (上) 114.10.21 (下)	114.03.11 (上) 114.10.21(下)	114.10.21	114.10.21	

六、各年級學習歷程檔案製作學習重點：

 <p>高一</p> <p>系統操作、檔案格式 製作訓練及內容說明 寫作。</p>	 <p>高二</p> <p>檔案內容撰寫、製作 及排版；志向確認及 配合修課作檔案。</p>	 <p>高三</p> <p>學習歷程及多元表現 綜整，志願選填及勾 選作品輔導。</p>
--	---	---

七、為鼓勵本校學生歡喜閱讀、有效閱讀，以培養良好的閱讀習慣，本學年開始辦理本校「黃衫閱讀金樹獎」活動，藉由資訊系統認證及累積點數的方式，獎勵勤於閱讀的學生，細節辦法已公告，請各位家長協助鼓勵學生踴躍參與。

認證方式：

	總點數	基本點數要求				
		借閱圖書	閱讀檢定	心得留言	讀書心得	推薦圖書
閱讀小樹獎	50	0	0	0	5	0
閱讀銅樹獎	100	30	10	30	15	5
閱讀銀樹獎	300	60	20	50	25	10
閱讀金樹獎	500	150	50	100	35	20

八、本校目前已有的行動載具包括：iPad、Surface、Zenpad(Asus)、chomebook、HP 筆電、ASUS 筆電等，加強學生對於新興媒體及科技的運用與學習。並配合教育局政策，持續執行「生生一平板」計畫，學生可提出學習計畫申請表辦理借用，借用期間為一學年。學生申請須說明用途、預期目標等，並經導師及家長簽名，歸還時則須提出學習成果報告，以為未來是否續借之參考依據。借用人數超過設備數量，則以抽籤方式決定。

<https://www.cmgsh.tp.edu.tw/nss/s/jmlibrary/185>

九、本市教育局 113 年採購之線上資料庫內容豐富，並可在家使用，只要利用臺北市「單一簽入」帳號登入，即可使用資料庫，歡迎鼓勵學生自我學習運用。



<https://onlinedb.tp.edu.tw/Login.action>

十、中學生網站全國高中生閱讀心得寫作比賽及小論文比賽，本校同學表現優異，感謝老師們的熱心指導，無論有沒有得獎，學生在參與的過程中，亦必定有所收穫。下學期比賽截止時間分別為 113 年 10 月 10 日及 113 年 10 月 15 日的中午 12 時整期請各位家長鼓勵同學參加比賽。

十一、為培養學生善用圖書館資源，並訓練學生獨立自主學習的能力，本校自 9 月 23 日開始，至 9 月 27 日，辦理高一各班新生圖書館之旅活動，介紹圖書館環境，並引導學生利用圖書館 webpac 館藏服務系統、利用線上資料庫及期刊雜誌等，查詢資料。

- 十二、 本學年將辦理與美國薩爾中學、馬來西亞韓江中學、越南河內大學外國語大學附屬高中等友校之線上課程交流活動，感謝相關師長的協助，也歡迎對國際交流有興趣的教師踴躍參與。
- 十三、 112 學年度 IFY 國際預科課程，經測驗篩選後，最終錄取 13 位同學，感謝英文科劉慧平老師、吳欣怡老師及其他老師協助，更感謝公民科、數學科的伙伴們協助相關課程教學。期待本課程計畫對有需要國外升學的學生有所幫助。

# 景美女中 113 學年第一學期團體活動行事曆【教師版】

113.08.28.

週次	日期	高一		高二		高三	
		第六節	第七節	第六節	第七節	第六節	第七節
1	08/30	暑假作業測驗	暑假作業測驗	暑假作業測驗	暑假作業測驗	班級活動	班級活動
2	09/06	班級活動	高一健檢及流感說明會	班級活動	班級活動	集會 (高三司儀)	班級活動
3	09/13 <small>學務會議</small>	社團活動【1】		社團活動【1】		班級活動	班級活動
4	09/20	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動
5	09/27	社團活動【2】		社團活動【2】		班級活動	班級活動
6	10/04	班級活動 *高一辯論比賽說明會	集會 *高一辯論比賽說明會	班級活動	集會	班級活動	班級活動
7	10/11	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)
8	10/18	社團活動【3】		社團活動【3】		班級活動	班級活動
9	10/25	環境教育講座	環境教育講座	班級活動 (第一班群) 台積電講座 (第二三班群)	班級活動 (第一班群) 台積電講座 (第二三班群)	班級活動	班級活動
10	11/01	藥物濫用防治宣導 *國語文競賽	交通安全宣導 *國語文競賽	班級活動 *國語文競賽	班級活動 *國語文競賽	班級活動	班級活動
11	11/08	班級活動 *國語文競賽	班級活動 *國語文競賽	特教宣導講座 *國語文競賽	特教宣導講座 *國語文競賽	班級活動	班級活動
12	11/15	社團活動【4】		社團活動【4】		班級活動	班級活動
13	11/22	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)	班級活動 (期中考前)
14	11/29	社團活動【5】		社團活動【5】		班級活動 課諮師入班諮詢輔導	班級活動 課諮師入班諮詢輔導
15	12/06	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動
16	12/13	高一合唱比賽	高一合唱比賽	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動
17	12/20	社團活動【6】		社團活動【6】		音樂.國防 期末考	音樂.國防 期末考
18	12/27	班級活動	集會	班級活動	班級活動	班級活動	班級活動
19	01/03	第二外語 期末考	音樂.體育 期末考	音樂.體育 期末考	音樂.體育 期末考	班級活動	班級活動
20	01/10 <small>學務會議</small>	班級活動 (期末考前)	班級活動 (期末考前)	班級活動 (期末考前)	班級活動 (期末考前)	班級活動	班級活動
21	01/17	期末考	期末考	期末考	期末考	班級活動	班級活動

備註：

1. 所有「班級活動」時間，除拔河隊與排球隊外，原則上排除其他校隊或社團之練習，除遇重大賽事須加強訓練者，得經指導老師同意，學生以公假申請練習。
2. 活動名稱前方加註「\*」者，屬於參賽學生抽離之活動。
3. 第七節【白底】部份為**基本鐘點**，【反黑】部份會另行造冊撥付鐘點費。請導師第六、七節皆入班指導學生。
4. 社團指導鐘點費由學務處另行造冊。
5. 導師請假時，請覓妥代導師協助班級事務。鐘點費撥付方式如下：
  - 甲、【白底】：除公付的假別外，鐘點費請自付給代導師。
  - 乙、【灰底】：不論假別，一律由教務處撥給代導師。

# 113-1 大學入學模擬考試日程、範圍

## 一、學科能力測驗考試範圍總表

回次 科目		第一次(E2)	第二次(E3)	第三次(E4)
		113年9月4、5日 (星期三、四)	113年10月29、30日 (星期二、三)	113年12月16、17日 (星期一、二)
國語文綜合能力測驗		第一～三冊	第一～四冊	第一～五冊
國語文寫作能力測驗		2大題	2大題	2大題
英 文		第一～三冊	第一～四冊	第一～五冊
數 學 A		第一～二冊 (數 A、數 B 不分卷)	第一～二冊 數 A 第三冊	第一～二冊 數 A 第三～四冊
數 學 B			第一～二冊 數 B 第三冊	第一～二冊 數 B 第三～四冊
自 然 科	物 理	物理(全)	物理(全)+探究與實作	物理(全)+探究與實作
	化 學	化學(全)	化學(全)+探究與實作	化學(全)+探究與實作
	生 物	生物(全)	生物(全)+探究與實作	生物(全)+探究與實作
	地 科	地球科學(全)	地球科學(全)+探究與實作	地球科學(全)+探究與實作
社 會 科	歷 史	第一～二冊	第一～三冊	第一～三冊
	地 理	第一～二冊	第一～三冊	第一～三冊
	公民 與社會	第一～三冊 (不含經濟)	第一～三冊	第一～三冊
附 註	1. 各科選擇部分，一律採電腦閱卷作業；非選擇題部分，由各校線上人工閱卷。 2. 非選擇題線上批閱時間： (1)考後第5天：統一開放非選線上閱卷作業系統，供各校老師上線批閱。 (2)考後第10天：各校非選擇題線上批改完成截止。			

## 【第一學期第一次 模擬考試日程表】

為維護考生權益，敬請按下表所列之時間排定，切勿更動考試科目及時間，違規者將取消考試權益，並負擔賠償責任。

		113年9月4日(三)		113年9月5日(四)	
上午		08:05	預備鈴	08:05	預備鈴
		08:10~09:50	英文	08:10~09:50	數學
		10:05	預備鈴	10:05	預備鈴
		10:10~12:00	自然	10:10~12:00	社會
下午		13:05	預備鈴	13:05	預備鈴
		13:10~14:40	國語文綜合能力測驗	13:10~14:40	國語文寫作能力測驗
		15:00	預備鈴		
		15:10~16:00	英聽		

附註：

1. 每節考試開始前5分鐘打預備鈴，鈴響即可進入試場。
2. 考試開始20分鐘後不得入場，入場後至考試開始60分鐘內不得離場。
3. 入場至考試開始鈴響前，不得翻閱試題本、亦不得書寫、劃記、作答。
4. 考試開始鈴響時，即可開始作答；考試結束鈴響畢，應即停止作答。
5. 英聽(英語聽力模擬測驗)為彈性加考項目。

## 【模擬考試範圍表】

科目		測驗範圍	測驗單元名稱
國文		第一~三冊	第一~三冊
英文		第一~三冊	第一~三冊
數學 A		第一~二冊 (數A、數B不分卷)	數與式、指數、對數、多項式函數、直線與圓、數列與級數、 數據分析、排列組合與機率、三角比
數學 B			
自然科	物理	物理(全)	科學的態度與方法、物質的組成與交互作用、物體的運動、電與磁的統一、能量、量子現象
	化學	化學(全)	物質的分類與組成、物質的構造、化學式與化學計量、溶液與常見的化學反應、生活化學
	生物	生物(全)	細胞的構造與功能、遺傳、演化
	地球科學	地科(全)	地球的故事、從地球看宇宙、千變萬化的大氣、深藍的脈動、體驗大地的撼動、鑑古知今談永續
社會科	歷史	第一~二冊	臺灣史：如何認識過去(導論)、多元族群社會的形成(原住民族、移民社會的形成)、經濟與文化的多樣性(經濟活動、山海文化)、現代國家的形塑(台澎金馬如何成為一體、追求自治與民主的軌跡) 東亞史：中國與東亞、國家與社會(國家的統治、社會的組織)、人群的移動與交流(近代以前的人群移動與交流、近代以後的移民)、現代化的歷程(傳統與現代的交會、戰爭與和平)
	地理	第一~二冊	第一冊：研究觀點與研究方法、地理資訊、地圖、氣候系統、地形系統 第二冊：人口與環境負載力、聚落、流通路線與區域、都市與城鄉關係、產業活動、世界體系、臺灣與世界、東亞文化圈的形成與發展
	公民與社會	社會政治+法律範圍	社政：公民身分、國家認同、人性尊嚴與普世人權、國家與政府、政府的組成、民主治理、公共意見、政治參與、公平正義、社會安全、多元文化、全球關聯 法律：權力、權利與責任、團體、志願結社與公共生活、規範、秩序與控制、法律的位階、制訂與適用、憲法與人權保障、干涉、給付行政與救濟、犯罪與刑罰、民事權利的保障與限制、兒童及少年的法律保障、科技發展與相關法律問題、勞動參與
英語聽力模擬測驗		考試範圍比照大考中心之正式英聽考試全範圍	

## 【第一學期第二次 模擬考試日程表】

為維護考生權益，敬請按下表所列之時間排定，切勿更動考試科目及時間，違規者將取消考試權益，並負擔賠償責任。

		113年10月29日(二)		113年10月30日(三)	
上午		08:05	預備鈴	08:05	預備鈴
		08:10~09:50	英文	08:10~09:50	數學 A
		10:05	預備鈴	10:05	預備鈴
		10:10~12:00	自然	10:10~12:00	社會
下午		13:05	預備鈴	13:05	預備鈴
		13:10~14:40	國語文綜合能力測驗	13:10~14:40	國語文寫作能力測驗
		14:55	預備鈴	/	
		15:00~16:40	數學 B		
附註： 1. 每節考試開始前 5 分鐘打預備鈴，鈴響即可進入試場。 2. 考試開始 20 分鐘後不得入場，入場後至考試開始 60 分鐘內不得離場。 3. 入場至考試開始鈴響前，不得翻閱試題本、亦不得書寫、劃記、作答。 4. 考試開始鈴響時，即可開始作答；考試結束鈴響畢，應即停止作答。					

## 【模擬考試範圍表】

科 目		測驗範圍	測驗單元名稱
國 文		第一~四冊	第一~四冊
英 文		第一~四冊	第一~四冊
數 學 A		第一~二冊 數 A 第三冊	數與式、指數、對數、多項式函數、直線與圓、數列與級數、數據分析、排列組合與機率、三角比、三角函數、指數與對數函數、平面向量
數 學 B		第一~二冊 數 B 第三冊	數與式、指數、對數、多項式函數、直線與圓、數列與級數、數據分析、排列組合與機率、三角比、正弦函數與週期性現象、按比例成長模型、平面向量與應用
自然科	物 理	物理(全) [含探究與實作]	科學的態度與方法、物質的組成與交互作用、物體的運動、電與磁的統一、能量、量子現象
	化 學	化學(全) [含探究與實作]	物質的分類與組成、物質的構造、化學式與化學計量、溶液與常見的化學反應、生活化學
	生 物	生物(全) [含探究與實作]	細胞的構造與功能、遺傳、演化
	地球科學	地科(全) [含探究與實作]	地球的故事、從地球看宇宙、千變萬化的大氣、深藍的脈動、體驗大地的感動、鑑古知今談永續
社會科	歷 史	第一~三冊	臺灣史：如何認識過去(導論)、多元族群社會的形成(原住民族、移民社會的形成)、經濟與文化的多樣性(經濟活動、山海文化)、現代國家的形塑(台澎金馬如何成為一體、追求自治與民主的軌跡) 東亞史：中國與東亞、國家與社會(國家的統治、社會的組織)、人羣的移動與交流(近代以前的人羣移動與交流、近代以後的移民)、現代化的歷程(傳統與現代的交會、戰爭與和平) 世界史：臺灣與世界、歐洲文化與現代世界(古代文化與基督教傳統、個人、自由、理性)、文化的交會與多元世界的發展(伊斯蘭與世界、西方與世界)、世界變遷與現代性(冷戰期間的世界局勢、冷戰後的世界局勢)
	地 理	第一~三冊	第一冊：研究觀點與研究方法、地理資訊、地圖、氣候系統、地形系統 第二冊：人口與環境負載力、聚落、流通路線與區域、都市與城鄉關係、產業活動、世界體系、臺灣與世界、東亞文化圈的形成與發展 第三冊：東西文化的接觸與區域發展、從孤立到樞紐、伊斯蘭世界的形成與發展、歐洲文明的發展與擴散、超級強國的興起與挑戰、南方區域的發展與挑戰、全球化
	公民與社會	第一~三冊	社政：公民身分、國家認同、人性尊嚴與普世人權、國家與政府、政府的組成、民主治理、公共意見、政治參與、公平正義、社會安全、多元文化、全球關聯 法律：權力、權利與責任、團體、志願結社與公共生活、規範、秩序與控制、法律的地位、制訂與適用、憲法與人權保障、干涉、給付行政與救濟、犯罪與刑罰、民事權利的保障與限制、兒童及少年的法律保障、科技發展與相關法律問題、勞動參與 經濟：資源有限與分配、誘因、交易與專業分工、供給與需求、國民所得、市場機能與價格管制、市場競爭、外部成本、貿易自由化

## 【第一學期第三次 模擬考試日程表】

為維護考生權益，敬請按下表所列之時間排定，切勿更動考試科目及時間，違規者將取消考試權益，並負擔賠償責任。

		113年12月16日(一)		113年12月17日(二)	
上午		08:05	預備鈴	08:05	預備鈴
		08:10~09:50	英文	08:10~09:50	數學 A
		10:05	預備鈴	10:05	預備鈴
		10:10~12:00	自然	10:10~12:00	社會
下午		13:05	預備鈴	13:05	預備鈴
		13:10~14:40	國語文綜合 能力測驗	13:10~14:40	國語文寫作 能力測驗
		14:55	預備鈴		
		15:00~16:40	數學 B		
附註： 1. 每節考試開始前 5 分鐘打預備鈴，鈴響即可進入試場。 2. 考試開始 20 分鐘後不得入場，入場後至考試開始 60 分鐘內不得離場。 3. 入場至考試開始鈴響前，不得翻閱試題本、亦不得書寫、劃記、作答。 4. 考試開始鈴響時，即可開始作答；考試結束鈴響畢，應即停止作答。					

## 【模擬考試範圍表】

科 目		測驗範圍	測驗單元名稱
國 文		第一~五冊	學科能力測驗範圍
英 文		第一~五冊	學科能力測驗範圍
數 學 A		第一~二冊 數 A 第三~四冊	學科能力測驗範圍
數 學 B		第一~二冊 數 B 第三~四冊	學科能力測驗範圍
自然科	物 理	物理(全)[含探究與實作]	學科能力測驗範圍
	化 學	化學(全)[含探究與實作]	學科能力測驗範圍
	生 物	生物(全)[含探究與實作]	學科能力測驗範圍
	地球科學	地科(全)[含探究與實作]	學科能力測驗範圍
社會科	歷 史	第一~三冊	學科能力測驗範圍
	地 理	第一~三冊	學科能力測驗範圍
	公民與社會	第一~三冊	學科能力測驗範圍

# 景美女中榮譽榜

## 學校榮譽獎項

1. 本校榮獲教育部適性教學計劃績優學校
2. 周寤竹校長、顧秀華主任、張慈容組長榮獲臺北市 113 學年度特殊優良教師
3. 顧秀華主任、張慈容組長分別榮獲臺北市 113 學年度學校行政類、輔導與特殊教育類優良教師
4. 謝再益主任、賴佳儀組長、蔡佩倚組長、黃苑婷組長、李奕廷老師榮獲 113 年度教育部戶外教育成效卓著獎-「黃衫撒野趣-挑戰心中的巔峰」全國學校績優獎
5. 謝再益主任、顧秀華主任、賴佳儀組長、蔡佩倚組長、黃苑婷組長、林靖于老師、李奕廷老師、郭霖老師榮獲 112 學年度高中優質化輔助方案暨前導學校課程與教學創新方案教案甄選-「戶外教育課程：黃衫撒野趣-挑戰心中的巔峰」全國佳作
6. 謝再益主任、賴佳儀組長、蔡佩倚組長、黃苑婷組長、李奕廷老師榮獲教育部體育署 112 年度「甄選登山教育、山野教育優質影片」優選
7. 黃淑偵老師榮獲全國高級中學傑出導師獎
8. 江家慧老師榮獲教育部推動數位學習績優教案全國優選
9. 張國裕老師、謝采凝老師榮獲 112 學年度國教署本土語文優良教案甄選人選

## 語文類

1. 景女青年社榮獲 113 年度全國高級中等學校「學生校園刊物競賽」團體銀質獎：翁雅靜、黃卉芸、葉沂恬、簡安、謝沛恩、韓芷昀；美編獎：簡安；文編獎：葉沂恬、黃卉芸、翁雅靜、謝沛恩、韓芷昀
2. 二善翁雅靜、曹苡萱、鍾宜珊、翁欣玥榮獲 2023 第二十三屆全國高中臺灣人文獎佳作
3. 二良洪品儀榮獲 112 學年度全國語文競賽國語類寫字特優、112 學年度臺北市語文競賽國語類寫字高南組第一名
4. 二溫呂苡慧榮獲 112 學年度全國語文競賽國語類寫字特優、112 學年度臺北市語文競賽國語類寫字高南組第二名
5. 三智陳亭安榮獲 112 學年度全國語文競賽國語類演說特優、112 學年度臺北市語文競賽國語類演說高南組第一名
6. 二勇廖晨鈞榮獲 112 學年度臺北市語文競賽國語類朗讀高南組第五名
7. 二勇黃詩晴榮獲 112 學年度臺北市語文競賽國語類字音字形高南組第二名
8. 一愛王穎軒榮獲 112 學年度臺北市語文競賽國語類作文高南組佳作
9. 二和吳采萱榮獲 112 學年度臺北市語文競賽閩南語情境式演說佳作
10. 三孝夏宇柔榮獲 112 學年度高級中等學校英文單字比賽二等獎
11. 三善葉佳樂榮獲 112 學年度高級中等學校英文單字比賽三等獎
12. 二儉汪庭安榮獲 112 學年度高級中等學校英文單字比賽佳作
13. 三儉余沛晨榮獲 112 學年度高級中等學校英文演講與作文比賽優勝
14. 詹若涵榮獲臺北市 112 學年度聽覺障礙學生語文競賽作文組佳作
15. 二儉藍芷婕、二恭蕭慈善、二良廖笠伶、二勇周冷蓁榮獲 2023 年第 14 屆全國高中職日語配音比賽團體組第三名
16. 112 學年度第一學期全國高級中等學校小論文寫作比賽榮獲優等 1 件、甲等 8 件
17. 112 學年度第一學期全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽榮獲特優 6 件、優等 6 件、甲等 13 件

18. 112 學年度第二學期全國高級中等學校小論文寫作比賽榮獲優等 2 件、甲等 4 件
19. 112 學年度第二學期全國高級中等學校閱讀心得寫作比賽榮獲特優 4 件、優等 22 件、甲等 29 件

## 科學類

1. 張詠甯榮獲 112 學年度臺北市學科能力競賽生物科佳作
2. 簡曼茜榮獲 112 學年度臺北市資訊學科能力競賽佳作
3. 林宜嘉榮獲 112 學年度臺北市科展佳作/鄉土教材獎
4. 劉愛薇榮獲 112 學年度臺北市科展佳作/創意獎

## 藝能類

1. 臺北市 112 學年度音樂比賽榮獲
  - 女聲合唱團(南區)第一名
  - 口琴團體組(南區)第二名
  - 國樂合奏組(南區)第一名
  - 銅管五重奏 (南區)第一名
  - 黃硯琳鋼琴(Piano)獨奏甲等
  - 麥樂筠大提琴 (Cello) 獨奏優等
  - 賴聿筠小提琴(Violin)獨奏優等
  - 陳亭安小提琴(Violin)獨奏優等
  - 蔡宥婕小提琴(Violin)獨奏優等
2. 合唱團榮獲
  - 112 學年度臺北市學生音樂比賽女聲合唱團南區第一名
  - 112 台北市立鄉土音樂比賽客家語優等
  - 112 台北市立鄉土音樂比賽東南亞語特優
  - 112 全國學生音樂比賽女聲合唱特優
  - 112 全國師生鄉土音樂比賽東南亞語特優
  - 2024 客家合唱比賽佳作
3. 國樂團榮獲
  - 112 學年度臺北市學生音樂比賽國樂合奏南區第一名
  - 112 全國學生音樂比賽優等
4. 樂旗隊榮獲 112 全國音樂比賽-行進管樂高中職團體組特優
5. 管樂隊榮獲 112 全國音樂比賽-銅管五重奏-高中職團體 B 組優等
6. 112 學年度臺北市學生音樂比賽三孝吳育旋、二平蕭如君、二讓王育萱、一儉尹悅、一勇李赫榮獲銅管五重奏南區第一名
7. 112 全國學生音樂比賽口琴四重奏榮獲優等
8. 112 學年度臺北市學生音樂比賽二良李沛寧、二愛陳郁茵、二智張舒涵、二良李婷允榮獲口琴四重奏南區第二名
9. 吉他社湯詠絮、陳家麟、李芷昀、黃樂寧、劉柔君、李晨瑄榮獲街聲第四屆畢業歌徵選第三名
10. 戲劇社榮獲第 23 屆花樣年華全國青少年戲劇節最佳技術燈光
11. 全國學生美術比賽
  - 三儉陳彥均榮獲高中職西畫類特優
  - 二溫呂荏慧榮獲高中職書法類佳作
12. 112 學年度臺北市學生美術比賽

三恭黃紫庭榮獲水墨畫類南區第三名  
一溫陳郁璇榮獲水墨畫類南區佳作

## 體育類

1. 112 年臺北市中正盃田徑賽榮獲  
高中女子 100 公尺第六名  
高中女子 100 公尺第七名  
高中女子 200 公尺第七名  
高中女子 200 公尺第八名  
高中女子標槍第七名  
高中女子 4\*100 公尺接力第五名  
高中女子 4\*400 公尺接力第四名
2. 113 年臺北市青年盃田徑賽榮獲  
高中女子組跳遠第五名  
高中女子組 100 公尺第五名  
高中女子組跳遠第六名
3. 臺北市 112 學年度中等學校運動會田徑賽榮獲  
高中女子組 4\*100 公尺接力第六名  
高中女子組 4\*400 公尺接力第八名  
高中女子組標槍第八名
4. 臺北市 112 學年度教育盃中等學校羽球錦標賽  
高乙團榮獲第五名  
教女組榮獲第五名
5. 臺北市 112 學年度教育盃中等學校排球錦標賽  
教女組榮獲第二名  
高女組榮獲第三名
6. 113 年臺北市青年盃排球賽青年女子甲組榮獲第 2 名
7. 臺北市 112 學年度教育盃中等學校桌球錦標賽榮獲  
高中女子雙打第五名  
高中女子雙打第七名
8. 臺北市 112 學年度教育盃中等學校網球錦標賽

- 硬網團體榮獲第一名
  - 硬網單打榮獲第八名
  - 硬網雙打榮獲第三名
  - 軟網團體榮獲第三名
  - 軟網單打榮獲第二名
  - 軟網單打榮獲第三名
  - 軟網雙打榮獲第二名
9. 2024 藍鵲盃袋棍球賽高中女子組榮獲第一名
  10. 2024 袋棍球區域聯賽台北區女子國中及高中組榮獲冠軍
  11. 吳念芝老師榮獲 112 年宏凱盃全國壯年網球錦標賽(S-2) 35 歲女子組雙打第一名
  12. 吳念芝老師榮獲 113 年全國中等學校運動會軟式網球高中女子組第五名
  13. 吳念芝老師榮獲立法院長盃壯年網球錦標賽 40 歲女雙冠軍

#### 拔河隊

1. 2023 年瑞士世界盃室外拔河錦標賽榮獲
  - 女子組 500 公斤第一名
  - 女子組 540 公斤第一名
  - U23 女子組 500 公斤第一名
  - 青少年女子組 480 公斤第一名
2. 112 年全國協會盃拔河錦標賽暨 2023 國際拔河邀請賽榮獲
  - 高中女子組 500 公斤第一名
  - 國際公開女子組 540 公斤第一名
  - 國際錦標女子組 540 公斤第一名
3. 2024 年世界室內錦標賽國手選拔榮獲
  - 公開女組 500 公斤第一名
  - 公開女組 540 公斤第一名
  - U23 女子組 500 公斤第一名
  - 青少年女子組 480 公斤第一名
4. 2024 年瑞典世界盃室內拔河錦標賽榮獲
  - 公開女子組 500 公斤第五名
  - 公開女子組 540 公斤第一名
  - 公開女子組 540 公斤第一名
  - 公開女子組 540 公斤第四名
  - 錦標女子組 500 公斤第一名
  - 錦標女子組 540 公斤第二名
5. 2024 世界室外錦標賽國手選拔榮獲
  - 公開女子組 500 公斤第一名
  - 公開女子組 540 公斤第一名
  - U23 女子組 500 公斤第一名

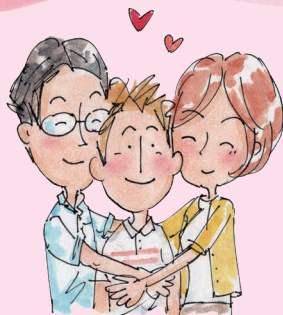
- JUNIOR 女子組 480 公斤第一名  
公開男女混合組 580 公斤第一名
6. 2024 德國世界盃室外拔河公開賽榮獲  
青少年 U19 混合 520 公斤組冠軍  
女子 540 公斤組冠軍  
U23 500 公斤組冠軍  
女子 500 公斤組冠軍（景美臺師大）  
女子 500 公斤組第四名（景美）
7. 德國世界盃室外拔河錦標賽榮獲  
女子 540 公斤級冠軍  
U19 混合 520 公斤級冠軍  
U23 女子 500 公斤級冠軍  
成人混合 580 公斤級第八名  
女子 500 公斤級冠軍  
MXU23 560 公斤級冠軍  
U19 女子 480 公斤級冠軍



有愛無懼



翻轉人生



家長親職手冊







# 序

本手冊從親子相互理解出發，寫給孩子可能誤觸或使用毒品的家長，希望家長提早發覺並避免孩子接觸毒品，或陪伴已經使用毒品的孩子遠離毒品。在陪伴孩子遠離毒品的歷程中，一直抱持著愛孩子的心，因為「有愛無懼」，才能陪孩子「翻轉人生」。

當家長知道孩子使用毒品時，通常在第一時間除了震驚以外，可能會否認、害怕、擔心、自責、甚至責備孩子，或不知道將會面對哪些法律程序，更不知如何求助、幫助孩子遠離毒品。本手冊提供家長協助孩子面臨遠離毒品的漫長歷程裡，從無助與無所適從的處境中，學習具體可行的親子互動技巧、了解毒品的危害、毒品戒治管道與資源、增進復原力及預防復發之指引。

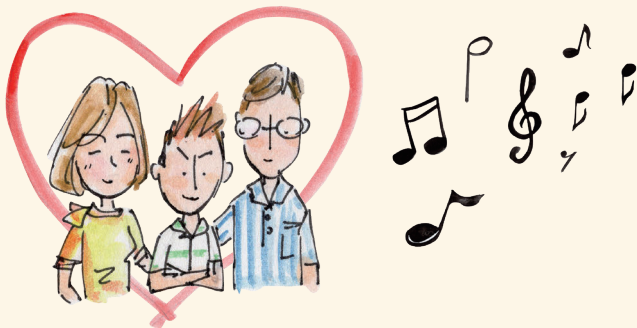
爰此，各篇主要內容結合了學者專家、提供資源協助單位、實務工作人員經驗，提供家長協助孩子遠離毒品的的方法，故從「家長的擔心我們懂」出發，幫助家長靜下心，釐清情緒、需求，進而從「知毒反毒」、「關懷與支持孩子」、「攜手齊守護」、「法律大補帖」以及「諮詢管道 GO」，一步一步讓家長了解常見毒品及新型態毒品、毒品帶來的危害、如何與孩子



談毒品使用、使用毒品的孩子想要什麼、如何幫孩子建立遠離毒品的界線、與提供協助資源等，以期家長有正向的信心與能量，陪伴孩子共同面對挑戰。

孩子接觸毒品或成癮性物質的原因有很多，可能是個人因素、家庭因素、學校因素、人際因素、社會因素，從好奇誤用開始，久而久之變成經常使用，因此，在親職攜手共同面臨藥物濫用與防範的路上，千萬別向孩子唱「戰歌」，而是要以堅定的愛對孩子唱「情歌」，讓孩子在成長的過程有堅強支持的力量，方能遠離毒品及非法藥物的傷害。

本手冊提供家長與孩子在識毒、拒毒及正向的互動技巧與資源，希望家長抱持著愛孩子的心，支持陪伴孩子在人生重要歷程中健康成長。



# 編者的話

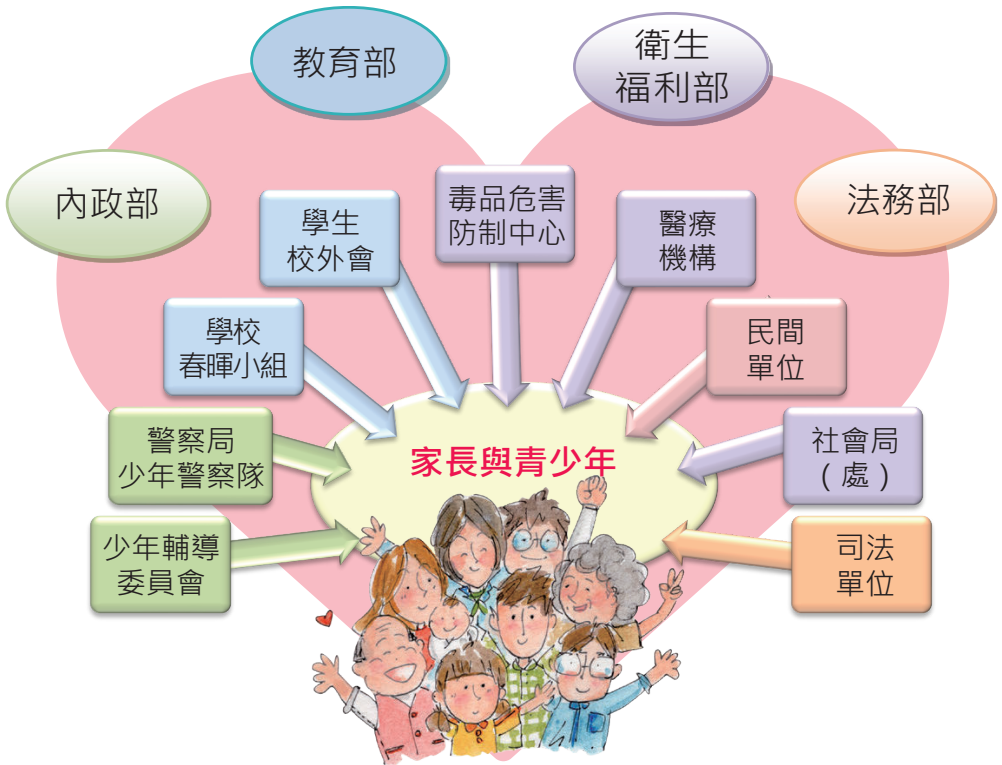
幫助孩子拒絕和遠離毒品，家長的關懷與支持是最基本且重要的，不過這個艱辛的過程最好能尋求相關社會資源支持，可以更有效地陪孩子避免受到非法藥物，或不慎誤觸毒品的傷害。

我國提供青少年藥物濫用防制相關的跨單位合作網絡，包含如「學校春暉小組」、「毒品危害防制中心」、「醫療機構」、「警察局、少年警察隊」、「少年輔導委員會」、「社會局（處）」以及「司法單位」等，而除了政府單位外，還有許多民間單位也提供服務與資源（如下頁）。

孩子一時誤觸毒品，若能及早發現、結合社會資源，才有可能守護孩子，翻轉人生，迎向健康的未來。



## ● 青少年藥物濫用戒治資源 ●



# 目錄 | contents



---

## CHAPTER1 家長的擔心我們懂 | 07

- 一、知道孩子使用毒品的這一刻，您的想法？ | 08
- 二、此時此刻我可以做什麼？ | 09
- 三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事 | 12
- 四、如何看待孩子使用毒品？ | 15

---

## CHAPTER2 知毒反毒 | 16



- 一、孩子使用毒品的原因是什麼？ | 17
- 二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？ | 18
- 三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？ | 25

---

## CHAPTER3 關懷與支持孩子 | 27

- 一、使用毒品的孩子想要什麼？ | 28
- 二、毒品使用迷思 | 30
- 三、如何與孩子談毒品使用的危害？ | 31
- 四、孩子不壞，只是需要愛 | 33
- 五、建立「健康的親子關係」防護罩 | 34
- 六、採取行動七個技巧 | 36
- 七、建立原則：幫助孩子說「NO」！ | 38
- 八、共創未來：從養成新習慣開始 | 40

---

## CHAPTER4 攜手齊守護 | 42

---

- 一、學校春暉小組 | 45
- 二、毒品危害防制中心 | 51
- 三、醫療機構 | 52
- 四、少年輔導委員會 | 53
- 五、社會局(處) | 54
- 六、司法單位 | 55



---

## CHAPTER5 法律大補帖 | 57

---

- 一、毒品法律刑責知多少 | 58
- 二、未成年孩子使用毒品的法律責任 | 60
- 三、父母制止孩子施用毒品的相關法令 | 61

---

## CHAPTER6 諮詢管道 GO | 62

---

- 一、教育部各縣市學生校外生活輔導會 | 64
- 二、各縣市政府毒品危害防制中心 | 65
- 三、各縣市少年輔導委員會 | 66

---

## 結語 | 67

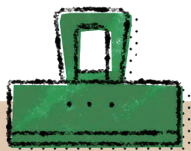
---

---

## 附錄 | 家長行動檢核表 | 69

---





# CHAPTER 1

---

家長的擔心我們懂

## 一、知道孩子使用毒品的這一刻， 您的想法？



● 請勾選您的想法 | 可複選



您的想法	類型
<input type="checkbox"/> 我的孩子怎麼可能會使用毒品？ <input type="checkbox"/> 我不相信！你們都在騙我！ <input type="checkbox"/> 一定什麼地方搞錯了！這是一場誤會！	否認型
<input type="checkbox"/> 真想一巴掌打下去... <input type="checkbox"/> 沒路用的死囚仔... <input type="checkbox"/> 叫警察抓去關關ㄟ！	責罰型
<input type="checkbox"/> 我是一個失敗的爸爸 / 媽媽！ <input type="checkbox"/> 這實在太丟臉了！ <input type="checkbox"/> 我一定做錯了什麼！	自責型
<input type="checkbox"/> 我孩子不會使用毒品，都是他朋友害他的！ <input type="checkbox"/> 孩子怎麼會這樣？學校是在幹什麼！ <input type="checkbox"/> 老天對我真不公平！為什麼這種事會發生在我身上！	責怪他人型
<input type="checkbox"/> 天啊！我該怎麼辦？ <input type="checkbox"/> 我到底做錯了什麼？我到底要怎麼做才對？ <input type="checkbox"/> 誰可以救救我的孩子？	徬徨型

● 依上表，哪一類型的打勾數愈多，您便是屬於該類型的父母，您也可能同時是兩類型或多類型的父母。

## 二、此時此刻我可以做什麼？

**(一) 接納自己：**不論您是哪種類型的父母親一開始的想法為何，都是人之常情，或許您會因此覺得沮喪或焦慮，都是正常的，也是可以有的。

**(二) 紓壓一下：**當您有這些感覺時，您可以做些事來減少壓力，嘗試深呼吸、數數、大吼幾聲、大哭一場、或運動一下，嘗試宣洩您的情緒。








**(三) 整理自己的情緒：**

您也可以嘗試回答以下三個問題來紓解壓力，請用筆寫下來，或者將答案告訴一個值得你信任的人。



### 1. 發現自己的情緒

知道孩子使用毒品的那一刻，我覺得很.....(請勾選當時的心情，可複選)

<input type="checkbox"/>  難過	<input type="checkbox"/>  沮喪	<input type="checkbox"/>  緊張	<input type="checkbox"/>  生氣	<input type="checkbox"/>  驚訝
<input type="checkbox"/>  擔心	<input type="checkbox"/>  挫折	<input type="checkbox"/>  害怕	<input type="checkbox"/>  厭煩	<input type="checkbox"/>  丟臉
<input type="checkbox"/>  無助	<input type="checkbox"/>  憎恨	<input type="checkbox"/>  委屈	<input type="checkbox"/>  焦慮	<input type="checkbox"/> 其他 _____

## 2. 這種感覺很像.....

請用一個情境

來表現自己的心情

例如：世界末日、求救無門、愈做愈錯 .....



好像是我的胸口  
壓了一塊大石頭，  
有苦說不出！

好像是  
一切都毀了...  
我沒有希望了...




## 3. 我現在最需要

請區分這些需要是自己可以努力得到的？需要孩子配合才能得到的？  
或者需要求助他人才能得到的？（可複選）

我可以努力的...	需要孩子配合的...	需要求助的...
<input type="checkbox"/> 找人聊一聊 <input type="checkbox"/> 去運動一下放鬆心情 <input type="checkbox"/> 花時間和喜歡的人一起做喜歡的活動 <input type="checkbox"/> 減輕生活其他方面的壓力 <input type="checkbox"/> 調整自己看待孩子的角度 <input type="checkbox"/> 學習專業幫助孩子遠離毒品的技巧 <input type="checkbox"/> 學習專業增進親子關係的技巧	<input type="checkbox"/> 出門主動告知要去哪裡、找誰去 <input type="checkbox"/> 聽話 <input type="checkbox"/> 願意溝通 <input type="checkbox"/> 不要再使用毒品 <input type="checkbox"/> 去看醫生 <input type="checkbox"/> 找到可信賴的人 <input type="checkbox"/> 配合學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的建議	<input type="checkbox"/> 專業的社會心理復健 <input type="checkbox"/> 專業的成癮醫療及處遇服務 <input type="checkbox"/> 學校或政府單位主動的連繫幫助 <input type="checkbox"/> 學校、法院、醫院、民間協助毒癮處遇機構和輔導機構的相關規定與建議 <input type="checkbox"/> 加入一個專業的支持團體

#### (四) 尋求協助：

您也可以撥打專業諮詢電話 (如下圖)。

<p>孩子使用毒品 不知道怎麼辦嗎？</p> 	<p>您有家庭問題 想找人 聊一聊嗎？</p> 	<p>您壓力太大或有情 緒困擾嗎？</p> 
<p>0800-770-885 毒品危害防制中心 諮詢專線 24 小時免付費專線</p>	<p>4128185(手機加 02) 家庭教育諮詢專線 週一至週六 上午 9 點到 12 點 下午 2 點至 5 點 週一至週五 晚間 6 點至 9 點</p>	<p>1925 安心專線 24 小時免付費專線</p>



放鬆心情、冷靜，  
找出那些自己  
現在能做的事  
先做吧！



- 請先照顧好自己  
照顧好自己，有助於提高您照顧孩子的能力。
- 如果您壓力太大，就沒辦法好好做決定和鼓勵孩子，生活沒辦法穩定。
- 練習適當的自我照顧，是以身作則，讓您成為孩子塑造理想行為的模範。

### 三、爸爸幫助阿倫戒毒成功的故事



阿倫(化名)的爸爸是個公務員，因為兒子戒毒成功，被邀請到家長團體分享，他回憶起第一次發現兒子使用毒品.....

阿倫是個很可愛的兒子，聰明會唸書，高中時有一天他沒回家，「警察通知我，你兒子現在在警察局...」。我到警局看到孩子的臉色慘白，說是朋友主動拿給他吸的。我立刻安排孩子到戒毒機構，孩子說毒品吸下去感覺很好，但醒來後覺得很痛苦，他也不想這樣。

誰知在戒毒機構沒幾天，就打來說孩子逃走了，我想：「怎麼會這樣？他不是自己說要戒的嗎？」，機構的人安慰我說：「戒毒的人和戒菸一樣，反覆再吸是很可能的，要有耐心.....」。我在他朋友那兒找到他，把他送回戒毒機構，阿倫告訴我其實他陸續吸毒兩年了，最近在吸「冰糖」。我立刻上網查資料，知道「冰糖」就是安非他命，是最難戒的毒，一用馬上覺得愉快興奮，過後又昏昏沉沉好幾天，落入憂鬱或焦慮，下次要更多的藥量才能再帶來快樂。我非常的憂慮，我想我是不是做錯了什麼事？怎麼做阿倫才能戒毒？阿倫的未來會變成怎麼樣？我滿腦子都是阿倫，上班也想、走路也想、我沒辦法好好做事，睡也睡不安穩，無時無刻都在擔心阿倫。

阿倫在戒毒機構一段時間後，狀況有比較好，就決定回學校唸書，那段時間我真的很高興，我想終於沒事了。到了隔年，阿倫喜歡一個女生但沒追到，他心情不好就又回去吸毒，他變得很會花錢，常找理由跟我要錢，後來還偷姊姊的錢，被發現後就暴怒、發狂、摔東西，並離家出走，學校也不回去了。我去問了醫生，醫生告訴我吸安毒而受損害的腦袋沒辦法處理焦慮和恐懼感，容易暴怒，所以即使孩子願意，也會很辛苦走完戒毒的療程。我很內疚的想，可能是我的錯造成的，如果他小時候我更多關心他，今天就不會這樣了！

阿倫一直在戒毒機構、回家要錢和繼續吸安之間來回，我強迫自己不能再資助阿倫，甚至有一次阿倫打給我說他的朋友用毒過量死了，哭著說他要戒毒，我也忍痛拒絕他，我告訴他要戒毒只能去戒毒機構。但當醫院再度打電話告訴我你兒子吸毒過量差點死去時，我實在不忍心，又到醫院去看他，聽著他說想戒毒的決心，我又再度陪他到戒毒機構、陪他去成長團體、陪他去運動。我那時也沒想到，在數不清多少次的失敗後，這孩子終於成功了，至少這五年來，孩子沒有再回去吸毒！希望永遠也不會再回去吸毒！

阿倫的爸爸告訴正在陪孩子戒毒的爸爸媽媽們，**陪孩子戒毒的路是很辛苦的**，真實的憂傷，無法擺脫的反覆失望，但最終仍有成功的希望！**「你說我真正為孩子做了什麼：其實只有不斷去了解和一直的陪伴！」**阿倫的爸爸這樣說。





讀了阿倫爸爸的故事後  
請您想一想以下的問題

### 1. 事實是什麼？



### 2. 感受如何？



### 3. 發現了什麼？



### 4. 未來怎麼做？



如果您想了解孩子為何會使用毒品 →請見第 17 頁


如果您想了解使用毒品帶來的危害性 →請見第 19 頁

如果您想增進和使用毒品孩子的關係 →請見第 34 頁


如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品 →請見第 38 頁

## 四、如何看待孩子使用毒品


- 各位家長，您知道您看待使用毒品的方式，也會影響您如何看待孩子！讓我們一起進行了解吧！




1. 美國藥物濫用研究所 (National Institute on Drug Abuse) 指出吸毒成癮通常無法治癒，復發或嘗試停止使用毒品後的再次使用，為復原必經的過程，透過長時間的治療與復健，可以成功地減少復發，這和高血壓或糖尿病等慢性病一樣。




3. 請將心比心，了解您孩子的處境，不要以為孩子是故意變壞、故意不戒，或故意再去使用毒品的。



送到醫院打針、吃藥就好了？  
使用毒品不只是生理問題！



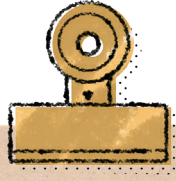
2. 使用毒品成癮後，已導致大腦功能的改變，孩子很難自己停止使用毒品。這不只是生理問題，看一、兩次醫生就可以解決；也不只是道德問題，說不應該就能禁止孩子使用毒品。



4. 您的正確觀念與作為，可以提高孩子的自我價值感，並一直維持孩子長期康復的機會。



請學校處理？  
改善親子關係  
的效果更好！



# CHAPTER 2

---



## 知毒反毒

## 一、孩子使用毒品的原因是什麼？

- 孩子使用毒品的原因並不是單一因素所造成的，家長可了解孩子遭遇到什麼困難或問題，包括個人、家庭、學校、人際與社會等因素。
- 您了解孩子使用毒品原因嗎？讓我們進行了解。



### 個人因素

- 好奇、尋求刺激
- 過度壓力、逃避壓力、情緒失控
- 缺乏自信、不好意思拒絕

### 家庭因素

- 無法適應家長管教方式
- 與家人互動衝突疏離
- 家人使用毒品

### 學校因素

- 課業壓力 ( 成績差，或對成績要求高 )
- 翹課、中輟，沒有學習動機
- 經常違反校規



### 人際因素

- 朋友提供毒品，取得容易
- 接觸使用毒品的朋友圈

### 社會因素

- 加入幫派、從事不當活動
- 經常出入不當場所
- 在網路、社群接觸到使用毒品的訊息

## 二、孩子常使用的成癮物質或毒品有哪些？



- 青少年較常使用的成癮物質包括菸品與酒品等，青少年使用成癮物質危害身心健康發展，也可能進而使用毒品，導致多重物質濫用。
- 青少年使用「毒品危害防制條例」中所列的影響精神物質，即「使用毒品」。青少年常使用的毒品包括安非他命、搖頭丸、愷他命及新興毒品等。

### 毒品的分級



依據《毒品危害防制條例》，毒品是指具有成癮性、濫用性及對社會危害性之「麻醉藥品與其製品」及「影響精神物質與其製品」。而毒品依其成癮性、濫用性及對社會危害性可分為四級，其中以第一級危害最大。

#### 第一級

如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等

#### 第二級

如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV (浴鹽)

#### 第三級

如愷他命 (俗稱 K 他命)、喵喵、一粒眠等

#### 第四級

如佐沛眠、5-MeO-DIPT (火狐狸) 等

## (一) 青少年常用的毒品

毒品等級	名稱	圖片	作用
第一級毒品 中樞神經抑制劑	海洛因 四號、白粉		呼吸抑制、眩暈、精神恍惚、 焦慮、便秘、血壓降低 戒斷症狀：盜汗、流鼻水、 失眠、焦慮不安、易怒、發 冷、肌肉及骨骼疼痛等
第二級毒品 中樞神經興奮劑	搖頭丸 (MDMA) 狂喜、忘我		心悸、高血壓、腦溢血、焦慮、 易怒、妄想、幻覺 戒斷症狀：沮喪、憂鬱、全 身乏力、焦慮、易怒
第二級毒品 中樞神經興奮劑	安非他命 冰塊、安仔		提神、亢奮、食慾減退、心悸、 妄想、情緒不穩、暴力攻擊 戒斷症狀：疲倦、沮喪、焦 慮、易怒全身乏力
第二級毒品 中樞神經迷幻劑	大麻 草、麻仔		心跳加快、妄想、幻覺、學習 及認知能力減退 戒斷症狀：厭食、焦慮、躁 動、憂鬱、睡眠障礙
第三級毒品 新興影響精神物質	愷他命 K他命、K仔		心搏過速、血壓上升、記憶 力受損、幻聽、膀胱炎、頻尿、 血尿、腎損傷
第三級毒品 新興影響精神物質	4- 甲基甲 基卡西酮 喵喵		心悸、血壓上升、鼻灼熱感、 呼吸困難、幻覺、妄想、焦慮、 憂鬱、暴力或自殘

(資料來源：衛生福利部食品藥物管理署反毒資源專區)

當我想知道更多毒品危害資訊時，  
要如何查詢？

【衛生福利部反毒資源專區】



## (二) 新興毒品

新興毒品 ~ 毒咖啡包、奶茶包



新興毒品多以休閒食品（如咖啡包、奶茶包、果凍、糖果等）方式偽裝，配合話術如「只是會 high 咖啡」、「是流行不是吸毒」及「驗尿也驗不出來」等，及美麗包裝導致孩子誤食，或吸引孩子好奇使用，另毒咖啡包價格便宜、及運用時尚包裝來躲避查緝，致新興毒品的使用人數快速增加。新興毒品中常混有多種毒品，由於不知道摻混內含物，易因使用某一毒品成份過量而致死，導致身心更大的危害。

## 請注意！

孩子說：  
「偶爾使用不會成癮！」

**不是真的！**



### 愛的叮嚀

孩子一開始可能會說是誤用毒品，或偶爾使用不會上癮，然而孩子反覆使用就會成癮。

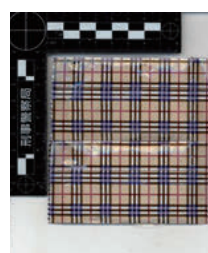
請了解孩子現在處於哪個階段：好奇使用、經常使用、成癮依賴。

不論是哪種狀況，都應該要立刻停止使用藥物，請幫助您的孩子尋求專業的醫療戒治服務。

【案例分享】14歲小玉（化名）與網友約在旅館，朋友叫氣球及提供咖啡包，好奇下就與朋友一起喝，使用後產生幻覺、血壓升高、心律不整、呼吸困難等情形，由於過量使用毒咖啡，又同時飲酒導致昏迷，送進加護病房搶救。

毒咖啡包混雜許多毒品，曾檢出十多種毒品，混雜鎮定劑（如愷他命、一粒眠）與興奮劑（如安非他命、搖頭丸、合成卡西酮），易導致心跳忽快忽慢、肌溶解症、腎衰竭，甚至猝死。我國一年有近百人死於新興毒品，檢測新興毒品其中七成含有第三級毒品喵喵（4-甲基甲基卡西酮），合成卡西酮也具有強烈成癮性。近年新興毒品也發現混摻「超級搖頭丸」第二級毒品PMMA（對-甲氧基甲基安非他命），服用後會產生焦慮、躁動不安、高血壓、呼吸加速、抽搐、甚至肝腎衰竭或死亡。

## 新穎流行的外包裝 ~ 成為孩子誤觸毒品的陷阱



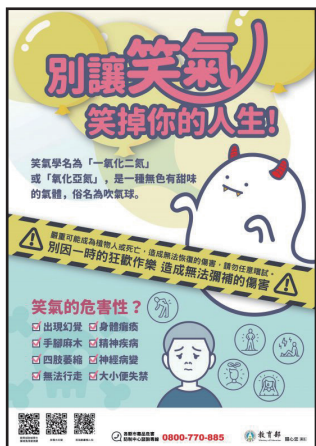
### (三) 吸入性成癮物質 ~ 笑氣

#### 青少年濫用笑氣癱瘓



【案例分享】17歲美美(化名)，在和朋友的一次聚會裡接觸了笑氣，好奇使用後，每天吸食導致上癮。3個多月後開始出現雙側下肢無力，全身多處感覺異常、麻木，經醫師診察發現她是因吸食笑氣，併發脊髓神經受損退化，才導致肢體麻木，幾乎無法行走(長庚醫院，2021)。

笑氣是氧化亞氮的俗名，一種吸入性麻醉氣體，吸入約半分鐘即可產生欣快感，並可持續2到3分鐘，吸食後會有漂浮感、欣快感、身體麻木感。笑氣被年輕人誤認為「不違法」，常成為派對助興劑，然長期使用笑氣會產生末梢神經、脊髓及造血系統病變，出現手麻、腳麻、無力走路甚至癱瘓等，並可能產生精神異常，如嗜睡、失憶、憂鬱或精神錯亂等(衛福部，2021; NIDA, 2021; Australia Alcohol and Drug Foundation, 2021)。為預防青少年濫用，我國將笑氣列為「關注化學物質」加以管制。



● 教育部笑不出來笑氣人生



● 肢體無力醫師察覺竟是吸食笑氣



## (四) 墨西哥鼠尾草、恰特草、彩虹菸都是毒品



### 墨西哥鼠尾草

施用後會產生迷幻作用、妄想、幻聽及混亂等症狀，嚴重時將導致思覺失調症。行政院於111年7月4日將墨西哥鼠尾草思覺失調症。行政院於111年7月 ( *Salvia divinorum* ) 及其活性成分「沙維諾林A ( *Salvinorin A* ) 」列為第三級毒品，施用、列為第三級毒品，施用、持有、轉讓與販賣均屬違法，會有刑事或行政的處罰。



● 莫嘗試墨西哥鼠尾草

### 恰特草

原產於非洲和阿拉伯半島的開花植物，主要含有第二級毒品卡西酮 ( *Cathinone* ) 與第四級毒品去甲麻黃鹼 ( *Cathine* ) ，過量使用後，容易誘發躁狂行為和多動症，與安非他命所產生的效果類似，會引起擬交感神經興奮，會造成瞳孔放大、心搏加快和血壓增加，長期使用會導致永久牙齒變黑 ( 呈綠色 ) ，易患潰瘍，食慾不振。

### 彩虹菸

是一種含有合成卡西酮類的第三級毒品，具中樞神經系統興奮作用，施後會產生欣快感、時空認知扭曲的心理作用，長期使用亦會出現成癮性及依賴性。



● 吸食彩虹菸，人生變黑白！



### 三、如何及早發現孩子使用毒品的異常徵兆？

【案例分享】阿文(化名)的爸爸發現阿文經常半夜回到家時，身上都會有刺鼻的怪味，平常眼神渙散，經常昏睡，好幾次發現他的鼻子旁邊有白白的粉末，問也問不出個所以然。直到後來在新聞報導上看到，才發現原來這些都是吸食愷他命的徵兆！如果可以早點知道，或許阿文就不會越陷越深了.....。



孩子如果使用毒品，  
可能會有  
哪些異常徵兆？

請家長注意孩子生活  
是否出現以下幾種  
異樣與異狀



- **作息**：作息混亂、深夜外出、日夜顛倒、常昏睡、難叫醒
- **身體**：食慾不振或暴食、體重異常減輕、未感冒但常流鼻水或吸鼻水
- **神情**：精神恍惚、目光呆滯、眼神渙散
- **情緒**：喜怒無常、情緒變化大、失眠易怒
- **行為**：有暴力傾向、金錢花費多、常跑廁所
- **課業**：學校成績下滑、逃學逃家、學校出席狀況不正常
- **社交**：交友複雜、朋友圈改變、出入撞球館等複雜場所
- **偏差**：吸菸、無照駕駛、易與人發生衝突
- **居住**：房間出現電線走火般燒塑膠的氣味(愷他命)、常緊鎖房門

【案例分享】媽媽：「房間裡怎麼有一小袋白色粉末？是什麼東西？



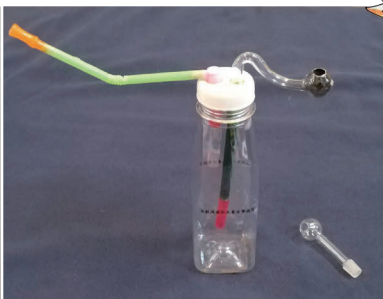
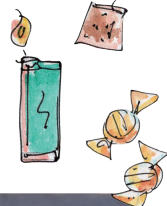
器材是做實驗嗎？還有不是不喝咖啡嗎？怎麼會有幾包即溶咖啡？做實驗嗎？」

阿威（化名）：「沒有啦，那是朋友給我的鹽而已啦！咖啡是別人放我這裡的，過幾天就拿回去了。」

媽媽雖然覺得奇怪，但也沒有多問。後來警察局打電話來說孩子使用毒品，搜出幾袋白色粉末及咖啡包，並且說那些是愷他命、安非他命及喵喵等混合毒品。媽媽這才驚覺要是當初有多一點警覺心，多問幾句，可能就不會有這種結果了！

### 孩子如果使用毒品，房間可能會出現哪些異常物品？味道？

- 桌上、房間發現異常粉末、不明藥丸
- 發現孩子不常吃的咖啡包、奶茶包、果凍、梅子粉、糖果等
- 發現可疑針筒、吸食器或其他常見使用毒品之器具
- 裝有不明粉末的小夾鏈袋、卡片、盤子
- 錫箔紙、打火機、吸食器（改裝鋁箔包、玻璃球、橡膠管）
- 房間散發出異味如塑膠燃燒味、化學藥劑等
- 房內發現（小）鋼瓶、氣球





# CHAPTER 3

## 關懷與支持孩子



## 一、使用毒品的孩子想要什麼？

### 小玲的故事



小玲(化名)的爸爸長期在外縣市工作，媽媽很重視小玲的成績，小玲小時候常因沒考好被打罵，也不敢告訴媽媽其實她對唸書沒興趣。小玲從小就覺得很孤單。某日，老師對小玲說：「妳姊姊成績那麼好，妳怎麼都不像妳姊姊？」小玲聽了心想：既然你們都覺得我很爛，我就更爛給你們看！小玲故意違規惹事，讓媽媽被傳喚來學校，好像只有媽媽出現在學校時，小玲覺得自己獲得關注。

到了高中，小玲想自己賺生活費，選擇了夜店打工，因而染上愷他命毒癮。上班的地方很多人在吸，小玲也不是真的想「拉K」，她覺得可能不拉就沒有朋友。心想：「吸毒沒什麼不好，會感到快樂。」

小玲的媽媽苦勸小玲要戒毒，小玲就去了戒毒機構，會客的時間，媽媽都會去看小玲，小玲也撐了一年沒再吸毒。小玲戒毒後去批貨賣衣服，換了環境、換了朋友、換了電話，沒人會主動給她毒吸。

但小玲只要感到心情不好或不如意時，就會去吸菸喝酒，漸漸地吸菸喝酒的感覺已經麻木了。小玲回到夜店，又想再次吸毒，而且反覆使用，無法停止。就這樣直到有一天，她竟然直接尿在馬路上，受到很大驚嚇的小玲，當下決心立刻到醫療機構尋求協助。



小玲再次到了戒毒機構，小玲媽媽從來沒有放棄她。媽媽為了小玲，長年參加吸毒家長成長團體，她在結業式上分享說：「我看見孩子眼中的絕望無助，所以我重新審視我從前對她的種種，我下定決心先調整自己，也體悟到要改變孩子，唯有先改變自己，才能幫助孩子。」

現在小玲已經很多年沒有吸毒了，但她仍不敢說自己已經成功戒毒，只是現在的小玲知道，吸毒帶來的滿足是一種錯覺，空虛時，她必需用別的方法來填補心靈的黑洞，絕對不是用毒。



### 讀了小玲的故事後，請您想一想這些問題



事實是什麼？	小玲為什麼要使用毒品？
感受如何？	什麼樣的感受使小玲想使用毒品？
發現了什麼？	什麼是幫助孩子遠離毒品的關鍵？
未來怎麼做？	現階段我可以做什麼調整來幫助孩子呢？

如果您想了解使用毒品的迷思 →請見第 30 頁

如果您想了解如何跟孩子談毒品使用的危害 →請見第 31 頁

如果您想了解如何讓孩子知道你愛他 →請見第 34、37 頁

如果您想知道如何幫助孩子遠離毒品 →請見第 36、38、39 頁

## 二、毒品使用迷思

- 當家長發現孩子使用毒品時，有羞愧、失望、沮喪甚至憤怒的感覺是很常見的。這些反應是自然的，不應被忽視；然而，以指責、論斷或批評的方式對青少年傳達這些感受，無助於康復過程。

### ■ 有關毒品使用的「迷思 v.s. 事實」，如果以下陳述您認為是事實，請打勾

這是真的嗎？	事實/非事實	
1. 毒品的使用都是因為缺乏意志力或自律。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 成癮是毒品引起的大腦化學變化的結果。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 只有資質較差或成績低落的孩子才會使用毒品。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 使用毒品會影響不同能力水準的孩子，從成績優異的孩子到資質一般的孩子。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 只有家庭經濟狀況較差的孩子才會使用毒品。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 任何社經水準的孩子都可受到使用毒品的影響。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 縱然經常使用毒品也不一定成癮，而且想停止就可以停止。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 成癮的特徵是復發性，許多人在實現長期戒斷之前，經歷了多次復發。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 青少年一旦使用毒品，人生就永遠不會成功。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 許多年輕人在接受藥物濫用治療後建立了快樂、充實的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

★以上單數題非事實、雙數題是事實

### ■ 對成癮的正確認知

美國國家藥物濫用研究所 ( National Institute on Drug Abuse) 研究證實，成癮是一種由大腦對藥物反應引起的疾病。成癮與糖尿病、心臟病等慢性病人相似，會出現反覆復發和恢復的循環，需要我們長期抗戰，接受持續的治療或復健。

### 三、如何與孩子談毒品使用的危害？

- 面對毒品問題，家長必須避免將矛頭指向一個或兩個家庭成員，並將毒品使用視為一種多因素影響的複雜行為，它既來自於家庭、孩子的交友圈或經歷某些壓力等，所以家人們必需同心一起面對。



- 與使用毒品的青少年交談，讓他們願意說出使用毒品的情況，最佳的方式是，提出富有同理心和易於理解的問題。
- 您也可以用溫和的語氣提出直截了當的問題。簡單地問：「最近有沒有人給你提供過毒品？」，足以讓對話開始。



## ■ 如何與孩子談「毒品」

適得其反的說法	建設性的說法 (可以跟孩子這樣說)
<p>你完蛋了！ 你沒有辦法跟我們在一起。</p>	<p>xx( 孩子的名字 ) 你覺得這幾天過得怎樣？ 你看起來比平常累喔 ~ 要跟爸爸 / 媽媽談談嗎？</p> 
<p>“你” 只顧「使用毒品」， 沒有想過我們的感受。</p>	<p>xx( 孩子的名字 )， 你「想使用毒品」的時候， 我們沒辦法好好跟你說話， 讓「我們」覺得很沮喪、難過</p> 
<p>你明天開始不接觸毒品， 我們給你一次機會。</p>	<p>xx( 孩子的名字 ) 我們一起找到合適的「遠離毒品方法」， 希望你可以得到外界的幫助。</p>
<p>你沒決心，太軟弱， 其實只要你想停止， 就可以停止。</p>	<p>我知道堅持下去很難， 我們會一直陪著你。</p> 
<p>我們應付不了你的使用毒品問題。</p>	<p>家人會在你的身邊， 我們也會找學校老師或毒防中心，陪伴 你一起努力。</p>

## 四、孩子不壞，只是需要愛

強化家人的連結是遠離毒品的關鍵，從了解他們開始...

我們都需要與人連結，當孩子覺得自己孤單，沒有人關心、沒有人愛他的時候，毒品很容易成為慰藉的安慰品。而幫助青少年孩子重新連結社會，家人間的健康連結絕對是最有效的第一步。

家長的挑戰	我有同感
1. 十幾歲的孩子與不講理的三歲孩子有很多共同點。	<input type="checkbox"/>
2. 孩子嘗試違反家庭的規定，並容易發脾氣。	<input type="checkbox"/>
3. 孩子想遠離家長並開始維護自己的獨立性。	<input type="checkbox"/>
4. 孩子有時表現得好像大家都要配合自己。	<input type="checkbox"/>
5. 孩子不善於調節自己的情緒。	<input type="checkbox"/>
6. 孩子容易嘗試冒險，並做出衝動的決定。	<input type="checkbox"/>
7. 家人的關心，孩子認為是干涉。	<input type="checkbox"/>
8. 孩子與朋友經常透過社交媒體聊天連絡。	<input type="checkbox"/>
9. 問孩子今天過得怎樣時？他可能會變得沉默。	<input type="checkbox"/>
10. 家長看來合理的要求，被孩子視為無理的行為。	<input type="checkbox"/>
11. 我認為大部份的家長都經歷類似的親子關係。	<input type="checkbox"/>

家人的  
關愛



有意義  
的生活

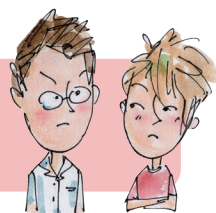
真的！  
所以您不孤單

希望您更能了解孩子進入青少年階段的態度轉變，接受這階段孩子的表現或特質；不要拒絕與孩子維繫連結，『孩子不是壞，其實需要家長持續的關愛』。

## 五、建立「健康的親子關係」防護罩

- 家庭成員提供陪伴，以行為來鼓勵和支持孩子康復，可以形成一道防護罩，保護孩子遠離毒品的侵害。例如，家長可以用支持堅定的態度，鼓勵所愛的孩子採取深思熟慮和積極的行動。
- 健康的教養態度，包括讓青少年對自己的行為負責，並於孩子表現積極行為時，應給予正向鼓勵與肯定。

回想過去半年，當您和孩子一起聊天或做事情時  
您的態度如何？



在以下情況下：	總是如此	偶爾如此	從未如此
1. 我會問孩子對重要事情的看法。	3	2	1
2. 我會仔細聆聽孩子的看法或想法。	3	2	1
3. 我表現出疼愛孩子和關心孩子的樣子。	3	2	1
4. 我設法讓孩子了解父母很關心他 / 她。	3	2	1
5. 讓孩子知道我欣賞他 / 她的想法或做法。	3	2	1
6. 我會幫助孩子完成重要的事情。	3	2	1
7. 聊到有趣的事情時，我們會開懷大笑。	3	2	1
8. 我表現出支持孩子和了解孩子的樣子。	3	2	1

我的表現	配分	數量 ( 自填 )	總分
總是如此	3		
偶爾如此	2		
從未如此	1		

### ■ 自我評估一下

- √ 如果您的分數是在綠燈 19-24 分，恭喜！您擁有健康親子關係。
- √ 如果您的親子關係亮起了黃燈 13-18 分，您就要多加注意一下。
- √ 如果親子關係亮起紅燈 8-12 分，表示如果您再不及時修補的話，就糟糕了！有關親子關係連結，請見第 32 頁。

### 愛是可以學習的

今天開始就是最好的時機，試著做一些調整吧！



## 六、採取行動七個技巧

### 了解問題、表明立場、持續關注

#### ● 盡早與孩子交談

不要等到您強烈懷疑有問題時，才與您的孩子一起解決毒品問題。前面有提到如何開始與孩子談使用毒品，相信對您有幫助。

#### ● 對毒品有基本的認識

讓您的孩子從藥物濫用中康復時，您需要了解關於毒品、成癮和治療康復方案的相關知識和資源，來幫助孩子。

#### ● 認識他的朋友

孩子隨著年齡的增長，同齡群體在生活中扮演著越來越重要的角色。您要確保他的朋友是沒有涉及毒品，而且是發揮積極的影響。

#### ● 自身建立良好榜樣

作為成年人的您，很容易說出：「嗯，我喝醉和吸菸是合法的」，但您應該做更好的榜樣。研究指出，青少年傾向於模仿父母的行為。

#### ● 協助了解同儕壓力

提醒您，教導您的孩子識別同儕壓力以及如何應對。應先聽孩子說他的同儕壓力，而且不要打斷他的談話。對青少年而言，要拒絕同儕是件困難的事，您需讓他知道他並不孤單，而且可以幫助他們為自己人生奮鬥，不被損友左右。



#### ● 表明反對使用毒品的態度

研究指出家長讓孩子知道自己對使用毒品的反對態度比起表示中立的態度，孩子有較少的使用毒品行為。

#### ● 隨時留意孩子

關注您的孩子，要知道他們去哪裡。在不侵犯他們隱私或背叛他們信任的情況下，隨時密切關注他們。（不要讓他們有被監視的壓力，這並不容易，家長的態度要盡量溫和）如果您覺得您的孩子在遮遮掩掩，那可能就有問題了。

相處祕訣	試著這樣做
<p><b>聆聽，但不要刺探</b> 表達「理解」孩子的處境感受</p>	<p>如果孩子們能沒有壓力的分享信息，他們就更有可能對家長敞開心扉。</p>
<p><b>同理孩子的感受</b> 但不要說：「那沒關係」</p>	<p>透過回應向孩子們展示您的理解和同情：「這真的不容易。」、「孩子，你應該很難過。」</p>
<p><b>表現出信任</b></p>	<p>向孩子請教一些事情，讓他知道您對他信任也會增強孩子的信心。例如：手機如何操作。</p>
<p><b>不要成為獨裁者 / 暴君</b></p>	<p>您仍是可設規則，但要準備好解釋原委，解釋會讓規則看起來更合理。</p>
<p><b>讚美，表揚</b> <b>並有具體事件</b></p>	<p>孩子小時候，您經常讚揚他們。(例如：寶貝，你今天比較早起喔~)。青少年同樣需要自尊提升，孩子可能表現很酷，好像不關心家長的想法，事實上他們也希望得到您的認可。</p>
<p><b>一起做些事</b> 但不聊敏感話題</p>	<p>如果您能花時間做您們都喜歡的事情，無論是烹飪、騎單車還是去看電影，不談論任何私人話題，創造單純的美好時光。</p>
<p><b>一起用餐</b> 家庭晚餐</p>	<p>一家人坐下來一起吃飯是一種維持親密關係的好方法。每位家人都可隨意談論體育、電影、食物。規則：不允許使用手機。</p>
<p><b>細心觀察</b></p>	<p>注意孩子是否不再想做曾經讓他快樂的事情，或者您是否注意到孩子孤立自己。向他詢問並給予支持（記得不要批評）</p>

絕不說：「你再這樣下去，我們就不理你了！」

讓孩子感受到：

「我們對你的愛是不會改變的！」、

「你不孤單，我們都在！」



## 七、建立原則：幫助孩子說「NO」！



### 建立「界線」的重要性

保護康復中的孩子免受來自外部的危險。

對於毒品使用的孩子來說，重要的是透過家人或是比較跟孩子談得來的成人，當作支持者，與孩子共同建立一個保護「圍欄」。

尤其受到外部「毒品使用」有關的人事物的破壞時，讓孩子可以願意找人支持，在他們周圍建立一個無形的圍場，這樣當遇到一個引誘他們的人、地方或事物時，他們能夠保持意志力，免受誘惑干擾，待在可信任的家人與自己建立的安全網中。

### 1. 引發「毒品反覆使用」有關的人事物

可以說是誘發孩子復發的人、事、物、情緒等。觸發因素通常是某種內部或外部刺激，導致孩子再次渴望使用毒品。

#### (1) 內在刺激

- 無聊
- 感到憤怒、抑鬱、焦慮、壓力或恐懼
- 感覺不安全，感覺被誤解
- 想起創傷被欺負的事

#### (2) 外在刺激

- 特定地點（高風險場所）
- 遇到曾經一起使用毒品的朋友

### 2. 惡化「毒品使用」的情況

會使反覆使用毒品惡化，尤其孩子表現出壓力、焦慮、憂鬱時。而孩子又持續不良習慣時，就很容易再使用毒品。

- 過度憤怒的反應
- 使用暴力行為
- 為錯誤行為找藉口
- 自殘
- 濫用其他有害成癮物質
- 暴飲暴食或飲酒
- 以說謊、否認方式回應

以上種種與反覆使用毒品有關，家人要特別注意。

### 3. 健康的應對方法

當「誘發」毒品使用的人事物出現，有產生任何心理壓力時，尋找家庭或家族中的支持者，並以下列較不會傷害自己的方式，且可以提升個人意志力與情緒調適能力。

- 喝水或茶以放鬆心情
- 運動或是適當的休息
- 主動尋求協助或諮詢
- 與積極正向的人共度時光

拒絕「毒品誘發」  
向使用毒品  
或是給毒的友人  
說：「不！」



「不，謝謝，  
我不使用毒品了。」

「我沒時間和你談使用毒品的話題。」



「我已經告訴你，請你離開。如果你不離開，  
我會立刻告訴爸媽、老師或報警。」



「我已經開始我的新生活，  
不想要也不需要你提供的東西。」



## 八、共創未來：從養成新習慣開始

改變從來都不是一件容易的事!每個人都有習慣，有積極的也有消極的。用「好」習慣代替「壞」習慣，幫助孩子打破習慣、建立新的行為模式。

要實現不使用毒品的生活方式，需要改變許多根深蒂固的習慣。

可以從以下三個關鍵開始：



1

### 幫助孩子擺脫壞習慣 - 克服毒品危害的三個關鍵

#### 【目標】

找到人生目標並定義對自己的意義，過著有目標的生活，深入挖掘重視的原因，並每天朝著這個目標前進。

#### 【心態】

培養正確的心態來掌控自己的生活和未來，學習告訴自己改變是可以發生的、人生有願景的重要性，正向心態是努力的第一件事。

#### 【活力】

可以從以下的幾個方法，從苦惱中「獲得正能量」活力，這樣孩子才可以一點一滴每天朝著自己的目標前進。



## 2 改變生活的具體行動

### 學習感恩

請孩子寫下感恩的事情清單，並與其他正在康復的朋友或是家人分享。即使在糟糕的日子裡，他也為自己的存在、活著和清醒而心存感激。



### 為行為負責

我和孩子一樣是不完美的人。犯錯、學習、改變和成長。讓孩子明白什麼是能控制的、什麼是不能控制的，知道為自己的行為負責是成功的一半。

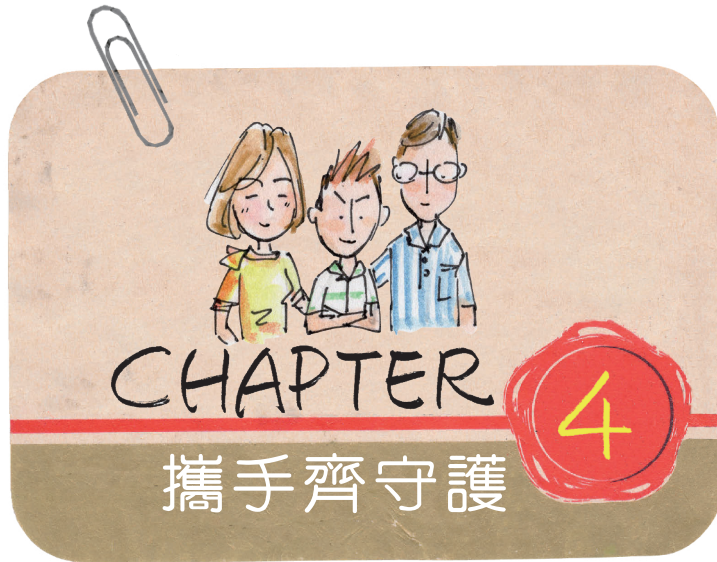
### 照顧自己



讓孩子自我照顧，包括可為與不可為的原則、充足的睡眠、好好吃飯、嘗試運動、每晚閱讀閒書一章，負責每週準備一餐都可以，認識和了解自己的感受。

- 孩子學習從處理壓力到重獲自尊心，並學習辨認與哪些人相處對他更好。
- 幫助孩子努力保持清醒，活在當下，他就有機會打破舊習慣模式。
- 用「好」習慣代替「壞」習慣不會在一夜之間發生，持續建立「健康和幸福」的生活模式。





我們求也求過、罵也罵過，  
還能怎麼做，孩子才會聽話，  
不要去碰毒呢？  
有誰可以幫幫我們？

家庭是孩子最重要的守護的堡壘。  
還有教育、衛生、醫療、警政、社政、  
勞政與司法等單位。提供多元的資源  
與支持，一起協助家長引領孩子  
「遠離毒品、贏回人生！」



### 教育單位

- 學生校外生活輔導會  
學生輔導諮商中心  
學校春暉小組
- 個案輔導
  - 高關懷活動
  - 春暉輔導課程
  - 生涯探索



### 衛生醫療單位

- 毒品危害防制中心
- 諮詢服務
  - 輔導追蹤
  - 資源連結與轉介
- 醫療機構
- 門診及住院治療
  - 藥癮衛教及諮詢
  - 心理社會復健
- 心理衛生中心
- 心理諮商



### 警政單位

- 少年警察隊  
少年輔導委員會
- 預防宣導
  - 轉介服務
  - 個案輔導及諮詢



### 社政單位

- 地方政府社會局(處)
- 家庭與親職教育
  - 社福資源提供
  - 「社會安全網-關懷e起來」平台



### 勞政單位

- 全國就業服務專線
- 技職訓練
  - 體驗活動支援
  - 就業諮詢與媒合

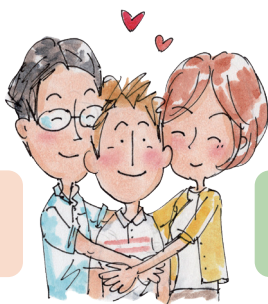


### 司法單位

- 法官、少年調查官  
及少年保護官
- 施用毒品處遇協助



當孩子有接觸、使用毒品時，  
家長如何運用資源？



孩子是在學學生

孩子是非在學學生

家長可尋求學校師長、輔導老師等人員的協助

家長可以尋求少輔會、社政社工師、毒防中心個案管理師、法院少年保護官等人員的協助

依據孩子好奇誤用、經常使用、成癮依賴等使用毒品的不同階段，與協助人員共同評估孩子的問題與需求。

協助人員可轉介提供孩子在課業學習、心理輔導、生涯試探、醫療戒治等適性、專業的資源與支持。

**【愛的叮嚀】**  
一起守護、陪伴與協助孩子回歸正常、健康的生活



教育部「如何守護孩子」動畫

QR code



## 一、學校春暉小組

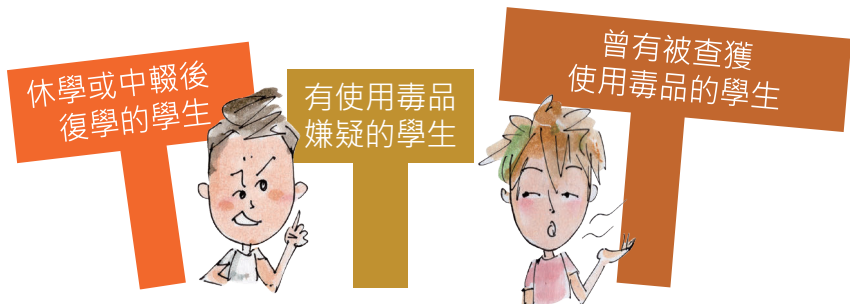
當孩子尿液篩檢確認為陽性時，學校會組成春暉小組，對孩子實施輔導與戒治（詳見 46 頁），幫助孩子遠離毒品。如果經過二期（共 6 個月）的輔導後，尿液篩檢仍為陽性，就會轉介至衛福部指定之醫療機構評估治療需求，及函請警察機關依法辦理。

### ■ 學校春暉小組的協助資源

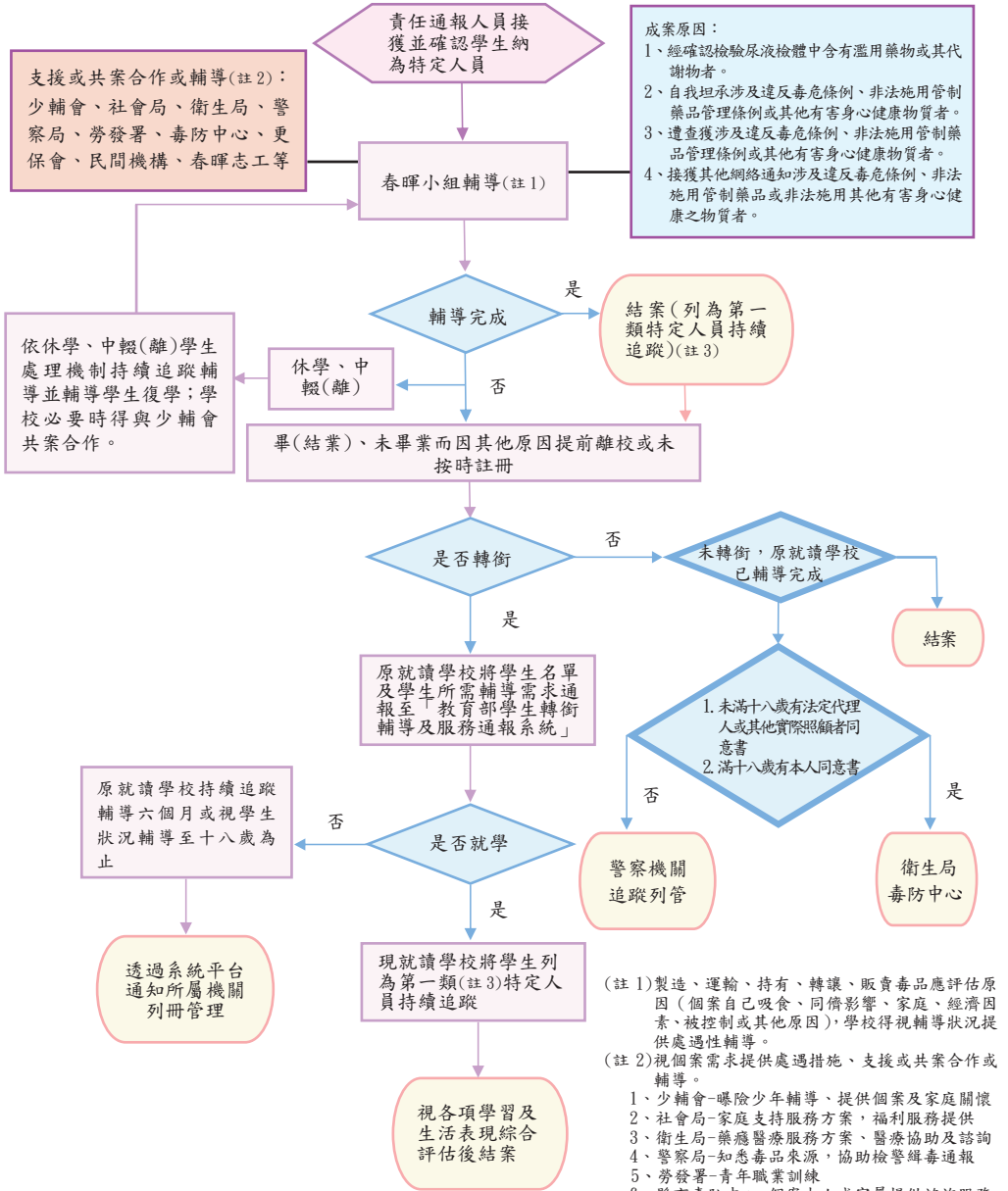
- **個案輔導**：評估學生成癮情形（詳見 48 頁）提供相關輔導，接受春暉輔導課程，鼓勵參與校外生活輔導會（請見 64 頁）辦理的高關懷以及生涯探索活動，協助行為改變與解決問題。
- **尿液篩檢**：每週、連續假日後或隨機對學生實施尿液篩檢。
- **告知法律責任**：對家長與學生說明各級毒品吸食、持有、販賣等相關法律責任。
- **轉介服務**：必要時轉介學生至輔諮中心、心理衛生中心、醫療機構，由心理師、社工師、精神科醫師等提供相關協助。

### ■ 學校平時會對我的孩子進行尿液篩檢嗎？

為維護學生身心健康，防制毒品進入校園，即時發現藥物濫用，學校依規定應對於特定學生進行尿液篩檢。



## 各級學校學生涉及毒品危害防制條例案件輔導處遇流程



(註1)製造、運輸、持有、轉讓、販賣毒品應評估原因(個案自己吸食、同儕影響、家庭、經濟因素、被控制或其他原因),學校得視輔導狀況提供處遇性輔導。

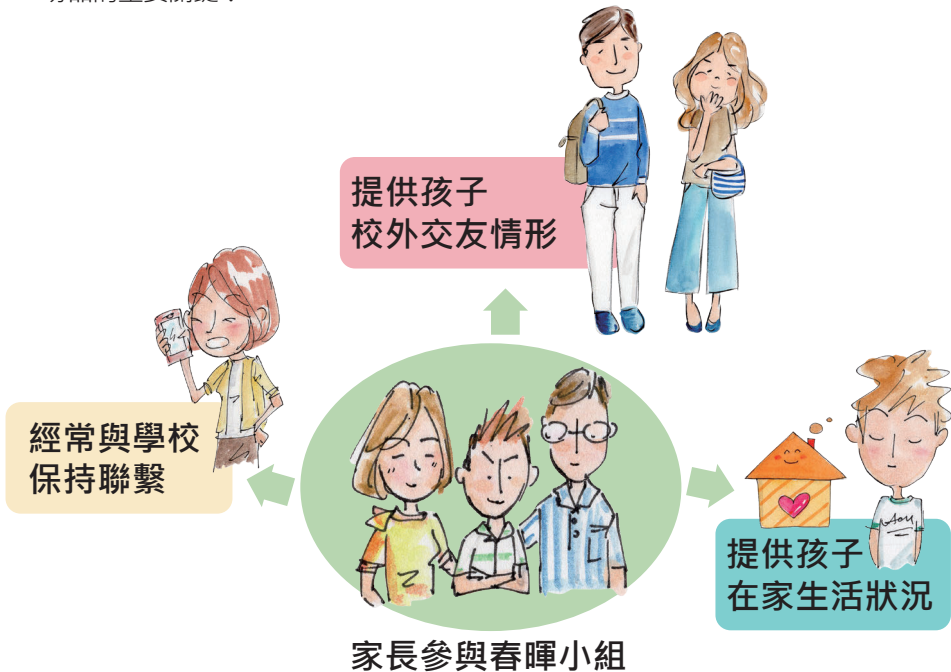
(註2)視個案需求提供處遇措施、支援或共案合作或輔導。

- 1、少輔會-曝險少年輔導、提供個案及家庭關懷
- 2、社會局-家庭支持服務方案, 福利服務提供
- 3、衛生局-藥癮醫療服務方案、醫療協助及諮詢
- 4、警察局-知悉毒品來源, 協助檢警緝毒通報
- 5、勞發署-青年職業訓練
- 6、縣市毒防中心-個案本人或家屬提供諮詢服務
- 7、更保會-提供少年家庭支持性服務
- 8、民間團體-心理輔導、職能訓練、戒癮團體
- 9、春暉志工-陪伴關懷

(註3)第一類特定人員係為「特定人員尿液採檢辦法」附表第三條第一點所訂:「曾有違反毒品危害防制條例行為之各級學校學生(含自動請求治療者)」。

## ■ 學校邀請家長參加春暉小組，有需要去嗎？

學校春暉小組是由學務(訓導)主任、生教(輔)組長、輔導教官、導師所組成的團隊，每兩個禮拜會開一次會，並邀請家長參與，需要您提供孩子在家生活狀況、校外交友情形，參與春暉小組以及經常與學校保持聯繫，是協助孩子遠離毒品的重要關鍵！



## ■ 如何知道孩子毒品成癮的風險？

可根據「藥物濫用篩選量表」20 個問題，引導、詢問而了解孩子最近 1 年使用毒品成癮情形，以及後續處理的建議。計分：每題答“是”就得 1 分(但第 4、5 題答“否”則得 1 分)。

- ☞ 總分 0-2 分為「低度風險」：  
注意孩子狀況，如有疑慮建議詢問醫師。
- ☞ 總分 3-5 分為「中度風險」：  
孩子極可能有成癮症狀，須至醫療院所進一步檢查
- ☞ 總分 6 分(含)以上為「高度風險」：  
孩子已經有成癮症狀，立即至醫療院所治療。

**藥物濫用篩選量表 (The Drug Abuse Screening Test, DAST-20)**  
**—自我評估藥物濫用成癮風險程度**  
**問題中「藥物」是指愷他命、搖頭丸、安非他命等非法藥物 (俗稱毒品)**

1. 你是否使用非醫療 (治療) 原因的藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	11. 你是否因使用藥物而忽略家人或曠課？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
2. 你是否不當使用處方藥物 (如經醫師處方才能使用的藥物)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	12. 你是否因使用藥物導致工作上出問題？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
3. 你是否同一時間不當使用多種藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	13. 你是否因使用藥物而失去工作 (或工讀機會)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
4. 你能否在一周內完全不使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	14. 你是否因藥物作用的影響而引起爭鬥 (如吵架、打架等)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
5. 只要你想要，你能夠一直不使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	15. 你是否為了獲得藥物而涉入違法的行動？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
6. 你是否因使用藥物而心情低落或重新振奮的經驗？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	16. 你是否因持有非法藥物而被逮捕？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
7. 你是否對自己藥物使用有不好的感受？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	17. 你是否曾有經歷過用藥過量而出現症狀 (如隔天起床頭痛)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
8. 父母或家人是否曾經抱怨你不當使用藥物？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	18. 你是否因使用藥物而產生一些健康的問題 (如記憶力變差、頻尿)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
9. 你使用藥物是否造成你與親人間的問題？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	19. 你是否因藥物使用問題而去求助於人？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
10. 你是否因為使用藥物而失去朋友？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	20. 你是否因使用某種藥物而接受輔導 (或治療)？	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

(資料來源：郭鐘隆·教育部藥物濫用學生輔導課程試辦推廣計畫·2013)

## 守護行動家 - 攜手合作



### ●參與春暉小組

藉此與學校保持聯繫，了解孩子校內外和家庭生活情形。掌握孩子生活作息接送孩子上下學、注意出入場合時間及交友情形。



### ●關心、鼓勵孩子

假日多安排家庭活動，增進親子關係與互動；鼓勵孩子接觸健康正向活動，發展興趣及潛能。

### ●提高警覺隨時觀察

注意孩子行為徵兆，包含房間、背包、垃圾桶內物品、手機通聯訊息，不要遺漏或疏忽了可能使孩子接觸到毒品的徵象。



### ●注意孩子身心健康

如果孩子有疑似藥物，危害反應或異常的情形，應立即就醫檢查。

## 還有哪些資源可以幫助孩子找生涯探索、技職訓練呢？



協助國中畢業未升學未就業青少年進行生涯探索，並於釐清定向後，適性銜就學或就業

教育部青年發展署  
青少年生涯探索號計畫



◆勞動部全國就業服務專線◆  
**0800-777-888**



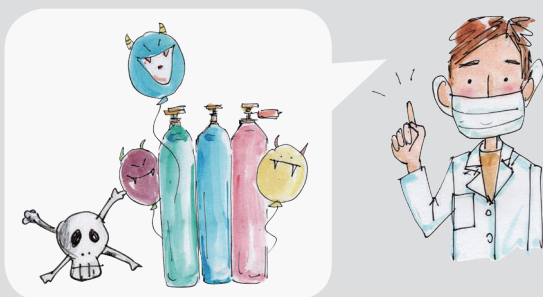
台灣就業通

## 【案例討論】

17歲的小佩(化名)日前因使用有害身心健康物質「笑氣」成為學校春暉輔導的學生。最近家長發現小佩的情緒極度不穩定，容易焦慮，而且思考反應變得遲鈍。

這天小佩起床後，突然覺得手腳無力、麻木，而且四肢無法動彈，嚇得家人趕緊立刻帶她到醫院急診檢查與治療。

大概1個月之後，小佩的四肢力量才慢慢恢復了。醫師告訴家長，小佩的狀況很有可能是笑氣引起的神經病變，幸好及早就醫、給予適當的治療，否則有可能會無法恢復。



### 【笑氣資訊站】

- ◆「笑氣」雖然不是「毒品」，不當濫用仍會造成身心健康危害。
- ◆環保署已經公告「笑氣」為第一個加強管理的列管關注化學物質，將跨部會聯手管制，禁止於網購平臺交易。
- ◆學校如果發現學生有吸食笑氣情形，會依據「施用其他有害身心物質」的成案原因，納入春暉小組輔導。



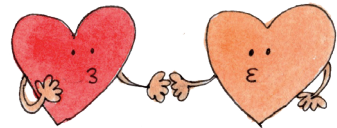
若您有任何關於孩子使用笑氣的問題，請洽詢教育部各縣市學生校外生活輔導會；聯絡電話→請見第64頁。

## 二、毒品危害防制中心

- 接獲孩子使用毒品的事件，毒防中心（請見 65 頁）個案管理師會支持與協助家長，處理孩子使用毒品的相關問題，讓孩子有重新開始機會。

### 毒品危害防制中心的協助資源

- ★ **諮詢服務、輔導追蹤**：透過電話、面談、家訪提供各項諮詢與活動訊息，持續聯繫及關懷孩子與家長。
- ★ **孩子與家長輔導**：提供孩子心理、生活輔導，舉辦家長成長支持團體活動。
- ★ **轉介服務**：轉介醫療、社福機構或中途之家等相關單位。



### 守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **主動求助**：有疑問可撥打免費諮詢專線0800-770-885，尋求專業諮詢與協助。（詳見：第 63 頁）
- ✓ **參加家長課程團體**：讓自己有足夠的知能去探討孩子使用毒品原因，並尋求適當解決辦法。
- ✓ **尋求醫療服務**：孩子如果已經成癮了，請以正向態度面對，並鼓勵孩子接受藥癮醫療。

### 三、醫療機構

- 使用毒品不是單純藥物問題，在接受成癮醫療時，需先診斷孩子身心狀況以及家庭問題等，評估孩子使用藥物及其成癮情形，目的是瞭解問題才能對症下藥。



#### 醫療機構的協助資源

- ★ **定期門診治療**：經醫師評估診斷後，安排藥物治療、心理治療、家族治療，及尿液毒物篩檢等處置。
- ★ **住院治療**：對嚴重成癮個案，藉由全日住院治療緩解其急性戒斷症狀，及治療伴隨或引發之相關精神或生理疾病。
- ★ **藥癮衛教及諮詢服務**：提供病人與家屬成癮疾患及其治療等相關衛教知識，增強改變動機。
- ★ **多元的毒癮戒治服務**：例如整合性藥癮醫療示範中心、治療性社區計畫等，還能提供適性就學、補助考照、協助復歸等更完善的資源與協助。

#### 守護行動家 - 攜手合作

- √ **配合相關治療計畫、遵照醫囑**
- √ **尋求適當的醫療**：可至衛生福利部指定辦理藥癮治療業務之醫療機構掛身心科、成癮治療科、精神科、心智科等就診。
- √ **善用藥癮醫療補助資源**：  
衛生福利部補助藥癮治療費用，可洽各縣市毒防中心或衛生福利部指定藥癮戒治機構。



指定藥癮戒治機構

## 四、少年輔導委員會

- 警方查獲未成年的孩子使用愷他命等三、四級毒品案件，會依法通知少年住所、居所或所在地之少年輔導委員會處理（詳見66頁）。
- 少年輔導委員會主要負責社區中個案輔導、教育宣導、社區工作、資源轉介，社工師協助孩子導正生活或方向，建立正確的價值觀，提供家長法律或生活的諮詢。



### 少年輔導委員會的協助資源

- ★ **法律諮詢**：個案輔導級諮詢，以晤談、電訪、信件輔導孩子，協助親子間的溝通。
- ★ **預防宣導**：進行毒品防制法令宣導及社區親職教育講座。
- ★ **轉介服務**：提供相關資源單位資訊，例如醫療、安置、戒治服務等。

### 守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **回到正常生活**：要求孩子應就學或就業，提醒有些朋友不來往，有些場所不出入，幫助孩子回復正常生活。
- ✓ **讓孩子承擔責任**：家長不要過度保護，要讓孩子學習自己去承擔責任、建立現實感。
- ✓ **適度期待與調適心態**：孩子可能需要經過一段混亂期，改變與否，家長得失心要自我調適。

## 五、社會局（處）

- 使用三、四級毒品的在學兒少，由學校納入春暉輔導外，社會局社工會針對未在學的兒少將提供個案輔導，與家長支持協助。

### 各地方政府社會局（處）的協助資源

- ★ **個案輔導**：透過家訪、電訪持續關懷孩子及家長，了解孩子的需求，進而輔導及協助提供資源。
- ★ **親職教育**：提供兒少藥物濫用相關法令、知識、與孩子溝通技巧等親職課程，提升家長教養效能及陪伴孩子遠離毒品、拒毒之知能。
- ★ **戒癮轉介**：如果孩子已經成癮或有需求，將協助轉介戒癮醫療資源，藉由專業醫師幫助孩子戒癮。
- ★ **資源提供**：提供就學、就業、技訓、社會福利等資源連結，不只幫助孩子走出毒品危害，更預防再次誤入毒網。



### 守護行動家 - 攜手合作

- ✓ **信任與配合**：社工們的家訪、電訪及處遇計畫。
- ✓ **積極參與**：加入親職教育課程或團體。
- ✓ **攜手陪伴**：與社工一起瞭解、支持、幫助孩子。
- ✓ **建立現實感**：願意承擔教養責任。



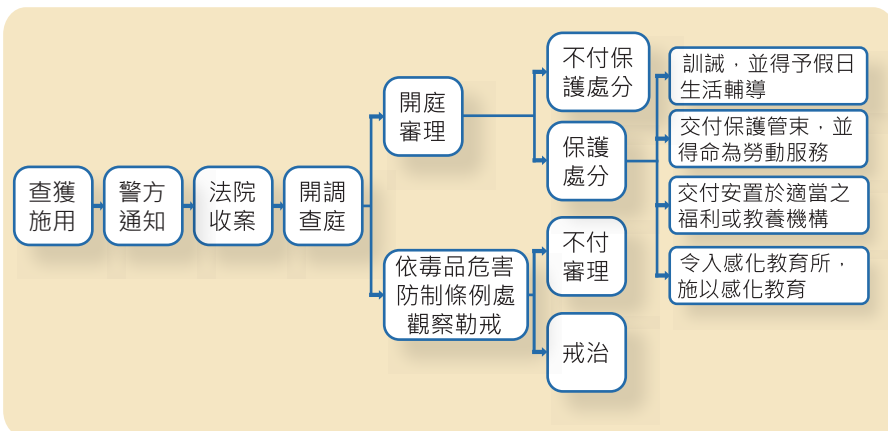
### ☆ 社會安全網 - 關懷 E 起來 ☆

提供線上保護性案件通報  
及福利服務案件轉介功能。

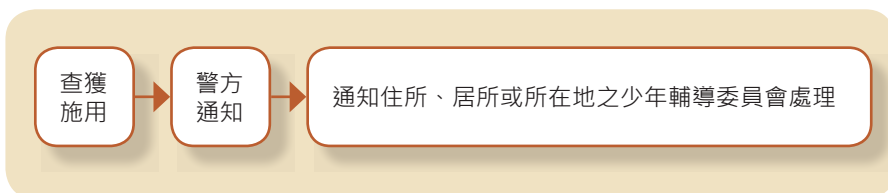


## 六、司法單位

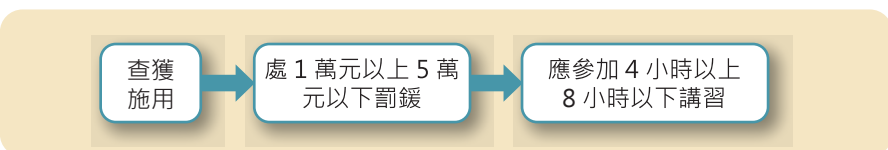
### 12 至 18 歲施用第一、二級毒品處遇流程



### 12 至 18 歲施用第三、四級毒品處遇流程



### 18 歲以上施用第三、四級毒品處遇流程



## 司法單位使用的資源

★**觀察勒戒及戒治**：如果是因施用第一、二級毒品，初次進入少年法院，法官得依個案情狀判斷，依毒品危害防制條例第 24 條規定，以少年事件處理法程序審理、裁定保護處分，或者依毒品危害防制條例第 20 條規定，令入勒戒處所觀察勒戒。

★**戒治所強制勒戒**：經過觀察勒戒，評估認有繼續施用毒品傾向，令入戒治處所強制戒治，並委請專業單位辦理戒癮團體輔導課程。

★**轉介服務**：法院執行保護處分時，視個案需求轉介至：

- 醫療單位進行評估與治療，或其他安置機構、中途之家、民間團體進行戒癮輔導。
- 勞動部勞動力發展署各分署或各地勞工局職業訓練課程，學習專業技術，取得技術士證照，並輔導就業。

★**提供資源訊息**：連結各縣市衛生局、社會局(處)、毒品防制中心資源，提供藥癮者家屬支持團體活動訊息。



## 守護行動家 - 攜手合作

✓ **主動告誡**：信任與配合法官、少年調查官及少年保護官。

✓ **維持聯繫**：隨時請教司法問題，以及告知孩子可能使用毒品的異常舉止。



如果有法律上的問題，我要如何得到諮詢？

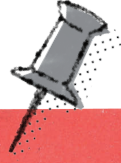
家長可以諮詢法律扶助基金會

全國服務專線：02-6632-8282

法律諮詢預約專線：02-3322-6666



法扶基金會 QR code



# CHAPTER 5

法律大補帖



## 一、毒品法律刑責知多少？

- 使用毒品被抓到了，法律制裁嚴重嗎？
- 單純攜帶毒品出門，應該沒關係吧？
- 免費讓別人使用毒品，會受到處罰嗎？



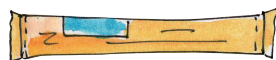
毒品是萬惡之淵，為維護國民身心健康，政府制定《毒品危害防制條例》，禁止持有、施用、轉讓、販賣、製造、運輸、引誘、欺瞞或強迫他人施用毒品等行為。處罰標準因毒品等級而異，販賣、運輸、引誘或欺瞞他人使用毒品之刑責，比施用及持有毒品重。

### 毒品法律刑責，知多少？

- 製造、運輸、販賣
- 意圖販賣而持有
- 強暴脅迫、欺瞞或非法方法使人施用
- 引誘他人施用
- 轉讓
- 施用
- 持有



( 法務部 反毒大本營法律刑責 )



若是成年人勸說  
誘惑未成年人  
施用毒品  
將加重刑責  
二分之一

## ■ 毒品法律刑責要知曉

依據我國《毒品危害防制條例》，使用毒品是違法犯罪的，根據毒品分級與其製造、運輸、販賣、轉讓、施用、持有的行為，罰則有所不同，以下表格說明常見毒品以及相關罰則。

分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海洛因</li> <li>● 嗎啡</li> <li>● 鴉片</li> <li>● 古柯鹼</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 安非他命</li> <li>● 搖頭丸</li> <li>● 大麻</li> <li>● 搖腳丸</li> <li>● 西洛西賓</li> <li>● 浴鹽</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● FM2</li> <li>● 愷他命</li> <li>● 一粒眠</li> <li>● 喵喵</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 蝴蝶</li> <li>● 煩寧</li> <li>● Lorazepam</li> <li>● 火狐狸</li> <li>● 特拉嗎竇</li> <li>● 佐沛眠</li> </ul>
製造運輸販賣	死刑或無期徒刑 新臺幣三千萬元以下罰金	無期徒刑或十年以上有期徒刑 新臺幣一千五百萬元以下罰金	七年以上有期徒刑 新臺幣一千萬元以下罰金	五年以上十二年以下有期徒刑 新臺幣五百萬元以下罰金
轉讓	一年以上七年以下有期徒刑 新臺幣一百萬元以下罰金	六月以上五年以下有期徒刑 新臺幣七十萬元以下罰金	三年以下有期徒刑 新臺幣三十萬元以下罰金	一年以下有期徒刑 新臺幣十萬元以下罰金
施用	六月以上五年以下有期徒刑	三年以下有期徒刑	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下之毒品危害講習	
持有	三年以下有期徒刑、拘役或 新臺幣三十萬元以下罰金	二年以下有期徒刑、拘役或 新臺幣二十萬元以下罰金	新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰 接受四小時以上八小時以下之毒品危害講習	
	純質淨重十公克以上者，一年以上七年以下有期徒刑 新臺幣一百萬元以下罰金	純質淨重二十公克以上者，六月以上五年以下有期徒刑 新臺幣七十萬元以下罰金	五公克以上者，二年以下有期徒刑 得併科新臺幣二十萬元以下罰金	五公克以上者，一年以下有期徒刑 得併科新臺幣十萬元以下罰金

## 二、未成年孩子使用毒品的法律責任

- 如果未成年的孩子使用毒咖啡包被查獲，相關的毒品法律責任是怎麼呢？

- 毒咖啡包可能混合不同分級的毒品，針對 12-18 歲的未成年「施用、持有、轉讓」時，該怎麼罰呢？

搖頭丸  
(二級毒品)  
愷他命  
(三級毒品)  
喵喵  
(三級毒品)

毒品分級	行為樣態		
	施用毒品	持有毒品 (非販賣意圖)	轉讓毒品
一級、二級 毒品	1. 保護處分，並得於之前或同時諭知令其入相當處所實施禁戒。 2. 觀察勒戒，如有繼續施用毒品傾向，再送強制戒治。	保護處分	保護處分
三級、四級 毒品	由少年輔導委員會處理，輔導期間經評估認由少年法院處理，始能保障少年健全之自我成長者，得請求少年法院處理。		

### 【未成年人涉及販售毒品的刑責】

依據刑法 18 條、63 條，將可減輕期刑。

■ **少年事件處理法** 為保障少年健全成長，調整成長環境，並矯治其性格，若查獲施用第三、四級毒品時，依據毒品危害防制條例規定，應依《少年事件處理法》，給予適當的保護處分。



【保護處分】依據《少年事件處理法》第 42 條少年法院審理事件，應對少年以裁定諭知下列之保護處分

- 一、訓誡，並得予以假日生活輔導。
- 二、交付保護管束並得命為勞動服務。
- 三、交付安置於適當之福利或教養機構輔導。
- 四、令入感化教育處所施以感化教育。

### 三、父母制止孩子施用毒品的相關法令

#### ● 如果父母未制止未成年孩子施用毒品，會有法律責任嗎？



→ 綜整《兒童及少年福利與權益保障法》第 43.70. 91.102 條相關規定：

- 父母、監護人或其他實際照顧兒童及少年之人，應禁止兒童及少年施用毒品、非法施用管制藥品或其他有害身心健康之物質。
- 違反上述且情節嚴重者，處新臺幣一萬元以上五萬元以下罰鍰，且須接受四小時以上五十小時以下之親職教育輔導。
- 必要時，主管機關將派專業人員進行訪視、調查及處遇。

→ 依據《少年事件處理法》第 84 條

- 父母因忽視教養，致少年有觸犯刑罰法律之行為，而受保護處分或刑之宣告，或致保護處分執行難收效果，少年法院得裁定命其接受 8-50 小時親職教育輔導。
- 拒不接受前項親職教育輔導或時數不足者，得裁定處新臺幣 6 千元以上 3 萬元以下罰鍰；經再通知仍不接受者，得按次連續處罰，至其接受為止。

● 當孩子吸食毒品但未被發覺查獲，家長主動告知，請求醫療機構治療或是求助毒防中心等，孩子會被通報警方嗎？

父母應及時的伸出援手，別讓自己的小孩人生掉入毒品深淵



不會通報警方的。依據《毒品危害防制條例》第 21 條：吸食毒品的行為被發覺前，自動向衛生福利部指定的醫療機構請求治療，可獲得寬免，醫療機構免將請求治療者送法院或檢察機關法辦。

未滿 18 歲青少年使用毒品，若主動告訴警察或送至司法、戒治機構，少年法院（庭）可提供法律上的協助，少年犯前科紀錄會塗銷，但仍需面對司法的處置。







## 諮詢管道 GO

### ■ 諮詢專線、求助 e 點通 「別讓毒品囚禁您和孩子的人生」



### 毒品危害防制中心諮詢專線

0800-770-885 (請請你幫幫我)

由衛生福利部設置，各地方毒防中心接聽及提供諮詢服務，搭起毒品使用者、家屬等人與相關服務資源之間順暢的溝通橋梁。

周一至周日 24 小時免費服務專線

### 求助 e 點通



QR code



當您和孩子需要遠離毒品方面的幫助，請留下您的問題，由各地方毒防中心指定專人按時檢閱，適時回覆與服務。您的基本資料及聯絡方式，本網站絕對保密，請放心留言。

礙於經濟問題，害怕無法負擔孩子藥癮醫療的費用，該怎麼辦？

請填寫以下表單，「\*」為必填欄位。

*姓名：	請輸入您的姓名
*電子郵件信箱：	請輸入您的電子郵件信箱
聯絡電話：	請輸入您的聯絡電話
*信件主旨：	請輸入您的信件主旨
*內容：	<input type="text"/>
*我希望由：	=== 請選擇毒防中心 === 的專人協助我解決問題
*驗證碼	請輸入右方驗證碼 342% <input type="button" value="重新產生"/> <input type="button" value="聽音播放"/>
<input type="button" value="確認送出"/> <input type="button" value="重新填單"/>	



### 便捷、迅速的諮詢管道

## 一、教育部各縣市學生校外生活輔導會

	縣市別	地址	服務專線
1	宜蘭縣校外會	260 宜蘭縣宜蘭市泰山路 181 號	03-9351885
2	基隆市校外會	206 基隆市七堵區東新街 24 號	02-24568585
3	新北市校外會	22050 新北市板橋區中山路一段 161 號 21 樓	02-29603456
4	桃園市校外會	330 桃園市桃園區縣府路 1 號 14 樓	03-3379530
5	新竹縣校外會	310 新竹縣竹東鎮大林路 2 之 1 號	03-5969885
6	新竹市校外會	300 新竹市博愛街 5 巷 120 號	03-5728585
7	苗栗縣校外會	360 苗栗縣苗栗市電台街 7 之 1 號	037-335885
8	臺中市聯絡處	420 臺中市豐原區陽明街 36 號 4 樓	04-25298585
9	南投縣校外會	540 南投縣南投市南崗二路 6 號	049-2230885
10	彰化縣校外會	500 彰化縣彰化市南郭路一段 372 巷 63 號	04-7278585
11	雲林縣校外會	640 雲林縣斗六市內環路 437 號	05-5343885
12	嘉義縣校外會	613 嘉義縣朴子市文明路 3 之 5 號	05-3704885
13	嘉義市校外會	600 嘉義市啟明路 132 號	05-2752525
14	臺南市第一校外會	702 臺南市福吉一街 18 巷 27 號	06-2288585
15	臺南市第二校外會	721 臺南市麻豆區南勢里 1 之 36 號	06-5712885
16	高雄市聯絡處	830 高雄市鳳山區澄清路 176 號	07-7400677
17	屏東縣校外會	900 屏東縣屏東市建國路 25 號 -1	08-7538585
18	臺東縣校外會	950 臺東縣台東市中山路 128 號	089-343885
19	花蓮縣校外會	970 花蓮縣花蓮市建國路 159 號	03-8341685
20	澎湖縣校外會	880 澎湖縣馬公市中華路 369 之 1 號	06-9264885
21	金門縣校外會	891 金門縣金湖鎮高職農場路 1 號	082-337458
22	臺北市校外會	110 臺北市信義區市府路 1 號 8F (教育局內)	02-27256444
23	高雄市校外會	830 高雄市鳳山區光復路二段 132 號 3 樓	07-7406610

(資料來源：教育部)



各縣市校外會地圖查詢  
教育部國民及學前教育署  
「校外會查詢」QR Code



## 二、各縣市政府毒品危害防制中心

單位名稱	地址	服務專線
1 宜蘭縣政府毒品危害防制中心	宜蘭縣宜蘭市女中路 2 段 287 號 4 樓	03-9313995
2 基隆市政府毒品危害防制中心	基隆市七堵區明德一路 169 號	02-24565988
3 臺北市政府毒品危害防制中心	臺北市昆明街 100 號 4 樓	02-23754068
4 新北市政府毒品危害防制中心	新北市板橋區英士路 192-1 號	02-22570380
5 桃園市政府毒品危害防制中心	桃園市桃園區縣府路 55 號	03-3341066
6 新竹市政府毒品危害防制中心	新竹市中央路 241 號 10 樓	03-5355361
7 新竹縣政府毒品危害防制中心	新竹縣竹北市光明七街 1 號	03-5536336
8 苗栗縣政府毒品危害防制中心	苗栗縣後龍鎮大庄里 21 鄰光華路 373 號	037-558220
9 臺中市政府毒品危害防制中心	臺中市豐原區中興路 136 號	04-25290505
10 南投縣政府毒品危害防制中心	南投縣南投市復興路 6 號	049-2230518
11 彰化縣政府毒品危害防制中心	彰化縣彰化市中山路 2 段 162 號	04-7116710
12 雲林縣政府毒品危害防制中心	雲林縣斗六市府文路 34 號	05-5376703
13 嘉義市政府毒品危害防制中心	嘉義市德明路 1 號	05-2810995
14 嘉義縣政府毒品危害防制中心	嘉義縣太保市祥和二路東段 3 號	05-3625680
15 臺南市政府毒品危害防制中心	林森辦公室 - 臺南市東區林森路 1 段 418 號 東興辦公室 - 臺南市新營區東興路 163 號	06-2909595 06-6372250
16 高雄市毒品防制局	高雄市前金區成功一路 420 號 4 樓	07-2111311
17 屏東縣政府毒品危害防制中心	屏東縣屏東市自由路 272 號	08-7351595
18 臺東縣政府毒品危害防制中心	臺東縣臺東市博愛路 336 號	089-325995
19 花蓮縣政府毒品危害防制中心	花蓮縣花蓮市林森路 391 號	03-8311486
20 澎湖縣政府毒品危害防制中心	澎湖縣馬公市中正路 115 號 2 樓	06-9261025
21 金門縣政府毒品危害防制中心	金門縣金湖鎮新市里復興路 1-12 號	082-337555
22 連江縣政府毒品危害防制中心	連江縣南竿鄉復興村 216 號	083-622095

**【聯繫多、好便利】** 除了透過 0800-770-885 諮詢專線外，亦可在上班時間撥打各縣市毒品危害防制中心服務專線，進行諮詢。



各地方毒防中心信箱網站、地圖查詢  
(衛生福利部)

「毒防中心查詢」QR code



### 三、各縣市少年輔導委員會

機關名稱	地址	電話
1 臺北市少輔會	臺北市信義區信義路 5 段 180 號 9 樓	02-23467585
2 新北市少輔會	新北市板橋區漢生東路 276 號 3 樓	02-2955718
3 桃園市少輔會	桃園市桃園區縣府路 51 號 6 樓	03-3472011
4 臺中市少輔會	台中市南屯區干城街 2 號 1 樓	04-22583709
5 臺南市少輔會	臺南市永康區龍埔街 137 號	06-2022800
6 高雄市少輔會	高雄市三民區覺民路 366 號 9 樓	07-3801484
7 基隆市少輔會	基隆市信義區信一路 103 號	02-24262051
8 新竹市少輔會	新竹市中山路 1 號	03-5224168#3036
9 新竹縣少輔會	新竹縣竹北市光明六路 12 號	03-5535564
10 苗栗縣少輔會	苗栗市府前路 2 號	037-369757
11 彰化縣少輔會	彰化市中正路 2 段 778 號	04-7516243
12 南投縣少輔會	南投縣南投市南崗二路 133 號	049-2200943#3026
13 雲林縣少輔會	雲林縣斗六市大學路 3 段 100 號	05-5371728
14 嘉義市少輔會	嘉義市中山路 195 號	05-2220861
15 嘉義縣少輔會	嘉義縣太保市祥和一路東段 3 號	05-3621596
16 屏東縣少輔會	屏東市海豐街 18-1 號	08-7360067
17 宜蘭縣少輔會	宜蘭市中山路二段 167 號	03-9330202
18 花蓮縣少輔會	花蓮縣花蓮市府前路 226 號 2 樓	03-8221477
19 臺東縣少輔會	臺東市中山路 268 號	089-356981
20 澎湖縣少輔會	澎湖縣馬公市治平路 36 號	06-9279530
21 金門縣少輔會	金門縣金城鎮金山路 15 號	082-311293
22 連江縣少輔會	連江縣南竿鄉介壽村 260 號	(0836)25859 分機 2167

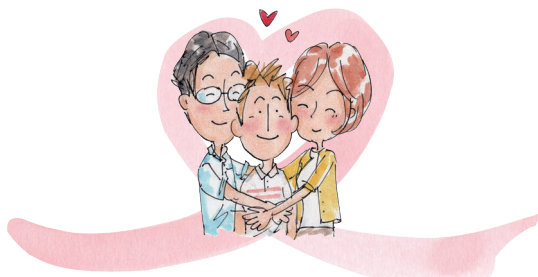


#### ●少年警察隊

執行少年犯罪偵防等工作，包括青少年反毒預防。







## 家長、孩子攜手，遠離毒品

青少年階段的孩子，本來就容易衝動，加上開始思考未來的角色、面臨新的社會要求而感到困擾和混亂，因此急著想建立新的同儕認同及在別人眼中的形象，所以常會適應不良而有偏差行為、情緒失控、缺乏自信等行為；若再加上親子互動不良、家人情感疏離、學校功課表現不佳，一不留意，誤以為認同自己的同儕是好友，很容易誤交損友，因而接觸成癮性物質或毒品，無法自拔。

當孩子陷入使用毒品的困境時，家長要以無比的愛心與耐心，運用社會資源，陪孩子重建健康的生活連結，與孩子一同攜手共創未來。



### 愛的叮嚀

孩子的後盾是家庭，一旦孩子陷入困境，只要親子攜手努力，藥物濫用防範的挑戰或戒治路程雖然漫長，但絕對不是遙不可及。





## 家長行動檢核表

就像上面成功家長的故事一樣，孩子使用毒品雖然痛心，遠離毒品的路也不容易走，但只要努力，未來仍然充滿希望！

● 以下是「我可以做的事」清單，請您依照實際狀況勾選。

我可以做的事	我做到了	我要繼續學習
<b>學習照顧好自己</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
學習分辨、說出和用正向方法宣洩自己的負面心情	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
找個可信任的人或參加專業團體聊聊心情和事情	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
相信自己可以成功幫助孩子遠離毒品	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>聽從專業的建議</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
陪伴孩子一起面對協助毒癮處遇的過程	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
配合學校、法院、醫院、及民間協助毒癮處遇機構的規定與建議	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
配合專業的協助毒癮處遇和社會心理復健機構來幫助孩子遠離毒品	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>努力增進親子關係</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解使用毒品的孩子想要什麼	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何幫助孩子處理焦慮和憤怒的情緒	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何和使用毒品中的孩子增進親子關係	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何和使用毒品的孩子有效溝通	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何引導孩子拒絕使用毒品的朋友和環境	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
了解如何引導孩子對生活和未來有正向的規劃	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

◆ 上面的清單，您做得愈多，陪孩子遠離毒品的路就愈容易成功。

## 感謝：諮詢及審查專家群



(依姓氏筆畫排序)

才煒民 心理諮商師	王文惠 督導
何美慧 社工師	吳之凡 教官
吳豫州 督導	束連文 醫師
封崇勛 上校軍訓副督導	徐錦鋒 總會長
張淑慧 理事長	梁瑞珊 心理諮商師
章君萍 個案管理師	許日誠 調查保護官
陳孝盈 主任教官	陳彥君 主任
陳義峰 預防組長	廖信榮 老師
廖麗萍 督導	劉民和 牧師
謝欣穎 督導	覺志弘 主任教官



# 有愛無懼 翻轉人生



## 家長親職手冊



發行人：潘文忠

總策劃：吳林輝

總編輯：周麗端

主編輯：張鳳琴、黃淑滿、葉明芬、龍芝寧

執行編輯：曹翠英、黃蘭琇、鄭文瑤、張惠雯、陳宗志、林筱青、王雅萍、  
賴竝融

顧問編輯：王以凡、吳建昇、林郁智、唐先梅、許育華、郭鐘隆、陳甘華、  
黃瑞雯、蘇郁智（依姓氏筆畫排序）

出版機關：教育部

主編者：教育部學生事務及特殊教育司

地址：10050 臺北市中正區忠孝東路一段 172 號 4 樓

電話：(02) 7736-6666 (代表號)

網址：<https://www.edu.tw/>

出版年月：中華民國 112 年 10 月

著作財產權人：教育部

本手冊歡迎使用，請洽教育部



# 有愛無懼 翻轉人生



教育部 發行

廣告