

一、是非題：每題 3 分

- (○) 1. 全穀類、雜糧類可以讓人吃得飽，充滿活力。
- (X) 2. 油脂與堅果種子類的食物可以強健骨骼及牙齒，促進發育、增強免疫力。
- (○) 3. 和同學相處難免會吵架，吵架後最重要的是學會和好。
- (○) 4. 做完自己的工作後，如果有時間可以主動幫忙需要幫助的同學。
- (X) 5. 如果有小蟲進入耳朵時，可以用手拍耳朵，讓小蟲爬出來。
- (X) 6. 與好朋友相處時，可以隨意碰觸對方的身體。
- (○) 7. 平日做好衛生保健的行為，就可以預防疾病傳染。
- (X) 8. 只有秋季是腸病毒流行時期。
- (X) 9. 上下學途中，發現自己被跟蹤時，要趕快找地方躲起來。
- (○) 10. 感染傳染病時，一定要請假在家休養，避免傳染他人。
- (○) 11. 洗澡、上廁所或換衣服時，把門窗關好，是保護自己的做法。
- (X) 12. 聽音樂時，音量不可開得太大大，以免傷害視力。

(X) 13. 有異物進入眼睛時，要趕快用手揉出來。

- (X) 14. 學校吃午餐時，為避免麻煩，可以一次盛很多菜，吃不完再倒掉。
- (○) 15. 我們吃的食物要多樣化，才能吃得營養又健康。

二、選擇題：每題 3 分

- (B) 1. 下面餐點哪一個不適合當早餐吃？
 ①牛奶麵包 ②包子豆漿 ③多糖調味乳 ④清粥加青菜。
- (B) 2. 下列飲食習慣何者正確？
 ①只吃喜歡吃的食物 ②大魚大肉 ③各類食物都吃 ④不吃早餐好健康。
- (B) 3. 下列哪個是可以交朋友的好方法？
 ①講沒禮貌 ②做錯事不知道欠會主動幫忙同學 ④強對對方和自己玩。
- (B) 4. 眼睛不舒服時，應該誰診治？
 ①皮膚科醫師 ②眼科醫師 ③耳鼻喉科醫師 ④腸胃科醫師。

(1.3) 15. 下面哪一項不是「流鼻血」時的簡易處理處步驟？
 ① 冷靜坐下，把頭向後仰
 ② 張口呼吸，輕壓鼻翼
 ③ 要心存感恩
 ④ 30分鐘後還沒止血，應立即就醫。

(3) 16. 在愛眼行動中，看電視一次不要超過幾分鐘？
 ① 50分鐘
 ② 40分鐘
 ③ 30分鐘
 ④ 5分鐘

(3) 17. 下列哪一項行為是不適合的身體碰觸？
 ① 同學握手牽手玩遊戲
 ② 媽媽親額頭跟我道晚安
 ③ 惡作劇拍同學的背
 ④ 打球時的碰撞

(4) 18. 上廁所時，發現陌生人在廁所旁偷看，怎麼做才是保護自己的行為？
 ① 關門
 ② 害怕大哭
 ③ 繼續上廁所
 ④ 告訴學校師長

(3) 19. 哪一項不是「感染傳染病」時該有的行為？
 ① 向學校請假
 ② 儘快就醫
 ③ 跟家人去看電影
 ④ 告訴學校師長

(2) 10. 下列哪一項不是「感染腸病毒」時，身體會出現的狀況？
 ① 全身無力
 ② 皮膚癢
 ③ 嘔吐
 ④ 吞嚥困難

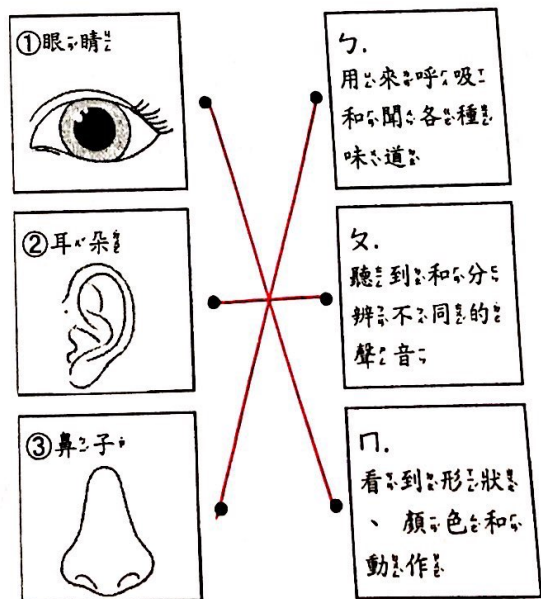
(1) 11. 爺爺摸孫子的頭，可能表示什麼？

- ① 稱讚
 ② 騷擾
 ③ 討厭
 ④ 害怕

三、下列哪些是「保護鼻子」的好行為？對的請在□裡打✓：每題2分

① 用力構鼻涕	② 用手挖鼻孔
③ 天氣冷時戴口罩	④ 不把小物品塞入鼻中
⑤ 不用力搓鼻子	

四、知道下面器官為我們做什麼事嗎？請試著連連看。每題2分



做完請再檢查一遍