

國立海山高工一〇七學年度第一學期第二次段考試題							班級	綜一丙	座號		成績
科目	生活管理	命題教師	陳俊銘	年級	一	科別	綜合科	姓名			

**一、是非題：24%，每題 3 分。**

1. ( ) 當我們吃完東西後要記得刷牙或使用牙線，如果無法做到，至少用水漱漱口，一天至少要刷兩次牙。
2. ( ) 一年作一次口腔檢查，才能及早發現問題、及早治療。
3. ( ) 抽菸會使我們的牙齒白白紫紫的，相當不美觀，而且也會口氣臭臭的。
4. ( ) 當我們作息正常時，體內很容易火氣大，而且會產生口臭。
5. ( ) 我們的雙手因為經常接觸外物，很容易碰到各種髒東西，因此一定要養成洗手的好習慣，防止螞蟻進入身體。
6. ( ) 尤其當我們要吃東西前、烹煮食物時、上完廁所後、接觸病人前後，不用洗手沒關係。
7. ( ) 除了要養成洗手的好習慣，還要記得定期修剪指甲，避免指甲中暗藏汙垢，傳染疾病。
8. ( ) 當我們碰觸骯髒東西或做粗重工作時，也要記得戴上塑膠袋保護雙手。

**二、選擇題：32%，每題 4 分。**

1. ( ) 大華想要擁有清新的好口氣，怎樣做才是對的？①一天只要睡前記得刷牙就足夠了 ②吃完東西後使用牙線或用水漱口 ③經常晚睡或熬夜 ④口腔檢查不需要定期做，等有牙痛再去就行了。
2. ( ) 下列哪一位同學的收納方式是正確的？①小紅：將垃圾藏在抽屜最深處 ②小藍：不按照課本大小排列 ③小黃：將物品先分類後再擺放 ④小綠：所有紙張放在同一個資料夾。
3. ( ) 阿凱想要好好整理抽屜，他應該怎麼做？①常用的物品靠外放 ②大的物品放上面 ③所有物品往抽屜塞 ④以上皆是。
4. ( ) 阿花今天想要剪指甲，他應該如何剪？①拿水果刀剪 ②不要剪太短 ③剪成三角形 ④把指甲丟在抽屜。
5. ( ) 大陳每日生活作息正常，請問他應該可以遠離甚麼困擾？①便祕 ②長痘痘 ③口臭 ④以上皆是。
6. ( ) 如果想要做好物品整理，可以使用哪些文具幫忙(複選)？①資料夾 ②雜誌架 ③錫箔紙 ④索引片。
7. ( ) 下列哪一位同學比較需要做好物品整理呢？①大雄：老師發的作業單會依不同科目放入資料夾中②小龍女：所有物品往書包裡塞③美美：櫃子中的書本，書背朝外且直放 ④太一：抽屜只放當天要上的課本。

8. ( ) 下列哪一個是上廁所的禮儀？①先敲門 ②使用後沖水 ③男生用坐式馬桶會掀起坐墊 ④以上皆是。

**三、填充題：20%，每格 2 分，請填入英文化號。**

1. 我們每天都會\_\_\_\_\_，所以一定要養成每天洗澡的習慣，才能使我們的身體保持清潔，減少身體汙垢的產生。
2. 頭皮會分泌\_\_\_\_\_和含油脂的物質，再加上有頭髮覆蓋在上頭，所以會藏有\_\_\_\_\_。當污垢阻塞毛孔時，會影響頭皮的健康以及頭髮的生長，甚至會有掉髮的現象產生。
3. 如果你的頭髮不容易出油，你可以\_\_\_\_\_天洗一次頭；如果你的頭髮很容易出油，建議要天天洗頭。
4. 吃太多富含油脂的食物容易不會讓我們長\_\_\_\_\_，因此油炸食物、花生、巧克力等食物要多吃。
5. 經常緊張、\_\_\_\_\_或熬夜，容易增加青春痘生長的機會，所以我們要養成規律的生活作息，減少青春痘的形成。
6. 購買衣服要選擇\_\_\_\_\_的材質，例如純棉、麻紗等較天然的材質都具有較好的透氣性。
7. 隨身攜帶毛巾，只要流汗就擦乾，這樣可以減少\_\_\_\_\_的繁殖，避免汗臭味會產生。
8. 運動時應穿著透氣、\_\_\_\_\_的衣服及棉襪，如果運動的場所有淋浴設備，運動後應該馬上洗個澡。
9. 如果穿孔沒有做好消毒工作，很容易會引起\_\_\_\_\_，嚴重的影響我們的生命安全。

**參考答案：**

A. 吸汗	B. 青春痘	C. 汗垢	D. 油脂	E. 一
F. 細菌感染	G. 流汗	H. 透氣	I. 壓力過大	J. 細菌

**四、簡答題：24%，每題 3 分。**

(一) 請問有哪些是個人良好的衛生習慣呢？

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

(二) 請寫出維持口氣清新的三個方法

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_