

一、單選題：每題 2 分，共 72 分

- () 1. 當看到霸凌或遇到了被霸凌的情況，你可以採取什麼做法？
(A)用身邊的物品保護自己 (B)冷靜的離開現場 (C)告訴學校老師事情的經過 (D)以上皆是
- () 2. 關於隱私的敘述，何者錯誤？
(A)每個人對隱私的認定都一樣 (B)當隱私被侵犯時，會感受到不舒服 (C)隱私外洩可能會影響到自尊心 (D)對有些人而言，網路世界的活動紀錄也算是隱私
- () 3. 關於霸凌的敘述，下列何者正確？
(A)霸凌只是開個玩笑而已，不會有任何影響 (B)只要沒有人阻止，欺負別人都是被認可的 (C)欺負別人就是不對的，更何況是霸凌的行為 (D)霸凌只會出現在學校裡，對日後不會造成影響
- () 4. 下列情境與霸凌狀況的分類，哪一項正確？
(A)小虎三不五時就跟阿雄勒索零用錢——關係霸凌 (B)小花常被小美嘲笑是飛機場——肢體霸凌 (C)大天被要求不要和阿成做朋友——網路霸凌 (D)小樂因為講話較溫柔而被同學嘲笑——性霸凌
- () 5. 關於網路中人際關係的敘述，哪一項不正確？
(A)網路上的人際互動跟現實一樣，都需要互相尊重 (B)反正對方不認識我，隨便編些故事也沒關係 (C)網路交友也要有基本的禮貌才可以 (D)網路交友須要保持戒心，不要全盤相信對方
- () 6. 在網路上發文或留言時，我們可以不用特別注意什麼事情？
(A)字數多寡 (B)留言時的用詞 (C)發文時的內容 (D)發文時的權限
- () 7. 下列哪一個行為可以提升你在用路時的能見度？
(A)穿著鮮艷顏色的衣褲 (B)穿越馬路時舉手示意 (C)戴上反光條或反光手環 (D)以上皆是
- () 8. 如果遇到人行道遭違停的車輛占據時，哪一種做法不恰當？
(A)小心謹慎的繞過該車輛 (B)請當地里長協助廣播 (C)將輪胎洩氣讓它停更久 (D)請警察取締或拍照檢舉
- () 9. 內輪差為車輛轉彎時，因前、後車輪行進軌跡不同而產生的差距。請依照下列車輛的內輪差，由小到大依序排列。(甲)小客車 (乙)公車 (丙)機車 (丁)聯結車 (戊)垃圾車
(A)丁乙戊甲丙 (B)丙甲戊乙丁 (C)丙甲乙戊丁 (D)丙甲戊丁乙
- () 10. 下列哪些方法有助於提升 OHCA 患者被救回的機會？
(A)能在第一時間實施心肺復甦術 (B)儘早使用自動體外心臟電擊去顫器(AED) (C)禮讓救護人員優先通行 (D)以上皆是
- () 11. 心肺復甦術在壓胸維持血液循環時，不須注意下列哪一件事？
(A)患者仰躺在穩固平面上 (B)患者的血型 (C)按壓時要用力壓、快快壓 (D)按壓時不要中斷
- () 12. 關於 AED 的敘述，下列何者錯誤？
(A)AED 需要由專業人員操作 (B)AED 需要定期檢查維護 (C)AED 能自動判斷是否需要電擊 (D)法律規範公共場所須設置 AED
- () 13. 以下何者並非食品添加物的功能？
(A)延長保存期限 (B)提升食品價格 (C)增添食品風味 (D)節省製作成本
- () 14. 對於食品添加物，我們應該抱持何種看法較為恰當？
(A)食品添加物百害而無一利，不該被加入食品中 (B)食品添加物可以無上限的添加 (C)每種食物都可以加入食品添加物 (D)購買前應仔細閱讀標示，了解食品中有哪些添加物
- () 15. 以下關於有機農產品定義，何者正確？
(A)自家生產，未使用農藥，即可稱為有機農產品 (B)外觀看起來比較多蟲蛀、較醜的農產品 (C)經過農委會驗證，具有有機標章的農產品 (D)包裝完整，價格較昂貴的農產品
- () 16. 下列哪一項功能不是健康食品管理法審核通過的健康食品保健功效？
(A)預防癌症 (B)調節血壓 (C)免疫調節 (D)牙齒保健
- () 17. 糖尿病嚴重時，恐導致血管產生血塊堆積、變硬，並助長細菌在血液中的繁殖，導致傷口無法痊癒。下列哪幾項為糖尿病常見的併發症？(甲)心血管疾病 (乙)肝硬化 (丙)腎臟病變 (丁)傷口感染截肢 (戊)肺炎
(A)甲乙丙 (B)乙丁戊 (C)甲丙丁 (D)丙丁戊

- ()18. 王爸爸在市場買了一袋有產銷履歷農產品標章的芭樂，透過產銷履歷，可以知道哪些與芭樂相關的訊息？(甲)價格(乙)生產地(丙)營養成分(丁)種植日期(戊)收成日期
(A)甲乙丙 (B)丙丁戊 (C)甲丙丁 (D)乙丁戊
- ()19. 過去曾有夜市的現切水果攤商，因為販售的價格不明，讓消費者在結帳時才驚覺價格過高，經相關單位介入，要求必須擺放價目表。請問此舉是維護消費者的何項權利？
(A)基本需求 (B)請求賠償 (C)消費教育 (D)決定選擇
- ()20. 各式各樣琳瑯滿目的廣告充斥在我們的生活當中，以下何者並非廣告的主要目的？
(A)吸引大眾的目光 (B)說服消費者購買 (C)說明注意事項 (D)加深大眾的印象
- ()21. 購買商品所引起的消費糾紛，可以透過哪一個方法來尋求協助？
(A)撥打 1992 專線(B)撥打 1950 專線(C)諮詢司法院消費者保護協會(D)諮詢衛生福利部國民健康署
- ()22. 世界衛生組織曾警告民眾「癌症將成為威脅健康的重要疾病」，因此執行預防癌症的方法很重要。以下哪一項生活習慣可能無法預防癌症？
(A)青春期的發育的關鍵期，營養很重要，所以飲食不用節制，睡前一定要吃宵夜 (B)定期健康檢查才能早發現早治療，如：子宮頸抹片檢查可有效預防子宮頸癌 (C)從小養成均衡飲食和規律運動，是良好的生活習慣 (D)規律作息、不熬夜對身體的健康很重要
- ()23. 腦中風的人發病前可能會有些症狀，可運用 FAST 原則來檢測。以下 FAST 的說明何項錯誤？
(A)F 是 Face，請患者微笑，觀察臉部表情是否不對稱 (B)A 是 Arm，患者兩手平舉，若其中一手無力下垂便要注意 (C)S 是 Speed，請患者快速走路，觀察速度夠不夠快 (D)T 是 Time，若有其中一項症狀，要立即就醫並記下發病時間
- ()24. 大多數的高血壓患者無明顯症狀，所以要經常自我檢視身體的危險訊號。下列哪幾項為高血壓的危險警訊？
(甲)頭暈、頭痛(乙)皮膚癢(丙)胸悶(丁)耳鳴(戊)呼吸急促(己)失眠(庚)頻尿(辛)肩頸痠痛
(A)2 項 (B)4 項 (C)6 項 (D)8 項
- ()25. 馬斯洛需求理論當中，認為人的慾望和需求是有層次的依序被滿足，請由低到高排列。
(甲)自我實現 (乙)安全需求 (丙)社交需求 (丁)生理需求 (戊)尊嚴需求
(A) 丁乙丙戊甲 (B)甲乙丙丁戊 (C) 丁丙乙甲戊 (D)丁丙乙戊甲
- ()26. 下列哪幾項為常見的癌症危險訊號？
(甲)糞便為血便 (乙)乳房出現不正常的硬塊 (丙)維持標準體重 (丁)長期咳嗽或咳痰有血 (戊)腹部腫脹或體重突然減輕超過一成
(A) 4 項 (B)3 項 (C) 2 項 (D)5 項
- ()27. 每日均衡飲食是預防心血管疾病的重要方法，尤其要遠離「三高」食物。請問以下哪一項不屬於「三高」食物？ (A)高鹽 (B)高纖 (C)高糖 (D)高脂
- ()28. 關於腎臟病的預防觀念，下列何者正確？
(甲)來路不明的藥物或健康食品不能亂吃，但若對腎臟保健有特殊功效，則可多服用 (乙)避免感冒和過度勞累，以免細菌、病毒入侵身體，引發腎臟病發或加重病情 (丙)腎臟病很難早期發現，治療也麻煩，所以不用採取預防方法 (丁)多吃蔬果、補充水分，以減少腎臟負擔；並養成規律運動的習慣，預防疾病發生
(A)甲乙 (B)乙丙 (C)乙丁 (D)甲丙
- ()29. 根據世界衛生組織(WHO)定義，65 歲以上老年人口占 7% 以上即為高齡化社會，14% 為高齡社會，達 20% 為超高齡社會。依上述原則，請問臺灣現今屬於哪一種型態？
(A)高齡化社會 (B)高齡社會 (C)超高齡社會 (D)超級高齡社會
- ()30. 從銀髮族生活型態分析可知，許多人都希望老年時仍能行動自如的健康生活，所以國民健康署提出「健康老化」三要素，請問哪一項錯誤？
(A)減少疾病危險因子 (B)強化身體和心理 (C)積極從事社會活動 (D)減少外出活動機會
- ()31. 請問面對親人過世時應該怎麼思考，才能充滿正能量面對未來人生？
(甲)生老病死是人生必經過程 (乙)對親人的思念也是一種愛的力量 (丙)只想著與他不好的回憶 (丁)更加珍惜生命(戊)結束自己生命去陪他 (己)將愛轉化為珍惜身邊親友
(A)甲丁戊己 (B)甲乙丙己 (C)甲乙丁己 (D)以上皆是

- ()32. 由於腎臟病初期無明顯的症狀，因此要經常自我檢視身體的危險訊號。下列哪幾項為腎臟病的危險警訊？（甲）小便時有泡沫久久不散（乙）耳鳴（丙）下肢或眼皮有水腫（丁）高血壓（戊）咳嗽（己）無原因的貧血（庚）常感疲倦和無力
(A)甲乙丙丁戊 (B)甲丙丁己庚 (C)乙丙戊己庚 (D)甲丁戊己庚
- ()33. 當吃下食物或藥物後，身體要分解、消化和吸收，會產生廢物和毒素排出體外，而腎臟就是清除廢物的重要角色。請問哪一項不是腎臟功能？
(A)調節肌肉平衡 (B)過濾血液中的含氮廢物與過多液體 (C)維持電解質和酸鹼度平衡 (D)調節血壓
- ()34. 當家人面臨生死攸關的大病或難纏的慢性病時，恐懼和不安將隨之而來，通常會經歷否認期、憤怒期、討價還價期、抑鬱期和接受期之心理變化階段，照顧者可先了解病患的想法，並隨時調整照顧病人的方法。請問以下五項心理變化階段，何項說明錯誤？
(A)否認期—當得知罹患重大疾病，病患會對診斷表現出震驚和猜疑 (B)憤怒期—接受患病事實後，會悲傷、無助，到處求神問卜 (C)討價還價期—想法開始轉變，努力讓結果不那麼壞，有時也會跟上天祈求，讓壞結果晚點到來 (D)接受期—病人此時願意接受治療，並體悟人生無常，珍惜生命
- ()35. 為了讓現在人生道路上同行的親友能留下美好回憶，未來彼此不留遺憾和難過，我們應該要好好達成「四道人生習題」。請問以下四道人生習題的說明，何者錯誤？
(A)道謝—謝謝出現在生命裡的人，為我所做的一切，讓我備受呵護 (B)道別—如果沒有明天，請真誠和親友說再見 (C)道愛—對摯愛的親友，說出真心和祝福的話，以及表達關愛 (D)道歉—請求對方原諒我所做的過錯，但不要原諒對方的錯
- ()36. 癌症蟬聯國人十大死因之冠，請問 110 年癌症死亡率第一名是什麼癌呢？
(A)肺癌 (A)肝癌 (A)直腸癌 (A)肺癌

二、題組：每題 2 分，共 28 分

1. <一般食品禁標「健康」字樣 111 年上路>

近年來因為健康意識抬頭，於是坊間許多食品經常在品名中冠上「健康」二字，讓民眾誤以為該食品比較健康，進而吸引民眾購買，為了避免和有小綠人標示的健康食品混淆，食藥署宣布，一般食品品名將全面禁用「健康」。

衛生福利部食品藥物管理署公告，修正「食品及相關產品標示宣傳廣告涉及不實誇張易生誤解或醫療效能認定準則」，明訂除了經查驗登記取得許可證健康食品外，其餘市售食品不得以「健康」字樣為品名，以避免消費者誤解。

近年食藥署接獲外界反映指出，愈來愈多食品在品名中加上「健康」2 字，容易讓民眾和有小綠人標籤的健康食品混淆，對其食品產生有較健康的想像，如：健康醋、健康蘇打餅乾等。為此，食藥署決議全面禁止一般食品在品名中使用「健康」2 字，避免消費者誤解。若需辨別產品是否屬於經認證過的健康食品，可觀察食品上是否印有小綠人標章，或註明「健康食品」4 個字。

新制預計自 111 年 7 月 1 日實施，屆時食品品名違反規定者，將依食品安全衛生管理法開罰新臺幣 4 萬元～400 萬元，並限期回收改正。資料來源：衛生福利部食品藥物管理署

- ()37. 想確認購買的產品是否經過認證，可以透過哪個部分來辨識？
(A)品名中有「健康」兩字(B)看營養標示區(C)是否有小綠人標章(D)昂貴的價格就是健康食品
- ()38. 關於食品標示的新政策，哪個敘述錯誤？
(A)為避免誤導民眾，一般食品不得標示健康 (B)如果鈉含量沒有超標，則可以標示健康食品
(C)禁止在一般食品使用「健康」兩字的新制將於 111 年開始實施(D)若有廠商不符合規定，將依食品安全衛生管理法開罰

2. <消費糾紛怎麼處理？>

隨著消費者權益意識提高，小從一般日常用品，大到汽車房屋，消費者越來越重視購物保障和售後服務。根據消費者保護基金會的統計，近十年來，電信、休閒、服飾、補教、汽車、交通、美

容出現消費爭議的占比居高不下，其中又以國內外旅遊糾紛被列為申訴的常客。

在臺灣若遇上買賣糾紛，可尋求「申訴、調解和訴訟」三個管道：

1. 申訴：可向企業經營者、消保官、消保團體提出申訴。
2. 調解：透過地方政府、消保官、消保團體居中協調。
3. 訴訟：向法院提出保障權益的相關訴訟。

從消費糾紛案例統計中發現，民眾偏好直接向企業經營者申訴作為初步手段，多數企業為維護形象，通常會作善意回應處理，效率也較高。另外，向消費者服務中心或消保官申訴，也因為其具有一定公權力，民眾的信賴度最高。遇到消費糾紛時，法律通常是最後保障的手段，做為一個聰明的消費者，應建立一般消費常識和判斷技巧，在購物前先做功課，自我加強消費教育，消費時就能適度的保護權益，避免產生糾紛。參考資料：獨立評論

- () 39. 遇到消費糾紛時，民眾可以採取申訴的方式作為初步手段，而民眾對於哪一個單位申訴最具信賴？
(A)企業經營者 (B)消保團體 (C)媒體 (D)消保官
- () 40. 哪一個消費行為一直是申訴案件中的常客？
(A)旅遊 (B)線上遊戲 (C)健身中心 (D)醫美
- () 41. 消費糾紛中法律是最後手段，消費者本身應該有積極作為，以下哪一個不是消費者應具備的行為？
(A)加強消費教育 (B)消費後遇到問題投訴媒體 (C)適度消費 (D)消費前先做功課

3. <臺灣心因性猝死率提高 年奪 2.3 萬命>

2019 年底，藝人高以翔在錄製節目時突然暈厥倒下，現場人員第一時間展開搶救並送醫，但醫生最終宣佈其心因性猝死，這件事引發兩岸三地關注，他年僅 35 歲，不曾有過任何心臟疾病，且剛做完健康檢查也未發生異狀，發生此憾事令大家惋惜不已。

年過 35 歲的成年人當中，心因性猝死盛行率約 0.1~0.2%，推估每年在臺灣至少奪走 2.3 萬條生命，其中三分之二都非心臟病患者，存活率僅 5~10%，醫師提醒有三大族群要特別注意：

1. 有家族病史。如：先天性肥厚性心肌病變，平時沒有症狀，卻在運動過程中意外猝死。
2. 有危險因素。如：三高患者、抽菸、酗酒。酒精會刺激交感神經、心率加快，加重心臟的負荷，若本身又有三高問題，就是高危險族群。
3. 長期熬夜、壓力大。熬夜讓身體無法獲得正常休息，嚴重焦慮、精神壓力，更會出現心跳加快、心悸等。

另外，外在環境也是發病的因素之一，若氣溫突然驟降，可能導致身體無法負荷，醫生也建議，養成良好運動習慣；若有胸悶、暈厥、心跳過慢等，要留心，這些都可能是發病前的危險徵兆，卻也常常被忽略，而失去就診或預防的機會。

- () 42. 有關「心因性猝死」的描述，何者正確？
(A)盛行率約 0.1~0.2% (B)心因性猝死每年在臺灣至少奪走 2300 條生命 (C)三分之二都是心臟病患者 (D)大多發生在老年人身上
- () 43. 從文中可知「心因性猝死」發生的原因及預防方法，何者為非？
(A)氣溫突然驟降 (B)運動過程中突然發生 (C)忽略發病前的胸悶、暈厥等症狀 (D)可透過健康檢查判斷出來
- () 44. 下列何者不是心因性猝死的三大族群？
(A)有心臟病家族病史的人 (B)長期抽菸喝酒者 (C)有良好運動習慣，且運動時心跳達到 130 下左右的人 (D)長期熬夜的人

4. <反霸凌 沉默也是幫兇>

有些人認為惡作劇，亂幫同學取綽號是一種幽默的展現，但其實這些自以為好笑的行為中，可能傷害了同學而毫不自知，Youtuber 阿滴在回憶學生生活時曾說：「你們無傷大雅的玩笑，讓我活得很自卑。」

有一部分的校園霸凌事件是班上小團體刻意排擠同學，然而，不論是對方哪一項行為舉止跟大

家不太一樣，或是單純看他不順眼，都不能合理化你做出任何一個傷害人的舉動，應該試著與他接觸，慢慢引導他如何與同學相處，讓他變得更好。

電影「少年的你」有一句台詞：「他們一直在欺負我，你們為什麼不做點什麼？」所有被霸凌的人，都渴望在霸凌事件發生的當下，有人能夠為他挺身而出。但轉換立場，當自己是個旁觀者時，卻深怕惹禍上身選擇視而不見，讓霸凌者更肆無忌憚的欺負其他同學，或許某天自己也成為被霸凌的對象時，才發現已經沒有人要幫你了。

有統計資料指出，霸凌事件發生時，同儕的干預能成功制止霸凌行為的比率高達 50%。因此，請站出來阻止霸凌事件的發生吧！或是，支持勇於挺身反霸凌的同學，讓他知道，善良又有勇氣的他，並不孤單。

- () 45. Youtuber 阿滴認為亂幫別人取綽號是怎樣的行為？
(A)無傷大雅 (B)好玩有趣 (C)傷害他人 (D)表現幽默感
- () 46. 在霸凌事件發生時，旁觀者的干預，是否能夠有效阻止霸凌的行為？
(A)不行，阻止了也沒用 (B)不行，被霸凌的人，應該自己想辦法解決 (C)可以，至少有超過一半以上的機會 能夠阻止霸凌的行為 (D)可以，大家應該一起反過來霸凌那些愛欺負別人的人
- () 47. 依照文意，下列哪一位是善良的人？
(A)看到同學衛生習慣不好就討厭他，而不是試著幫助他改善衛生習慣 (B)主動去跟被討厭的同學當朋友，慢慢陪他一起改善他的行為 (C)勸那些勇敢站出來反對霸凌事件的同學，不要多管閒事 (D)看到同學的惡作劇，覺得很好笑，跟大家一起笑

5. <突開車門「撞」況多>

常在新聞看到汽車駕駛未依規定兩段式開門而釀禍，甚至造成死亡的悲劇，為了防止類似車禍事故發生，警方一直大力宣導「兩段式開車門」的安全觀念，也特別提醒開車門肇事一次要記點三點，記六點等於兩次的話，就要吊扣駕駛執照。另外，也有越來越多國家將「荷蘭開門法」納入考取駕照的重點項目。

荷蘭號稱「自行車王國」，有 1600 多萬人口，卻有 1900 多萬輛自行車，是一個腳踏車比人口還多的國家，卻很少有因開車門而引起的交通事故。因為在荷蘭，這種叫做 Dutch Reach 的開車門法被廣泛的使用。

一、兩段式開車門：

1. 先看後視鏡，查看車外情況。在確保汽車周圍安全的情況下，將車門打開一條小縫，並轉頭確認後方無來車，不可直接將車門全開。2、再次確認汽車周圍情況，再打開車門下車。

二、荷蘭開門法：

1. 打開車門前，使用距離車門較遠的那隻手開門。此時，你的上半身會自然而然地向後轉，頭部和肩膀會很自然的向外看。2. 確認後方沒有來車後，再開啟車門下車。

不論是兩段式開車門法或是荷蘭開門法，大致都可以歸類出下列四步驟：1. 車門微開，2. 回頭觀望，3. 確認安全，4. 快速下車。記得，不論你是駕駛或乘客，開車門前回頭看一下，一個小小的小動作，保障你我及他人的安全。

- () 48. 下列何者是使用距離車門較遠的那隻手開門下車的方式？
(A)兩段式開車門法 (B)荷蘭開門法 (C)回頭開門法 (D)右側開門法
- () 49. 請將安全開車門的步驟依序排列。
(甲)快速下車 (乙)確認安全 (丙)車門微開 (丁)回頭觀望
(A)丙丁乙甲 (B)甲乙丙丁 (C)丁丙乙甲 (D)乙丁丙甲
- () 50. 下列哪一項是警方大力宣導兩段式開車門的原因？
(A)駕駛如果隨意開車門肇事，發生一次的話，就要吊扣駕駛執照 (B)為了要跟荷蘭式開門法做區別 (C)可以幫受害者索取更高的事故賠償 (D)若沒有往後方查看確保安全，突然開車門容易造成車禍事故