

### 113 學年度國中綜合活動測驗

#### 一、單選題：每格 2.5 分、共 100 分

- ( ) 1. 除了自己烹調餐點外，平時大家生活忙碌，因此外食的機會也不少，請問外食的時候可以採取的環保減碳行動，下列何者為非？  
(A)自備環保筷子及湯匙  
(B)帶碗去裝，避免使用一次性餐碗  
(C)買飲料不用塑膠杯，改塑膠袋裝  
(D)買飲料自備鋼或玻璃製環保吸管

答案：(C)

- ( ) 2. 老師希望大家珍惜舊物，善用所學到的手縫技巧來進行創意改造，賦予舊物新生命。請問下列哪位同學的想法較合宜？  
(A)阿南：舊布看起來都髒髒的，我要去買新布來做  
(B)小依：我要做我最愛的動漫人物，雖然非常複雜，但只要拜託老師讓我遲交幾天就沒問題了  
(C)小蘭：我希望我的作品除了美觀外，更能增加一些實用功能  
(D)阿義：平針縫最容易且能縫很快，不管縫什麼，用平針縫最好

答案：(C)

- ( ) 3. 若要善用手縫技巧賦予舊物新生命，下列何者為較可行的改造方式？  
(A)穿不下的格子襯衫縫製成杯墊  
(B)破掉的手提袋改造成一件長褲  
(C)將碎布組合成一件上衣 (D)以上皆非

答案：(A)

- ( ) 4. 下列何者非縲縲的特點？ (A)不易起毛球 (B)易縮易皺 (C)在水中不牢固 (D)不易發霉

答案：(D)

- ( ) 5. 請問以下挑選食物的原則，何者不符合健康飲食？  
(A)多蔬果 (B)多吃原型食物 (C)選擇精緻化食品  
(D)每日超過 30 種食材

答案：(C)

- ( ) 6. 無論上學、買食物或拜訪親友，我們常需要移動至不同地方。請問下列何者的移動方式較不能節能減碳？ (A)小琪：多步行或搭乘大眾運輸工具  
(B)小珍：減少自己開車，多招計程車  
(C)小宜：單車取代機車，健康又環保  
(D)小雅：多人共乘，減少廢氣排放

答案：(B)

- ( ) 7. 小郭最近準備買新服飾，他上網瀏覽他人分享，也看了相關書籍，卻還是不知道該選購什麼樣的衣服好。請問，下列哪位同學的建議較適宜？  
(A)小碧：盡信書不如無書，看網路分享的內容就夠了，不用管書上內容  
(B)小布：書籍是他人的智慧結晶，書上教你的知識比網路隨口說說的話重要多了，不用管網路上大家說什麼  
(C)小波：書籍和網路告訴你的事都不重要，都不用參考  
(D)小白：書籍和網路資訊都可以供參考，但若能實際去穿穿看會更符合你的需求

答案：(D)

- ( ) 8. 2019年新聞報導：「許多疾病如高血壓、中風、冠狀動脈心臟病、腎臟病，甚至是胃癌或骨質疏鬆，都和鹽吃太多有關。調味品如醬油、醋、蕃茄醬、

豆瓣醬、味噌等含有許多鹽分，常被民眾忽略，因而對身體健康造成危害，故三軍總醫院營養部推外食減鹽計畫，幫助民眾瞭解相關資訊。」若要避免攝取過多鹽分，應選擇下列哪些食物較佳？

- (A)原味蛋餅、菜包 (B)黑胡椒鐵板麵、鹹豆漿  
(C)甜不辣、大腸麵線  
(D)榨菜肉絲麵、麻辣鍋及牛肉麵

答案：(A)

- ( ) 9. 下列何者不是織物？ (A)傘布 (B)不織布 (C)毛衣、襪子 (D)絲巾

答案：(B)

- ( ) 10. 在洗滌標籤記號中，此圖的意義是？ (A)不可水洗 (B)不可烘乾 (C)不可漂白 (D)不可熨燙

答案：(C)

- ( ) 11. 身為尚未有經濟能力賺錢的國中生，愛運動的小傑在購買衣服時較應考量下列哪一項目？  
(A)是否有明星代言 (B)是否由國際名牌推出  
(C)是否具備吸溼排汗功能 (D)衣服設計是否獨特

答案：(C)

- ( ) 12. 小柔在綜合活動課堂向同學分享一則她認為與節能減碳有關的新聞報導：「二手衣從黃金變為垃圾了嗎？來到2019年，由於東南亞許多國家經濟復甦，二手衣需求量大減，外銷價格大跌，10年前每公斤還有15元，現在只剩3元，跌了8成，二手衣難賣，有業者擔憂舊衣回收廠恐將淪為舊衣墳場。」請問，下列哪位同學的回應較符合節能減碳愛地球的精神？  
(A)小欣：衣服越來越便宜，汰舊換新變得更容易，二手衣沒人要是正常  
(B)小韶：衣服變平價後，我們不該想買就買，喜新厭舊會製造太多廢棄物  
(C)小多：看來以後不用把二手衣拿去回收，直接丟垃圾桶就行了  
(D)小哲：二手衣加入焚化行列，看來地球沒救了，一起迎接世界末日

答案：(B)

- ( ) 13. 下列關於安排工作原則的敘述，何者正確？(甲)每天重要且一定要完成的事情排在最後；(乙)列出每天最重要且一定要做的事情；(丙)若還有剩餘時間，安排重要但不急於今天完成的事；(丁)如時間不夠用時，調整作息以更有效的利用時間。 (A)甲乙丙 (B)甲丙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丙丁

答案：(C)

- ( ) 14. 「2018年10月8日聯合國公布最新氣候調查報告，若按照現在的溫室效應趨勢，地球最快在2030年突破『升溫大限』，屆時夏季高溫將越來越極端，北極海甚至出現無冰狀況，全球氣候變遷陷入一場災難，影響數百萬人生死。除了對自然環境嚴重迫害外，各地也會出現更極端的乾旱、野火、水患、飢荒，颱風、颶風等熱帶氣旋威力也會更強，而這些都是大部分現代人在有生之年內將面臨的問題，截至目前為止，人類只剩下12年時間能挽回失控的溫度，刻不容緩。」如果地球只剩12年，以下生活習慣，何者是你應該避免的？  
(A)去吃到飽火鍋店，吃多少，點多少

- (B)多吃素，少吃肉 (C)少用LED燈泡  
(D)多騎單車或走路

答案：(C)

- ( )15. 2015年康健雜誌報導：「紐約高鹽食物標警語，要揪出身邊10大隱藏版高鹽食物，例如：白吐司、低鈉鹽、麥片、檸檬夾心餅乾、零卡果凍、運動飲料、蔬果汁、關東煮湯汁、調味拌醬、涼麵等都隱藏高鹽在其中。」台灣人常不小心攝取過量的鹽分，請問若要減少鹽分的攝取，下列做法何者為非？  
(A)燙青菜時少放肉燥、醬油膏  
(B)油麵、麵線等，可加長水煮時間，讓鈉溶出  
(C)能不喝湯就盡量不要喝，尤其是過鹹或過於鮮甜的湯  
(D)不吃檸檬夾心餅乾，改吃巧克力夾心餅乾

答案：(D)

- ( )16. 剛進入國中要購買制服時，通常都會先買大件一點的服裝，避免過一、兩年成長後就穿不下。不過，第一年穿起來可能會有太大、太長的問題。請問若褲子太長，可以用哪一種縫法把褲管往上摺起並固定？ (A)平針縫 (B)回針縫 (C)毛邊縫 (D)斜針縫

答案：(D)

- ( )17. 下列哪些衣料的特性與穿著的舒適度有關？甲、透氣性；乙、價格；丙、保溫性；丁、伸展性。 (A)甲乙丙 (B)乙丙丁 (C)甲乙丁 (D)甲丙丁

答案：(D)

- ( )18. 下列哪一種材質的衣料不適合用來製作冬天穿著的衣服？ (A)傳熱性佳的麻質衣料 (B)保溫性佳的毛質衣料 (C)質輕柔軟的絲質衣料 (D)手感似羊毛的亞克力

答案：(A)

- ( )19. 一個人的飲食與運動習慣能決定他的健康與體態。為了自身著想，下列哪一種食物是你在生活中較能攝取的？ (A)珍珠奶茶 (B)起司蛋糕 (C)無糖青茶 (D)巧克力餅乾

答案：(C)

- ( )20. 下列何者不是棉纖維的特性？ (A)耐磨耐洗 (B)通風透氣 (C)易縮水 (D)染色性佳

答案：(A)

解析：耐磨、耐洗，為麻的特性。

- ( )21. 小紫想響應「低碳飲食」，從日常飲食習慣為環境盡一份心力。請問他應該怎麼做較適宜呢？  
(A)夏天吃草莓，減少種植成本  
(B)縮短食物里程，降低運輸碳排放  
(C)選用多層包裝的食物，確保衛生  
(D)加工醃漬或做成罐頭，可以放更久

答案：(B)

- ( )22. 請問下列哪一種蛋料理的碳足跡最大？  
(A)一顆爸爸煎的荷包蛋 (B)一顆阿公煮的水煮蛋  
(C)一顆阿伯做的茶葉蛋  
(D)一顆超級市場賣的鐵蛋

答案：(D)

- ( )23. 以下敘述何者不正確？ (A)穿衣應考量因時、因地、因事 (B)家居服質料宜以舒適、容易清洗為原則 (C)選擇運動服宜考慮透氣、吸汗者為佳 (D)應酬服一定要選擇昂貴、樣式特別的

答案：(D)

- ( )24. 小菲想響應「低碳飲食」，從日常飲食習慣為環境盡一份心力。請問下列何者是她應避免做的事情呢？ (A)開車買菜，確保食材冷藏不壞掉 (B)烹調時減少額外耗用的水 (C)減少垃圾產生，避免焚化及掩埋增加碳排放 (D)減少包裝或加工，避免消耗能源

答案：(A)

- ( )25. 下列何種材質其主要原料為石油？ (A)Wool (B)Nylon (C)Cotton (D)Silk

答案：(B)

解析：(A)毛，天然纖維；(C)棉，天然纖維；(D)絲，天然纖維

- ( )26. 已故的科技名人賈伯斯，有別於一般的公開發表會，總是一襲黑色襯衫配牛仔褲出現在新品發表會上。這樣的穿著展現了什麼？ (A)突兀 (B)科技感 (C)個人特色 (D)消極的態度

答案：(C)

- ( )27. 購買服飾商品時，通常可在標示牌上看到相關資訊，幫助消費者作為消費考量的依據。請問下列何者不是在服飾標示牌上能看到的資訊？  
(A)服飾材質（纖維成分或填充物成分）  
(B)生產國別 (C)服飾保養（洗、燙處理）方法  
(D)服飾車縫負責人

答案：(D)

- ( )28. 升上國中，開始學習成為生活上能獨立自主的小大人，面對消費時應注意的事項，若有陌生、不熟悉的地方，下列做法何者較不恰當？  
(A)向親友請教相關經驗 (B)搜尋網路相關資訊  
(C)閱讀相關書籍或刊物 (D)直接到店家詢問店員

答案：(D)

- ( )29. 「早餐隨便吃即可，午餐時再多吃點補回來」，請問以上敘述是否正確？ (A)對，才能補足早上的營養 (B)錯，三餐都要均衡飲食 (C)對，反正早餐不重要 (D)錯，應該是早餐要多吃一點

答案：(B)

- ( )30. 關於洗滌衣物的敘述，下列何者不正確？ (A)洗前要先分類 (B)不可加入衣物柔軟精，以免產生靜電 (C)扣上衣釦，拉鍊拉上再清洗 (D)將小件或易拉扯變形的衣物置入洗衣網袋

答案：(B)

- ( )31. 下列何者行為符合環保精神？ (A)使用免洗餐具 (B)逛街時，購買塑膠杯裝的手搖飲料 (C)上街用餐，使用保麗龍餐具 (D)做好垃圾減量

答案：(D)

- ( )32. 在生活中的大小事，都攸關著地球的未來。請問下列何者符合「節能減碳」的精神？  
(A)小瑾：為了避免看不清楚而摔倒，家中應該隨時開電燈保持明亮  
(B)小志：為了避免太熱而精神昏迷不振，家中應該隨時開冷氣保持涼爽  
(C)小明：暫時不會使用到房間時，就隨手關燈  
(D)小華：為了在同學約我打電動時能馬上開打，不用等待開機，電腦就隨時讓它待機，不必切電源

答案：(C)

- ( )33. 2015年兒童福利聯盟文教基金會公布兒少消費現況調查報告，指出：「三成七兒少具備『月光族』的

特質。這種『月光族現象』有跡可循。其中，不節制、愛名牌、好請客等三大危機，隨年紀增長，越大越嚴重。」關於青少年消費行為，請問下列何者較適宜？ (A)好朋友叫我請客，我就應該請客 (B)不能因想要贈品而去買不需要的東西 (C)跟同學借錢買自己喜歡東西 (D)看同學用名牌商品，我也會想買來用

答案：(B)

- ( )34. 製作手縫小物時，必須先依據設計稿裁布，利用什麼工具在布上畫出裁剪記號較適宜？ (A)油性筆 (B)珠針 (C)穿線器 (D)粉片

答案：(D)

- ( )35. 小藍上完綜合活動課後，希望能從飲食做起，減少「碳足跡」。請問，你應該推薦他吃什麼食物較能減少「碳足跡」？ (A)一瓶歐洲氣泡水 (B)一個澳洲牛肉漢堡 (C)一顆高雄燕巢芭樂 (D)一片瑞士牛奶巧克力

答案：(C)

- ( )36. 為了解決垃圾問題，下列何者行為是正確的？ (A)多多消費，以減少垃圾的產生 (B)回收資源垃圾，再生利用 (C)出外用餐時使用免洗餐具 (D)購物時使用塑膠袋

答案：(B)

- ( )37. 對於「想要」的東西，我們可以採取什麼樣的態度處理？ (A)計畫性存錢購買 (B)請家人提供金援 (C)既非必要性支出，一律禁止 (D)想要就買，不必苛刻自己

答案：(A)

- ( )38. 請問下列哪一種水的碳足跡最小？ (A)一杯西餐廳賣的氣泡水 (B)一杯家裡裝的白開水 (C)一瓶販賣機賣的礦泉水 (D)一罐包裝精美的超商礦泉水

答案：(B)

- ( )39. 我們應該依事情的什麼特性來進行時間的安排？ (A)事情的輕重緩急 (B)事情的難易度 (C)事情的有趣程度 (D)以上皆非

答案：(A)

解析：「必要」的事先完成，而不是挑選「想要」的事去做。

- ( )40. 對於「理性消費」的說明下列何者有誤？ (A)買東西前要多思考 (B)有新商品出爐就應該要買 (C)衡量自己有多少錢再買 (D)買東西時先釐清是自己「需要」或「想要」再買

答案：(B)