

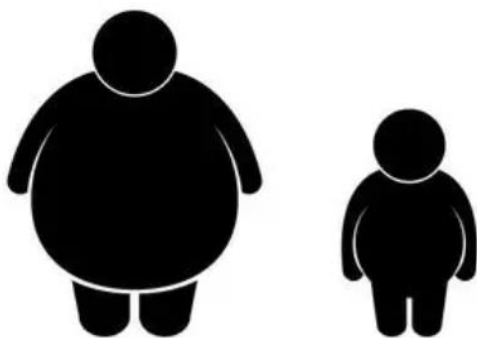
這週有兩篇關於「肥胖」的文章，但指的並不是同一回事，卻又有相似之處。一起讀一讀這兩篇文章吧！

☞任務一：肥胖已成流行病

閱讀 5 月 23 日第 3 版〈世衛報告：肥胖在歐洲已成流行病〉及同版的〈外送點餐、網路遊戲 助長兒童肥胖〉兩篇文章，回答以下問題。

一、歐洲有多少人面臨體重過重或肥胖問題？

成年人有
() 過重



兒童有
() 過重

二、為什麼會說「肥胖在歐洲已成流行病」？

- 肥胖人數程度已達流行病比率
- 肥胖成為一種追求的流行時尚
- 接觸某種流行病會導致肥胖

三、文章提出了兩個助長兒童肥胖的原因，為什麼會這麼說？



原因一：外送點餐

理由：



原因二：網路遊戲

理由：

📖任務二：資訊也有肥胖症

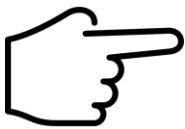
閱讀5月22日第12版〈防疫也要防資訊肥胖症〉一文，回答以下問題。

一、作者所說的「資訊肥胖症」是什麼意思？

- 上網期間飲食，不知不覺吃進過量食物
- 防疫期間運用外送點餐，增加高熱量飲食
- 接受的資訊遠超過自己可接受的範圍

二、為什麼大疫之下容易造成「資訊肥胖症」？

三、作者針對「資訊肥胖症」提出以下預防建議，但使用了借代法來描述，你知道它們各是什麼意思？



建議一：資訊排毒

什麼意思：



建議二：宵禁時間

什麼意思：

四、作者提到，避免「資訊肥胖症」，不建議「斷食」，為什麼？

📖任務三：甩掉肥胖

一、世衛報告和資訊肥胖症所說的「肥胖」，有什麼相同的地方？（複選）

- 都會讓人發福
- 都吸收了過多的東西
- 都會影響身心

二、對健康產生哪些負面影響？

	對健康的負面影響
身體肥胖	
資訊肥胖症	

三、閱讀這兩則有關「肥胖」的文章後，有什麼是你或你的家人可以學習的？