

## 〈引言〉

研究發現，每三名港人便有一人的身體過重，情況已到達令人憂慮的地步。醫療界已發出警告：因肥胖導致的心臟病、脂肪肝和血脂過高等嚴重身體疾病的發病率正在日益趨升。

近年，香港人對肥胖的觀念明顯有了改變，除了「女士纖體」成為社會的時尚話題之外，過去中國的傳統觀念——肥胖是可愛，亦已經不再完全正確。可是，很不幸，觀念改變卻不等於具有恰當的危機意識：前者竟然發展至另一個極端，女士們為了纖體而弄出多種病患；後者則知行不一，無論家長和學童都欠缺毅力面對肥胖問題。就看衛生署的數據，小學生的肥胖比率正在按年遞升，每六個小學生之中，便有一個胖子。

## 〈甲段〉

今天，「肥」已成為香港社會女性的忌諱，就連「減肥」一詞也要美名為「纖體」。「肥」，成為了失控、失敗的象徵；體形，被視為直接的自我形象尺規，影響著自我的評價和自信心。由此，香港的女士們，不論年紀，群起追求苗條體型。

女士們對纖體的食品和療程趨之若鶩，這門行業便大行其道。近年，纖體公司越開越多，經營者重金聘請知名女星作商品的代言人，又投入巨額贊助費，製作電視節目來宣傳成功個案，並透過多種媒體推出鋪天蓋地的廣告，足證這門生意大有可為。根據市場調查，本港單單是纖體健康食品的銷售額每年已超過十億元，再加上另一項同樣是龐大數字消費額的美容纖體療程，這門生意的利潤確是十分可觀。

信息的廣泛傳播，促使香港社會形成了一個新觀念——纖瘦象徵成功和有活力的生命，這不僅受到異性歡迎，更會得到同性的艷羨目光。於是，不僅肥胖者覺得有纖體的需要，就算那些身材稍不如纖體模特兒的女性也漸漸失去自信心，本來不需要什麼纖體，也要趕去光顧。逐漸地，「肥胖」的尺度越來越收緊，社會的觀念正在變化。根據婦女健康促進研究中心的調查，被訪婦女中有三成為著自己的體重而常感失落，但當中其實只有兩成是真正超標。結論也清楚提到：很多人選擇減肥，真正的目的並不是為了健康，而是為了得到或保持一副「令人艷羨」的身材，以建立自信和吸引異性。

為了纖體，一擲數萬元的大有人在；錢銀還屬其次，要放下工作來參加地獄式的修身訓練，卻是最大的困難。於是，大部分女性會選擇透過服用健康食品或一些特殊的減肥方法來達到纖體目的。只是，市面上的健康食品良莠不齊，效果也因人而異，在欠缺專家的監督下，有些女士四處打聽，忙在各式各樣的纖體食品中鑽研，試完一樣又一樣，結果就弄出各種的身體毛病來，輕則「排毒」過量以致頻頻腹瀉；重則患上厭食症，嚴重缺乏營養，甚至引發併發症，如心臟病等，引致突然死亡的也有案例。另外更常見因實行纖體飲食計劃而影響身體機能和進食習慣，竟然越減越肥。至於採用特殊減肥方法的，「抽脂」的令皮膚失去敏感度；用壓力衣的因衣服太緊而妨礙血液循環。大部分的試用者都在起始期薄有成效，但沒多久就疾病纏身，周身不適。

參加了地獄式修身訓練又如何？花了大量精神時間和大筆金錢，得到了廣告中所謂「標準身材」的外在軀殼，人前風光，人後則陷於營養不良、精神不振的狀態，身心都疲累。更大的問題是，稍微放鬆，重量又回復，又要再進行艱苦操練，這樣的日子永無終止，生活如斯，不禁一問，究竟生活是為了什麼？

如此，姑且可作定論：纖體不啻就是一場「必敗的戰爭」！

〈乙段〉

肥胖是導致多種疾病的本源，已有定論，但學童本身卻沒這方面的意識，並不知道肥胖會導致心臟病、脂肪肝和血脂過高等嚴重身體疾病。經過多番體質測試，結果顯示，胖童無論體能、耐力、身體的協調和柔軟性，都明顯較一般學童為差。可是，雖然他們也自覺外形和自信心較弱，但卻不認為自己肥胖就是不健康；這很大程度上可歸咎於教育界人士，教育的不成功，導致學童並未建立「肥胖超重長遠會威脅健康」這觀念。

學童身材的膨脹發展，令世界發達地區的醫療衛生界響起警號，美國人認為罪在食品製造商和飲食業，因為高熱量的食物和飲品放眼皆是。由一群家長和教育界人士組成的一股社會壓力群體已經形成，在紐約州和洛杉磯等地，發起「趕可口可樂出校門」運動和「不踏入麥當勞」行動。此外，他們還要求政府立法，規定所有食品標籤必須列明營養含量，特別是卡路里的數字。很明顯，美國家長已意識到「學童肥胖問題」的嚴重性。

香港的情況又是如何？傳統以來，中國人認為必須多給小朋友食物，尤其處於發育階段，捱餓就不好；有的長輩更認為肥胖比較可愛。今天，雖然醫學界已多番發出警示，但仍有不少成年人有意識或無意識下作出錯誤的處理。

在中國人的家庭，飲食是一種溝通方式，甚至是愛和關懷的表現，又或是滿足感和控制力的代號。所以，在飯餐中，父母必然殷勤地向子女勸食，對能多吃的予以讚揚；對於不願多吃或偏吃的，又會以一些不太健康的飲料食物來引誘，例如汽水、煎炸物等，務必要孩子多吃。於是，若非太窮困，孩子還是要吃得胖胖的。有時候，我們會以為接受過高深教育的香港父母會比較明白事理，但竟也敵不過一份溺愛的心。由醫學界舉辦的「減肥營」，胖童往參加的前一晚，竟有父母預先在背囊放進雞翼、薯片和公仔麵等，叮囑他們半夜肚餓時取來吃。此外，在家中督導小童做運動的父母僅有三成，不少還以兒女上了一天課已經十分辛苦，或以兒女「要溫書、學電腦」為理由，容許減肥子女躲懶不做運動。

眾多引致肥胖的原因之中，零食的效力最大，特別是一些煎炸、香口的零食對學童更有難以抗拒的魔力。一項調查顯示，雖然成年人和學童都認識什麼是健康食品，但小食部銷售的食物中，還是有八成半屬低營養、高脂肪的煎炸小吃。曾接受訪問的小食部負責人都同意應該多售健康食品，但奈何銷路極差，實在勉強不來。回到家中，零食可能是一項管教手段的物品，很多父母都會利用零食來獎懲子女。至於節日到來，又是解放的時候，農曆新年的年糕煎堆油角、端午的粽子、中秋的月餅、生日會的蛋糕沙律等，都是可以令學童體重大幅增加的食物。

如此看來，要從飲食習慣和生活習慣來改變學生的體重問題，無疑是一場「漫長的戰爭」。

1. 綜觀全文，〈引言〉突顯了哪一項寫成手法？（3分）

---

2. 根據〈甲段〉，分析女士們追求纖體的原因。先訂標題，然後闡述內容。（16分）

①

					的	改	變
--	--	--	--	--	---	---	---

（限加四字）（2分）

---

---

---

（6分）

---

② 

					的	催	谷
--	--	--	--	--	---	---	---

 (限加四字)(2分)

---



---



---



---

(6分)

3. 以下各項，哪些是纖體失敗的原因？(以 ✓ 顯示答案，多選會被扣分)(9分)

項 目	正確	錯誤	部分正確	無從判斷
① 部分女士吝嗇金錢，參加了廉價纖體計劃				
② 地獄式訓練教人吃不消，效果也不長久				
③ 健康食品要體質適應的才能有效				
④ 所謂纖體專家是名大於實				
④ 部分女士道聽塗說，亂服健康食品				
④ 抽脂和穿壓力衣有副作用，女士抵受不了				

4. 根據〈乙段〉內容，分析各方面人士對「學童肥胖」問題應負的責任。先定出應負責任的人物，然後填寫該人物的錯誤或失責之處。(9分)

人物	錯誤 / 失責之處
⑥學童	他們沒有肥胖引致疾病的意識
②教育界人士	
➤	他們提供太多高熱量的食物和飲品。
④	
⑤學校小食部東主	