

綜合活動科
選擇

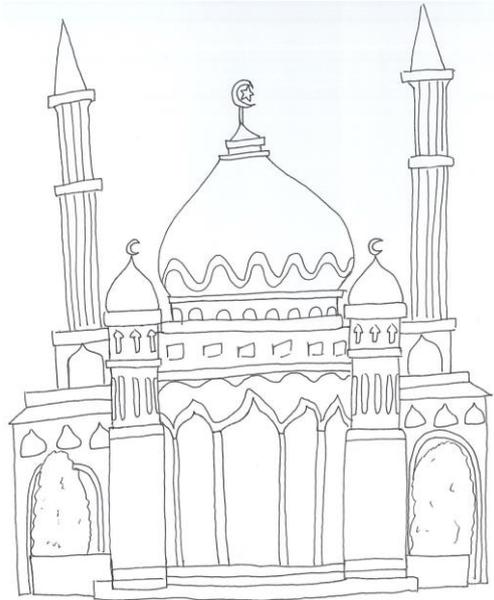
1. (B) 少子化的問題愈來愈嚴重，下列哪種職業會因此受到影響？ (A)郵差 (B)教師 (C)快遞人員 (D)電腦工程師。
2. (D) 下列哪一項並非求職所必須考慮的條件？ (A)外型身材 (B)特質 (C)興趣 (D)經濟能力。
3. (C) 小丸子很喜歡唱歌跳舞，未來想當唱跳歌手，請問她的荷倫碼很有可能是什麼類型？ (A)實用型 (B)事務型 (C)藝術型 (D)研究型。
4. (C) 哪一種職業是最近幾年因應社會型態而出現的新興行業？ (A)健身教練 (B)記者 (C)職人網紅 (D)電話銷售員。
5. (A) 哪項條件可能是老闆在選擇求職者的重要考量？ (A)工作態度與熱忱 (B)家庭背景 (C)求職者的人脈 (D)經濟狀況。
6. (D) 在學習階段就應該培養正確的工作態度，將來面對職場時，才能當個稱職的工作人。請問下列狀況，並不是正確的態度？ (A)上學不遲到 (B)儀容整潔 (C)意見不同時能好好溝通 (D)想休息時就請假。
7. (C) 以下哪一項符合正向表達的原則？ (A)否定別人 (B)勉強自己 (C)同理並回應他人的心情 (D)嘲諷他人對自己的欣賞。
8. (A) 丸尾在班上擔任班長，處事態度負責任且性格熱心，每當班級有活動時，他也會主動站出來帶領同學一起討論。請問丸尾的荷倫碼可能屬於哪種類型？ (A)企業型 (B)藝術型 (C)實際型 (D)社會型。
9. (D) 以下哪種因素可能影響不同世代對戀愛的想法？ (A)成長背景 (B)社會環境 (C)家庭因素 (D)以上皆是。
10. (D) 小芬未來想擔任護理師，國中畢業後的升學進路應該如何規畫？ (A)高職→大學 (B)高中→大學 (C)護理專科學校 (D)以上皆是。
11. (B) 以下什麼方式有助於釐清自己的對愛情的價值觀？ (A)很多事情越想越煩，直接放棄 (B)看戲劇學習，思考並討論劇情的合理性與存在的刻板印象 (C)比起思考，一見鍾情更有機會遇見真命天子 (D)隱身在網路世界裡，反正不喜歡也不用見面。
12. (A) 與家人對戀愛觀看法相異時，以下哪一種方式有助於調整自己的心情？ (A)找朋友一起打球，轉移注意力 (B)彼此不說話，直到對方低頭 (C)彼此翻舊帳，看誰吵得贏 (D)找出對方弱點數落他。
13. (C) 在國中階段，我們可以參考哪些資訊做為未來生涯規畫的考量？ (甲)生涯輔導紀錄手冊；(乙)智力測驗；(丙)興趣測驗；(丁)段考成績；(戊)生涯學習檔案；(己)閱讀心得記錄。(A)甲乙丙戊 (B)甲乙丙丁 (C)甲丙戊己 (D)乙丙丁戊。
14. (C) 下列哪一項非未來的職業趨勢？ (A)少子化 (B)全球化 (C)本土化 (D)數位化。
15. (A) 小明未來想成為工程師，請問他可能會具備哪一種特質？ (A)擁有數學和科學的能力 (B)善於言詞，容易親近 (C)喜歡井然有序的活動 (D)富有創造力和想像力。
16. (B) 書書告白後，一直等待庭庭回應，以下哪種心情最能貼近書書？ (A)開心 (B)忐忑不安 (C)憤怒 (D)難過。
17. (A) 曉欣對阿翔告白了，以下阿翔哪一個反應是你覺得不合宜的？ (A)在班上大聲宣揚 (B)肯定對方的優點 (C)謝謝對方對自己的欣賞 (D)明確表達自己是否有意願與對方交往。
18. (D) 晴晴為了完成作業而訪問媽媽的戀愛史，當晴晴聽到媽媽當年是透過外婆朋友的介紹才認識爸爸，忍不住嘲笑媽媽很遜，請問以下哪些反應是訪談者合宜的表現？ (A)難道你沒有朋友可以幫你介紹嗎？ (B)我覺得你真的好落伍喔！ (C)你人緣是不是很不好啊？ (D)除了外婆朋友的介紹外，你還嘗試過什麼方式可以認識對象？
19. (B) 可雅在家裡看見爸爸塵封已久的婚紗照，可雅詢問爸爸什麼因素讓他決定與另一半在一

- 起，以下哪一個因素讓你覺得不合理？ (A)願意與對方分享生活大小事 (B)被對方逼迫的 (C)能夠一起面對困難 (D)覺得對方能夠理解我。
20. (A) 浩浩最近與家人時常為了戀情吵架，家人持續表達對浩浩國中談戀愛的擔心，請問以下何種處理方式無助於改善浩浩與家人的關係。 (A)為了表達捍衛愛情的決心，每天花更多時間與對方聊天 (B)保持過去學習專注力，維持學習的穩定性 (C)以明確的時間分配說明自我管理能力 (D)交往中保持對雙方的尊重，不踰矩。
21. (D) 曉春與家人分享自己對愛情的想法，不料家人誤以為曉春偷偷談戀愛，為此感到不諒解，雙方更因此產生劇烈衝突，你覺得曉春的心情可能是哪一個？ (A)委屈 (B)難過 (C)憤怒 (D)以上皆是。
22. (B) 分組討論採訪結果時，愛華說：「我舅舅說他是透過社團活動認識我舅媽的」，芸芸說：「我媽說他是透過聯誼活動認識我爸的」，沛均則說：「我阿姨說她因為工作認識我姨丈」，請問，以下哪一個選項會是他們歸納出認識對象的共同性？ (A)透過別人介紹 (B)透過公開活動認識 (C)是單方主動認識 (D)找不出共同性。
23. (C) 君庭與漢揚是從小玩到大的死黨，探討愛情的課堂中赫然發現兩人對戀愛在意的截然不同，請問下列何者是合理的推論？ (A)他們平常要好的模樣是裝出來的 (B)他們根本不是死黨 (C)家庭成長背景不同 (D)其中有一個人說謊。
24. (D) 舒華和凡凡是好朋友，今天兩人約在圖書館一起準備期末考，不料向來守時的凡凡今天除了大遲到外，還戴著口罩與墨鏡出現，在舒華的關切下，凡凡說出自己長期遭受伴侶施暴的秘密，戴口罩與墨鏡是為了遮掩自己的瘀青與傷口，請問以下書華的哪個做法是合宜的？
(A)「千萬別讓你的家人知道，不然會更麻煩」。
(B)「可惡！我找朋友幫你教訓他」。
(C)「我陪你去跟他談判」。
(D)「我也不知道怎麼做比較好，不如我們去找輔導老師討論一下怎麼處理」。
25. (B) 佩佩面對剛分手的好朋友小美，不知道該如何陪伴他度過低潮期，請推薦一個合宜的陪伴方式給佩佩。 (A)約小美徹夜玩連線遊戲 (B)找小美一起運動、聊天 (C)號召朋友找對方嗆聲，幫小美出氣 (D)陪小美喝酒，每天喝得爛醉。
26. (C) 晨晨覺得自己與小白的個性不合，決定提出分手，請問以下哪一句話不適合對小白說？ (A)我覺得你是個善良的人，只是長期相處下來，發現我們對很多事情的價值觀很不同 (B)我知道我這樣跟你說會讓你很難受 (C)我覺得你個性超爛的，我真後悔當初跟你在一起 (D)謝謝你一直以來對我的付出與關心。
27. (C) 欣欣告訴海雲他聽到偶像劇出現許多對話充滿愛情迷思，你覺得欣欣說的會是哪一句？ (A)我覺得即使我們出來約會，也可以考慮各自分攤花費 (B)雖然我是男生，但未必我的薪資就會比女生高 (C)如果你夠愛我，就會願意為我改變自己 (D)即使我們來自不同家庭，可能也有相似的經驗。
28. (D) 佩辰告訴平朗：「昨天我念大學的小阿姨與外婆來我家，我媽隨口問我阿姨有沒有交往的對象，結果外婆一聽到我阿姨正與朋友們透過交友軟體認識朋友時超緊張，一直說他哪個年代都是透過媒人介紹，哪有女生這麼主動？最後竟然演變成雙方吵架，我媽超後悔自己問了這個問題...」，請問，以下哪個因素是合理推理佩辰外婆反應的因素？ (A)外婆想太多 (B)只要佩辰媽媽不要問問題就沒事 (C)外婆太保守了 (D)外婆當年的社會環境與氛圍與現在很不相同。
29. (D) 宣品與立揚是無話不說的好朋友，面對立揚上週的告白，宣品開始採取避不見面的方式，連放學也是匆忙趕著離開，你覺得以下哪一項可能宣品避不見面的原因？ (A)不知道如何回應 (B)擔心破壞原本友誼 (C)尚未學習如何表達自己的感受 (D)以上皆可能。
30. (B) 生涯決定是一個循環的過程，生涯相關資料在生涯決定過程中相當重要，請問下列哪一項並非生涯決定的步驟？ (A)覺察做決定的需要 (B)統整各方建議 (C)評量自我，設定目標 (D)找出各種選擇方案。

童軍

一、選擇

1. (B) 白天需要判別方位時，可依照太陽運行的軌跡，但有時因太陽光較強而無法直接觀察，可輔用時錶法確認方位，但是使用此法有天氣及時間上的限制，一是必須在好天氣且有太陽的情況下才能使用，另一個是需要避開的時段，請從甲～戊選出使用時錶法應避開的時段。(甲)清晨 6 點(乙)上午 10 點(丙)正午 12 點(丁)傍晚 4 點(戊)傍晚 6 點。(A)甲乙丙 (B)甲丙戊 (C)甲丁戊 (D)乙丙丁。
2. (A) 利用北斗七星可以找出北極星(北方)。請問：北極星是在哪一個星座中？(A)小熊星座 (B)大熊星座 (C)獵戶座 (D)仙后座。
3. (B) 從事野外活動時，可以準備一小袋_____，放在背包中，除了可以補充電解質，也可以消毒。請問：文中是指以下那一個選項？(A)糖 (B)鹽 (C)油 (D)醋。
4. (D) 能夠做出繩圈，利用繩圈套在樹幹上，用力拉繩圈，結也不變形的是什麼繩結？(A)卡車結 (B)雙漁人結 (C)漁人結 (D)稱人結。
5. (A) 瑪莎與熊熊想要自製簡易濾水器，他們準備了寶特瓶、木炭、沙子、石頭、樹葉等。請問：他們可能還少了什麼？(A)紗布 (B)塑膠布 (C)輕便雨衣 (D)衛生紙。
6. (D) 獵戶座找北極星的適用季節為何？(A)春 (B)夏 (C)秋 (D)冬。
7. (C) 志峰在課堂上總是容易打瞌睡，尤其坐在靠窗的位置，常常不小心靠著窗臺就睡著了。但是每到下午第七堂課，陽光總是從他左邊的窗戶照進來，有時還會刺的眼睛睜不開。請問：志峰的教室窗戶可能是朝向哪一方？(A)東 (B)南 (C)西 (D)北。
8. (D) 許多女生為了拍網美照，穿著高跟鞋就去爬抹茶山，一到登山口才發現大家都全副武裝，帽子、登山杖、登山鞋、背包中攜帶了簡單的糧食及 2,000c.c.的水。請問：畫線部分是屬於求生金字塔中的哪一個層次？(A)意志力 (B)知識 (C)訓練 (D)裝備。
9. (A) 美芽喜歡手機、電腦等高科技的室內活動，每週在戶外的時間甚至低於 9 小時，而且不論冬天或夏天都依賴空調，怕冷也怕熱，寧願待在家裡也懶得出門，對大自然毫無興趣。請問：美芽可能是患有什麼症狀？(A)大自然缺失症 (B)大自然失調症 (C)大自然排斥症 (D)大自然恐懼症。
10. (B) 大自然中，有些植物本身會儲存水分，例如：腎蕨就是會將水分儲存起來的植物，被視為野外求生一定要認識的植物之一。請問：腎蕨是將水分儲存在哪一個部位？(A)根 (B)莖 (C)葉 (D)果實。
11. (A) 建築物可能因為宗教信仰或適應氣候的關係而有方位上的脈絡可尋。請問：圖中伊斯蘭教清真寺的門可能朝向哪一方？(A)東 (B)西 (C)南 (D)北。



12. (C) 關於正置地圖的操作敘述，請選出正確的描述。(甲)正置地圖的過程地圖應保持垂直(乙)正置地圖的過程地圖應保持水平(丙)轉動地圖使人圖景合一(丁)不可轉動地圖，地圖北方僅能朝向地圖上方。(A)甲丙 (B)甲丁 (C)乙丙 (D)乙丁。
13. (D) 柯南一群人上完童軍方位課後大家你一言我一語的討論著。請問：哪些人的觀念較為正確？元太說：只要有手機就好了，根本不需要什麼正置地圖。光彥說：手機導航也需要正置地圖，才不會多走冤枉路。步美說：我現在出門已經不能沒有手機了，元太說的對，只要有手機導航也不需要拇指輔行。柯南則說：拇指輔行法很實用，去遊樂園玩時可以運用這個技巧，讓自己更快速的知道接下來的路線規畫。(A)元太、柯南 (B)光彥、步美 (C)步美、柯南 (D)光彥、柯南。
14. (B) 麗麗愛與夥伴們一起參加定向比賽，根據定向地圖顯示，他們第一個要去的點位於噴水池旁，為了確認前進方向跟地圖上的標示是否正確，以下是夥伴們討論如何測量目標物噴水池的步驟，請將小隊夥伴成員發表的意見排列成正確的操作順序。小光：指北針平放、麗麗愛：使指示目標箭頭對準噴水池的方向、阿強：方位盤刻度圈上的度數(300度)即為目標物噴水池的方位、阿玫：旋轉方位盤，使方位盤的方位指標與紅色磁針重疊。(A)小光→阿強→阿玫→麗麗愛 (B)小光→麗麗愛→阿玫→阿強 (C)小光→阿玫→阿強→麗麗愛 (D)小光→麗麗愛→阿強→阿玫。
15. (D) 請從下列選項中選出可食植物。(甲)馬纓丹(乙)龍葵(丙)車前草(丁)昭和草(戊)咸豐草。(A)甲乙丙丁戊 (B)甲乙丙丁 (C)甲乙丁戊 (D)乙丙丁戊。
16. (A) 老師在課堂上進行問答：「遇到有人溺水可以撥打哪些電話求救？」請問：哪些人的答案正確？柯南：110、光彥：118、步美：119、元太：112。(A)柯南、光彥、步美、元太 (B)光彥、步美、元太 (C)元太、柯南、步美 (D)柯南、光彥、元太。
17. (A) 水對身體的功能有調節體溫、排出廢物、促成身體活動、促進血液攜帶氧氣、協助消化吸收，而且每個人的身體不能超過3天不喝水，以下關於在野外飲水哪一個敘述錯誤？(A)在野外只要是流動的水，就是安全的飲用水 (B)在野外飲水務必經過煮沸 (C)在水源緊缺的情況下，要合理安排飲用水，不要為了一時口渴而狂飲 (D)緊急情況下可利用沙子和石頭製作簡易濾水器，至少可以濾掉水中雜質。
18. (D) 平時在野外活動時要避免哪些行為，才能保護水源？(A)不要擾動水源 (B)盡量遠離水源 (C)往溪水裡投入大量淨水劑，殺死微生物 (D)不要直接把東西丟進水裡清洗。
19. (A) 人在地上走，指在圖上移，這句話的意思是能夠讓自己更快找到身處地圖裡的位置。請問：是指定向越野中的哪一個技巧？(A)拇指輔行 (B)正置地圖 (C)扶手法 (D)路線抉擇。
20. (D) 班上正在討論夏季班遊，老師拋出面對夏日午後常有雷陣雨的風險因子，希望大家針對這個風險進行討論。請問：關於班遊可能遇到下雨的防範準備，較可行的建議有哪些？

阿奇表示夏日午後雷陣雨，雨勢又大又急，且伴有打雷，為了大家的安全應該取消。曉華提議我們可以上午在戶外，中午過後安排室內行程避開大雨。蕾蕾建議大家還是隨身攜帶雨具。倩倩提議如果午後容易下雨且大家又在戶外，除了雨具，也可穿防水的鞋子或運動涼鞋，這樣腳才不會悶在溼布鞋中。(A)阿奇、曉華、蕾蕾、倩倩 (B)阿奇、曉華、蕾蕾 (C)阿奇、曉華、倩倩 (D)曉華、蕾蕾、倩倩。

21. (B) 阿強想報名參加每年故宮博物院舉辦的定向活動，參加比賽的他在跑定向比賽時身上會攜帶的物品有哪些？請選出正確的選項。(甲)地圖(乙)打卡器(丙)核對卡(丁)放大鏡(戊)指北針(己)定向橘白燈籠。(A)甲乙丙 (B)甲丙戊 (C)乙丁己 (D)乙丁戊。
22. (D) 小志在暑假參加了定向越野營隊，營隊的最後一天，必須獨自跑完一場定向越野賽，在出發前，教練告訴學員們這是一場除了體力也要花費腦力的比賽，並交代每位選手每到一個路口或是每當遇到岔路或迷失方向時就要停下來運用什麼技巧再繼續跑？(A)時錶法 (B)後方交會法 (C)奈史密斯定律 (D)4S。
23. (B) 柯南率領的少年偵探團在野外迷路了，好在身上有地圖和指北針的他們利用已知的左前方的電塔及右前方的山屋，找到自己的定位。請問：這樣的方法名稱為何？(A)地形地位法 (B)後方交會法 (C)前方交會法 (D)平面定位法。
24. (C) 一種在河床溼地常見的可食植物，在臺灣路邊很難不發現它的蹤跡，而它最特別的特徵在於葉片中間有深紅色的 V 形斑塊，另一特徵是幾乎全年會開白色點點小花，遠看像一顆顆的白米撒在草叢上，而且全株可食，是野外求生很容易發現也很容易摘取的植物，請問上述植物可能為何？(A)滿天星 (B)過溝菜蕨 (C)火炭母草 (D)金銀花。
25. (A) 僑僑與班上三五好友利用暑假期間到宜蘭礁溪爬抹茶山，想在美麗的群山間留下網美照，不幸在下山過程中有夥伴被蜜蜂叮咬。請問：該如何找到附近醫院的地圖資訊？僑僑：快查詢全民健保行動快易通 APP。宣宣：快使用 Google maps 探索鄰近地點搜尋醫院。阿文：快打開國道即時路況查詢網站。小志：快使用手機打開全球定位系統 (A)僑僑、宣宣 (B)宣宣、阿文 (C)阿文、小志 (D)僑僑、小志。
26. (C) 中秋連假，欣欣一家計畫開車到外縣市旅遊，要如何找出不會塞車的路線？爺爺：我準備好臺灣地圖全集。爸爸：我是識途老馬，上了國道再說，臨機應變就好。媽媽：Google maps 是出遊的好幫手。欣欣：國道即時路況查詢網站資訊即時更新相當方便。請問：誰的建議最能找出不會塞車的路線？(A)爺爺、爸爸 (B)爸爸、媽媽 (C)媽媽、欣欣 (D)欣欣、爺爺。
27. (C) 歐嗨趴小隊正在討論在沒有指北針及手機的情況下，可利用哪些自然物來辨別方位。請問：專業登山專家較不建議以下哪一位同學的發表？怡珍：臺灣春分及秋分時太陽由東方升起，西方落下。怡英：上半夜(12時以前)看到的弦月必定是上弦月，且亮的一邊是西方。冠希：利用樹木的年輪可以準確判斷方向。品彥：可以在春夏秋冬四個季節找一顯目的星座利用它來找北極星(北方)。(A)怡珍 (B)怡英 (C)冠希 (D)品彥。
28. (B) 西元 2020 年 9 月兩個家庭到南投縣仁愛鄉武界栗栖溪河床露營，結果臺電大觀水力電廠武界壩電動閘門因不明原因兩度自動開啟，導致下游溪水暴漲，造成 2 大 2 小被沖走的不幸事故。請問：在野外露營時對於地點的選擇，若要呼應上述新聞事件，是下列哪一個選項？(A)做好自己的保暖 (B)考量臨時露宿地點是否有危機潛伏 (C)記得運用自己身邊的資源 (D)與大自然和平共處別打擾野生動物。
29. (D) 在預備戶外十大基本裝備中，一定會準備生火用具，最好連發火柴也一起準備，請選出可以當發火柴的物品。(甲)洋芋片(乙)沾滿凡士林的棉球(丙)油漬鮭魚罐頭(丁)乾洗手。(A)甲乙丁 (B)乙丙丁 (C)甲丙丁 (D)甲乙丙丁。
30. (D) 小新率領的少年偵探團，在不熟悉路況的情況下，需要在野外臨時紮營，對於營地的選擇大家都出了不同的意見。請問：哪一個人提出的地點較為適合？(A)風間：找一棵大樹下方，有樹蔭可以遮雨 (B)小新：懸崖下方才不至於直接迎風，好維持體溫 (C)小葵：溪邊取水容易，洗滌烹調也較方便 (D)小白：地勢高且排水須良好的平坦處。

家政

一、選擇

1. (C) 小祐想要利用國中發育時期長高，下列何者的飲食建議有助於長高？ (A) 少吃多動 (B) 喝碳酸飲料 (C) 多吃深綠色蔬菜 (D) 多喝調味乳。
2. (C) 關於食品標示，並未規定應包括下列何者？ (A) 內容物名稱及其重量或容量 (B) 營養成分及含量 (C) 廣告代言人的個資 (D) 有效日期與保存條件。
3. (A) 下列何者屬於加工食品？ (A) 吐司 (B) 青蔥 (C) 雞蛋 (D) 芭樂。
4. (A) 政府因應慢性疾病及老年人口增加，提供家庭照顧者適當休息機會，請問：此服務可撥打下列哪支申請專線？ (A) 1966 (B) 110 (C) 1999 (D) 1178。
5. (A) 擁有健康的飲食觀念的人，較會選擇下列何種烹調方式保留食物營養？ (A) 清蒸水炒 (B) 香煎酥脆 (C) 高溫油炸 (D) 久煮軟爛。
6. (A) 家人相處溝通過程中有意見不合的情況，下列何種做法較不會引起家庭衝突？ (A) 傾聽並傳達各自的想法，以達成共識 (B) 放聲大哭，直到對方妥協 (C) 威脅對方配合自己，否則對其不利 (D) 覺得對方蠻不講理，不予理會。
7. (A) 下列何種食材不適合使用削皮刀來處理？ (A) 萵苣 (B) 馬鈴薯 (C) 胡蘿蔔 (D) 蘋果。
8. (B) 下列何者並非健康的飲食習慣？ (A) 利用蔥、薑、蒜等辛香料來調味 (B) 多吃高鹽、高油、高糖的沾醬 (C) 注重膳食纖維的攝取 (D) 選擇以食材原本型態為主。
9. (B) 下列何種食物最適合帶去野餐？ (A) 紅燒牛腩 (B) 鮭魚飯糰 (C) 麻婆豆腐 (D) 美乃滋馬鈴薯雞蛋沙拉。
10. (C) 隨著時代、環境的改變，家庭的型態也在改變，下列何者為社會變遷下較常出現的家庭問題？ (A) 家庭人口增長過快 (B) 家人間擁有足夠的情感支持 (C) 人口老化，老人急需被照顧 (D) 父母以身作則。
11. (B) 製作照燒雞腿三明治時，下列做法何者正確？ (A) 以番茄醬為基底製作照燒醬 (B) 番茄、美生菜洗淨瀝乾 (C) 將去骨雞腿煎至肉色焦黑 (D) 疊很多愛吃的料。
12. (B) 下列何者並非家庭角色間的轉換？ (A) 新生兒出生，家中子女要學習當哥哥、姐姐 (B) 參加歌唱比賽得冠軍，從平凡人變成明星 (C) 女性結婚後成為妻子、媳婦 (D) 新生兒出生，男人轉變為父親。
13. (C) 夫妻其中一方為外籍配偶，外籍配偶包含外籍新郎、外籍新娘，此類型家庭稱為下列何者？ (A) 雙收入家庭 (B) 重組家庭 (C) 跨國婚姻家庭 (D) 頂客家庭。
14. (C) 外出野餐的注意事項，下列何者為是？ (A) 夏天可在枯水期的河床野餐 (B) 服裝以厚種保暖為原則 (C) 準備大分量的食物 (D) 野餐結束後，應澈底收拾。
15. (B) 「利用少量燒熱的油及小火使食物致熟」為何種烹調方式？ (A) 滷 (B) 煎 (C) 拌 (D) 炸。
16. (D) 國際消費者協會曾針對世界性的健康危機及消費者在健康飲食選擇面臨的困難，推動建立健康飲食的公約。下列何者為公約內容？ (A) 增加食品中的鹽、糖和油脂 (B) 將垃圾食品的行銷手法合理化 (C) 保障商業機密，不標示食品添加物 (D) 校園內提供健康飲食。
17. (D) 下列哪個飲食建議有誤？ (A) 多選擇清蒸、汆燙的食物 (B) 減少調味料、沙拉醬用量 (C) 少吃甜食、下午茶及宵夜 (D) 比起吃新鮮水果，喝果汁更營養。
18. (D) 健康飲食習慣的建立，應從下列哪方面著手？ (A) 健康飲食的習慣 (B) 外食消費的選擇 (C) 健康生活的型態 (D) 以上皆是。
19. (A) 下列何者並非遭遇家庭變故時可尋求的社會資源？ (A) 中華民國國際青年旅舍協會 (B) 社會福利部社會及家庭署 (C) 各縣市政府社會局處 (D) 各縣市區域社會福利中心。
20. (B) 面臨家庭危機時，透過真誠溝通有助於化危機為轉機。下列何者為真誠溝通的正確示範？ (A) 將過錯歸咎於對方 (B) 明確表達自己的想法 (C) 轉移話題 (D) 強迫對方接受自己的想法。

21. (A) 下列何種菜肴烹煮時需要將調味好的食材放入盅里，燉煮至熟？ (A)佛跳牆 (B)油燜筍 (C)炸薯條 (D)蔥爆牛肉。
22. (C) 要製作白蘿蔔滷肉，應以何種刀工技法處理食材？ (A)切片 (B)切條 (C)切塊 (D)切絲。
23. (C) 「家庭信念系統」涵蓋家庭的價值觀、態度、情緒反應等。健康家庭的成員對逆境的態度會相信這個危機是有意義的、可解決的，甚至能幫助家人改變與成長。下列何者態度符合健康的家庭信念系統？ (A)小花家：我們就是前世沒做好才遇到這種事情！ (B)阿凱家：啊～完蛋了！世界末日了！ (C)曉昕家：我們得好好面對這危機，沒辦法的話，還可以向社會體系求助 (D)柏君家：不關我們的事，都是別人的錯。
24. (C) 臺灣是個忙碌的工商社會，雙薪家庭占多數，不利在家開伙，外食機會大幅增加。下列何者能讓自己外食時也能顧及健康呢？ (A)選擇吃到飽餐廳 (B)選擇炒飯、炒麵增加醃類的攝取 (C)以白肉代替紅肉，如以魚肉取代豬肉 (D)選擇油炸食物滿足口腹之欲。
25. (D) 隨著社會變遷，下列何者是臺灣家庭當前須面臨的重要課題？ (A)人口年輕化與生育率提升使家庭規模縮小，影響家庭功能發揮 (B)初婚年齡提前與離婚率降低 (C)女性教育水準降低與經濟來源依賴配偶 (D)現代社會的精密分工與職業競爭的工作型態影響家庭關係經營。
26. (D) 臺灣從工業化之後，社會快速變遷，家庭也在這個變遷過程中，受到很大的衝擊。下列何者為家庭所受的衝擊？ (A)家庭結構逐漸變大 (B)早育與生育數量增加 (C)女性勞動力參與率持續下降 (D)女性遲婚、甚至不婚的趨勢浮現。
27. (D) 下列為進行烹飪實作的注意事項，下列何者為是？ (A)將廚餘集中在水槽，最後一併收拾 (B)生熟食共用一個砧板 (C)優先洗滌海鮮類食材 (D)隨時清潔手部。
28. (D) 製作食物不僅要安全還要顧及美感與創意，下列何者無助於菜肴美感的呈現？ (A)事先規畫料理的刀工 (B)使用對比的顏色擺盤 (C)運用一道菜三顏色原則 (D)料理中各食材大小不一致。
29. (A) 健康飲食習慣的建立可由一些小改變開始，以漸進的方式達成飲食目標。下列何種行為有助於健康飲食習慣的建立？ (A)為避免外食，不帶零用錢出門 (B)喝蜂蜜水取代喝含糖飲料 (C)精算卡路里，不在乎食物來源 (D)吃營養補充品取代攝取多種食物營養素。
30. (B) 關於烹飪飲食的衛生原則，下列何者為是？ (A)每種食物都適合生食 (B)買菜時，應將熟食與海鮮、肉類分開放置 (C)將煮熟的食物放在裝過生肉的碗盤中 (D)為求口感，將蛋煮得半生不熟。