

# 113 年第一次專門職業及技術人員高等考試營養師考試試題

等 別：高等考試

類 科：營養師

科 目：公共衛生營養學

- (A) 1. 依據第八版國人膳食營養素參考攝取量 (DRIs)，有關訂定維生素 B<sub>12</sub> 之敘述，下列何者錯誤？
- (A) 沒有足夠證據訂定成年人維生素 B<sub>12</sub> 的 EAR 或 RDA，因此僅訂定足夠攝取量 (AI)
  - (B) 嬰兒每日維生素 B<sub>12</sub> 足夠攝取量 (AI)，依據母乳哺餵的嬰兒每日平均維生素 B<sub>12</sub> 攝取量
  - (C) 維生素 B<sub>12</sub> 沒有上限攝取量
  - (D) 平均需要量的訂定，主要考量可以預防貧血相關指標之攝取量
- (C) 2. 依包裝食品營養標示應遵循事項之規定，有關碳水化合物的營養標示，下列敘述何者正確？
- (A) 菊糖、果寡糖不屬於可食碳水化合物，可以不標示
  - (B) 食品中所含碳水化合物、糖與膳食纖維須以公克或毫克標示
  - (C) 營養標示項目中糖的標示值，包含原料含有的糖及額外添加的糖
  - (D) 為強調產品含葡萄糖胺，可將葡萄糖胺標示於營養標示格式內的碳水化合物下方
- (C) 3. 第八版國人膳食營養素參考攝取量 (DRIs) 中，對鈣的建議何者正確？
- (A) 鈣採用建議攝取量 (RDA)
  - (B) 建議哺乳期應增加 300 mg 的鈣
  - (C) 51~70 歲建議攝取 1,000 mg/d
  - (D) 鈣建議量男女有別
- (B) 4. 欲符合衛生福利部每日飲食指南手冊所建議之「以未精製全穀取代精製穀類」比例，於 120 公克的穀類中應包含多少公克未精製全穀類？
- (A) 60 公克
  - (B) 40 公克
  - (C) 30 公克
  - (D) 20 公克
- (A) 5. 現行國人膳食營養素參考攝取量 (DRIs)，嬰兒期如何分階段？
- (A) 0~6 月、7~12 月
  - (B) 0~1 月、2~5 月、6~12 月
  - (C) 0~3 月、4~6 月、7~9 月、10~12 月
  - (D) 0~2 月、3~5 月、6~10 月、11~12 月
- (B) 6. 有關國內外老人營養相關計畫與服務的現況，下列敘述何者正確？
- (A) 美國 The Older American Act (OAA) 法案，保障聯邦政府分配專案經費給州政府，提供 65 歲以上老人支持性服務，主管機關為 Administration on Aging (AOA)
  - (B) 美國 The Older American Act (OAA) 法案對於不同層級的老人社群之需求，設計不同的社區營養計畫，例如：對於有行動力而需生活支援的老年人給予定點聚集式的餐食供應，對於行動不便者則採取送餐到家的服務
  - (C) 我國的老人營養計畫或服務發展雖較晚，但開辦時即兼顧醫療、金錢補助及餐食相關服務
  - (D) 我國的長期照護體系在醫院附屬的養護中心是由醫院營養師採兼職模式運作，非醫院的長照機構在設置規範中則有要求配置營養師
- (C) 7. 各類老齡社會之人口比例定義，下列敘述何者錯誤？
- (A) 65 歲以上人口占總人口比率達 7% 稱為「高齡化社會」(aging society)
  - (B) 65 歲以上人口占總人口比率達 14% 稱為「高齡社會」(aged society)

- (C)65 歲以上人口占總人口比率達 21%稱為「超高齡社會」(super-aged society)  
(D)65 歲以上人口視為老年人口
- (D) 8. 依據「學校午餐食物內容及營養基準」階段值，下列何者不適合？  
(A)可提供低糖的綠豆薏仁湯 (B)提高豆製品食物供應，可作為主菜、副菜  
(C)提高魚類供應，但不建議油炸 (D)每日至少都有 1 種以上蔬菜
- (D) 9. 依據民國 107 年之素食飲食指南手冊建議，以每日 2,000 大卡為基準，下列敘述何者錯誤？  
(A)奶素與奶蛋素人口，每日均建議攝取 1.5 份乳品類  
(B)所有素食者，每日均建議攝取 1 份以上鈣質較高的豆製品，如豆乾、傳統豆腐  
(C)所有素食者，每日均建議攝取 1 份堅果種子類  
(D)吃全素者，每日應攝取 4 份蔬菜，2 份水果
- (D) 10. 依據教育部校園飲品及點心販售規範，下列那項產品不得於國中員生消費合作社販售？  
(A)一份脂肪占總熱量 10%的保久乳 (B)一份含糖量占總熱量 12%的優酪乳  
(C)一份含糖量占總熱量 10%以上的豆漿 (D)一份 300 大卡但不含反式脂肪酸的麵包
- (B) 11. 聯合國糧食及農業組織 (Food and Agriculture Organization of the United Nations, FAO) 估計各國 food supply，採用下列何種資料來源？  
(A)營養調查 (B)糧食平衡表 (C)食品流通履歷管理 (D)家庭收支調查
- (D) 12. 對於母親哺育嬰兒的建議，下列何者符合我國國民飲食指標？  
(A)完全提供嬰兒配方奶到 3 個月，之後提供較大嬰兒配方奶及副食品  
(B)完全提供嬰兒配方奶到 4 個月，之後斷奶換副食品  
(C)完全哺育母乳到嬰兒 4 個月，之後提供嬰兒配方奶及副食品  
(D)完全哺育母乳到嬰兒 6 個月，之後同時提供母乳及副食品
- (B) 13. 依據營養師法，有關營養師執業，下列敘述何者錯誤？  
(A)應加入所在地營養師公會  
(B)醫療機構執業營養師應製作紀錄摘要併入病歷，且由該機構妥善保管至少三年  
(C)若停業，期間以一年為限，超過一年者應辦理歇業  
(D)多次由他人代理執行業務者，處一個月以上一年以下停業處分
- (D) 14. 依據現行健康食品管理法規定，下列有關健康食品標示或廣告之敘述，何者錯誤？  
(A)保健效能宣稱應依中央主管機關查驗登記之內容  
(B)內容若虛偽不實時，處新臺幣 10 萬元以上 50 萬元以下罰鍰  
(C)內容若涉及虛偽不實或醫療效能，罰鍰應按次連續處罰至違規廣告停止刊播為止  
(D)若標示或宣傳醫療效能，處新臺幣 20 萬元以上 100 萬元以下罰鍰
- (C) 15. 根據「學校餐廳廚房員生消費合作社衛生管理辦法」規定，國文系畢業的王老師第一次擔任學校餐飲衛生督導人員，他至少需要參加多少小時的餐飲衛生講習課程？  
(A)20 (B)24 (C)32 (D)36
- (B) 16. 林先生現年 70 歲，以迷你營養評估量表 (Mini Nutritional Assessment, MNA) 判斷營養狀況，評估後得分為 20 分，林先生屬於那一種營養狀況？  
(A)營養狀況良好 (B)有潛在營養不良的危險  
(C)營養不良 (D)無法判別
- (B) 17. 下列那一項膳食調查法可以採用限制型問卷？  
(A)24 小時回憶法 (B)飲食頻率法 (C)盤存法 (D)飲食記錄法
- (D) 18. 幼兒有齶齒頻率高的現象，可能與下列何種營養素缺乏有關？

- (A)Copper (B)Iron (C)Carbohydrate (D)Fluorine
- (B) 19. 長期食用下列何種食物可能有 Goiter 風險？  
(A)含碘鹽 (B)玫瑰鹽 (C)海帶 (D)紫菜
- (A) 20. 下列何項體位指標能夠間接推估身高？  
(A)膝長 (B)上臂長 (C)手掌長 (D)腳掌長
- (A) 21. 對於飲食攝取頻率調查方法，下列敘述何者正確？  
(A)涵蓋時間若夠長，不受季節影響 (B)可獲得營養素實際攝取量  
(C)反映地區食物供應情形 (D)可獲得調味料的使用量
- (D) 22. 涵蓋口腔相關功能篩檢的老人營養評估量表有下列何者？①Malnutrition Universal Screening Tool ②Nutritional Risk Screening 2002 ③Nutrition Screening Initiative ④Subjective Global Assessment ⑤Mini Nutritional Assessment  
(A)①④ (B)③④ (C)①②⑤ (D)②③⑤
- (C) 23. 下列何處的維生素 C 濃度，是體內維生素 C 儲存量的最佳指標？  
(A)血清 (B)尿液 (C)白血球 (D)紅血球
- (B) 24. DETERMINE 用於老人族群營養評估，下列敘述何者錯誤？  
(A)可作為提醒個案或其照顧者可能有潛在的營養不良風險之用  
(B)可作為臨床診斷營養狀況的工具  
(C)非營養專業背景也可使用  
(D)總共有十個問題
- (D) 25. 針對不同對象，下列何者的膳食評估方法最合適？  
(A)門診病人可選用秤重盤存法  
(B)幼稚園兒童可選用 24 小時回憶法  
(C)國小學童整體學生進食情形，可選用飲食歷史法  
(D)長期照護機構之住民的飲食情形，可選用進食觀察法
- (D) 26. 相較於當面訪問調查，電話訪問調查具有下列何種特質？  
(A)速度慢 (B)成本高 (C)可信度高 (D)廢卷率高
- (D) 27. 問卷中題目的編排方式，下列何者較不適合？  
(A)較敏感的問題宜放在問卷最後 (B)容易的問題宜放在困難問題之前  
(C)一般性問題宜放在特殊性問題之前 (D)封閉性問題宜放在開放性問題之後
- (C) 28. 在下列的營養教育理論中，何者屬於著重人際層面 (interpersonal level) 的類別？  
(A)健康信念模式 (Health Beliefs Model)  
(B)計畫行為理論 (Theory of Planned Behavior)  
(C)社會認知理論 (Social Cognitive Theory)  
(D)跨理論模式 (Transtheoretical Model)
- (A) 29. 有關營養諮詢之溝通技巧，下列敘述何者錯誤？  
(A)雖然大多數的人不太喜歡聽到批評，但是此種負面訊息較能引起病人改變飲食的動機  
(B)針對教育程度高的病人，正、反兩面訊息並存的溝通策略較能達到說服的效果  
(C)為了加強病人印象，口語訊息會重複出現，可使用不同話語來陳述同一事項，以免引起病人的不耐  
(D)說話的語調屬於非口語訊息，可能導致溝通的不同意義解讀
- (B) 30. 小陳明顯過重，在初次自費減重諮商時，拼命抱怨飲食控制不可行。小陳目前屬於階段性改變理論那個階段？

公職王歷屆試題 (113 專技高考)

- (A)無意圖期 (precontemplation) (B)意圖期 (contemplation)  
(C)準備期 (preparation) (D)行動期 (action)
- (A) 31. 下列何者不包括在社會支持 (Social Support) 最常使用的類型?  
(A)目標性支持 (B)情感性支持 (C)網絡性支持 (D)工具性支持
- (A) 32. 跨理論模式將行為改變分為五個階段，但其改變並非直線移動，許多個案在修正行為後，並不能成功維持而退回前一個或更早的階段，甚至回到沉思前期 (precontemplation)，此行為模式稱為：  
(A)改變螺旋模式 (B)社會生態模式 (C)健康信念模式 (D)衛生教育診斷評價模式
- (A) 33. 某體重控制計畫對社區 1,000 名居民進行減重介入，計畫經費成本為 20 萬元，減重後可節省醫療資源支出 50 萬元，則此計畫之「成本利益比」為何？  
(A)30 萬/20 萬 (B)20 萬/50 萬 (C)50 萬/20 萬 (D)50 萬/70 萬
- (B) 34. 社區營養計畫規劃者找到多項社區健康問題後，下列那一項標準不適合用來決定選擇問題的優先次序？  
(A)以疾病盛行率來評估社區健康問題的大小程度  
(B)以媒體報導的關注程度來評估問題的嚴重性  
(C)以計畫有效介入後可帶來社區健康問題減輕程度來評估計畫效益  
(D)從政策面考量解決社區健康問題所需經費及相關資源是否許可
- (B) 35. 關於社區營養計畫的目標訂定，下列敘述何者正確？  
(A)直接目標 (objective) 可訂為「促進社區居民的健康和提升生活品質」  
(B)工作達成目標 (targets) 可訂為「甲鄉 60% 糖尿病病人經由營養衛教，在一年內糖化血色素 < 7%」  
(C)最高目標 (goal) 通常比較確定，而且可以測量  
(D)社區營養計畫重視結果，通常沒有訂定過程目標 (process objective)
- (A) 36. 以 SWOT 分析法進行「校園周邊健康飲食」可行策略的規劃。若分析學校內的學生營養知識及個人購買力，此項分析屬於何者？  
(A)SW (B)OT (C)SO (D)WT
- (B) 37. 執行社區營養計畫時所需考慮的細節或要件，可以「5W1H」來代表。其中，計畫目標之執行內容屬於下列何者？  
(A)how (B)what (C)when (D)why
- (B) 38. 依民國 82~85 年、94~97 年及 102~105 年三次全國營養調查結果發現，有關 19 歲以上國人之高血脂盛行率 (高膽固醇、低 HDL-C、高 LDL-C、高三酸甘油酯) 變化之敘述，下列何者正確？  
(A)男性皆以高膽固醇盛行率最高  
(B)女性皆以低 HDL-C 盛行率最高  
(C)兩性高 LDL-C 盛行率有逐年降低之趨勢  
(D)女性高三酸甘油酯盛行率皆高於男性
- (B) 39. 依 82~85 年、94~97 年及 102~105 年三次全國營養調查分析，有關 19 歲以上國人高尿酸盛行率變化趨勢，下列敘述何者正確？  
(A)兩性高尿酸盛行率逐年增高，且男性盛行率高於女性  
(B)兩性高尿酸盛行率逐年減低，且男性盛行率高於女性  
(C)高尿酸盛行率逐年增高，且女性盛行率高於男性  
(D)高尿酸盛行率逐年減低，且女性盛行率高於男性

- (C) 40. 依據民國 102~105 年國民營養健康狀況變遷調查結果，有關鈉攝取狀況之敘述，下列何者正確？  
(A)國民飲食指標建議，每日鈉總攝取量不宜超過 2,000 毫克  
(B)國人 2 個月至 6 歲的嬰幼兒其鈉攝取量為所有年齡層中最高  
(C)7 歲以上的男女性族群其鈉攝取量換算均高於 6 公克鹽  
(D)19 至 44 歲女性鈉攝取量相當於 10 公克鹽
- (A) 41. 依據民國 102~105 年國民營養健康狀況變遷調查結果，有關國人脂溶性維生素攝取狀況之敘述，下列何者正確？  
(A)維生素 A 較接近建議量 (B)維生素 D 較接近建議量  
(C)維生素 E 較接近建議量 (D)維生素 A、D、E 皆符合 DRIs 建議量
- (C) 42. 依據民國 101 年臺灣國民營養健康狀況變遷調查結果，有關臺灣國小生飲食攝取之敘述，下列何者正確？  
(A)蔬菜類攝取量達三份以上者約占 1/4 (B)水果類攝取量達二份以上者約占 1/2  
(C)奶類攝取量未達一份者平均超過 6 成 (D)奶類攝取量未達一份者以山地層為最低
- (C) 43. 根據 2021 年聯合國農糧署世界糧食安全與營養狀況報告，下列何者不是造成糧食安全的主要原因？  
(A)戰爭 (B)經濟衰退  
(C)黑心食品廠商增加 (D)氣候變遷與極端氣候
- (D) 44. 全球主要四項非傳染病 (non-communicable diseases, NCDs) 為心血管、糖尿病、癌症、慢性呼吸道疾病，其最重要的共同行為危險因子為何？  
(A)過量飲酒、高肉食、高糖、壓力 (B)高糖、過量飲酒、精製食物、壓力  
(C)高糖、高鹽、多加工食品、食物過量 (D)吸菸、過量飲酒、不健康飲食、不運動
- (C) 45. 下列何者不是聯合國 2030 年 17 項「永續發展目標」之一？  
(A)終結貧窮與飢餓 (B)永續城市與社區 (C)提升孕產婦健康 (D)負責任的消費與生產
- (C) 46. 渥太華健康促進憲章 (Ottawa Charter) 提出健康促進的行動綱領，不包含下列那一項？  
(A)發展個人技巧 (B)創造支持性環境  
(C)落實環境永續發展 (D)強化社區行動
- (B) 47. 「每千名活產嬰兒中，所有未滿一歲的孩童死亡人數」在生命統計稱為：  
(A)出生死因別死亡率 (B)嬰兒死亡率  
(C)新生兒死亡率 (D)早產兒死亡率
- (C) 48. 某年度之高血壓盛行率是以何種方式呈現？  
(A)比例 (ratio) (B)分率 (proportion)  
(C)比率 (rate) (D)百分比 (percent)
- (A) 49. 某研究以校園為場域，研究對象依班級分成介入組與對照組，以探討營養教育介入前後的學生飲食行為改變。此未經隨機化分派方式的設計為：  
(A)準實驗設計 (quasi experiment) (B)交叉實驗設計 (cross-over study design)  
(C)觀察性研究 (observational study) (D)橫斷性研究 (cross-sectional study design)
- (A) 50. 慢性疾病的臨床前期，屬於疾病自然史的何種階段？  
(A)促進期 (promotion) (B)殘障期 (disable stage)  
(C)潛伏期 (incubation period) (D)易感受期 (susceptible stage)