

111 學年度第 2 學期，二年級（201~221 奇數班），家政科，期末考試題 A 卷
題目卷 2 張 4 面 答案卷 0 張 答案卡 1 張
注意：答案卷(卡)未於規定位置內確實填寫班級、座號、姓名者成績扣 10 分。

一、是非題：下列敘述，「正確」請選「A」；「錯誤」請選「B」。20%

01. 打領帶時，溫莎結是一個最正式、形狀最對稱、而尺寸較大的領帶結。適合衣領距離較窄的襯衫，適用於商務和政治場合。(X)
02. 以寶特瓶回收再製成的聚酯纖維，製成的衣物不容易起皺，需要熨燙時，適合高溫(180℃-200℃)熨燙。(X)
03. 經過量身，科南發現自己的上身:下身=1：1.45，如果他想要依據黃金比例，透過穿著的錯覺，讓身材比例看起來變好，吸引曉蘭注意，他應該多把上衣紮進去褲子裡。(0)
04. 燙好的襯衫要先吊掛在衣架上，等到放涼後，才能摺疊、收納。(0)
05. 嬰兒期的嬰兒不能飲用蜂蜜水，蜂蜜製品的點心也要避免，以免蜂蜜中可能存在的肉毒桿菌孢子導致食物中毒。(0)
06. 以世界衛生組織計算標準體重的方法：男性：標準體重＝（身高 cm－80）×70% ；女性：標準體重＝（身高 cm－70）×60% 。依此標準計算，如果祖克漢的身高為 171 公分，他是男性，那他的標準體重應為 63.7 公斤，亦即，當他體重介於 70.07-57.33 公斤時，都屬於正常範圍；超過 70.07 公斤就是肥胖；少於 57.33 公斤就是體重不足。(X)
07. 最早在臺灣種植稻米的是荷蘭人。(0)
08. 在臺灣，現在的太白粉、地瓜粉的成分都是樹薯。(0)
09. 製作昆布柴魚高湯時，要用大火煮沸，之後小火慢煮至少 15 分鐘，才可以充分煮出昆布與柴魚的酯味。(X)
10. 依照日本料理的做法，製作親子丼飯時，要先炒香洋蔥。(X)
11. 蝦子的頭黑掉了，就表示蝦子不新鮮了。(X)
12. 如果喝牛奶會覺得肚子不太舒服，可以喝豆漿取代牛奶，一樣可以攝取到足夠的鈣質。(X)
13. 油脂除了每日三餐攝取以外，還應額外食用約 4~5 茶匙內(1 茶匙=5g)的油脂。(X)
14. 當季盛產的食材在最適合氣候、環境生產，可以減少農藥及肥料使用。而且因為是當

季，就不用冷藏或保溫，相對又省下許多能源。(0)

15. 基於「慢漁底食」原則，臺灣目前烏賊、野生石斑、珊瑚礁魚類、黑鮪魚、鰻魚等應該斟酌食用。(X)
16. 在臺灣，釋迦是冬季盛產的水果；綠竹筍是夏季盛產的蔬菜。(0)
17. 世界無形遺產(人類非物質文化遺產)是依據 2003 年聯合國教科文組織通過的《保護非物質文化遺產公約》，為維持文化的多元性與創意性，保護有失傳危機的珍貴口傳或無形遺產所建立的制度。其中飲食文化遺產入列的有法國美食、地中海美食、日本和食以及韓國泡菜等。說到泡菜，韓國人吃泡菜，源自於韓國非常寒冷，蔬菜難以生長，為了保存蔬菜，就在其中加入大量辣椒和糖，除了延長食用時間，也可以增加身體的熱量。(0)
18. 當家庭發生危機後，復原的狀況不可能比原先的幸福度高，即便如此，我們還是要正視危機、整合與擴充家庭資源，幫助家庭從低谷爬起。(X)
19. 正常人每餐飯量建議比自己的拳頭多一點，每餐也都要攝取煮熟後體積比拳頭多一些的蔬菜類食物，而且要選擇當季盛產的蔬菜，既新鮮又便宜。至於豆魚蛋肉類為蛋白質主要來源，每餐要足量攝取大約 1 個手掌的份量。(X)
20. 葉菜類蔬菜，最常見的方法是將廚房專用紙巾沾溼後，把蔬菜包起來，以原始生長的直立方式，莖部朝下，放進冰箱的蔬果保鮮室。(0)

二、單選題：44%

21. 在臺灣鄉野旅遊時，經常可以吃到「白斬雞」，請問「白斬雞」與下列哪一個菜餚出自一樣的菜系？(A)魚丸、肉丸 (B)薑絲炒大腸 (C)麻婆豆腐 (D)賽螃蟹 (E)鹹水鴨。(A)
22. 除了「新鮮」、「清潔」，期末進行烹飪實作的術科考試時，為飲食健康把關的關卡還包括：迅速烹調、保存或食用；及確保加熱超過 (1) °C、冷藏低於 (2) °C。其中空格應該分別填寫：(A)95-100，0 (B)50-60，-7 (C)65-70，5 (D)101-105，5 (E)80-90，-7。(C)
23. 關於家庭 Party 的餐食準備，下列敘述何者錯誤？(A) 嬰兒期要細碎、清淡、少糖、禁蜂蜜 (B) 兒童期要溫和、好食、少油炸、多次餐 (C) 青春期要高鈣、高鐵、少油炸、禁汽水 (D) 老年期多天然調味、多軟化烹調、少量多餐 (E) 哺乳的媽媽為了避免

水腫，喝水要少於 1200ml。(E)

24. 下列何者是製作味噌時不會用到的材料？(A)黃豆 (B)糯米 (C)米麴 (D)鹽 (E)麥麴。(B)
25. 切割洋蔥組織會釋放「蒜胺酸酶」(allinase)引起流眼淚。請問，下列何者無助於改善流眼淚的狀況？(A)切割洋蔥時戴蛙鏡 (B)切洋蔥前先將洋蔥加熱(例如微波 40 秒) (C)切割洋蔥時憋氣 (D)切割前放入冰水冰鎮，或是放入冷凍室 30mins (E)在通風口處切洋蔥。(A)
26. 依照民國 107 年臺灣農產品進口的統計，下列哪一國不是我國前 7 大農產品進口國家？(A)美國 (B)中國大陸 (C)泰國 (D)澳洲 (E)印尼。(E)
27. 1968 年之前，臺灣的糧食自給率超過 100%，1965 年後則逐年降低，到最近幾年，已經降到剩下多少%？(A)60% (B)50% (C)40% (D)30% (E)20% 左右。(D)
28. 依照本學期實作過的菜色，下列菜式：(甲)滷肉飯 (乙)醃小黃瓜 (丙)燙青菜 (丁)方珠鮮奶冰茶。如果阿銘兄妹想在除夕的家庭 Party 製作出上述菜色，發現家裡製冰盒還有很多冰塊，則其製作順序應為 (A)甲乙丙丁 (B)甲丙乙丁 (C)甲乙丁丙 (D)丁乙甲丙 (E)丁甲乙丙。(C)
29. 下列何者無助於減少溫室氣體排放？(A)多吃蔬菜 (B)適量採購 (C)少吃牛肉 (D)在超市買菜時，選擇裸賣的番茄、櫛瓜等 (E)採購前先閱讀食品標示，選擇食品添加物比較少的食品。(E)
30. 為了準備期末考，賈柏克夜讀到凌晨時，覺得肚子有點餓，想微波鮮奶、米漢堡來吃。請問，他可以選用那些容器？(A)有凹凸花紋的玻璃杯 (B)陶瓷製作的碗盤 (C)耐熱 105°C 的塑膠蓋子 (D)有金邊的咖啡杯 (E)不鏽鋼湯鍋。(B)
31. 如果冰箱沒有冰鮮室，生鮮肉類在冷藏室，最好不要存放超過 (1) 天，若預計天數會超過，應放入冷凍室內保存。請問，空格應該填：(A)1 (B)2 (C)3 (D)5 (E)7。(B)
32. 如果冰箱沒有冰鮮室，水產類食材，例如魚、小卷等， (1) 日還不食用的，應分裝放入冷凍室，且 (2) 週食用完畢。請問，空格應該填：(A)1，1-2 (B)2，1-2 (C)3，3-6 (D)5，3-6 (E)7，8-12。(A)
- 經歷 3 年疫情，瑪斯可決定暑假要周遊列國一下。為了體驗各地飲食生活，品嚐到當地經典美食，他列了一張「必吃清單(如下表)」，可是，居然忘了帶在身邊就飛出國了！靠著

記憶，勉強拼湊出下列內容，請幫幫忙：找出下列各題的「？」的正確答案。

編號	國家(地區)	經典美食	飲食內容與方式
33.	甲：？	A：普丁(Poutine)	a. 肉醬奶酪薯條
34.	乙：墨西哥	B：？	b. 是該國的國民食物，有各式各樣吃法，吃的時候通常會加入洋蔥、番茄、牛絞肉等。
35.	丙：泰國	C：冬蔭功湯	c：？

33. 表格中的「甲」應該是：(A)烏克蘭 (B)俄羅斯 (C)加拿大 (D)墨西哥 (E)阿根廷。(C)
34. 表格中的「B」，應該是什麼？(A)芝麻燒餅 (B)麵粉餅 (C)口袋餅(Pita) (D)玉米餅 (E)夾饅。(D)
35. 表格中的「c」，一般不會出現哪種食材？(A)迷迭葉 (B)香茅 (C)檸檬葉 (C)蝦子 (E)辣椒。(A)
36. 關於「各生命階段的營養需求」，下列敘述何者正確？(A)吃多了容易肥胖，醣類攝取量應佔總熱量 25%-40% (B)為了健康，脂肪攝取應低於總熱量 15% (C)肌肉、皮膚、內臟的組成都需要蛋白質，因此蛋白質攝取應高於總熱量 40% (D)一般人均衡飲食的熱量攝取佔比應該是醣類最多，脂肪次之，蛋白質最少 (E)蔬菜富含纖維素，攝取量應佔總熱量 20%。(D)
37. 為了讓學生在校園的營養午餐吃得安心，農委會推動學校午餐採用「三章一 Q」。請問：下列何者不包括在「三章一 Q」裡面？(A)  (B)  (C)  (D)  (E) 
- (E)
38. 暑假，子瑜跟妹妹到綠島旅遊，原本要價 1500 的房型，實際卻只付了 500 元，原來是因為交通部觀光局提出了「安心旅遊」補助方案，其中一項為：可提供自由行每房 1000 元的補助金。經過這次經驗，子瑜覺得：了解及善用身邊資源，對生活會有不少益處！請問，根據家庭資源歸類，子瑜所使用的資源與下列何者屬於相同種類？(A)用爸媽資助的旅遊基金暢遊金門 (B)以打工換宿的方式在墾丁衝浪，玩了 2 個月 (C)幫助果園落果的阿公申請災害補助 (D)打理家務，讓爸爸、媽媽可以兼差 (E)邀請阿

姨、舅舅、表哥、表姊們一起照顧中風的外婆。(C)

39. 機能性織物是藉由科技改善自然纖維或傳統人造纖維的缺點的織物，其常見機能包含：吸溼、排汗、保暖、防水、抗臭、抗菌等。下列何者不屬於機能性織物？(A)穿比不穿還涼爽的聚酯纖維 (B)採薄膜加工的防水、防風、透氣織物 GORE-TEX (C)加上銀離子可以抗菌的尼龍纖維 (D)平織的透氣性極佳的亞麻織物 (E)加入咖啡渣織造的抗臭運動衫。(D)
40. 雷索耳獲選為成功高中親善青年，要代表學校到德國恩格斯中學進行交流，上午要參加一場政策辯論會，下午要與當地學生一起參加歡迎 Party，請問，他上午、下午最適合選擇哪種領帶結法？(A)上午平結或半溫莎結；下午溫莎結 (B)上午、下午都是溫莎結 (C)上午、下午都是平結或半溫莎結 (D)上午雙平結；下午平結或溫莎結 (E)上午溫莎結；下午平結或半溫莎結。(E)
41. 下列襯衫部位：甲：肩線；乙：後片對折線；丙：領片；丁：袖摺；戊：前襟。熨燙時，正確順序應為：(A)甲乙並丁戊 (B)丙戊甲丁乙 (C)丁甲乙丙戊 (D)丙丁甲戊乙 (E)甲丙丁戊乙。(D)
42. 握手是現代人的社交基本禮節。關於「握手」，下列敘述何者正確？(A)用慣用手握手 (B)握手時眼睛要看著雙手 (C)坐著，遇到有人邀請握手，要先起身再握手 (D)為了禮貌，遇到同學介紹他的爸爸，應該先伸出手，邀請對方握手 (E)遇到同學介紹他的女性朋友，應該先伸出手，邀請對方握手。(C)

三、多重選擇題：36%

43. 關於臺灣飲食文化的發展，下列敘述何者正確？(A)1624 年，荷蘭人來到台灣，從印尼帶來水牛、豌豆（荷蘭豆）、番茄、芒果、青辣椒、甘蔗等 (B)1662 年，鄭成功將閩菜、廣東客家菜帶入臺灣 (C)受過日本統治，臺菜常帶有日式料理元素，而當年在商業活動頻繁之處，地方仕紳與日人的交流也推波助瀾了辦桌文化的發源與興盛 (D)美軍帶入西餐、麵食，國民政府帶入中國八大菜系、各式外省餐食 (E)原住民以粟、山芋、甘藷、水稻為主食。(ABD)
44. 下列何者運用了梅納反應進行食物料理？(A)煎牛排 (B)煮焦糖 (C)炸薯條 (D)烘咖啡豆 (E)用烤麵包機烤吐司。(ACD)
45. 關於調味料存放，下列敘述何者正確？(A)沒有添加防腐劑的，開瓶後要盡速用完，並

放冰箱保存 (B)鹽需密封存放，避免潮溼 (C)糖需密封存放，避免潮溼 (D)油，盡量貯放日光充足的地方，以利消毒、殺菌 (E)醋要放在冷凍櫃保存。(ABC)

46. 花了 3 個小時研究完台股盤勢，已經凌晨 1 點。巴飛特覺得肚子好餓，打開冰箱，發現只有兩顆雞蛋和晚餐吃剩下來的一碗飯，他決定要用這些食材幫自己準備宵夜。請問，下列敘述何者正確？(A)他可以運用蛋的乳化性製作蛋炒飯 (B)他可以運用蛋的凝固性製作溏心蛋拌飯 (C)他可以運用蛋的起泡性製作米布丁 (D)他可以運用米的糊化製作蛋花粥 (E)他可以運用米的糊精化製作壽司。(BD)
47. 比耳蓋斯受印度總理之邀，要從美國到印度與默笛總理會面，談論擴大投資項目的問題。請問：下列關於兩地時間觀的敘述，何者正確？(A)比耳蓋斯會覺得印度的生活步調也太悠閒了 (B)同樣遲到 15 分鐘，比耳蓋斯比較會覺得難以忍受 (C)對於兩人會面，默笛比較能忍受沒有階段性的結果 (D)默笛比較會是指責對方缺乏效率的人 (E)比耳蓋斯比較可能因為臨時安排會面以外的活動而更改會面時間。(ABC)
48. 櫻木華的媽媽突然被公司要求到祕魯出差 3 個月，3 天後就得出發，可是，櫻木華的爸爸這幾天剛好發生意外，膝蓋受傷，需要開刀，得有人在醫院照顧。請問：下列關於櫻木華家的家庭資源運用，何者正確？(A)可以運用物力資源，請看護照顧爸爸 (B)可以運用人力資源，由櫻木華到醫院照顧爸爸 (C)可以運用社會資源，全家一起召開家庭會議商討對策 (D)可以運用物力資源，在醫院訂餐給爸爸吃 (E)可以運用社會資源，尋求急難救助。(ABDE)
49. 自 1970 年代開始，經過登山界耆老探勘、商議，將標高 1 萬台尺(3030 公尺)以上，擁有奇、險、峻、秀特色的 100 座臺灣山峰定為「臺灣百岳」。行政院 2019 年宣布「開放山林」政策，除了國安與生態保育區外，降低入山門檻並且簡化申請流程，還積極改善登山步道及山屋等，鼓勵民眾親近山林。再加上新冠疫情影響，臺灣民眾無法出國旅遊，登山遂成了熱門的休閒活動。登山，最重要的準備事項之一便是穿著，畢竟，長時間運動，又要歷經海拔與溫度的變化，穿著不只大大影響著活動便利性，也影響著生命安全。請問，登山時，下列服裝準備，何者正確？(A)最內層最好穿吸溼、排溼性好的純棉內衣，以利吸汗 (B)在臺灣，登山，即使是夏天，中間層也要攜帶含氣性好，能保暖的衣物 (C)外層為了擋風、擋雨，最好選擇透氣性比較低的衣物 (D)超細纖維填充夾克或刷毛夾克適合穿著於中層 (E)冬天，為了保暖，中層可以選擇羽絨填充的保暖衣物。(BDE)

50. 善用「錯覺」，每一種「體型」都能成為俊男美女。下列運用，何者正確？(A)高壯的人，適合粗而寬的橫條紋 (B)質料柔軟的衣服適合過瘦體型，不適合過胖體型 (C)體型瘦小的人適合穿暖色調的衣服 (D)上半身：下半身=1：1.85 的人，穿衣服要設法把上衣放出來 (E)四肢短小而全身圓潤的人適合穿著上下同顏色的服飾。(CDE)
51. 關於熨燙，下列敘述何者錯誤？(A)蒸氣熨斗加水時必須加煮沸過或是過濾過的水，避免鈣化堵塞噴氣孔 (B)熨斗底部沾黏燒焦衣物時，必須先切斷電源，用布沾取牙膏仔細擦拭 (C)蒸氣口阻塞時，必須用鐵絲或牙籤等清理 (D)先燙大面積的部分，再燙小面積的部分，例如前片、袖子、後片 (E)除了領口、口袋之外，盡可能先在正面熨燙，而且要逆著布紋方向燙。(DE)
52. 為了促進國人健康，臺灣目前規定食品標示一定要標示的與疾病有關的項目包括哪些？(A)飽和脂肪 (B)反式脂肪 (C)蛋白質 (D)鈉 (E)糖。(ABDE)
53. 製作親子丼的靈魂調料，包括下列哪三種？(A)日式醬油 (B)味醂 (C)純米醋 (D)清酒 (E)七味唐辛子。(ABD)

營養標示		
每一份量45公克 本包裝含3份		
	每份	每100公克
熱量	108.1 大卡	240.3 大卡
蛋白質	5.8 公克	13 公克
脂肪	3.4 公克	7.6 公克
飽和脂肪	1.5 公克	3.4 公克
反式脂肪	0.5 公克	1.1 公克
碳水化合物	16.3 公克	36.3 公克
糖	3.9 公克	8.6 公克
鈉	1918 毫克	4262 毫克
膳食纖維	1.7 公克	3.8 公克
●本產品含有牛奶、堅果類、含麩質之穀物或其製品，不適合對其過敏者食用。		

54. 根據這份營養標示，下列敘述何者正確？
- (A)吃完這包產品，會攝取到的熱量總共有 108.1 大卡。
- (B)吃完這包產品，會攝取到的游離糖總共有 8.6 公克。
- (C)我國自 2018 年起，食品全面禁用不完全氫化的植物油。
- 因此，本食品目前已不能在市面上販售。
- (D)本產品為高鈉食品，高血壓、肝硬化、心臟衰竭、腎臟衰竭的病人不宜食用。
- (E)依照世界衛生組織(WHO)公布的飲食指南建議，成年人跟兒童每日糖攝取最為理想的量，若以成人每天攝取 2000 大卡計算，吃完這包產品，所攝取游離糖約佔每日理想糖攝取量之 46.8%。(CDE)
55. 關於慢活，下列敘述何者正確？(A)國際慢食協會 (Slow Food) 倡導的三大原則是：一、優良：食材新鮮、低碳飲食、滿足本地生產的季節性飲食。二、清潔：維持環境平衡和人體健康的生產方式，結合傳統農業耕作的有機種植。三、公平：提供在地小農合宜的生產環境和農務報酬，消費者付出合理的購買價格 (B)「慢漁」指的是減少流刺網與底拖網的過漁捕捉 (C)「底食」是指消費時，應以食物鏈下層的海鮮取代上層的大型魚類 (D)基於「慢漁底食」，海蝦、紅蟳、養殖石斑、鱸魚、鮭魚、鱈

- 魚、鮪魚、旗魚等應該避免食用 (E)基於「慢漁底食」，不買養殖的蝦、鮭、鮪是因為其餌料為魚粉或下雜魚，更容易造成海洋資源枯竭。(ABCE)
56. 服裝有助於人體保持恆溫，是維持健康的條件之一。氣溫低時，服裝可以使體溫熱量不過多散失；氣溫高時又不妨礙身體的散熱，並且能防止陽光的光線和熱力對人體的不利影響。因應不同需求選擇適合的織品特性服飾，織品特性有含氣性與通氣性、吸濕性、排濕性與吸水性，其中「吸濕性」是指衣料吸收水蒸氣的特性，越佳者越能保持皮膚的乾爽，以下何者，本身不具有高吸濕性？(A)麻 (B)聚氯乙稀 (C)聚酯纖維 (D)棉 (E)絲。(BC)
57. 在房價高不可攀的時代，「租屋」是青年人打拼的選擇。但有時由於預算有限，只能選擇住在較為狹窄的空間中。即使如此，我們仍可善用小妙招，來讓有限的生活空間發揮最大機能，提升生活品質。下述技巧哪些為可行的方法？(A)在陽臺或窗戶外側種植爬藤植物，將有助於隔熱、降溫 (B)使用折疊式屏風來做空間區隔 (C)鋪設地毯能達到很好的吸音效果 (D)選用可靈活收取的折疊桌、沙發床來節省空間 (E)加設大片鏡面來產生空間加大的錯覺。(ABCDE)
58. 以下敘述，何者為非？(A)家庭韌性是每個家庭原本就具備的潛能，因此不需要特別花時間經營 (B)家庭應變彈性是指家庭分工或互動模式中領導、角色關係，及規則的改變量 (C)家庭生活遇到挑戰時，如果第一件挑戰事件沒有處理好，或是還沒來得及妥善處理，就又遇上第二件挑戰事件，雖然第一件家庭生活挑戰將形成未爆彈，但兩個事件會是獨立的，不會有加乘效果，但還是要盡快處理 (D)家庭凝聚力和家庭韌性無關 (E)提升家庭凝聚力可以激發家庭韌性。(ACD)
59. 關於「影響個人飲食偏好的因素」，下列敘述何者正確？(A)受生理喜好影響，例如對甜味的偏好是與生俱來的 (B)受家庭喜好影響，例如，從來不吃重口味食物的父母，孩子自然也較崇尚清淡飲食 (C)受社會環境提供的飲食訊息影響，例如，常和朋友一起吃飯，飲食選擇自然受朋友的喜好、習慣影響 (D)受媒體、廣告影響，例如，在電視上看過短短的廣告，就會提高兒童對商品的喜愛程度 (E)受各地飲食文化影響，例如越南人視為美食的鴨仔蛋，對很多國人而言，是不容易接受的食物。(ABCDE)
60. 下列何者有助於減少能源消耗、降低排碳量？(A)壓力鍋 (B)微波爐 (C)燜燒鍋 (D)水波爐 (E)平煎鍋。(ABCD)

~請再檢查一次，確定每一題均已作答完畢！預祝暑假愉快~