

一、是非題：(每個題目 2 分，共 40 分)

1. ( ) 每個人的生長發展速度都相同。

《答案》✗

能力指標：1-2-4

認知層次：理解

難易度：簡單

2. ( ) 人生每個階段各有不同的身體活動特徵。

《答案》○

能力指標：1-2-4

認知層次：認知

難易度：簡單

3. ( ) 青年期與兒童期相比，青年期時身體的肌肉增加，所以力量較大。

《答案》○

能力指標：1-2-4

認知層次：分析

難易度：平易

4. ( ) 即使河川受到汙染，只要不吃受到汙染的動、植物，就不會對我們有危害。

《答案》✗

能力指標：7-2-5

認知層次：分析

難易度：平易

5. ( ) 父母離婚的同學或朋友需要時間來調整心情及生活，我們應該多關心、支持他。

《答案》○

能力指標：6-2-2

認知層次：情意

難易度：簡單

6. ( ) 「家庭暴力」指的是對家庭成員實施身體或精神上不法的侵害行為。

《答案》○

能力指標：6-2-2

認知層次：記憶

難易度：平易

7. ( ) 適時的對家人表達關心，並善用有效溝通的技巧，可以促進家庭關係和諧。

《答案》○

能力指標：6-2-2

認知層次：理解

難易度：平易

8. ( ) 長期接觸紫外線可能會導致皮膚癌。

《答案》○

能力指標：7-2-1

認知層次：記憶

難易度：簡單

9. ( ) 常吃油炸、炭烤或醃漬的食物，可能會提

高罹癌的機率。

《答案》○

能力指標：7-2-1

認知層次：理解

難易度：平易

10. ( ) 購買肉類食品時，挑選有 CAS 優良肉品標誌的比較有保障。

《答案》○

能力指標：2-2-5

認知層次：認知

難易度：簡單

11. ( ) 蛋殼表面粗糙、無破損或裂痕者，表示較新鮮。

《答案》○

能力指標：2-2-5

認知層次：理解

難易度：平易

12. ( ) 壯年期消化能力逐漸退化，少量多餐才能吃得營養又健康。

《答案》✗

能力指標：2-2-2

認知層次：認知

難易度：平易

13. ( ) 「蒸」、「煮」、「涼拌」都是較健康的烹調方式。

《答案》○

能力指標：2-2-5

認知層次：理解

難易度：平易

14. ( ) 印度人用左手將米飯搓成球狀，再送入口中。

《答案》✗

能力指標：2-2-3

認知層次：理解

難易度：困難

15. ( ) 因為宗教信仰的因素，中東地區的人不吃豬肉，且用餐時忌諱交談，因為他們認為邊吃邊交談是對真神阿拉的不敬。

《答案》○

能力指標：2-2-3

認知層次：理解

難易度：困難

16. ( ) 學會傾聽、尊重對方的感受，可以避免發生爭執。

《答案》○

能力指標：6-2-4

認知層次：理解

難易度：簡單

17. ( ) 「AQI」指的是空氣品質指標，用來表示空氣品質的狀態。

《答案》○

能力指標：7-2-5

認知層次：記憶

難易度：簡單

18. ( ) 參與社區所舉辦的環保活動可以改善環境問題，但無法增進鄰居間的感情。

《答案》×

能力指標：7-2-6

認知層次：理解

難易度：簡單

19. ( ) 老年人應多吃新鮮的食物，避免攝取鹽分含量高的加工食品。

《答案》○

能力指標：2-2-2

認知層次：記憶

難易度：平易

20. ( ) 老年人應以動物性蛋白質取代部分豆類製品，才吃得更健康又營養。

《答案》×

能力指標：2-2-2

認知層次：認知

難易度：平易

## 二、選擇題：(每個題目 2 分，共 40 分)

1. ( ) 下列何者是影響生長發育的因素？ ①遺傳因素 ②營養因素 ③運動因素 ④以上皆是。

《答案》④

能力指標：1-2-1

認知層次：認知

難易度：平易

2. ( ) 下列人生各階段的順序何者正確？ ①嬰兒期、幼兒期、兒童期、青少年期、青年期、壯年期、老年期 ②幼兒期、兒童期、嬰兒期、青少年期、青年期、壯年期、老年期 ③青年期、壯年期、嬰兒期、幼兒期、兒童期、青少年期、老年期 ④老年期、青少年期、青年期、壯年期、嬰兒期、幼兒期、兒童期。

《答案》①

能力指標：1-2-4

認知層次：記憶

難易度：平易

3. ( ) 發現環境污染時，下列何者是不恰當的行為？ ①利用環保署「公害陳情網路受理系統」通報 ②撥打「公害陳情專線」向環保署檢舉 ③向當地的環保局檢舉 ④置之不理。

《答案》④

能力指標：7-2-5

認知層次：認知

難易度：平易

4. ( ) 下列哪一種狀況屬於環境污染？ ①汽、機車排放大量廢氣 ②隨意棄置垃圾 ③商店使用擴音器叫賣 ④以上皆是。

《答案》④

能力指標：7-2-5

認知層次：分析

難易度：簡單

5. ( ) 遭遇家庭暴力時，可以撥打哪一支電話號碼求助？ ①113 ②165 ③117 ④104。

《答案》①

能力指標：6-2-2

認知層次：認知

難易度：簡單

6. ( ) 下列何者是促進良好家庭關係的潤滑劑？

①擁有強健體魄 ②適時的互相表達關懷

③良好的閱讀能力 ④不過問家人的感受。

《答案》②

能力指標：6-2-2

認知層次：理解

難易度：平易

7. ( ) 關於預防癌症的方法，下列何者正確？

①多吃炭烤的食物 ②維持適當的體重 ③晚

睡早起 ④暴飲暴食。

《答案》②

能力指標：7-2-1

認知層次：理解

難易度：簡單

8. ( ) 嬰兒成長到幾個月時，才可以開始搭配著吃固體的食物？ ①3個月 ②4個月 ③5個月 ④6個月。

《答案》④

能力指標：2-2-2

認知層次：記憶

難易度：簡單

9. ( ) 下列何者不是挑選蔬菜類食品的原則？

①瓜類挑選結實完整、蒂頭不乾枯者 ②葉菜類

挑選葉面鮮嫩無凋萎、無斑痕者 ③根莖類挑選

顏色鮮豔、形狀特別者 ④根莖類挑選表皮光滑

完整、無皺縮或腐爛者。

《答案》③

能力指標：2-2-5

認知層次：理解

難易度：平易

10. ( ) 下列哪一個國家的飲食文化是「吃拉麵時大力吸出聲音以表示美味」呢？ ①日本 ②泰

國 ③法國 ④印度。

《答案》①

能力指標：2-2-3

認知層次：理解

難易度：平易

11. ( ) 下列哪一項食物符合少糖、少油、少鹽的烹調原則？ ①紅燒牛肉 ②炸雞 ③清蒸魚 ④麻婆豆腐。

《答案》③

能力指標：2-2-5

認知層次：分析

難易度：困難

12. ( ) 與弟弟發生爭執時，下列何者是較適當的做法？ ①不分青紅皂白的發脾氣 ②先反省並檢討自己，再以有效溝通的原則進行溝通 ③記恨在心 ④毆打弟弟。

《答案》②

能力指標：6-2-4

認知層次：應用

難易度：平易

13. ( ) 下列何者不是有效溝通的原則？ ①言詞清楚、合理、具體 ②學會傾聽，並尊重對方的感受 ③對事不對人 ④以得理不饒人的態度解決問題。

《答案》④

能力指標：6-2-4

認知層次：分析

難易度：簡單

14. ( ) 空氣污染會影響呼吸道，容易造成哪一種器官的慢性疾病？ ①肝 ②腎 ③心臟 ④肺。

《答案》④

能力指標：1-2-3

認知層次：理解

難易度：簡單

15. ( ) 表示聲音強度的單位稱為什麼？ ①公頃 ②分貝 ③公分 ④公斤。

《答案》②

能力指標：7-2-5

認知層次：記憶

難易度：簡單

16. ( ) 長期處在幾分貝以上的噪音環境中，可能產生身體不適，甚至失去聽覺？ ①40分貝 ②50分貝 ③60分貝 ④70分貝。

《答案》④

能力指標：7-2-5

認知層次：記憶

難易度：簡單

17. ( ) 下列哪一項行為無法改善噪音污染問題？

①在球場鳴氣笛 ②開車不亂按喇叭 ③看電影時將手機關機 ④在公眾場合輕聲細語。

《答案》①

能力指標：7-2-6

認知層次：分析

難易度：平易

18. ( ) 小茜想要改善學校水溝阻塞、發臭的問題，下列何種做法較適當？ ①號召同學一起打掃水溝 ②在校刊上發表防制水污染的文章 ③實際勘查水溝水質與阻塞的原因 ④以上皆是。

《答案》④

能力指標：1-2-3

認知層次：分析

難易度：困難

19. ( ) 下列何者不是照護老年人時應有的行為？

①多陪他們聊天 ②加強房間照明 ③在走道上堆放雜物 ④視天候的變化，提醒他們增減衣物。

《答案》③

能力指標：6-2-2

認知層次：理解

難易度：平易

20. ( ) 下列何者不是與老年人溝通時應注意的原則？ ①給予充足的反應時間 ②多傾聽 ③善用肢體輔助表達 ④音量小。

《答案》④

能力指標：6-2-4

認知層次：記憶

難易度：平易

三、填填看：(每個答案 2 分，共 8 分)

1. 請將下列處理的方法以代號填寫，與食材互相搭配。

ㄅ. 先去除外層葉片，再剝開內葉清洗。

ㄆ. 除了以清水沖洗之外，同時以軟毛刷輕刷外皮。

ㄇ. 先刷洗外殼，並等待充分吐沙後再料理。

ㄎ. 用封口塑膠袋依每次的用量分裝，攤平放入冷凍庫保鮮。

( ) (1) 高麗菜

( ) (2) 蛤蜊

( ) (3) 豬肉

( ) (4) 芭樂

《答案》(1) ㄅ (2) ㄇ (3) ㄎ (4) ㄆ

能力指標：2-2-5

認知層次：分析

難易度：困難

四、回答問題：(每個答案 2 分，共 12 分)

1. 請寫出 2 種社區或個人可以從事的環保活動。

《答案》(1)植樹活動。

(2)淨灘活動。

(3)資源回收。

(4)垃圾分類。

能力指標：7-2-6

認知層次：應用

難易度：簡單

2. 請寫出 2 種老年人常見的「老化」現象。

《答案》(1)味覺退化。

(2)牙齒損耗、掉落。

(3)吞嚥困難、易噎到。

(4)腸胃功能退化。

能力指標：2-2-1

認知層次：記憶

難易度：平易

3. 請寫出 2 個造成空氣汙染的原因。

《答案》(1)汽、機車排放廢氣。

(2)工廠排放廢氣。

(3)營建施工揚起灰塵。

(4)露天燃燒紙錢或垃圾。

(5)抽菸產生煙霧。

能力指標：7-2-5

認知層次：記憶

難易度：平易