

115年第二次專技高等考試營養師、護理師、社會工作師考試、115年
專門職業及技術人員高等考試心理師、法醫師、語言治療師、聽力
師、牙體技術師、公共衛生師考試、高等暨普通考試驗光人員考試
代 號：5101

類科名稱：營養師

科目名稱：公共衛生營養學

考試時間：1小時

座號：_____

※注意：本試題禁止使用電子計算器

※本試題為單一選擇題，請選出一個正確或最適當答案。

1. 下列何者不是民國107年衛生福利部國民健康署公告之「每日飲食指南手冊」第二版內容？

- A. 強調攝取營養素密度高之原態食物，以提高微量營養素與有益健康之植化素攝取量
- B. 強調植物性食物以及較為健康的飲食脂肪組成，將蛋白質食物類別順序訂為「豆魚蛋肉類」
- C. 乳脂肪較為飽和，建議選用低脂奶或脫脂奶為佳
- D. 鼓勵國人多攝取堅果以取代精製油類

2. 下列何者是我國每日飲食指南手冊所定義之「高鈣豆製品」？①五香豆干 ②傳統豆腐 ③嫩豆腐
④凍豆腐 ⑤豆漿 ⑥分離黃豆蛋白素肉

- A. ①③⑥
- B. ②③⑤
- C. ①②④
- D. ④⑤⑥

3. 有關每日飲食指南，油脂與堅果種子類食物攝取的敘述，下列何者正確？

- A. 在使用油脂建議量外，建議每日多加一份原態的堅果種子類食物
- B. 由「每日飲食指南」變身而來「我的餐盤」，油脂與堅果種子類建議每天一茶匙
- C. 奶油乳酪（cream cheese）因富含脂肪，亦屬油脂與堅果種子類
- D. 油脂與堅果種子類份量標準以15公克脂肪來計算

4. 下列何者不屬於「糧食安全」的四個面向之一？

- A. 安全性
- B. 普及性
- C. 永續性
- D. 良好性

5. 根據國人膳食營養素參考攝取量（DRIs）第八版，關於碳水化合物的敘述，下列何者錯誤？

- A. 膳食纖維建議量是依照每日熱量建議攝取量制定，每1000大卡熱量建議攝取14公克膳食纖維
- B. 碳水化合物的巨量營養素可接受範圍（AMDR）為總熱量的50~65%

- C.懷孕第三期建議增加的碳水化合物量較哺乳期高
- D.除懷孕及哺乳期外，1歲以上年齡層的碳水化合物建議攝取量（RDA）為每日130公克
- 6.有關我國的素食飲食指南，下列敘述何者錯誤？
- A.全穀雜糧類份量以15公克醣類為基準來計算
- B.豆類份量以8公克蛋白質為基準來計算
- C.建議每日水果類攝取份量應達2份以上
- D.建議每天至少攝取1份藻類
- 7.臺灣各族群營養基準之制定屬於下列那個政府機關之業務？
- A.衛生福利部國民健康署
- B.衛生福利部食品藥物管理署
- C.國家衛生研究院
- D.中央研究院
- 8.依據下列那一法規，中央主管機關依營養調查及研究結果，發現人民缺乏特定營養素而有營養不良之虞時，得提出營養強化建議，鼓勵食品業者於食品中添加特定營養成分？
- A.營養及健康飲食促進法
- B.健康食品管理法
- C.食品安全衛生管理法
- D.國民營養法
- 9.透過校務會議決議將「提升學生健康體位至適中」列為年度校務政策重點，並將健康飲食行為列入學生獎勵措施的關鍵指標。此為推動第三代健康促進學校的那一個內涵？
- A.制訂全校性健康政策
- B.建構學校物質環境
- C.營造學校社會情緒環境
- D.善用健康服務與資源
- 10.下列何者是造成媽媽奶水不足最可能的原因？
- A.乳房不夠大
- B.哺乳次數太少
- C.媽媽吃得不夠營養
- D.兩次哺乳時間間隔太短
- 11.政府為回應高齡化社會的長照問題，於何時起實施長期照顧十年計畫2.0（長照2.0）？
- A.民國105年

B.民國106年

C.民國107年

D.民國108年

12.有關原住民族文化健康站推動的相關敘述，下列何者錯誤？

A.係依據長期照顧十年計畫2.0原住民族專章設置的，照顧模式精神為「族人照顧族人」、「因族因地制宜」，培植在地族人擔任照服員，提供原住民族長者連續性、可近性及具文化性之專業照顧服務

B.文化健康站計畫推動有多元的目的，包括照顧原鄉長者、增加年輕族人的工作機會及文化傳承

C.社區營養教育可以和文化健康站計畫合作，整合部落社區資源

D.初期（民國104～106年）的推動經費使用國民健康署菸品健康福利捐，民國106年以後開始使用長照服務發展基金

13.有關學校供餐食品中毒，下列敘述何者錯誤？

A.食品中毒可能因烹調加熱不足所造成

B.食品中毒可能因廚工衛生習慣不良造成

C.學校午餐平日應留樣且冷藏至少保留24小時

D.出現疑似食品中毒時，應保留患者之食餘、嘔吐物和排泄物於冷藏室供衛生單位檢驗

14.依據衛生福利部國民健康署民國106年職場員工健康現況調查，發現工作人口面臨重要營養健康問題，下列何者錯誤？

A.超過五成一星期有5天以上外食

B.五成以上未達每週至少150分鐘的中等強度身體活動量

C.近半收入不足以購買健康的飲食

D.近四成體重超標

15.依據學校衛生法之內容，下列敘述何者錯誤？

A.本法在中央之主管機關為教育部

B.學校發現有疑似食品中毒之情形，應採緊急救護措施，同時通報衛生主管機關處理

C.高級中等以下學校辦理午餐應成立專戶，其收支帳務處理，依會計法及相關規定辦理。收支明細應至少於每學年結束後三個月內公告之

D.高級中等以下學校辦理午餐應成立學校午餐供應會或相當性質之組織，其組成、評選、供應及迴避原則，由各該主管機關定之，其成員組成，現任家長應占四分之一以上

16.依據營養師法，營養師若以通訊方式執行營養師業務，應事前報請下列那個單位核准後始得為之？

A.執業所在地營養師公會

B.中央主管機關

- C. 執業單位
- D. 執業登記所在地直轄市或縣（市）主管機關
17. 依據學校衛生法施行細則，健康相關課程教師需完成多少學校衛生相關研習時數？
- A. 每學年至少12小時
- B. 每學年至少18小時
- C. 每2學年至少12小時
- D. 每2學年至少18小時
18. 評估人體Vitamin B₁₂是否缺乏的生化指標，下列敘述何者錯誤？
- A. 尿液Methylmalonic acid濃度越高，代表Vitamin B₁₂營養狀態越佳
- B. 血清Methylmalonic acid濃度越高，代表Vitamin B₁₂營養狀態越差
- C. 血漿Homocysteine濃度越高，代表Vitamin B₁₂營養狀態越差
- D. Mean corpuscular volume值越高，代表Vitamin B₁₂營養狀態越差
19. 有關「碘」的營養評估中，下列敘述何者正確？
- A. 血清Thyroid-stimulating hormone (TSH) 值降低，顯示個案碘的攝取量不足
- B. 尿碘可以反應個案最近一個月碘的攝取情況
- C. 罹患Goiter顯示個案短期內碘的攝取不足
- D. 罹患Goiter顯示個案可能長期碘的攝取過量或嚴重不足
20. 了解一個國家或地區的農漁業生產和食品供應，可從下列何種資料取得？
- A. 家戶盤存調查
- B. 糧食平衡表
- C. 家庭收支調查
- D. 糧食生產總額
21. 社區長者營養不良常伴隨衰弱（frailty）特徵，為社區長者進行營養狀況評估時，常使用骨質疏鬆性骨折指數（Study of Osteoporotic Fractures index, SOF index）作為篩選衰弱長者之評估工具，下列何項非評估指標項目之一？
- A. 過去一年內，非刻意的體重減輕3公斤
- B. 無法在不用手支撐的狀況下，從椅子上站起來5次
- C. 肌力下降，握力測試男性小於26公斤，女性小於18公斤
- D. 在過去一週內，經常有提不起勁來做事的感覺
22. 在認知能力下降的早期階段，下列那一項日常生活活動最可能首先受到影響？
- A. 洗澡

B. 製備餐食

C. 上廁所

D. 穿衣服

23. 有關Mini Nutritional Assessment與Subjective Global Assessment兩種營養評估工具，下列敘述何者正確？

A. 都有考量到胃腸功能的變化（例如：噁心或嘔吐）

B. 都有考量到神經精神變化的情況（例如：失智）

C. 都有計算body mass index的變化

D. 都有評估飲食攝取量是否改變

24. 對於無法站立的臥床個案，下列何者不適合作為估計身高的替代方法？

A. 手臂尺骨長度（Ulna length）

B. 手臂上臂長度（Upper arm length）

C. 胸骨中線至手掌中指與無名指指根之間的距離（Demispan）

D. 膝長（Knee height）

25. 有關迷你營養評估表（MNA）的計分方式，下列敘述何者正確？

A. 營養篩檢分數 ≥ 12 分，須進行一般評估

B. 總分17~23.5為具營養不良危險性

C. 總分 > 23.5 為營養不良

D. 總分 < 17 為營養良好

26. 進行大型營養調查計畫時，下列那一種飲食評估方法較不常用？

A. 飲食頻率法

B. 24小時回憶法

C. 食物秤重盤存法

D. 一週飲食記錄法

27. 腰圍（waist circumference）可判定下列何者？

A. 脂肪分布

B. 脂肪百分比

C. 皮下脂肪厚度

D. 脂肪細胞體積

28. 關於抽樣方法，下列敘述何者錯誤？

A. 系統取樣是在母群體內採取固定間隔抽取樣本

- B.立意取樣為常見的機率取樣法，用於質性研究
- C.簡單隨機取樣是在母群體中任一個體被取樣的機會均等
- D.分層取樣是在研究中，先依母群特性分層，再從各層隨機抽取一定比例之樣本
- 29.先經專家驗證的營養知識測驗題目，再由受試者答題後的所得數據，可做下列何種分析？
- A.內部一致性檢驗
- B.內容效度
- C.複本信度分析
- D.難度分析
- 30.有效的溝通技巧是營養諮詢成功的基礎要件，有關溝通技巧，下列敘述何者錯誤？
- A.溝通分為語言溝通與非語言溝通
- B.語言溝通強調傾聽（listening）的重要性
- C.語調或聲音屬於語言溝通
- D.身體的動作屬於非語言溝通一種
- 31.我國2020年所發布之健康國民白皮書運用下列那種教育理論觀點，擬定促進全民健康之介入策略？
- A.生態模式（Ecological Model）
- B.衛生教育診斷評價模式（PRECEDE-PROCEED Model）
- C.社會認知理論（Social Cognitive Theory）
- D.社會網絡（Social Network）
- 32.小明努力透過飲食控制血糖，營養師跟他說：「一時做不好，並不代表會永遠不成功，我相信慢慢來，你一定可以做得很好！」這是屬於社會支持中的那一類型？
- A.情感（emotional）支持
- B.實質性（tangible）支持
- C.資訊性（informational）支持
- D.自尊（esteem）支持
- 33.營養諮詢目前常使用動機訪談法（motivational interviewing），動機式晤談四個基本技巧，常以OARS表示，下列敘述何者錯誤？
- A.O（open-ended question）開放式問題
- B.A（affirmations）給予肯定
- C.R（reflective listening）回應式傾聽
- D.S（self-efficacy）加強自我效能
- 34.30歲陳小姐（BMI=24 kg/m²）預計在下個月要拍婚紗照，請營養師協助減重。諮詢過程中，下列那

一項是最不需要說明或指導的？

- A. 外食技巧，進食順序
- B. 均衡飲食攝取技巧
- C. 甜食的熱量陷阱
- D. 減重有益健康

35. 以舉辦北中南共30場活動來評價「國小學生天天五蔬果宣導計畫」，此為下列何種評價？

- A. 效能
- B. 效率
- C. 效益
- D. 效果

36. 社區中有80%的長者參與肌少症計畫的篩檢，其中60%須接受飲食營養諮詢，前述為下列何種評估？

- A. 結果評估
- B. 過程評估
- C. 成效評估
- D. 指標評估

37. 「為提高營養諮詢的效果，需添購3套食物模型」，此敘述是屬於下列何種目標？

- A. 中期目標
- B. 過程目標
- C. 結果目標
- D. 結構目標

38. 某社區有許多老人的健康問題需要處理，里長請營養師評估那個健康問題應該優先處理，下列何者非考量重點？

- A. 疾病發生率高者
- B. 長者關切度高者
- C. 預防活動效益高者
- D. 疾病造成的問題嚴重者

39. 有關社區營養需求評估的敘述，下列何者錯誤？

- A. 應訂定營養問題的優先次序
- B. 可使用三角檢驗法（triangulation）來進行評估
- C. 可運用健康狀況指標等政府公告的資料開始分析

- D.描述社區民眾營養健康問題，避免聚焦在民眾情感或價值觀
40. 依據民國106～109年國民營養健康狀況變遷調查結果顯示，7～44歲國人在六大類食物攝取份數上，那些類食物攝取量皆低於國民飲食指南六大類食物建議量？①全穀雜糧類 ②豆魚蛋肉類 ③乳品類 ④蔬菜類 ⑤水果類 ⑥堅果種子類
- A. ①②③④⑤⑥
- B. 僅②③④⑤⑥
- C. 僅③④⑤⑥
- D. 僅④⑤⑥
41. 根據民國106～109年國民營養健康狀況變遷調查，關於育齡婦女（15～49歲）經生化檢查後的結果，下列敘述何者錯誤？
- A. 維生素D缺乏盛行率偏高，為33.4～47.5%間
- B. 碘沒有缺乏的問題
- C. 維生素B₁₂的缺乏盛行率低，為0.6～4.5%間
- D. 葉酸缺乏盛行率為0%；但葉酸邊緣缺乏盛行率從8.7%至15.5%
42. 我國自那一年開始辦理一系列之「臺灣國民營養健康狀況變遷調查（Nutrition and Health Survey in Taiwan, NAHSIT）」，分別辦理不同年齡層人口群之國民營養調查計畫？
- A. 1980年
- B. 1993年
- C. 2000年
- D. 2013年
43. 根據民國106～109年國民營養健康狀況變遷調查，下列那一個年齡層國民其每日蔬菜實際攝取量與建議標準差距最大？
- A. 16～18歲
- B. 19～44歲
- C. 45～64歲
- D. 65～74歲
44. 根據民國106～109年國民營養健康狀況變遷調查，有關糖尿病盛行率，下列何者錯誤？
- A. 75歲以上男性盛行率超過30%
- B. 75歲以上女性盛行率超過30%
- C. 45～64歲男性盛行率較女性高
- D. 45～64歲男性盛行率高於10%
45. 關於嬰幼兒母乳哺餵，世界衛生組織的建議為何？

- A. 新生兒出生6小時後開始以母乳哺餵
- B. 完全母乳哺餵到嬰兒4個月大
- C. 除了母乳哺餵，建議4個月大開始補充副食品
- D. 母乳哺餵可到幼兒2歲大或更久

46. 下列那一項不是社區營養師主要應具備之「進階核心能力」？

- A. 應用營養照護流程（nutrition care process），獨立專業處理社區營養問題
- B. 以公共衛生營養實證為基礎，收集、評估和解讀有關的社區營養問題
- C. 結合臨床專業知識與能力，針對民眾疾病給予營養治療，避免疾病惡化與失能
- D. 協調各部門的關鍵利害關係人和合作夥伴，共同確定公共衛生營養問題及執行方法

47. 請依序回答下列三題：

一、一個流行病學研究招募了2000名40歲以上健康成年人，詢問詳細的飲食、運動、生活習慣、疾病史以及進行健康檢查，並在接下來的10年進行健康狀況的追蹤，以了解疾病的發生率。這是下列何種研究設計？

- A. 世代研究
- B. 病例對照研究
- C. 隨機臨床試驗
- D. 準實驗設計

48. 二、若以上研究嘗試分析蔬果攝取是否有助預防白內障，但發現蔬果攝取較多的人，抽菸的比率較低，而抽菸可能影響白內障發生的風險，在此抽菸是一種：

- A. 混淆因子（confounder）
- B. 效應修飾因子（effect modifier）
- C. 中介因子（mediator）
- D. 結果變項（outcome）

49. 三、以上的研究在評估飲食的問卷若效度不佳，可能產生下列那一類型的問題？

- A. 隨機誤差（random error）
- B. 系統性誤差（systematic error）
- C. 選擇性偏差（selection bias）
- D. 認知偏差（cognitive bias）

50. 以我國國民營養健康狀況變遷調查的研究設計，無法統計下列那一項數據？

- A. 國人高尿酸血症盛行率
- B. 國人高血壓發生率
- C. 國人平均鎂攝取量

D. 國人維生素B₁₂缺乏比例