

等 別：高等考試
類 科：營養師
科 目：公共衛生營養學
考試時間：2 小時

座號：_____

※注意：禁止使用電子計算器。

甲、申論題部分：(50分)

- (一)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在申論試卷上，於本試題上作答者，不予計分。
- (二)請以藍、黑色鋼筆或原子筆在申論試卷上作答。
- (三)本科目除專門名詞或數理公式外，應使用本國文字作答。

- 一、請詳述第八版「國人膳食營養素參考攝取量」增訂碳水化合物和膳食纖維參考攝取量的評估方式及其依據。並對照近年國民營養健康狀況變遷調查的結果，詳述此增訂的意義。(25分)
- 二、與社區居民共同察覺、解決營養與健康問題，為公共衛生營養師的使命與職責，請就我國常見的營養與健康議題，試以社區組織與社區營造的模式與概念，詳述如何鼓勵社區民眾和組織參與，共同創立健康環境的歷程和要件。(15分)
- 三、請試述下列名詞之意涵：(每小題5分，共10分)
 - (一) Anthropometry in Nutritional Assessment
 - (二) Social-Ecological Model in Nutrition Education

乙、測驗題部分：(50分)

代號：5103

- (一)本測驗試題為單一選擇題，請選出一個正確或最適當的答案，複選作答者，該題不予計分。
 - (二)共40題，每題1.25分，須用2B鉛筆在試卡上依題號清楚劃記，於本試題或申論試卷上作答者，不予計分。
- 1 我國第八版國人膳食營養素參考攝取量中，建議懷孕婦女葉酸的攝取量應為多少微克？
(A) 200 (B) 400 (C) 600 (D) 800
 - 2 我國國人膳食營養素參考攝取量對鐵質的建議敘述，下列何者錯誤？
(A)國人日常膳食中之鐵質攝取量，不足以彌補婦女懷孕、分娩失血及泌乳時之損失
(B)建議婦女從懷孕第3期至分娩後2個月內，每日另以鐵鹽供給30毫克之鐵質
(C)19~50歲的建議值有性別上的差異
(D)所採用的建議量是足夠攝取量
 - 3 依據衛生福利部公告之「包裝食品營養標示應遵行事項」，下列敘述何者錯誤？
(A)個別營養素得列於所屬營養素項下標示，如各個脂肪酸得列於脂肪項下標示
(B)包裝份數值只能以整數標示
(C)膳食纖維以公克或g標示
(D)糖含量為必須標示之項目

- 4 對相同性別、年齡層之健康人群而言，同一種營養素的建議量，下列何者最高？
(A) adequate intakes (B) estimated average requirement
(C) recommended dietary allowance (D) tolerable upper intake levels
- 5 衛生福利部在飲食指標建議，素食者可透過下列何種方式補充維生素 D？
(A)多攝取藻類食物 (B)多攝取堅果類食物
(C)多攝取全穀雜糧類食物 (D)每天適度日曬時間 20 分鐘
- 6 國內母乳哺育推廣計畫，下列何者錯誤？
(A)限制母乳代用品廣告
(B)推動全國母嬰親善醫療院所認證評鑑
(C)公共場所應設置哺（集）乳室供民眾使用
(D)各縣市均已成立母乳庫，供特殊需求嬰兒使用
- 7 關於幼兒期營養的說明與建議，下列何者錯誤？
(A)未精製穀類應占全穀雜糧類三分之一
(B)飲用果汁要適量，1 天不超過 240 c.c.
(C)2 歲以下兒童不宜飲用低脂或脫脂乳品
(D)為促進生長發育，建議儘量食用動物性蛋白質
- 8 有關衛生福利部國民健康署肥胖防治計畫之敘述，下列何者錯誤？
(A)推動健康促進之場域包括職場、學校、社區，不包括醫院
(B)利用社會認知模式之自我監控之原理，鼓勵民眾「天天量體重」
(C)健康體重管理計畫之核心概念為「聰明吃、快樂動、天天量體重」
(D)根據社會生態模式之環境可及性，以健康美食地圖介紹各縣市健康產品之健康訴求與特色
- 9 關於學校食物供應相關工作規範，下列敘述何者正確？
(A)經濟部以優惠價格撥售學校用餐食米
(B)學校餐飲從業人員應為食品營養相關科系畢業
(C)每天應抽檢各餐廳餐具之澱粉性及脂肪性殘留，並記錄之
(D)合作社負責蒸包子、煮茶葉蛋人員，每學年須參加衛生（健康飲食）講習至少 8 小時
- 10 依據營養師法，有關營養師執業與罰則之敘述，下列何者錯誤？
(A)營養師應向執業所在地直轄市或縣（市）主管機關申請執業登記，領有執業執照，始得執業
(B)營養師執業，應接受繼續教育，並每 3 年提出完成繼續教育證明文件，辦理執業執照更新
(C)營養師將其證照租借他人使用者，廢止其營養師證書
(D)營養諮詢機構申請人須具營養師資格
- 11 依據「不適合兒童長期食用之食品廣告及促銷管理辦法」，下列敘述何者錯誤？
(A)脂肪所占熱量為總熱量 35% 之食品不適合未滿 12 歲兒童長期食用
(B)鈉含量每份為 200 mg 之食品不適合未滿 12 歲兒童長期食用
(C)不得對兒童以贈送、加購玩具或以玩具為獎勵等方式為促銷
(D)不得於 17 時至 21 時之兒童頻道刊播廣告
- 12 國人代謝症候群的體位測量指標為何？
(A)身體質量指數 ≥ 24 (B)體脂肪比：男性 $\geq 25\%$ ，女性 $\geq 30\%$
(C)腰圍：男性 ≥ 90 cm，女性 ≥ 80 cm (D)腰臀圍比：男性 ≥ 0.9 ，女性 ≥ 0.85
- 13 檢測尿液排泄量以評估維生素是否缺乏，下列組合何者正確？
(A)菸鹼酸：檢測甲基丙二酸量（methylmalonic acid）
(B)維生素 B₆：檢測氫—甲基菸鹼酸（N-methylnicotinamide）
(C)葉酸：檢測甲醯亞胺麩胺酸量（formiminoglutamic acid）
(D)維生素 B₁₂：檢測黃尿酸量（xanthurenic acid）
- 14 下列何者為社區營養調查時較適合用來評估體脂率的方法？
(A)身體總鉀量 (B)身體質量指數
(C)生物電阻分析法 (D)單一部位皮脂厚度測量

- 15 貧血與下列何項營養素缺乏無關？
(A)鐵 (B)鉻 (C)鈷 (D)葉酸
- 16 迷你營養評估量表 (Mini Nutritional Assessment; MNA) 常用於篩檢營養不良高危險群，關於此量表的敘述，下列何者錯誤？
(A)需搭配血液生化數值 (B)完整的 MNA 評估包含小腿圍測量
(C)可由一般照護者或是醫護人員使用 (D)內容分成營養篩檢及一般評估兩部分
- 17 迷你營養評估量表 (MNA) 中對老年人飲食的評估不包含：
(A)每天蔬果攝取 (B)每週早餐次數 (C)每天蛋白質攝取 (D)每天液體攝取量
- 18 當鐵在身體內貯存量用盡，下列那一個血清中指標會首先出現異常？
(A)鐵 (iron) (B)鐵蛋白 (ferritin)
(C)血紅素 (hemoglobin) (D)運鐵蛋白 (transferrin)
- 19 紅血球麩胺基硫還原酶活性係數 (EGRAC) 可用來評估那一種維生素的營養狀況？
(A)維生素 B₁ (B)維生素 B₂ (C)維生素 B₆ (D)葉酸
- 20 有關食物頻率問卷 (food frequency questionnaire) 的敘述，下列何者正確？
(A)可精確估計個人每日食物攝取量 (B)可正確評估個人營養素攝取量
(C)可了解國民長期食物消費狀況 (D)可了解個人長期飲食型態
- 21 滿意度調查問卷之答案選項：非常滿意、滿意、普通、不滿意、非常不滿意，屬於下列何種量尺？
(A)名義量尺 (nominal scale) (B)次序量尺 (ordinal scale)
(C)等距量尺 (interval scale) (D)比率量尺 (ratio scale)
- 22 飲食行為問卷中詢問「常喝含糖飲料會影響健康，請問你每週喝含糖飲料幾次？」此題目設計有何缺失？
(A)題目具暗示作用 (B)題目涉及個人隱私
(C)題目詢問兩個以上概念 (D)題目超出受試者理解能力
- 23 有關教材編製的步驟，下列何者為正確順序？①試驗 ②推廣使用 ③編輯整理 ④收集與選擇資料
(A)④①③② (B)④③①② (C)③④②① (D)①④②③
- 24 有關教案設計之敘述，下列何者錯誤？
(A)教案計畫應設立評估指標以了解教學成效
(B)教學方法以演講方式最有效率，記憶留存比例最高
(C)教育活動應涵蓋認知、情意及技能的學習層級來設計
(D)訂定教育目標時，可先依據教育對象之心理社會因子來設定
- 25 某大學營養學系與附近國小合作，在校園內推動天天 5 蔬果活動，此類跨組織的合作稱之為：
(A)聯盟 (coalition) (B)交換系統 (exchange system)
(C)脈絡運作 (net-working) (D)轉介系統 (referral system)
- 26 女性較男性注重健康，在 PRECEDE-PROCEED 模式中，性別屬於下列何種因素？
(A)使能因素 (enabling factors) (B)控制因素 (controlling factors)
(C)增強因素 (reinforcing factors) (D)前傾因素 (predisposing factors)
- 27 某社區營養計畫共拍攝 2 支宣導影片、舉辦 45 場營養教育講座，此種評價方式屬於：
(A)效果 (effort) (B)效能 (effectiveness)
(C)效力 (efficacy) (D)效率 (efficiency)
- 28 進行社區營養介入計畫，在評估社區發展方向時，下列何者不建議採用？
(A)由專家主導發展方向
(B)評估社區本身的任務與能力
(C)了解社區的生活型態與環境因素
(D)由人口統計學、社經狀況、營養健康統計資料，了解社區營養健康特性

- 29 社區關懷據點的營養師為改善獨居老人的營養狀況，因此對該區民眾規劃「迷你營養評估量表 (MNA) 營養篩檢分數達 12 分以上者，由目前的 50% 提高到 70%」，則目前所進行的營養計畫階段是屬於：
- (A) 營養診斷 (B) 訂定目標 (C) 研擬對策 (D) 執行計畫
- 30 某國小營養師提出「回家吃晚飯」系列活動，設計「30 分鐘準備一餐的食譜」，在高年級的課外活動教授學生動手做餐食，中年級學生教授洗米煮飯、洗碗技巧，低年級學生教授擺置餐具，並制定下列活動目標，請問何者不屬於過程目標？
- (A) 全校 90% 學生知道「回家吃晚飯」活動
(B) 有 90% 中年級學生活動結束後會洗米煮飯
(C) 有 60% 學校學生參加「回家吃晚飯」活動
(D) 有 90% 學校老師和 80% 學生家庭獲得「30 分鐘準備一餐的食譜」
- 31 「請問您的身高是多少？_____公分」。其答案屬於下列何種量尺？
- (A) 次序量尺 (ordinal scale) (B) 名義量尺 (nominal scale)
(C) 比率量尺 (ratio scale) (D) 等距量尺 (interval scale)
- 32 依據老人福利服務相關規定，若提供膳食服務，下列何者不是對服務提供者的要求？
- (A) 不定期進行膳食滿意度調查
(B) 定期實施供膳人員營養及衛生教育訓練
(C) 負責膳食人員應領有餐飲技術士證照，每年並應定期接受健康檢查
(D) 定期執行工作環境及人員之供膳衛生檢查表，管理人員每月至少稽查 1 次
- 33 民國 102~105 年度國人之營養相關慢性病狀況，與 94~97 年度調查之相較，下列敘述何者錯誤？
- (A) 代謝症候群盛行率增加 (B) 糖尿病盛行率增加
(C) 高血壓盛行率上升 (D) 尿酸盛行率上升
- 34 下列評估方法，何者可了解調查對象長時間特定營養素攝取？
- (A) 食物平衡表 (B) 食物盤秤法 (C) 飲食頻率問卷 (D) 24 小時飲食回憶法
- 35 中低收入的國家因缺乏衛生的飲用水，使腹瀉成為嬰幼兒主要死因。世界衛生組織建議這些國家用母乳哺餵，並補充下列何種營養素來對抗這個問題？
- (A) iron (B) zinc (C) probiotics (D) magnesium
- 36 世界衛生組織設定母嬰幼童營養問題在 2025 年欲達到之目標，下列敘述何者錯誤？
- (A) 低出生體重兒減少 30%
(B) 嬰兒 6 個月內完全母乳哺餵的百分比增加到 50%
(C) 兒童肥胖下降 50%
(D) 育齡婦女貧血盛行率減少 50%
- 37 追蹤研究「健康受試者 10 年間紅肉攝取量與罹患癌症風險之相關性」，研究期間未進行介入，僅調查、觀察、記錄資料。屬於何種流行病學研究？
- (A) 世代研究 (cohort study) (B) 實驗研究 (experimental study)
(C) 橫斷性研究 (cross-sectional study) (D) 病例對照研究 (case-control study)
- 38 10,000 名參加糞便潛血篩檢活動，經篩檢後 700 名呈陽性，經內視鏡確認 200 名有大腸瘻肉或癌症；篩檢呈陰性者，有 50 名後來有瘻肉或大腸癌。此篩檢的敏感度為多少？
- (A) 29% (B) 55% (C) 80% (D) 95%
- 39 營養師指導社區民眾如何選擇及安全用油烹調，請問此課程主要屬於渥太華憲章健康促進綱領的那個部分？
- (A) 定位健康系統 (B) 建立公共政策 (C) 發展個人技巧 (D) 創造支持性環境
- 40 欲了解 40 歲以下民眾罹患第 2 型糖尿病的危險因子，徵求 20 歲以上健康者每 2 年進行飲食問卷、生化檢測和體位測量評估，並進行 10 年以上追蹤研究，請問下列敘述何者正確？
- (A) 為縱貫型的病例對照研究
(B) 可完全排除遺傳因素之影響
(C) 可分析研究對象罹患糖尿病的危險因子
(D) 無法用相對風險 (relative risk) 估算罹患糖尿病的風險