

115學年度中區縣市政府教師甄選策略聯盟

【科目名稱：健康教育】

選擇題【共50題，每題2分，共100分】請以2B鉛筆於答案卡上作答，單選題；答錯不倒扣。

- 健康教育教師引導學生設計「拒絕電子煙宣導海報」並張貼於校園，此行動呼應健體領綱中的哪一種學習表現？
(A)健康技能 (B)健康正向態度 (C)健康倡議宣導 (D)自我健康管理
- 健體領綱的「學習表現」分為四類。下列哪一個次項目屬於「技能」？
(A)技能概念 (B)健康覺察 (C)生活技能 (D)自我健康管理
- 健康教育教師在課堂中引導學生探究「社會文化與媒體對身體意象的影響」，這樣的課程最符合融入哪一項重大議題的實質內涵？
(A)性別平等教育 (B)人權教育 (C)生命教育 (D)品德教育
- 依據十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要，下列哪一項不屬於該課綱的課程目標？
(A)培養獨立生活的自我照護能力 (B)培養強化社區行動能力
(C)培養良好人際關係與團隊合作精神 (D)養成規律運動與健康生活的習慣
- 「關心健康議題與影響健康的相關因素，並體察其對自我或群體健康的威脅感、嚴重性、利益與障礙」是指下列哪一項學習表現？
(A)健康覺察 (B)健康正向態度 (C)健康技能 (D)健康倡議宣導
- 教育部生命教育推動方案指出生命教育包括五項內涵，下列哪一項敘述符合？
(A)哲學思考、人學探索、終極關懷、價值思辨及靈性修養 (B)健全人格、民主素養、法治觀念、人文涵養和鄉土情懷
(C)正式課程、潛在課程、校園文化、社會資源、在地特色 (D)適齡適性、探索生命、知行合一、幸福人生和國際視野
- 素養導向評量強調「真實評量」，下列何種評量方式最能符合此精神？
(A)列舉出CPR完整的操作步驟 (B)搜尋健康網站資訊後回答相關問題
(C)設計一份適合家中長輩的一週減鈉菜單 (D)繪製人體消化系統構造圖
- 若要研究「吃檳榔」與「口腔癌」之間的因果關係，研究者追蹤一群有吃檳榔與沒吃檳榔的健康人十年，觀察他們罹患口腔癌的機率。此研究設計稱為？
(A)橫斷面研究 (B)病例對照研究 (C)隨機對照試驗 (D)世代研究
- 當疫苗覆蓋率達到一定的程度時，病毒在社區中的傳播會受阻，進而保護尚未接種疫苗的人，此概念稱為？
(A)被動免疫 (B)交叉免疫 (C)主動免疫 (D)群體免疫
- 以下何者屬於重要的巧推策略，(1)簡化：人們面對複雜的選項或內容將產生困惑，因此，介入策略的規劃應儘可能簡化。(2)使用社會規範：透過呈現大多數人的選擇，或是大多數人「認為」應該要怎麼做來引導人們做健康的決定。(3)提升易用性及便利性：人們通常做簡單的決定，因此，若能降低自覺障礙（如：花時間瞭解該怎麼做）將能促進行為改變。(4)揭露：完整揭露所提供選擇的相關資訊，使人們做決定前能知道各項重要細節，而做出正確的決定。
(A) 1234 (B) 123 (C) 234 (D) 124
- 有關於4F提問法的敘述，何者錯誤？
(A)Facts（事實） (B)Feeling（感覺） (C)Flee（解放） (D)Future（將來）
- 有關於生活技能做決定的敘述，何者錯誤？
(A)先確定自己必須做決定 (B)列出所有可能的選擇
(C)列出所有選擇的優缺點 (D)做出決定，但不必評價決定
- 「當一個人感覺到不正常的身體狀況出現時，為了要了解自己的健康狀況，以及尋求適當的處置的行為」，下列哪一項用詞最符合上述意涵？
(A)健康行為 (B)疾病行為 (C)生病者角色行為 (D)醫療行為
- 關於健康的社會決定因素（Social Determinants of Health）之論述，下列哪一項不符合？
(A)是影響人們健康的非醫療因素，包括社會、經濟和環境條件 (B)決定了社會整體的健康水平，但不影響個體的健康狀況
(C)對於制定與執行有效的公共衛生策略至關重要 (D)對健康的影響遠遠超過了單純的醫療服務
- 睡眠對青少年的生長發育與學習記憶至關重要。睡前使用智慧型手機常導致入睡困難，其主要生理機轉為何？
(A)阻斷血清素合成 (B)抑制生長激素釋放
(C)抑制大腦松果體分泌褪黑激素 (D)刺激大腦皮質分泌多巴胺

16. 依據學生健康檢查實施辦法，下列哪一項不符合該辦法之規範？
(A)學校實施學生健康檢查，應委託公立醫院承辦
(B)學校辦理學生健康檢查前，應通知學生及家長
(C)學生健康檢查實施後一個月內，應將檢查結果通知學生及家長
(D)學校應將學生健康檢查及矯治結果，依規定格式予以記錄並建檔、統計
17. 目前《尊嚴善終法》草案正在立法院審議，下列哪一項敘述不符合《尊嚴善終法》草案立法方向？
(A)內容主要參考國外法條，包含了「自願積極安樂死」及「協助自殺」兩種行為
(B)實施對象為「具有無法治癒之疾病及無法忍受之痛苦」的病人
(C)初步規定，病人需親自且明確向主治醫師提出3次申請程序
(D)醫事人員及照顧服務提供者得主動與病人討論有關尊嚴善終事宜或建議病人申請
18. 關於阿茲海默症 (alzheimer's disease)，下列哪一項敘述不符合？
(A)阿茲海默症約占失智症病例的20%至30%
(B)阿茲海默症是一種大腦疾病，該疾病會導致記憶，思考和行為問題
(C)阿茲海默症會隨時間而惡化，最終會導致死亡
(D)阿茲海默症是一種不正常的老化現象也不是精神疾病
19. 在校園中若發現有學生倒地無呼吸心跳，施行CPR並取得AED。關於AED的使用原則，下列敘述何者**正確**？
(A)若患者體毛過多應先刮除局部體毛再貼上貼片
(B)若發現患者有植入性心律調節器，則不宜使用AED
(C)使用AED電擊後不能再碰觸傷患以免觸電
(D)電擊時需要有人抓住傷患的雙手
20. 下列哪一項空氣污染物主要來源為汽機車排放及光化學反應，且在夏季陽光強烈時濃度容易升高，會刺激呼吸道？
(A)臭氧
(B)二氧化硫
(C)一氧化碳
(D)鉛
21. 近期頻傳吸食俗稱「喪屍煙彈」的新興毒品，導致吸食者出現行為怪異、身體僵硬扭曲甚至引發重大毒駕車禍。該煙彈主要違法添加了哪一種原本用於臨床麻醉的藥物？
(A) Fentanyl
(B) Propofol
(C) FM2
(D) Etomidate
22. 食藥署提醒民眾服用特定藥物 (如降血壓藥、降血脂藥、免疫抑制劑) 時，絕對不可以一併食用葡萄柚或柚子。其主要藥理原因為何？
(A)葡萄柚富含維生素C，會破壞藥物的化學結構使其失效
(B)葡萄柚的酸性會加速胃排空，導致藥物無法被腸道吸收
(C)葡萄柚的成分會抑制肝臟代謝酵素，導致藥物在體內濃度過高
(D)葡萄柚中的果膠會將藥物完全包覆，隨糞便原封不動排出
23. 菸害防制法於112年3月22日修正施行，全面禁止包含電子煙在內之各式類菸品並加重罰責，依修正通過之菸害防制法第15條規定，下列哪一項敘述不符合相關罰則？
(A)使用類菸品者，處新臺幣2千元至1萬元罰鍰
(B)供應類菸品或其組合元件，處新臺幣1萬元至25萬元罰鍰
(C)廣告業或傳播媒體業者如製作廣告、接受傳播或刊載，處新臺幣5萬元至50萬元罰鍰
(D)販賣、展示類菸品或其組合元件，處新臺幣20萬元至1百萬元罰鍰
24. 水源受有機物污染時，會促使好氧性微生物大量繁殖並消耗水中的溶氧，常以BOD數值高低指標來監控汙染程度，請問BOD指的是什麼？
(A)溶氧量
(B)總菌落數
(C)化學需氧量
(D)生化需氧量
25. 有關樂活的敘述，下列何者正確？(1)為了自己和家人健康，關心環保是必要的。(2)會儘量購買便宜的產品。(3)會關心不依賴石化工業的再生能源。(4)對環境友善，自己也心情愉快。
(A) 123
(B) 124
(C) 134
(D) 以上皆是
26. 「在特定一段時間內，全球人為排放的溫室氣體量和人為移除的量相抵銷後，使其結果為零」，下列哪一項名詞最符合上述意涵？
(A)淨零碳排 (net zero emissions)
(B)碳中和 (carbon neutral)
(C)碳達峰 (emission peak)
(D)負碳排 (carbon negative)
27. 為了有效預防齲齒，使用含氟牙膏是國際公認最簡便有效的方法。依據牙醫學界與世界衛生組織的實證建議，含氟牙膏的氟離子濃度至少應達到多少ppm以上才具備良好的防蛀效果？
(A) 500ppm
(B) 800ppm
(C) 1000ppm
(D) 1500ppm
28. 正確使用手機方式，以下何者正確？(1)不在關燈的情況下看電視和玩手機。(2)螢幕亮度和周遭光環境不要明亮。(3)與手機、平板螢幕至少距離35公分以上、平俯視10~15度。(4)每日至少攝取5份蔬果。
(A) 123
(B) 124
(C) 134
(D) 以上皆是

29. 針對「近視進展與防治」，下列哪一項敘述不符合？
(A)及早發現視力問題並進行介入治療，可以預防和減少日後視力障礙的發生
(B)如果未就醫控制治療，國小國中的學生近視度數每年度數增加約50度
(C)因為高度近視所產生的併發症，都有可能導致失明，而且治療效果都相當有限
(D)兒童近視發病年紀越小，近視度數會增加越快，日後變成高度近視的風險也越高
30. 國二的小華出門前發現臉上長了一顆明顯的青春痘，他覺得「到了學校所有人一定都會一直死盯著我的痘痘看，大家都在心裡嘲笑我」，因此堅決請假不去上學。小華的反應最符合下列哪一種心理特徵？
(A)個人神話 (B)想像的觀眾 (C)角色混淆 (D)假裝愚蠢
31. 關於男女青春期第二性徵的發展順序，下列敘述何者最符合一般生理發展的常態規律？
(A)女孩青春期最早出現的第二性徵通常是初經來潮，接著才是乳房發育
(B)男孩青春期最早出現的第二性徵通常是睪丸及陰囊變大，接著才是陰莖變長及長出陰毛
(C)男孩變聲（喉結突出）通常是青春期最早期的特徵，代表開始發育
(D)女孩身高的生長快速期通常發生在初經來潮之後的一到兩年
32. 依據我國2021年修正之性別平等政策綱領，下列哪一項敘述符合「提供性別平等的健康照顧」之政策目標？
(A)營造性別友善職場，維護女性勞動尊嚴與價值
(B)建構有效的性別暴力防治網絡，加強性別暴力防治觀念宣導
(C)積極推動性別友善的醫療與照顧環境，消弭性別刻板印象對身心健康的影響
(D)建立性別平權的決策參與機制，增加不利處境者參與機會
33. 「知悉服務學校發生疑似校園性侵害事件，未依性別平等教育法規定通報，致再度發生校園性侵害事件」，可依教師法哪一項規定處理之？
(A)應經教師評審委員會委員二分之一以上出席及出席委員二分之一以上之審議通過，並報主管機關核准後，予以解聘
(B)應經教師評審委員會委員二分之一以上出席及出席委員三分之二以上之審議通過，並報主管機關核准後，予以解聘
(C)應經教師評審委員會委員三分之二以上出席及出席委員二分之一以上之審議通過，並報主管機關核准後，予以解聘
(D)應經教師評審委員會委員三分之二以上出席及出席委員三分之二以上之審議通過，並報主管機關核准後，予以解聘
34. 「反式脂肪酸」因具有延長食物保存期限及耐高溫油炸的特性而被廣泛使用。過量攝取反式脂肪酸對血脂的影響為何？
(A)降低總膽固醇 (B)影響三酸甘油酯，不影響膽固醇
(C)提升高密度脂蛋白，降低低密度脂蛋白 (D)提升低密度脂蛋白，降低高密度脂蛋白
35. 關於引起重大食安風暴的蘇丹紅辣椒粉事件，下列針對「蘇丹紅」的敘述何者正確？
(A)是一種脂溶性的工業用染料，我國法規明令嚴禁添加於食品中
(B)是合法的食品添加物，但有每日容許攝取量(ADI)上限限制
(C)屬於國際癌症研究中心(IARC)列為第1級的確定人類致癌物
(D)主要是因農民種植辣椒時噴灑過多農藥殘留所致
36. 學校辦理午餐，應成立學校午餐供應會，下列哪一項不是學校午餐供應會之任務？
(A)學校午餐收費之審議 (B)審議供應食品之廠商提供的「創意回饋」
(C)膳食採購契約內容之審議 (D)餐飲衛生自主管理機制之建立
37. 國民健康署2026年提出《健康永續國民飲食指引》草案，針對「支持環境永續 友善選擇食物」主題，下列哪一敘述不是該主題的原則？
(A)三餐應以穀物雜糧為主食，未精製穀物雜糧至少一半以上 (B)多蔬食少紅肉，選擇原態食物，避免過度加工食品
(C)口味不過重過鹹，避免高脂高糖食物 (D)飲食多樣化，選擇當季在地食材
38. 外食族在選擇自助餐時，若想符合健康飲食與體重控制的原則，下列哪一種選菜策略最適切？
(A)選擇糖醋、勾芡或紅燒的菜色，以增加食物的飽足感
(B)蔬菜類應選擇吸滿湯汁的菜餚，以攝取足夠的水分
(C)為了快速減重，應避免所有含有碳水化合物的食物，只吃肉類
(D)主食選擇糙米飯或五穀飯取代白飯，並優先挑選清蒸、水煮或涼拌的蛋白質
39. 教育部推動的「社會情緒學習」(SEL)包含五大核心能力，透過健康相關情境培養學生能「理解他人的觀點並對來自不同背景的人表達同理心」，屬於哪一項能力？
(A)社會覺察 (B)人際技巧 (C)負責任的決策 (D)自我管理
40. 關於創傷後壓力症候群(PTSD)的常見症狀，下列何者不屬於其典型特徵？
(A)心驚的畫面歷歷在目，不時浮現 (B)往事不堪回首，故意避而不談
(C)有如驚弓之鳥，容易受到驚嚇 (D)出現幻覺與妄想等思覺失調症狀

41. 有關於戰勝焦慮的敘述，何者正確？(1)心情日記找出焦慮源：透過記錄，釐清問題抒發情緒。(2)焦慮時轉移注意力：做喜歡的事、學習一項技藝或做簡單重複的動作等，轉移注意力。(3)拿回情緒主導權：避開引發壞情緒的人事物，必要時可暫時關閉手機、電腦或電視。(4)說出感受和需要：學會說不，理性、自信且有技巧的溝通。
- (A) 123 (B) 124 (C) 134 (D) 以上皆是
42. 學校應以預防及輔導為原則，積極推動校園霸凌防制工作，下列哪一項敘述不符合「校園霸凌防制準則」之防制機制及措施？
- (A) 學校每學期應辦理校園霸凌防制及輔導知能相關之在職進修活動，強化校長、教職員工校園霸凌防制之知能、意識及處理能力
(B) 學校不得運用退休校長、退休教師及家長會人力，協助學校預防校園霸凌及其事件之協調處理
(C) 學校應利用各項教育及宣導活動，向校長及教職員工說明校園霸凌防制理念及事件調和、調查、處理程序，鼓勵校長及教職員工依法檢舉
(D) 學校應提升學生及家長校園霸凌防制之知能與意識，鼓勵學生及家長檢舉、協助及作為旁觀者適當介入
43. 依據我國《病人自主權利法》，民眾可透過簽署預立醫療決定 (Advance Decision) 來事先表達當面臨特定臨床條件時，是否要接受維持生命治療或人工營養。下列哪一種狀況不屬於該法明定可啟動預立醫療決定的五款特定臨床條件之一？
- (A) 處於不可逆轉之昏迷狀況 (B) 罹患嚴重失智症
(C) 永久植物人狀態 (D) 重度憂鬱有自殺傾向狀態
44. 代謝症候群是許多慢性病的危險前兆，應注意避免腹部肥胖，請問判定腹部肥胖的腰圍標準為何？
- (A) 男性 ≥ 90 公分、女性 ≥ 80 公分 (B) 男性 ≥ 85 公分、女性 ≥ 80 公分
(C) 男性 ≥ 90 公分、女性 ≥ 85 公分 (D) 男性 ≥ 95 公分、女性 ≥ 85 公分
45. 肺結核七分篩檢表中的計分法，何者錯誤？
- (A) 1分—咳嗽有痰 (B) 1分—胸痛 (C) 1分—沒有食慾 (D) 1分—體重減輕
46. 為打造健康台灣，衛生福利部自114年起擴大推動免費子宮頸癌、口腔癌、乳癌、大腸癌及肺癌五大癌症篩檢，下列哪一項敘述不符合該項政策？
- (A) 提供25歲以上婦女每2年1次子宮頸抹片檢查
(B) 針對30歲以上有嚼檳榔或吸菸習慣的民眾，每2年1次免費口腔黏膜檢查
(C) 提供40歲至74歲之婦女，每2年1次免費乳房X光攝影檢查
(D) 建議45歲至74歲民眾，每2年1次接受糞便潛血檢查
47. 第三代健康促進學校以永續實踐為精神，下列哪一項敘述不是第三代健康促進學校的核心特色？
- (A) 政府層級的政策與資源挹注 (B) 學校層級的全校成員投入
(C) 強化社會情緒環境以促進教職員工生的正向心理健康 (D) 邀請社區民間團體參與學校活動
48. 依據國際重要疫情，南非開普敦針對沿岸的南非海豹發布狂犬病警告。針對狂犬病，下列哪一項敘述不符合？
- (A) 狂犬病由狂犬病病毒引起的一種急性病毒性腦脊髓炎，一旦發病後，致死率幾乎達100%
(B) 在動物咬傷後，及時就醫，接受狂犬病暴露後預防接種，可以有效的降低發病的風險
(C) 我國將「狂犬病」列為第三類法定傳染病
(D) 狂犬病是全球性的疾病，全世界都有病例，主要發生於非洲、亞洲、拉丁美洲及中東等地區
49. 關於2026年「全民健康保險乳癌照護品質提升方案」，下列哪一項敘述不符合該方案之目標？
- (A) 全國新確診乳癌病人納入收案照護達40% (B) 確保資料完整收集，以建置全國性之乳癌照護基準數據
(C) 落實多專科團隊照護，提升醫療照護品質 (D) 優化乳癌病人整體存活率與預後，降低乳癌死亡率
50. 學生不慎被熱水大面積燙傷。校護評估傷口時，發現患部呈現紅腫、表面潮濕，且長出水泡、疼痛非常劇烈。此燒燙傷屬於哪一個分級？
- (A) 一度燒燙傷 (B) 淺二度燒燙傷 (C) 深二度燒燙傷 (D) 三度燒燙傷