

# 职业技能鉴定辅导

ZHIYE JINENG JIANDING FUDAO

湖北省职业技能鉴定指导中心 编



家政服务员

天津科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

职业技能鉴定辅导 / 湖北省职业技能鉴定指导中心  
编. — 天津 : 天津科学技术出版社, 2010.12  
ISBN 978-7-5308-6133-2

I. ①职… II. ①湖… III. ①职业技能鉴定—中国—  
自学参考资料 IV. ①F249.24

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第225133号

---

责任编辑：郑新

责任印制：兰毅

天津科学技术出版社出版

出版人：蔡颢

天津市西康路35号 邮编 300051

电话(022)23332399(编辑室) 23332393(发行部)

网址：[www.tjkjcs.com.cn](http://www.tjkjcs.com.cn)

新华书店经销

武汉美盈风谷印刷有限公司印刷

---

开本 787×1092 1/16 印张 7.75 字数 150000

2010年11月第1版第1次印刷

定价：20.00元

# 编 委 会

主 审：黄存友

主 编：李海宁

副主编：李 方 王梅花 刘爱文 陈晓爱

# 加强职业技能鉴定 促进技能人才成长

湖北省人力资源和社会保障厅厅长 邵汉生

当今世界，已进入经济全球化、科技信息化、知识网络化的新时代，国力竞争归根结底取决于人才的竞争。技能劳动者、尤其是高技能人才，成为经济社会可持续发展的重要动力。我国要在本世纪头 20 年全面建设小康社会，开创中国特色社会主义新局面，必须拥有一支规模宏大的掌握实用科技知识、具备娴熟操作能力的技能人才队伍；湖北要实现经济社会持续快速发展，成为促进中部地区崛起的重要战略支点，必须培养一大批结构合理、素质优良的技术技能型、复合技能型和知识技能型的高技能人才。因此，全面实施人才强国、人才强企战略，加强技能人才队伍建设，至关重要。

职业资格证书是评价劳动者技能水平的凭证，已成为市场就业的“通行证”。湖北省职业技能鉴定工作经过十多年的发展，工作体系基本建立，鉴定领域逐步拓展，鉴定规模日益扩大，自身实力不断增强，职业资格证书逐步得到社会认可，“一证在手，走遍神州”。随着党和国家对就业问题的高度重视，随着以就业为导向的职业教育的工作定位，职业技能鉴定工作日益重要，成为促进就业、实现体面劳动的有效举措。

加强职业技能鉴定工作，关键在于科学评价、严格考评。必须建立健全评价标准科学、评价方式优化、评价程序规范、评价机构健全的，政府主导、考评结合、社会公认、定期考评的，职业化、智能化、社会化的技能人才评价体系。要完善评价标准，坚持以创新精神为导向，以专业技能为重点，以贡献和实绩为基础，既统一标准，又因业制宜；既突出技能水平，又反映职业特色；

既体现创新能力，又注重综合能力。要优化考评方式，积极推进评价方式智能化、网络化，确保考评的及时性、公平性、规范性、科学性；考证队伍实行职业化、社会化，确保考评的独立性、严肃性、权威性、公正性。

为进一步推进职业技能鉴定工作，为鉴定对象提供优质服务，湖北省职业技能鉴定指导中心组织专家编写了《职业技能鉴定辅导》一书，供广大劳动者、职业技能鉴定工作者学习和参考。希望通过这套丛书帮助各行各业的劳动者有效提高自身技能水平，立足岗位成长，成为高技能人才；指导各领域的职业技能鉴定工作者掌握业务知识，提高工作能力，成为技能鉴定工作的行家里手。

此为序。祝愿湖北省职业技能鉴定事业创新发展，蒸蒸日上，为全省经济社会发展作出新的更大的贡献。

# 目 录

## 第一篇 家政服务员初级

国家职业技能鉴定知识点 .....	1
理论知识试题 .....	4
选择题 .....	4
判断题 .....	17
操作技能试卷 .....	25

## 第二篇 家政服务员中级

国家职业技能鉴定知识点 .....	36
理论知识试题 .....	39
选择题 .....	39
判断题 .....	52
操作技能试卷 .....	61

## 第三篇 家政服务员高级

国家职业技能鉴定知识点 .....	69
理论知识试题 .....	73
选择题 .....	73
判断题 .....	88
操作技能试卷 .....	95

## 第四篇 参考答案

家政服务员初级理论知识试题答案 .....	107
选择题 .....	107
判断题 .....	108
家政服务员中级理论知识试题答案 .....	109

选择题 .....	109
判断题 .....	109
家政服务员高级理论知识试题答案 .....	111
选择题 .....	111
判断题 .....	112

# 第一篇 家政服务员初级

## 国家职业技能鉴定知识点

[X]代表必须掌握 [Y]代表应该掌握 [Z]代表一般掌握

- 1 职业与职业道德
  - 1.1 家政服务员的职业道德
    - 1.1-1 [Y] 道德
    - 1.1-2 [X] 职业道德
    - 1.1-3 [X] 家政服务员的职业道德
  - 1.2 家政职业守则
    - 1.2-1 [X] 自尊自信, 自立自强
    - 1.2-2 [X] 遵纪守法, 讲文明, 讲礼貌, 维护社会公德
    - 1.2-3 [X] 守时守信, 尊老爱幼, 勤奋好学, 精益求精
    - 1.2-4 [X] 尊重用户, 热情、和蔼、忠诚、本分
- 2 法律常识
  - 2.1 公民的基本权利和义务
    - 2.1-1 [X] 公民的基本权利和义务
  - 2.2 劳动法常识
    - 2.2-1 [X] 劳动法常识
  - 2.3 妇女权益保障法常识
    - 2.3-1 [X] 妇女权益保障法常识
  - 2.4 未成年人保护法
    - 2.4-1 [X] 未成年人保护法
- 2.5 消费者权益保障法
  - 2.5-1 [X] 消费者权益保障法
- 3 家庭礼仪
  - 3.1 家政服务员个人卫生基本原则
    - 3.1-1 [X] 衣着整洁, 讲究卫生
    - 3.1-2 [X] 仪容大方, 举止文明
  - 3.2 迎送礼仪
    - 3.2-1 [X] 迎送礼仪
- 4 居室的保洁
  - 4.1 环境卫生常识
    - 4.1-1 [X] 环境卫生常识
  - 4.2 居室保洁要求
    - 4.2-1 [Y] 地毯的清洁
    - 4.2-2 [X] 地板的清洁
    - 4.2-3 [Y] 墙壁的清洁
    - 4.2-4 [X] 家居的清洁
    - 4.2-5 [X] 家具的清洁
    - 4.2-6 [X] 炊具的清洁
    - 4.2-7 [X] 灶具的清洁
    - 4.2-8 [X] 卫生洁具的清洁
- 5 采买与记账
  - 5.1 烹饪原料品质识别的依据和标准
    - 5.1-1 [X] 烹饪原料的食用价值

- 5.1-2 [Z] 烹饪原料的成熟度
- 5.1-3 [Y] 烹饪原料的洁净度
- 5.1-4 [X] 烹饪原料的新鲜度
- 5.1-5 [X] 烹饪原料的清洁卫生
- 5.2 烹饪原料的采购技巧
  - 5.2-1 [X] 畜肉及其制品的采购
  - 5.2-2 [X] 家禽的采购
  - 5.2-3 [X] 水产品的采购
- 6 家常菜肴的加工与烹制
  - 6.1 家常菜肴的加工常识
    - 6.1-1 [X] 新鲜蔬菜的初加工
    - 6.1-2 [X] 如何防止食品变质污染
- 7 家常菜肴的烹制
  - 7.1 刀法和配菜常识
    - 7.1-1 [Y] 一般刀工种类及其作用
    - 7.1-2 [X] 配菜的作用
  - 7.2 一般菜肴的烹饪常识
    - 7.2-1 [X] 火力与火候
  - 7.3 调味的基本常识
    - 7.3-1 [X] 调味的原则
    - 7.3-2 [Z] 各种调味品的性能及其作用
    - 7.3-3 [X] 常用调味技术
    - 7.3-4 [X] 调味的基本常识
- 8 服装洗涤、摆放常识
  - 8.1 纺织纤维的分类、性能及鉴别方法
    - 8.1-1 [Y] 纺织纤维的分类
    - 8.1-2 [Z] 各类纺织纤维的性能
    - 8.1-3 [X] 各类纺织品的鉴别方法
  - 8.2 纺织品的洗涤
    - 8.2-1 [X] 棉、麻纺织品的洗涤
    - 8.2-2 [Y] 丝、毛纺织品的洗涤
- 8.2-3 [Z] 化纤织品的洗涤
- 8.2-4 [X] 常用洗涤剂的性能和用途
- 8.3 常用国际洗烫标志
  - 8.3-1 [X] 常用国际洗烫标志
- 9 照料老年人
  - 9.1 老人基本特点
    - 9.1-1 [X] 老人基本特点
  - 9.2 老人饮食料理
    - 9.2-1 [X] 老人饮食料理
- 10 孕、产妇的饮食与护理
  - 10.1 孕妇的饮食与起居护理
    - 10.1-1 [X] 孕妇的饮食与起居护理
  - 10.2 产妇的饮食与起居护理
    - 10.2-1 [X] 产妇的饮食与起居护理
- 11 照料婴幼儿
  - 11.1 婴幼儿的喂养
    - 11.1-1 [Y] 母乳喂养
    - 11.1-2 [Z] 人工喂养
    - 11.1-3 [X] 婴幼儿辅食添加的方法
    - 11.1-4 [X] 婴幼儿辅食的制作
    - 11.1-5 [X] 喂奶与辅助进食、进水
  - 11.2 婴幼儿起居 护理
    - 11.2-1 [X] 照料婴幼儿穿脱衣服
    - 11.2-2 [X] 照料婴幼儿大小便
    - 11.2-3 [X] 照料婴幼儿睡眠
    - 11.2-4 [X] 正确抱、领婴幼儿
- 12 病人护理常识
  - 12.1 病人起居护理
    - 12.1-1 [X] 晨、晚间生活卫生护理
    - 12.1-2 [X] 褥疮的预防

- 12.1-3 [Z] 医院就诊常识
- 12.2 病人饮食护理
  - 12.2-1 [Z] 病人饮食制作原则
  - 12.2-2 [Y] 流质饮食制作
  - 12.2-3 [X] 饮食护理方法和注意事项
  - 12.2-4 [X] 中草药的煎熬方法
- 13 家用电器的正确使用及安全用电
  - 13.1 电饭锅使用常识
    - 13.1-1 [X] 电饭锅使用常识
  - 13.2 微波炉使用常识
    - 13.2-1 [X] 微波炉使用常识
  - 13.3 吸尘器使用常识
    - 13.3-1 [X] 吸尘器使用常识
  - 13.4 电熨斗使用常识
    - 13.4-1 [X] 电熨斗使用常识
  - 13.5 电冰箱使用常识
    - 13.5-1 [X] 电冰箱使用常识
  - 13.6 洗衣机使用常识
    - 13.6-1 [X] 洗衣机使用常识
  - 13.7 燃气热水器使用常识
    - 13.7-1 [X] 燃气热水器使用常识
  - 13.8 电热水器使用常识
    - 13.8-1 [X] 电热水器使用常识
- 14 安全防范常识
  - 14.1 放火、防盗及防意外
    - 14.1-1 [X] 放火、防盗及防意外
  - 14.2 个人安全及自我保护常识
    - 14.2-1 [X] 个人安全及自我保护常识
  - 14.3 呼救常识
    - 14.3-1 [X] 呼救常识

## 理论知识试题

### 一、选择题

1. 产妇应早期下床活动预防便秘，同时要注意( )。  
A. 多吃蔬菜与水果  
B. 多喝汤水  
C. 适量服泻药  
D. 用开塞露通便
2. 婴幼儿的大便次数和气味、形状因( )不同而有差别。  
A. 食物  
B. 奶量  
C. 喂养方法  
D. 进食次数
3. 家中遇到撬窃时，家政服务员首先应报案，( )和配合公安机关侦破案件。  
A. 打扫现场  
B. 保护现场  
C. 离开现场  
D. 整理现场
4. 家政服务员人格尊严受到( )的保护。  
A. 行政规定  
B. 家政公司  
C. 家人  
D. 法律
5. 洗衣机在洗涤时要根据( )来确定洗涤的时间。  
A. 被洗衣物的重量  
B. 被洗衣物的脏污程度  
C. 被洗衣物的质地  
D. 被洗衣物的颜色深浅
6. 一切优质烹饪原料都表现为纯净、( )和无异物。  
A. 颜色好  
B. 无杂质  
C. 形态佳  
D. 无异味
7. 产妇的饮食要清淡、易消化和高营养，总之要( )。  
A. 高蛋白、高脂肪  
B. 多蔬菜、多水果  
C. 多汤、多牛奶  
D. 荤素搭配，多样化
8. 化学纤维服装洗涤浸泡时间为一般为( )。  
A. 15 分钟  
B. 30 分钟  
C. 45 分钟  
D. 60 分钟
9. 洗衣机在洗涤时要根据( )来确定水位的高低。  
A. 被洗衣物的颜色深浅  
B. 被洗衣物的质地  
C. 被洗衣物的重量和数量  
D. 被洗衣物的脏污程度
10. 雇主遗失东西检查女家政服务员的衣兜等，侵犯了妇女的( )。  
A. 财产权益  
B. 政治权利  
C. 人身权利  
D. 劳动权益
11. 家政服务员洗涤血渍、奶渍的衣物一般选用( )。  
A. 高泡洗衣粉  
B. 低泡洗衣粉  
C. 加酶洗衣粉  
D. 中泡洗衣粉
12. 劳动法是调整劳动关系以及与劳动关系密切联系的其他社会关系的( )。  
A. 根本法  
B. 单行法  
C. 基本法  
D. 民法
13. 为适应孕妇的生理需要，其衣着应宽松舒适，应穿适宜的鞋子是( )。  
A. 厚底鞋  
B. 薄底鞋  
C. 坡跟船鞋  
D. 系鞋带鞋

14. 电热水器在使用时应( )。
- A. 先接电源, 后通水  
B. 先通水, 后通电  
C. 水和电源须同时接通  
D. 水和电源谁先接通都可以
15. 新鲜蔬菜的初加工原则是合理取舍, ( )要求, 减少营养素的损失。
- A. 符合烹调  
B. 符合卫生  
C. 符合切配  
D. 符合食者
16. 为了减少电冰箱压缩机的运转时间, 在使用时要注意( )。
- A. 热的食品要冷却后再放入冰箱  
B. 定期清洁冰箱内部  
C. 食品要用保鲜袋密封  
D. 生、熟食品要分开放置
17. 家政服务员应自尊自爱, 与人接触中应( ), 说话得体。
- A. 作风稳重  
B. 含而不露  
C. 善于表达  
D. 热情招呼
18. 油漆多彩喷塑墙壁和油漆墙壁一样比较容易清扫, 平时可用拧干的( )擦洗。
- A. 清洁剂  
B. 湿毛巾  
C. 硬刷子  
D. 钢丝绒
19. 圆圈加叉的图案表示( )。
- A. 可以干洗  
B. 不可以干洗  
C. 不可以水洗  
D. 不可以烫
20. 我国老年人通常多见的心血管疾病之一是( )。
- A. 肺气肿  
B. 心动过速  
C. 高血压  
D. 心律不齐
21. 家政服务员擦拭木质家具时不能使用( )。
- A. 干净抹布擦拭家具  
B. 鸡毛圆帚擦拭家具  
C. 百洁布擦拭家具  
D. 吸水棉布擦拭家具
22. 为婴儿调配奶粉时, ( )是需要特别注意的一项内容。
- A. 加糖  
B. 加钙  
C. 无杂质  
D. 无奶粉块
23. 配菜是菜肴烹调前的一道重要( ), 对菜肴的色、香、味和形以及成本都有直接的影响。
- A. 方法  
B. 过程  
C. 工序  
D. 阶段
24. 产妇产后初期的饮食应( )为宜。
- A. 多量少餐  
B. 少量多餐  
C. 一日三餐  
D. 多饮多食
25. 女性“四自”精神的核心是( )。
- A. 自尊  
B. 自信  
C. 自立  
D. 自强
26. 家政服务员遵纪守法是( )规定的基本义务。
- A. 雇主  
B. 宪法  
C. 家政公司  
D. 公安部门
27. 吸尘器在使用时不能用来吸( )。
- A. 水  
B. 纸屑  
C. 灰尘  
D. 细小垃圾
28. 微波炉内盛放食品的器皿可以是( )。
- A. 塑料碗  
B. 一次性塑料碗  
C. 瓷碗  
D. 搪瓷盆
29. 我们国家有关部门规定( )年龄段为老年期。
- A. 55~79岁  
B. 60~89岁  
C. 65~90岁  
D. 70~90岁

30. 不同的烹饪原料进行烹调时必须用不同的( )。
- A. 方法                      B. 火力                      C. 火候                      D. 油温
31. 吸尘器在使用时不能用来吸( )。
- A. 纸屑                      B. 污泥                      C. 灰尘                      D. 细小垃圾
32. 味精的主要作用是提鲜, 适量食用味精还有( )作用。
- A. 健胃                      B. 健骨                      C. 健脑                      D. 解腥
33. 电饭锅不能用来煮( )。
- A. 饭                      B. 粥                      C. 汤                      D. 酸碱食品
34. 电热水器电源线上插头为三极, 但插座为二极可采用( )方法解决。
- A. 把三极插头多余一极拆去                      B. 通过接线板转接  
C. 把二极插座调成三极插座                      D. 补接地线, 再把二极插座换成三极
35. 保障劳动者的( )是劳动法的首要原则。
- A. 劳动权                      B. 劳动条件                      C. 民主管理                      D. 民主和自由
36. 为了防止电熨斗漏电伤人, 要求( )。
- A. 有可靠接地线                      B. 装开关  
C. 熔断丝放小                      D. 不要和其他大功率家用电器同时使用
37. 人防指通过人的能动作用, 在掌握入室盗窃、抢劫等犯罪活动规律的基础上所采取的各种( )。
- A. 隔离措施                      B. 监护措施                      C. 防范措施                      D. 防守措施
38. 体弱多病的老年人除生理上的自然变化外, 在心理上还会产生焦虑和( )感。
- A. 返童心理                      B. 失落感                      C. 记忆力减退                      D. 抑郁
39. 棉纤维的性能是( )。
- A. 耐酸                      B. 耐碱                      C. 不易着火                      D. 有韧性
40. 孕妇除需要维持自身营养外, 还需供给胎儿营养, 因此膳食应注意( )。
- A. 营养全面、均衡合理                      B. 多种高蛋白  
C. 多种蔬菜                      D. 多种水果
41. 烹饪原料质地老或形状大的, 火力应适当控制( )些。
- A. 大                      B. 小                      C. 高                      D. 少
42. 食物原料在烹调加热过程中所运用的( )强弱, 以及用火时间的长短称火候。
- A. 油温                      B. 水温                      C. 火力                      D. 蒸汽
43. 清洁电饭锅内锅时, ( )说法是正确的。
- A. 内锅黏结可用热水浸泡                      B. 内锅黏结可用铲刀刮去  
C. 内锅黏结可用不锈钢饭勺刮清                      D. 内锅黏结可用钢丝绒擦洗
44. 家政服务员给婴儿穿衣时一般应将他( )。
- A. 抱着                      B. 放在合适的位置                      C. 站着                      D. 坐着
45. 电熨斗使用时下列( )说法不正确。

- A. 严禁在无人照管情况下接通电源  
 B. 电熨斗接通电源后，禁止离开去做其他事情  
 C. 使用电熨斗时不能放在不耐热的物体上  
 D. 使用完毕放在水中冷却后收好
46. 洗衣机在洗涤时要根据( )来确定洗涤的方式。  
 A. 被洗衣物的重量  
 B. 被洗衣物的件数  
 C. 被洗衣物的颜色深浅  
 D. 被洗衣物的脏污程度
47. 家政服务员遇高血压老人突然昏倒，应马上( )。  
 A. 上医院急诊  
 B. 上医院门诊  
 C. 拨打“120”求助急救中心  
 D. 请医生上门
48. 照料老年人晨间生活时，首先应协助老年人( )。  
 A. 洗脸  
 B. 漱口  
 C. 梳头  
 D. 排便
49. 家政服务员在给孩子穿脱衣服时遇孩子哭闹不应( )。  
 A. 停止穿衣  
 B. 逗孩子笑  
 C. 边逗孩子笑边穿衣  
 D. 拿玩具吸引孩子注意力
50. 半自动燃气热水器在使用时应( )。  
 A. 先点火，后打开水源  
 B. 先打开水源，后点火  
 C. 打开水源和点火同时进行  
 D. 打开水源和点火谁先进行都可以
51. 如果炊具沾有油腻，清洁时一般可用( )清洁。  
 A. 洗菜水洗净  
 B. 废纸擦  
 C. 清水  
 D. 洗涤剂
52. 新鲜蔬菜的初加工原则是( )，符合卫生要求减少，营养素的损失。  
 A. 随意取舍  
 B. 先切后洗  
 C. 合理取舍
53. 根据刀刃与菜墩或烹饪原料接触的角度，刀法可分为( )、平刀法、斜刀法和刮刀法四类。  
 A. 斩刀法  
 B. 直刀法  
 C. 劈刀法  
 D. 切刀法
54. 发生危急病人要急救应立即拨打( )。  
 A. 121  
 B. 119  
 C. 120  
 D. 110
55. 微波炉内盛放食品的器皿可以是( )。  
 A. 不锈钢碗  
 B. 一次性发泡塑料碗  
 C. 搪瓷盆  
 D. 耐热玻璃器皿
56. 烹制不同菜肴需选购不同的原料，一般烧走油肉、粉蒸肉宜选用( )。  
 A. 猪蹄  
 B. 夹心肉  
 C. 肋条肉  
 D. 腿肉
57. 自尊，就是尊重自己的( )，维护自己的尊严，不自轻自贱。  
 A. 人格  
 B. 国格  
 C. 价格  
 D. 规格
58. 孕妇的新陈代谢旺盛，易出汗，应经常更换衣服和经常( )。  
 A. 淋浴  
 B. 盆浴  
 C. 坐浴  
 D. 桑拿浴

59. 吸尘器在使用时不能用来吸( )。
- A. 灰尘                      B. 金属针                      C. 细小垃圾                      D. 纸屑
60. 新鲜蔬菜先洗后切, 可防止和减少( )的损失。
- A. 维生素                      B. 纤维素                      C. 叶绿素                      D. 叶黄素
61. 家政服务员在烹饪时, 醋、麻油、味精一般应在菜肴即将( )时放。
- A. 下锅                      B. 出锅                      C. 翻炒                      D. 加料
62. 电热水器在使用时为了安全( )。
- A. 要有熔断器作漏电保护                      B. 要装可靠接地线  
C. 要装漏电保护器                      D. 要装可靠接地线, 还要有漏电保护器
63. 调味的关键是控制好调味品投放量, 以及把握准调味的( )。
- A. 技术                      B. 时机                      C. 数量                      D. 火候
64. 老年人吃的食物要求烂、软和碎是因为老年人的( )原因。
- A. 胃痛                      B. 胃下垂                      C. 消化吸收功能                      D. 口腔发炎
65. 为使烹饪原料便于烹调, 又便于食用, 一般要加工成各种( )。
- A. 形状                      B. 条状                      C. 丁状                      D. 粒状
66. 国家在迎接外国元首或政府首脑而举行的隆重仪式, 称为( )。
- A. 礼貌                      B. 礼节                      C. 礼仪                      D. 仪式
67. 原料的成熟度与( )和饲养时间、上市的季节有着密切关系。
- A. 种植                      B. 培育                      C. 移植                      D. 种子
68. 妇女自信, 必须以实力为基础, 它包括( ), 文化知识和健康体质。
- A. 独立意识                      B. 奋发进取                      C. 技能素质                      D. 坚定信念
69. 原料经过不同的( )加工处理后就成为既便于烹调, 又便于食用的各种形状。
- A. 切配                      B. 初步                      C. 刀法                      D. 精细
70. 母乳中含有( ), 能增强婴儿的抵抗力。
- A. 免疫物质                      B. 适量蛋白质                      C. 适宜的温度                      D. 适宜的糖
71. 婴儿衣服上有鸡蛋渍, 洗涤时先将衣服放在冷水中浸泡( )左右。
- A. 30 分钟                      B. 1 小时                      C. 15 分钟                      D. 1.5 小时
72. 涤棉织品鉴别主要看其是否( )。
- A. 手感平滑柔软光洁                      B. 挺爽光洁、平整  
C. 手感粗糙而不柔和                      D. 折皱恢复慢
73. 一般婴儿( )左右就可培养定时排便的习惯。
- A. 2~3 个月                      B. 6 个月                      C. 9 个月                      D. 12 个月
74. 老年人的皮肤失去弹性、变薄和易受损伤, 因此穿的衣服要求做到( )。
- A. 干净                      B. 整洁                      C. 合身                      D. 宽大柔软
75. 对卧床不起的老人, 漱洗时应在( )垫好毛巾, 以免弄湿被褥。
- A. 颌下                      B. 肩部                      C. 胸前                      D. 颈下



92. 为了减少电冰箱压缩机的运转时间，在使用时要注意( )。
- A. 生、熟食品必须分开放置                      B. 根据不同季节合理地调节温控旋钮  
C. 食品要用保鲜袋，保鲜膜密封                D. 定期清洁冰箱内部
93. 燃气热水器在使用中应( )。
- A. 避免长时期大火工作                            B. 长时期工作采用小火  
C. 避免大火工作                                    D. 连续中火工作
94. 中油温一般温度在( )左右，用以滑油。
- A. 100℃以下                                        B. 170~200℃  
C. 160~170℃                                       D. 100~150℃
95. 所有社会成员在公共生活领域中所应遵循的道德原则和行为规范称( )。
- A. 社会道德            B. 社会公德            C. 公共道德            D. 职业公德
96. 土豆、生姜劈片的刀法一般采用( )。
- A. 斜刀劈              B. 滚料劈              C. 锯刀劈              D. 推刀劈
97. 原料的品质与品种( )等有着密切的关系。
- A. 数量                  B. 产地                  C. 运输                  D. 价格
98. 家政服务员要保持个人卫生，每周应洗头( )。
- A. 2~3次                B. 1~2次                C. 3~4次                D. 4~5次
99. 家政服务员在工作中应( )，认真负责地把雇主所托付的事情做好。
- A. 听从指挥            B. 当家作主            C. 默默无闻            D. 勤奋踏实
100. 家政服务员应守时守信，尽心尽责、( )地干好各项工作。
- A. 自然顺序            B. 紧张有序            C. 有条不紊            D. 从容不迫
101. 在烹饪中不可缺少，被称为百味之首的调料是( )。
- A. 盐                    B. 糖                    C. 酒                    D. 味精
102. 1~3岁婴幼儿每天应睡( )小时。
- A. 10                    B. 12                    C. 14                    D. 16
103. 原料的成熟度说明原料处在( )。
- A. 培育时期            B. 生长时期            C. 最佳时期            D. 养护时期
104. 婴儿喂养方法关系到婴儿的生长发育，最理想的是( )。
- A. 鲜牛奶喂            B. 母乳喂养            C. 奶粉喂养            D. 羊奶喂养
105. 调味就是通过各种( )的组合运用来影响原料，使菜肴具有多种口味和风味特色。
- A. 半成品              B. 辅助品              C. 调味品              D. 鲜味品
106. 影响人们味觉的因素，一般有( )、浓度、生理条件及个人嗜好等。
- A. 湿度                B. 温度                C. 量度                D. 深度
107. 家政服务员在家务工作中着装应注意( )和谐美观。
- A. 整洁大方            B. 时尚休闲            C. 紧身方便            D. 时髦超前
108. 菜的好坏关键是各种原料的搭配，特别是( )的搭配。