



香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組 – 技能

家務技能章

- 一、 下列各項家務需連續做七天或四個週末，在評核時帶同一份由家長簽署之證明及個人筆記：
 1. 佈置餐桌以準備用膳及收拾桌子與洗滌碗碟。
 2. 整理床鋪，並晒晾寢具及保持房間整潔。
 3. 從事房間的清潔工作。
 4. 為家人烹煮一頓簡單膳食，包括兩菜一湯。
 5. 清潔洗手間。
 6. 於該七天或四個週末內至少更換一次床單。
- 二、 與評核員討論下列各項：
 1. 食物的正確貯藏法（包括新鮮、冷藏、罐頭及乾製食物）。
 2. 為家人計劃一天的膳食，表示你具有基本食物營養價值的知識。
 3. 預備一份購物清單，列明主要食物的價錢。
 4. 說明家居意外的種類及預防措施。
 5. 處理廚房廢物的正確方法，及如何進行垃圾分類。
 6. 如何選擇適合的清潔劑及其正確使用的方法。
- 三、 評核時出示下列其中的一項製成品並以相片或短片記錄：
 1. 製造一個家庭用的裝飾品，如椅墊。
 2. 縫製或縫補一塊家裡用的床單、檯布等。

備註

委任領袖可為其隊伍的女童軍評核。

香港青年獎勵計劃

考獲此章可獲簽核香港青年獎勵計劃銅 / 漸進銀 / 直接銀(副項) 章級技能科。