

衛生福利部國民健康署

108 年度「高中、高職、五專學生健康行為  
調查報告」

指導單位：衛生福利部、教育部

主辦單位：衛生福利部國民健康署

協辦單位：各縣市教育局（處）、衛生局

# 目錄

摘要.....	3
壹、前言.....	6
貳、材料與方法.....	8
一、規劃與執行單位.....	8
二、調查對象與抽樣設計.....	8
三、調查內容與問卷設計.....	8
四、調查工作執行.....	10
五、調查期間與調查標準時間.....	11
六、資料建檔與分析.....	11
參、結果.....	12
肆、結論與建議.....	17
伍、參考文獻.....	19
陸、初步分析結果統計表.....	20

# 表目錄

表 1-1：學生人數與預定抽出樣本學生人數—按層別區分 .....	20
表 1-2：學生健康行為調查完訪率 .....	20
表 1-3：加權前後之樣本與母群體學生性別、年級分布結果比較 .....	21
表 2：體重及體型分布 .....	22
表 3：飲食情形分布 .....	23
表 4：日常及身體活動分布 .....	25
表 5：衛生及生活習慣分布 .....	27
表 6：個人安全分布 .....	28
表 7：在校情形分布 .....	30
表 8：心理健康分布 .....	31
表 9：危害健康行為分布 .....	32
表 10：兩性交往與性行為相關問題分布 .....	34
表 11：對人類乳突病毒疫苗認知 .....	35
表 12：家庭支持狀況分布 .....	36

## 摘要

**目的：**為瞭解青少年健康行為現況及變化趨勢，提供研擬青少年健康促進政策所需實證資料，衛生福利部國民健康署自民國 95 年起辦理青少年健康行為調查，並自 101 年起與美國疾病管制局合作，針對個人健康行為、疾病預防認知及相關因素進行資料蒐集，建置具全國代表性資料，以供相關單位規劃在學青少年健康促進計畫之參考，與評估健康政策及計畫成效之依據。

**方法：**採橫斷式調查設計，調查對象依逐年輪替而不同，前一年為國中學生，次一年則為高中、高職、五專（1-3 年級）學生（簡稱高中職學生）。108 年以在學之高中職學生為對象，採用抽出機率與單位大小成比例(probability proportional to size, PPS)之抽樣方法，抽出具全國代表性之 61 所高中職樣本學校，合計 5,982 名樣本學生。調查方式採學生無記名自填問卷方式辦理，問卷內容包含體重及體型、飲食情形、日常及身體活動、衛生及生活習慣、個人安全、在校情形、心理健康、危害健康行為、兩性交往與性行為及懷孕、避孕、HPV 疫苗及家庭支持狀況等議題。

**結果：**本次調查共計完訪 5,195 案，完訪率為 86.8%。結果摘要如下：

1. 在體重與體型、飲食情形與日常及身體活動方面，高中職學生過重和肥胖百分比超過四分之一（27.0%）。至少五成（54.7%）學生每天有吃水果，超過九成（90.6%）學生每天有吃蔬菜。僅超過一成（15.3%）學生過去一週每天進行身體活動達到至少 60 分鐘，且從事靜態活動時間過長，超過八成（80.7%）學生在平日，有一天超過 2 小時的靜態活動，其中，包括看電視、打電腦、打電動。

2. 在衛生及生活習慣方面，僅不到五分之一（17.5%）學生在每次吃東西前會洗手，雖然大部分學生（92.2%）每次上廁所後會洗手，但每次洗手都會使用肥皂的百分比僅占 9.1%，顯示高中職學生洗手之衛生習慣仍有待加強。
3. 在個人安全方面，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生乘坐汽車時，每次都有繫安全帶的百分比仍低於三成（29.0%）；高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（83.3%）；低於一成（7.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽。
4. 在心理健康及危害健康行為方面，本次調查發現，將近四分之一（24.1%）高中職學生過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺。超過二成（24.0%）學生曾經吸菸，過去 30 天內有吸菸者占 8.9%。超過七成（72.4%）學生曾經喝酒，過去 30 天內有喝酒者將近三成（28.6%）；通常取得酒的方式，以商店或攤位購買的占最多，超過四成（40.6%）。
5. 在性相關議題方面，超過七成（71.2%）的高中職學生曾經接觸色情媒體，第一次接觸的年齡以 14-15 歲為最多，占了二成多（22.1%），其次為 12-13 歲（19.4%）。
6. 在家庭支持狀況方面，過去 30 天內，學生父母（或主要照顧者）經常或總是關心學生的回家作業是否完成不到三成（26.1%），經常或總是了解學生的問題與憂慮近三成（28.1%），經常或總是確實知道受測學生在空閒時間從事的活動將近一半（49.0%）。

**結論與建議：**本年度調查結果顯示，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（83.3%），但只有不到一成（7.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽，故有

必要加強交通安全相關宣導，提升學生交通安全之意識。另，調查結果也顯示高中職生曾經吸菸比例超過二成(24.0%)、曾經喝酒比例超過七成(72.4%)，而過去30天內有吸菸者占8.9%、有喝酒者占28.6%，且取得酒的方式為自行購買占最多，超過四成(40.6%)，因應兒童及少年福利與權益保障法及菸害防制法等規定，未滿十八歲者禁止吸菸及飲酒，為保護青少年身心健康，除落實並嚴格查緝違規販賣菸品及酒類飲品給未滿十八歲青少年，更應由家庭及學校中著手，建立支持性環境及教導拒絕菸酒之生活技能，強化拒絕飲酒、無菸環境工作之推動，以促進青少年學生之健康，並降低青少年吸菸率、飲酒率。青少年健康行為調查旨在蒐集與建立計畫擬定與政策施行成效所需之健康指標現況與長期變化趨勢，可依施政參考需要持續辦理，以提供青少年衛生保健業務推動所需客觀資料，強化健康促進政策之數據基礎。

**關鍵詞：**青少年、健康行為

## 壹、前言

青少年時期的健康與發展關係國家社會未來的繁榮與進步，青少年時期所養成的行為模式與生活型態，對其未來的健康發展有莫大影響。在社會經濟快速成長、資訊快速傳播與多元、開放及價值觀轉變等因素影響下，我國青少年諸多健康危害行為，例如：缺乏運動、不當飲食導致肥胖、吸菸、嚼食檳榔、飲酒、吸食毒品，或因過早性行為引發少女懷孕墮胎等，值得各界加以關注。

為監測青少年健康行為，美國疾病管制局(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)自1990年起每兩年辦理一次青少年危害健康行為調查(Youth Risk Behavior Survey, YRBS)，並於2001年技術支援協助世界衛生組織(World Health Organization, WHO)發展全球青少年健康行為調查(Global School-based Student Health Survey, GSHS)工具，針對與主要死因、疾病、失能或重要社會問題有密切關聯的健康行為進行調查，蒐集青少年健康行為現況，以提供相關單位規劃在學青少年健康促進計畫參考。

我國自民國95年起辦理「臺灣青少年健康行為調查」(Taiwan Youth Health Survey, TYHS)，並自101年起與美國CDC合作，在該局技術協助下，進行我國「學生健康行為調查」，並自該年起採用「全球青少年健康行為調查」的核心題目，並保留「臺灣青少年健康行為調查」問卷重要調查項目，針對體重及體型、飲食情形、日常及身體活動、衛生及生活習慣、個人安全、在校情形、心理健康、危害健康行為、兩性交往與性行為及懷孕、避孕、HPV疫苗及家庭支持狀況等議題，蒐集臺灣青少年健康行為與健康狀況資料，並做為國際比較基礎。此外，鑒於菸品之使用已成為全球青少年健康危害之重要議題，惟限於問卷可承載篇幅，有關青少年吸菸行為及相關資料之蒐集，則另辦理

「青少年吸菸行為調查」，以完整蒐集青少年吸菸相關資料。

基於政策參考與計畫評價所需，以及監測調查資源之有效運用，本項調查採「國中」及「高中、高職、五專（1-3年級）」隔年輪替方式辦理，108年度係以高中、高職、五專（1-3年級）在學學生為調查對象。調查目的：

- 一、瞭解全國高中職學生各項健康危害行為盛行狀況。
- 二、瞭解全國不同背景特徵青少年健康行為之差異。
- 三、瞭解全國高中職學生不同健康危害行為之聚集(co-occurrence)。
- 四、建立全國高中職學生各項健康危害行為盛行率之監測資料，為國民健康署與相關單位後續監測與評價青少年健康促進工作及介入效益，提供比較基礎。



## 貳、材料與方法

### 一、規劃與執行單位

本調查之主辦機關為國民健康署（以下簡稱本署），由衛生福利部及教育部共同擔任指導單位，調查之規劃設計與執行由本署監測研究及健康教育組統籌，並透過行政管道，協調教育部國民及學前教育署、各縣市教育局（處）以及各樣本學校提供調查執行過程所需行政協助。本調查是以學生無記名自填問卷方式辦理，實際問卷之施測，主要由各地方政府衛生局負責，本署則在調查執行過程中提供學生問卷填答施測人員訓練與其它必要協助。

### 二、調查對象與抽樣設計

(一)調查對象：以 107 學年度全國高中職在學學生為推論母群體，因相關統計資料之可取得性，爰依據教育部所提供的 106 學年度教育統計資料研擬抽樣清冊，按該項教育統計資料，106 學年度全國高中職學校計有 746 所，學生數共有 784,932 人（表 1-1）。

(二)抽樣設計：採用分層二階段集群抽樣設計，將全國所有高中職依學校所在鄉鎮市區之人口密度分為四層後，各層採抽出機率與單位大小成比例(probability proportional to size, PPS)之抽樣方法，先抽出樣本學校，再由樣本學校抽出樣本班級，中選樣本班級之全體學生均為調查對象。本年度調查原預估抽出樣本學生數計 6,100 人，實際在籍之樣本學生計 5,982 名。

### 三、調查內容與問卷設計

本調查以自填問卷為調查工具，其問卷內容是參考國內外相關調查，包括美國 CDC 之青少年危害健康行為調查、世界衛生組織主辦之全球青少年健康行為調查計畫、國家衛生研究院辦理之兒童及青少年健康行為長期追蹤調查，以及本署前身機關家庭計畫研究所於民國

84、89 年所辦理之青少年性知識、態度行為調查等問卷，並參酌衛生福利部各司署及本署各業務單位之需求，納入健康指標需求項目以及專家意見加以設計。

自 101 年起，與美國 CDC 合作，在該局技術協助下，採用 GSHS 問卷核心題目(core modules)，整合「臺灣青少年健康行為調查」問卷，針對體重及體型、飲食情形、日常及身體活動、衛生及生活習慣、個人安全、在校情形、心理健康、危害健康行為、兩性交往與性行為及懷孕、避孕、HPV 疫苗及家庭支持狀況等我國青少年重要健康議題(country specific questions)，完成問卷初稿。問卷所納題目皆與業務單位就其政策推動所需之內容多次研議，中文化問卷效度並經雙向翻譯驗證(back-translation)、2 所學校前驅測試修正問卷內容，並與美國疾病管制局共同討論確認後定稿。

「108 年高中、高職、五專學生健康行為調查」問卷，採用 9 項 GSHS 之核心題組（人口學資料、飲食行為、衛生、心理健康、身體活動、霸凌、性行為、酒精使用及保護因子），共計 75 題。問卷調查內容包括：

- (一) 學生基本資料：年齡、性別、年級。
- (二) 體重及體型：身高、體重、自覺身體與身型滿意度及減重行為。
- (三) 飲食情形：吃早餐、蔬果、奶類及製品、高油脂食物、喝含糖飲料等。
- (四) 日常及身體活動：玩電腦或打電動、看電視、運動情形。
- (五) 衛生及生活習慣：洗手、刷牙、睡眠及熬夜習慣。
- (六) 個人安全：交通安全、事故傷害。
- (七) 在校情形：同學相處情形、翹課、霸凌。
- (八) 心理健康：孤獨/寂寞、失眠、傷心絕望、自殺。

- (九) 危害健康行為：菸品、飲酒行為。
- (十) 兩性交往與性行為及懷孕、避孕相關問題：色情媒體接觸、性行為、懷孕、避孕及人工流產。
- (十一) HPV 疫苗：疫苗認知及接種情形。
- (十二) 家庭支持狀況：親子關係。

#### 四、調查工作執行

本調查資料蒐集方式採用無記名自填問卷，為避免因施測時間不同，而使受測樣本學生有機會相互討論問卷內容，因而影響調查結果的準確性，同一「樣本學校」所有「樣本班級」，以在同一時間內施測為原則，爰由本署於北、中、南、東及離島各區，施予地方政府衛生局學生問卷施測人員 1 天的標準化操作訓練，由各地方政府衛生局各指派 6 至 8 名工作人員接受訓練，再由受過訓練之各施測人員與樣本學校協調施測日期與時間，並依協調結果至各樣本學校班級進行學生問卷施測工作，若遇衛生局人力調度困難時，則由本署派員支援。

施測流程包含於施測前 1-3 天由樣本學校負責本項工作連絡人，轉交「致家長信函」請樣本班級導師代為發放，並提供「調查計畫 Q & A」協助導師了解本項調查。另，為使受測學生放心及願意據實填寫問卷，問卷施測時一律請學校教師或校方人員暫時離開受測學生之班級現場。負責問卷施測之衛生局人員或本署工作人員，須按規定給予受測學生一段標準化填答說明，內容包括本調查目的、機率樣本之代表性、問卷填答方式，並強調本調查問卷不須具名，所提供資料僅供統計分析使用，個別資料絕不對外洩漏等，以促使受測學生詳實填答。為避免因受測學生有無危害健康行為而造成填答時間不一，以致可能猜測出那些學生可能有較多之健康危害行為，問卷內容刻意避免跳答設計，所有學生均依答題意願逐題塗記，以控制所有學生之填答

時間相當。另為避免受測學生擔心字跡遭辨識而不願詳實填答，在問卷設計係採用選擇題，避免文字書寫，且所有問卷均使用本署所提供之 HB 鉛筆及答案卡，以塗黑方式將答案塗記在電腦答案卡上之選項欄。

此外，施測人員需預先說明並實際於受測學生面前，將回收之問卷與答案卡當場打散，以避免受測學生擔心可由回收之問卷與答案卡順序及座位順序反推出填答學生身分，而不願據實填答。所有問卷只限使用一次，以避免前一批使用者於問卷塗鴉做任何記號，而影響下一位使用者之填答。以上各項作為與流程之設計，在強化問卷資料之保密性，提高受測學生據實填答意願，而直接以答案卡塗記之方式，亦能直接掃描建檔，提升資料處理效率。

## **五、調查期間與調查標準時間**

配合 107 學年度第二學期起迄時間，於 108 年 3 月至 6 月間辦理調查工作，調查之標準時間以各樣本學校之學生問卷實際填答時間為準，不另行設定。每班調查時間約需 40 分鐘。

## **六、資料建檔與分析**

各地方政府衛生局完成樣本學生施測後，須將學生填妥之電腦答案卡，按樣本班級與樣本學校分裝後寄回本署，由工作人員逐一核對學校與班級代號，並清點學生塗記之電腦答案卡數量，後續於 108 年 9 月寄送美國 CDC 之 GSHS 團隊進行答案卡讀卡、掃描與轉檔作業。資料建檔後，亦由美國團隊再進行檢誤清理、依抽樣設計進行事後分層權數設定，並以 SUDAAN 軟體初步估算信賴區間及測試分析。美國 CDC 團隊人員將資料檔案寄送本署，本署再針對資料進行檢誤清理與更正，並將資料進行相互檢核，完成可供分析資料及資料使用說明文件建置，再依據本署施政參考需要針對各項議題進行統計分析。

## 參、結果

本項調查報告旨在描述各項健康行為之盛行狀況，分層比較性別之健康行為盛行率差異，至於不同健康危害行為群集現象之分析結果，將另以專題分析報告方式對外發布。

以下分節敘述本調查初步分析結果：

### 一、完訪樣本與資料加權結果

本調查以 108 年度在學之高中職學生為對象，採用無記名自填問卷方式進行資料收集，應訪樣本案數計 5,982 案，共計 5,195 位學生完成自填問卷填答，完訪率為 86.8%（表 1-2）。

完訪樣本經加權後，性別比例以男性居多，占 51.8%，女性則占 48.2%，以年級區分，一、二、三年級分別占 31.9%、34.1%及 34.0%，以完訪樣本性別及年級分布與其母群體進行卡方適合度檢定，卡方檢定 p 值分別為 0.8301 及 0.4723，顯示加權後之完訪樣本性別與年級別分布與母群體已無顯著差異（表 1-3）。

### 二、體重及體型分布(表 2)

整體而言，有六成多(61.5%)高中職在學學生身體質量指數(BMI)為正常，約 12.6%學生體重過重及 14.4%肥胖，男生過重、肥胖的比例分別為 12.8%、17.8%，均高於女生的 12.5%、10.8%。

學生自覺體重之分布，以適中、剛剛好為最多，占三成八(38.1%)，其次為有點重，占三成二(32.9%)；而超過四成(40.6%)男生自覺體重適中、剛剛好，女生以有點重占多數，約四成多(40.8%)。學生控制體重情形，以減重為最多，占 35.1%，其次為沒有嘗試控制體重，占 32.6%；男生以沒有嘗試控制體重最多，占 39.2%，女生以減重為最多，占 47.1%。學生對於自己的身材或體型滿意程度，以不太滿意為最多，占 42.0%，其次為還算滿意，占 30.8%，男生及女生皆以不

太滿意自己的身材或體型為最多，各占 35.1%及 49.6%。

### 三、健康相關行為分布

#### (一) 飲食習慣分布(表 3)

學生過去 30 天內，經常或總是因家中無足夠的食物而挨餓的百分比占 1.0%；大多數的學生（81.8%）經常或總是每天吃早餐；每天吃至少 1 次水果的百分比超過五成（54.7%）、過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果的百分比超過二成（21.6%）；超過九成（90.6%）的學生，過去 30 天內，每天吃至少 1 次蔬菜、過去 7 天內，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜的百分比占 19.0%。

學生過去 30 天內，每天至少喝 1 次碳酸飲料的百分比有一成（10.0%），超過四成（42.8%）每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料，約四成（40.6%）的學生每天喝至少 1 次牛奶或食用乳製品，每天吃至少 1 次高油脂食物的百分比占 19.6%。過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費的百分比超過四成（44.6%）。

#### (二) 日常及身體活動分布(表 4)

超過一成（15.3%）的學生在過去 7 天內，每天進行身體活動至少 60 分鐘，男生高於女生，分別為 20.9%及 9.4%。超過三成（36.6%）的學生在過去 7 天內，至少有 5 天步行或騎腳踏車去上學或返家。學生走路或騎腳踏車上學或返家時，單程花多少時間，除沒有走路或騎腳踏車外，以 11~30 分鐘為最多占 24.3%，其次為 5~10 分鐘占 19.2%。五成多學生（63.0%）在這學年期間，每週有 2 天上體育課，其次為 1 天占 24.6%。

大多數學生（80.7%）在平日，有一天超過 2 小時坐式活動（包含看電視、打電腦、打電動等），其中女生（85.8%）較男生（76.0%）高。在平時上學的日子裡，一天花 2 小時打電動，或非為學校作業而

使用電腦者超過七成（70.2%）。

### （三）衛生及生活習慣分布(表 5)

大部分的學生（96.6%）在過去 30 天內，每天潔牙或刷牙至少一次；超過六分之一的學生（17.5%）每次吃東西前會洗手；大部分的學生（92.2%）每次上廁所後會洗手；每次洗手都會使用肥皂的百分比占 9.1%。學生在平時上學的日子裡，平均一天有睡至少 7 小時者約近四成（38.1%），男生約四成多（44.9%）高於女生的三成左右（30.9%）。學生過去 7 天內，曾經有超過 12 點還沒上床睡覺的百分比占超過八成（80.5%）。

### （四）個人安全分布(表 6)

學生過去 12 個月內，曾經有發生過嚴重的事故傷害的百分比占 16.2%，男生的比例高於女生（21.2%對 10.8%）；發生最嚴重的事故傷害情形，除其他事件外，最多為割傷或刺傷占 21.8%，其次為骨折或關節脫臼占 19.8%；發生最嚴重的事故傷害最主要原因，除其他原因外，最多為車禍占 30.8%，其次為跌倒或墜落占 27.7%。

學生過去 30 天，騎乘機車時，每次都有戴安全帽者占八成多（83.3%）；騎腳踏車時，每次都有戴安全帽者僅 7.8%；乘坐汽車時，每次都有繫安全帶者近三成（29.0%）；乘坐汽車前座時，每次都有繫安全帶者超過五成（54.8%）。

### （五）在校情形分布(表 7)

學生過去 30 天內，曾經被霸凌的百分比占 3.8%，其中最常被霸凌的方式，除其他方式外，以因身材或長相而被取笑為最多，占 16.6%；曾經蹺過課（沒有請假）的百分比占 13.8%。

### （六）心理健康分布(表 8)

過去 12 個月內，學生經常或總是感到孤單、寂寞的百分比占

12.1%，女生的比例高於男生（12.7%對 11.4%）；學生經常或總是為擔心某事而失眠的百分比占 10.3%，女生高於男生（10.9%對 9.8%）。

過去 12 個月內，學生曾經認真地考慮過自殺者將近四分之一（24.1%），曾計畫自殺的百分比超過一成（11.8%），曾嘗試過自殺的百分比占 7.8%。

#### **（七）危害健康行為分布(表 9)**

學生曾經吸菸者占 24.0%，男生的比例高於女生（31.8%對 15.6%）。過去 30 天內有吸菸者占 8.9%，男生有吸菸的百分比亦高於女生（12.9%對 4.5%）。

超過七成（72.4%）學生曾經喝酒，男生的比例高於女生（73.1%對 71.7%）。過去 30 天內，有喝酒的百分比將近三成（28.6%），男生的比例高於女生，分別為 30.7%、26.2%；通常取得酒的方式，以商店或攤位購買占最多，超過四成（40.6%），其次為爸媽、兄弟姐妹或其他家人給的占 30.3%。

學生曾經喝醉者占 18.3%；曾因飲酒而與家人或朋友起衝突、翹課或打架的百分比占 3.4%，男生高於女生（4.5%對 2.2%）。

#### **四、兩性交往與性行為相關問題分布(表 10)**

學生曾經發生過性交行為者占 9.3%。第一次接觸色情媒體的年齡分布，以 14-15 歲為最多占 22.1%，其次為 12-13 歲占 19.4%，近三成（28.8%）的學生從來沒有接觸過。

本次調查對象為高中職學生，有關性行為使用避孕方法相關題項之樣本代表性不足，故未呈現分析結果。

#### **五、對人類乳突病毒疫苗認知分布(表 11)**

學生對於人類乳突病毒疫苗認知情形，有 50.2%的學生知道人類乳突病毒疫苗可降低子宮頸癌的發生。對於接種過人類乳突病毒疫苗



的婦女，還是要定期做子宮頸抹片檢查的認知，超過六成（61.0%）的學生認知正確。

#### 六、家庭支持狀況分布(表 12)

過去 30 天內，學生的父母經常或總是關心自己回家作業狀況者超過四分之一（26.1%）、父母經常或總是了解自己問題與憂慮者近三成（28.1%）、父母經常或總是知道自己空閒時間從事的活動者近五成（49.0%）、父母經常或總是會未經同意翻閱自己的用品百分比占 8.0%。

## 肆、結論與建議

本計畫以具全國代表性之高中職學生為調查對象，運用橫斷式研究設計，監測青少年健康行為之盛行狀況，並可與後續調查結果進行跨年度之長期趨勢比較，以研訂有效的防制策略。鑑於青少年階段養成之健康行為，對成年期與老年期之健康有重要影響，因此需持續進行此類青少年健康行為監測調查，以為青少年健康政策施政評價之參考。依本次調查結果，研提相關建議如下：

- 一、現今社會快速改變、青少年健康議題亦隨社會變遷而多樣化，需以多面向建立本國歷年青少年健康行為之資料庫，然受限於一份問卷所可容納題數有限，故可視不同議題之面向需要，發展分年輪換之附加題組，以增加問卷所能涵蓋青少年健康議題之廣度與深度，並適時提供具政策意涵之調查研究結果予政策擬定及業務推行單位。
- 二、在個人安全部分，本年度調查結果顯示，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（83.3%），但只有不到一成（7.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽，故有必要加強高中職學生之交通安全相關宣導，提升學生對於交通安全之意識。
- 三、有關危害健康行為部分，本年度調查結果顯示高中職生過重或肥胖者占 27.0%，且超過八成（80.7%）高中職生在平日，一天有超過 2 小時的靜態活動，由於學生打電腦、打電動及看電視行為等靜態活動時間過長，建議可以健康促進學校為平台，鼓勵學生多從事戶外運動，以提高身體活動量與降低肥胖率；另，將近四分之一（24.0%）高中職生曾經吸菸，且過去 30 天內有吸菸者近一成（8.9%）；超過七成（72.4%）高中職生曾經喝酒，且過去 30 天

內有喝酒者也近三成(28.6%)，而取得酒的方式為自行購買占最多，超過四成(40.6%)，因應兒童及少年福利與權益保障法及菸害防制法等規定，未滿十八歲者禁止吸菸及飲酒，為保護青少年身心健康，除落實並嚴格查緝違規販賣菸品及酒類飲品給未滿十八歲青少年，更應由家庭及學校中著手，建立支持性環境及教導拒絕菸酒之生活技能，強化拒絕飲酒、無菸環境工作之推動，以促進青少年學生之健康，並降低青少年吸菸率、飲酒率。

## 伍、參考文獻

1. 教育部全球資訊網站，2017
2. <http://cable.nhri.org.tw/>
3. <http://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/index.htm>
4. <http://www.who.int/tobacco/surveillance/gyts/en/>
5. <http://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/methodology/en/>
6. <http://www.cdc.gov/gshs/index.htm>

## 陸、初步分析結果統計表

表 1-1：學生人數與預定抽出樣本學生人數—按層別區分(完成)

層別	母 體			樣 本		
	學校數	班級數	學生數	學校數	班級數	預定學生數
第一層	97	3,388	129,124	9	27	900
第二層	118	4,272	170,247	13	39	1,300
第三層	189	5,489	202,949	16	48	1,600
第四層	342	8,444	294,474	23	69	2,300
合計	746	21,593	784,932	61	183	6,100

註：預定樣本學生數係以每班平均 33 人估算

表 1-2：學生健康行為調查完訪率(完成)

層別	應訪學生數	完訪學生數	完訪率
第一層	974	876	89.9%
第二層	1,163	989	85.0%
第三層	1,628	1,388	85.3%
第四層	2,217	1,942	87.6%
合計	5,982	5,195	86.8%

表 1-3：加權前後之樣本與母群體學生性別、年級分布結果比較(完成)

		母群體		完訪樣本(加權前)			完訪樣本(加權後)		
		人數	%	人數	%	卡方檢定 p 值	人數	%	卡方檢定 p 值
性別	男	406,132	51.7	2,517	49.5	0.0016	405,430	51.8	0.8301
	女	378,800	48.3	2,666	50.5		377,886	48.2	
	合計	784,932	100	5,183 <sup>a</sup>	100		783,316	100	
年級	一年級	250,709	31.9	1,728	33.6	0.0453	248,044	31.9	0.4723
	二年級	267,656	34.1	1,710	33.2		265,709	34.1	
	三年級	266,567	34.0	1,711	33.2		264,975	34.0	
	合計	784,932	100	5,149 <sup>a</sup>	100		778,728	100	

<sup>a</sup>加總樣本數不同：填答性別及年級別題項之人數不同。

表 2：體重及體型分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
<b>BMI 分布</b>						
過輕	551	11.4	298	12.3	253	10.6
正常	2,992	61.5	1,331	57.2	1,661	66.1
過重	620	12.6	302	12.8	318	12.5
肥胖	707	14.4	425	17.8	282	10.8
<b>相對您的身高，您的體重是</b>						
太輕	244	4.9	182	7.2	61	2.3
有點輕	510	10.4	371	15.2	138	5.3
適中、剛剛好	1,971	38.1	1,018	40.6	951	35.4
有點重	1,733	32.9	647	25.5	1,084	40.8
太重	729	13.7	298	11.5	431	16.2
<b>有沒有試著控制體重</b>						
沒有嘗試控制體重	1,662	32.6	997	39.2	663	25.6
減重	1,878	35.1	615	24.0	1,263	47.1
增重	397	8.0	332	13.3	62	2.1
維持相同體重	1,247	24.3	571	23.5	675	25.2
<b>滿不滿意自己的身材或體型</b>						
很滿意	340	6.7	244	9.6	96	3.5
還算滿意	1,545	30.8	833	33.8	711	27.5
無所謂	566	11.1	373	14.8	190	6.9
不太滿意	2,208	42.0	879	35.1	1,329	49.6
很不滿意	505	9.5	175	6.7	329	12.4

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 3：飲食情形分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，經常或總是因家中無足夠食物而挨餓						
是	50	1.0	34	1.2	13	0.6
否	5,138	99.0	2,482	98.8	2,652	99.4
過去 30 天內，經常或總是每天吃早餐						
是	4,172	81.8	2,010	81.6	2,159	82.0
否	996	18.2	492	18.4	500	18.0
過去 30 天內，每天吃至少 1 次水果						
有	2,830	54.7	1,309	52.3	1,517	57.1
無	2,355	45.3	1,205	47.7	1,148	42.9
過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果						
有	1,110	21.6	509	20.1	600	23.2
無	4,078	78.4	2,007	79.9	2,065	76.8
過去 30 天內，每天吃至少 1 次蔬菜						
有	4,697	90.6	2,241	89.2	2,453	92.3
無	488	9.4	275	10.8	209	7.7
過去 7 天內，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜						
有	984	19.0	497	19.8	486	18.1
無	4,189	81.0	2,008	80.2	2,175	81.9

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。



表 3：飲食情形分布-續

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，每天至少喝 1 次碳酸飲料						
有	534	10.0	328	12.7	203	7.0
無	4,654	90.0	2,188	87.3	2,462	93.0
過去 30 天內，每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料						
有	2,219	42.8	1,195	47.7	1,020	37.5
無	2,969	57.2	1,321	52.3	1,645	62.5
過去 30 天內，每天至少喝 1 次牛奶或食用乳製品						
有	2,103	40.6	1,078	42.7	1,021	38.4
無	3,075	59.4	1,434	57.3	1,638	61.6
過去 30 天內，每天至少吃 1 次高油脂食物						
有	1,023	19.6	586	22.8	433	16.1
無	4,164	80.4	1,930	77.2	2,231	83.9
過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費						
有	2,310	44.6	1,141	45.2	1,163	43.8
無	2,877	55.4	1,373	54.8	1,503	56.2

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 4：日常及身體活動分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 7 天內，每天進行身體活動至少 60 分鐘						
有	772	15.3	511	20.9	259	9.4
無	4,371	84.7	1,980	79.1	2,386	90.6
過去 7 天內，至少有 5 天步行或騎腳踏車去上學或返家						
有	1,867	36.6	939	38.4	926	34.6
無	3,314	63.4	1,571	61.6	1,738	65.4
當走路或騎腳踏車上學或返家時，單程花多少時間						
沒有步行或騎腳踏車	2,026	38.1	925	35.9	1,101	40.4
少於 5 分鐘	376	7.6	185	7.9	191	7.3
5~10 分鐘	967	19.2	458	19.3	506	19.0
11~30 分鐘	1,256	24.3	649	25.7	604	22.8
31~60 分鐘	299	6.0	151	5.9	148	6.0
超過 1 小時	244	4.9	133	5.2	110	4.4
在這學年期間，每週上體育課天數						
0 天	464	8.1	270	10.1	194	6.0
1 天	1,452	24.6	678	23.9	773	25.4
2 天	3,055	63.0	1,427	60.0	1,626	66.2
3 天	61	1.2	30	1.1	30	1.1
4 天	17	0.3	12	0.5	4	0.1
5 天(含)以上	120	2.8	90	4.4	30	1.1

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 4：日常及身體活動分布-續

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
在平日，一天超過 2 小時坐著活動(看 電視、打電腦、打電動等)						
有	4,172	80.7	1,914	76.0	2,254	85.8
無	1,006	19.3	595	24.0	409	14.2
在平時上學的日子裡，一天花 2 小時 打電動，或非為學校作業而使用電腦						
有	3,622	70.2	1,733	69.3	1,884	71.1
無	1,546	29.8	770	30.7	775	28.9

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 5：衛生及生活習慣分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，每天潔牙或刷牙至少一次						
有	5,004	96.6	2,379	94.8	2,621	98.6
無	167	3.4	128	5.2	37	1.4
過去 30 天內，每次吃東西前洗手						
有	919	17.5	504	19.5	413	15.4
無	4,263	82.5	2,008	80.5	2,251	84.6
過去 30 天內，每次上廁所後會洗手						
有	4,760	92.2	2,247	90.3	2,510	94.3
無	411	7.8	259	9.7	149	5.7
過去 30 天內，每次洗手都會使用肥皂						
有	487	9.1	264	9.9	223	8.2
無	4,687	90.9	2,242	90.1	2,440	91.8
在平時上學的日子裡，平均一天睡至少 7 小時						
有	1,956	38.1	1,108	44.9	846	30.9
無	3,202	61.9	1,392	55.1	1,806	69.1
過去 7 天內，曾經超過 12 點還沒上床睡覺						
有	4,202	80.5	1,958	77.1	2,238	84.1
無	964	19.5	543	22.9	420	15.9

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 6：個人安全分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 12 個月內，曾經發生過嚴重的事故傷害						
有	781	16.2	495	21.2	281	10.8
無	4,056	83.8	1,813	78.8	2,242	89.2
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷害※						
骨折或關節脫臼	143	19.8	99	21.7	43	16
割傷或刺傷	159	21.8	110	23.3	49	19.2
腦震盪或頭頸部受傷，被擊倒或無法呼吸	39	5.8	23	5.2	15	6.4
槍傷	17	2.7	14	3.5	2	0.8
嚴重燒(燙)傷	20	2.7	10	2.4	10	3.3
中毒或服藥過量	6	1	3	0.6	2	1.2
其他事件	323	46.4	183	43.2	140	53.1
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷害最主要原因※						
車禍	229	30.8	148	32.2	80	27.9
跌倒或墜落	193	27.7	107	23.9	83	34.5
東西掉落擊中	26	3.8	21	4.8	5	2.1
被攻擊或打架	32	4.8	26	6.4	6	1.9
火災或太接近熱源	8	1.1	5	1.2	3	0.7
誤吸入或吞食物品	6	1	4	0.9	2	1
其他原因	213	30.8	131	30.6	82	31.8

註：1.樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

2.※過去 12 個月內，曾經發生過嚴重事故傷害者。

表 6：個人安全分布-續

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天騎乘機車時，每次都有戴安 全帽						
有	2,704	83.3	1,216	81.3	1,487	85.5
無	505	16.7	264	18.7	236	14.5
過去 30 天騎腳踏車時，每次都有戴安 全帽						
有	176	7.8	117	9.0	59	6.0
無	2,091	92.2	1,216	91.0	869	94.0
過去 30 天乘坐汽車時，每次都有繫安 全帶						
有	1,092	29.0	585	30.8	507	27.1
無	2,613	71.0	1,259	69.2	1,349	72.9
過去 30 天乘坐汽車前座時，每次都有 繫安全帶						
有	2,030	54.8	1,022	54.7	1,006	55.0
無	1,672	45.2	817	45.3	851	45.0

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 7：在校情形分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，曾經被霸凌						
有	188	3.8	111	4.5	71	2.9
無	4,954	96.2	2,375	95.5	2,578	97.1
過去 30 天內，最常被霸凌的方式※						
被打、踢、推、群毆、或關 在室內	14	8.4	12	12.9	1	1.3
因種族、國籍或膚色被取笑	17	8.8	11	10.7	4	4.1
因宗教信仰而被取笑	5	3.0	3	3.4	2	2.6
被以黃色笑話、言語或手勢 的方式取笑	23	14.3	15	16.7	8	11.8
參加活動被故意拒絕或完 全被忽視	17	10.2	7	7.3	10	15.1
因身材或長相而被取笑	28	16.6	18	17.7	10	16.0
被用其他方式霸凌	63	38.7	28	31.3	33	49.2
過去 30 天內，曾經蹺過課(沒有請假)						
有	729	13.8	411	15.7	315	11.7
無	4,411	86.2	2,076	84.3	2,332	88.3

註：1.樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

2.※過去 30 天內，曾經被霸凌者。

表 8：心理健康分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 12 個月內，經常或總是感到孤單 或寂寞						
有	612	12.1	285	11.4	325	12.7
無	4,557	87.9	2,218	88.6	2,335	87.3
過去 12 個月內，經常或總是因擔心某 是而失眠(睡不著)						
有	537	10.3	248	9.8	287	10.9
無	4,641	89.7	2,262	90.2	2,375	89.1
過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺						
有	1,220	24.1	535	21.9	684	26.4
無	3,893	75.9	1,940	78.1	1,951	73.6
過去 12 個月內，曾經計畫自殺						
有	617	11.8	291	11.7	323	11.9
無	4,536	88.2	2,206	88.3	2,329	88.1
過去 12 個月內，曾經嘗試過自殺						
有	413	7.8	175	7.1	233	8.3
無	4,758	92.2	2,332	92.9	2,424	91.7
有 1 位以上親近的好朋友						
有	4,825	93.7	2,296	92.2	2,525	95.4
無	325	6.3	202	7.8	122	4.6
過去 30 天內，學校同學經常或總是對 您和善且樂於協助您						
是	3,812	74.2	1,705	68.7	2,105	80.2
否	1,332	25.8	783	31.3	545	19.8

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。



表 9：危害健康行為分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
曾經吸菸						
有	1,257	24.0	798	31.8	453	15.6
無	3,899	76.0	1,696	68.2	2,202	84.4
過去 30 天內有吸菸						
有	485	8.9	335	12.9	146	4.5
無	4,672	91.1	2,162	87.1	2,507	95.5
曾經喝酒						
有	3,705	72.4	1,816	73.1	1,884	71.7
無	1,410	27.6	653	26.9	756	28.3
過去 30 天內有喝酒						
有	1,453	28.6	755	30.7	694	26.2
無	3,712	71.4	1,747	69.3	1,963	73.8
過去 30 天內，有喝酒的日子中，通常 一天喝 1 杯以上的酒※						
有	1,073	75.8	564	76.8	505	74.5
無	343	24.2	167	23.2	176	25.5
過去 30 天內，通常取得酒的方式						
我從商店或攤位買的	590	40.6	337	44.5	252	35.9
我付錢，請別人幫我買	88	6.7	53	7.9	34	5.1
同學或朋友給我的	123	9.3	61	9.6	60	8.8
爸媽、兄弟姊妹或其他家人 給我的	417	30.3	176	24.9	241	37.1
我偷拿的	17	1.2	7	0.9	10	1.5
其他方式	173	11.9	92	12.1	81	11.6

註：1.樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

2.※過去 30 天內有喝酒者。

表 9：危害健康行為分布-續

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
曾經喝醉						
有	955	18.3	489	19.1	464	17.4
無	4,198	81.7	2,004	80.9	2,192	82.6
曾經因飲酒而與家人或朋友起衝突、 翹課、或打架						
有	179	3.4	115	4.5	61	2.2
無	4,970	96.6	2,375	95.5	2,592	97.8

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 10：兩性交往與性行為相關問題分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
曾經發生過性交行為						
有	485	9.3	256	10.4	229	8.3
無	4,412	90.7	2,104	89.6	2,307	91.7
第一次發生性交行為年齡						
從未發生過性交行為	4,412	90.7	2,104	89.6	2,307	91.7
11 歲(含)以前	14	0.3	11	0.5	3	0.2
12 歲	10	0.2	8	0.4	2	0.0
13 歲	12	0.3	6	0.3	6	0.3
14 歲	35	0.7	21	0.9	14	0.6
15 歲	76	1.4	37	1.4	39	1.4
16~17 歲	260	5.0	135	5.6	125	4.3
18 歲(含)以後	78	1.5	38	1.4	40	1.5
第一次接觸色情媒體時的年齡						
從來沒有接觸過	1,513	28.8	435	17.9	1,076	40.4
7 歲(含)以前	218	4.1	146	5.5	72	2.6
8~9 歲	247	4.7	144	5.6	102	3.7
10~11 歲	472	9.3	300	12.1	170	6.3
12~13 歲	978	19.4	641	25.9	337	12.5
14~15 歲	1,112	22.1	586	23.6	526	20.5
16~17 歲	514	9.9	203	8.0	311	11.8
18 歲(含)以後	90	1.8	37	1.4	53	2.2

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 11：對人類乳突病毒疫苗認知

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
人類乳突病毒疫苗可降低哪種疾病的發生						
子宮頸癌	2,615	50.2	1,014	40.6	1,600	60.5
愛滋病	178	3.6	112	4.6	65	2.5
帶狀皰疹	148	2.9	109	4.2	39	1.4
不知道	2,231	43.4	1,270	50.6	957	35.6
接種過人類乳突病毒疫苗的婦女，還是要定期做子宮頸抹片檢查						
對	3,130	61.0	1,284	52.6	1,844	70.0
不對	72	1.5	44	1.9	28	1.0
不知道、不確定	1,864	37.5	1,102	45.5	758	29.0
接種人類乳突病毒疫苗的年齡						
無接種過	2,298	63.4	1,354	82.3	944	45.9
10 歲或之前	45	1.3	29	1.8	16	0.7
11 歲	18	0.5	10	0.7	8	0.4
12 或 13 歲	250	6.7	22	1.3	226	11.7
14 或 15 歲	483	12.6	13	0.8	469	23.6
16 或 17 歲	64	1.7	2	0.1	62	3.1
18 歲或之後	6	0.2	0	0.0	6	0.3
不知道	493	13.6	216	13.0	276	14.2
接種人類乳突病毒疫苗的年級						
無接種過	2,307	65.7	1,360	84.8	947	47.7
國一以前	199	5.7	129	8.0	70	3.5
國一	303	8.3	35	2.4	265	13.7
國二	430	11.7	34	2.0	396	21.0
國三	166	4.5	16	0.9	150	7.8
高一	86	2.4	14	0.8	72	4.0
高二	27	0.8	5	0.3	22	1.2
高三	35	1.0	15	1.0	20	1.1

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。

表 12：家庭支持狀況分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是關心您回家作業是否完成						
是	1,339	26.1	593	23.9	745	28.5
否	3,820	73.9	1,905	76.1	1,909	71.5
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是了解您的問題與憂慮						
是	1,443	28.1	678	27.6	764	28.7
否	3,711	71.9	1,816	72.4	1,889	71.3
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是確實知道您在空閒時間從事的活動						
是	2,499	49.0	1,226	49.5	1,272	48.4
否	2,651	51.0	1,265	50.5	1,380	51.6
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是未經您同意就翻閱您的用品						
是	414	8.0	231	8.9	182	7.0
否	4,714	92.0	2,248	91.1	2,460	93.0

註：樣本數採實際完訪樣本數之最大可利用值，該題為遺漏值者均自分母刪除；百分比(%)經加權處理。