

衛生福利部國民健康署

107 年度「國中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：地方政府教育局（處）、地方政府衛生局

# 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參考，及評估健康政策及計畫成效之依據。

**方法：**採橫斷式調查設計，研究對象依逐年輪替而不同，第一年為國中學生，次一年則為高中、高職、五專（1-3 年級）學生（簡稱高中職學生）。107 年以在學之國中學生為對象，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 60 所國中樣本學校，合計約有 6,154 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 5,703 案，完訪率為 92.7%。結果摘要如下：

1. 在體重與體型及飲食情形方面，國中學生過重和肥胖百分比超過四分之一（26.5%）；過去 30 天內，每天至少吃一次水果及至少吃一次蔬菜的比例分別為 70.7% 及 93.0%；進一步檢視過去 7 天學生吃蔬菜水果之情形，平均每天吃 2 份(含)以上水果及平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜之比例分別為 33.4% 及 24.6%。
2. 在衛生及生活習慣方面，僅不到四分之一（24.1%）學生在每次吃

東西前會洗手，雖然大部分學生（91.6%）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 12.2%，顯示國中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，國中學生乘坐汽車時，每次都有繫安全帶的百分比仍低於三成（27.5%）；僅一成多（15.9%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽，故有必要加強國中學生交通安全相關宣導。
4. 在校情形方面，有 6.0% 國中學生過去一個月曾經被霸凌，最常被霸凌的原因包括因身材或長相而被取笑，或被用其他言語或手勢方式取笑，故有必要加強校園霸凌之防制。
5. 在心理健康及危害健康行為方面，有近四分之一（24.8%）學生過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺。超過一成（13.2%）國中學生曾經吸菸，過去 30 天內有吸菸者占 3.8%。超過五成（52.2%）國中學生曾經喝酒，過去 30 天內有喝酒者超過一成（14.5%）；通常取得酒的方式，以爸媽、兄弟姊妹或其他家人提供占最多，超過五成（54.6%）。
6. 在性相關議題及人類乳突病毒疫苗認知方面，近六成（58.0%）的學生表示從來沒有接觸過色情媒體；只有近半數（48.1%）的學生了解人類乳突病毒疫苗是預防子宮頸癌。
7. 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者不到五成（47.8%），經常或總是了解學生的問題與憂慮者超過三成（34.0%），經常或總是確實知道受測學生在空閒時間從事的活動者約為六成（60.7%）。

**結論與建議：**本年度調查結果顯示國中學生有近一成（6.0%）曾經被霸凌，且多為身材或長相（27.8%）及被以性騷擾方式（16.4%）取笑，建議增進父母與老師間的互動與溝通，組織一個有效覺察學生生活狀況之網絡，提高對疑似霸凌事件的敏感度，避免霸凌事件再次發生。另，調查結果也顯示國中學生過去 30 天內，有超過七成（70.7%）每天吃至少 1 次水果，超過九成（93.0%）每天吃至少 1 次蔬菜；而只有約三分之一（33.4%）的學生過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果，及近四分之一（24.6%）的學生，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜，顯示國中學生每日蔬菜、水果攝取要符合國家建議標準仍有待加強，建議透過學校等多元管道傳播「每日飲食指南」及健康飲食相關識能，養成適當健康飲食習慣，鼓勵學生多攝取蔬果，以符合每日飲食指南及均衡攝食蔬果之健康行為。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，依照調查結果檢視相關政策之推廣成效，例如兒童、青少年肥胖防治、推廣健康五蔬果相關內容，以及當前重要政策效益之推估，如 HPV 疫苗施打政策等。本調查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)，於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，同時保留「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，做為施政擬議與國際比較基礎。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，107年度係以在學國中學生為調查對象。調查目的：

- 一、瞭解全國國中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、瞭解全國國中學生不同健康危害行為之聚集（co-occurrence）。
- 四、建立全國國中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 106 學年度全國國中學生為推論母群體，因相關統計資料之可取得性，爰依據教育部所提供的 105 學年度教育統計資料研擬抽樣架構，按該項教育統計資料，105 學年度全國國中學校計有 940 所，學生數共有 687,182 人（表 1-1）。

(二)抽樣設計：採用分層二階段抽樣設計，將全國所有國中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(PPS)之等機率抽樣方法，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。原預估抽出樣本學生數計 6,000 人，實際在籍之樣本學生 6,154 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。

「107 年國中學生健康行為調查」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 天的標準化施測訓練，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 106 學年度第二學期起迄時間，於 107 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 107 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 團隊人員於 107 年 12 月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 107 年度在學之國中學生為對象，採用無記名自填問卷方式進行資料收集，應訪樣本案數計 6,154 案，共計 5,703 位學生完成自填問卷填答，完訪率為 92.7%（表 1-2）。

完訪樣本經加權後，性別比例以男性居多，占 52.4%，女性則占 47.6%，以年級區分，一、二、三年級分別占 31.2%、33.5%及 35.3%，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 0.7489 及 0.9773，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，有六成以上(66.7%)國中的學生身體質量指數(BMI)為正常，過輕、過重及肥胖分別為 6.9%、12.3%及 14.2%；其中，男生過重、肥胖的比例分別為 13.2%、17.3%，均高於女生 11.3%、10.9%。

學生自覺體重之分布，以適中、剛剛好為最多(41.9%)，其次為有點重(32.4%)；男生自覺適中、剛剛好比例占多數(45.0%)，而女生占多數則是自覺體重有點重(39.1%)。學生控制體重情形，以減重為最多(33.7%)，其次為沒有嘗試控制體重(33.5%)；男生以沒有嘗試控制體重最多(40.7%)，女生以減重為最多(44.2%)。學生對於自己的身材或體型滿意程度，以不太滿意為最多(34.2%)，其次為還算滿意(33.4%)；男生以還算滿意占多數(36.3%)，女生則以不太滿意比例最高(42.6%)。

### 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 0.8%；大多數的學生（85.8%）經常或總是每天吃早餐；每天吃至少 1 次水果的百分比約七成（70.7%）、過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果的百分比超過三成（33.4%）；超過九成（93.0%）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 24.6%。

學生過去 30 天內，每天至少喝 1 次碳酸飲料的百分比超一成（13.4%），近四成（37.3%）每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料，每天吃至少 1 次高油脂食物的百分比占 16.6%，超過五成（52.7%）的學生每天喝至少 1 次牛奶或食用乳製品。過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費的百分比超過四成（34.6%）。

#### (二) 日常及身體活動分布(表 4)

超過二成（22.0%）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 30.3% 及 13.0%。超過四成（46.5%）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 5~10 分鐘為最多，占 30.5%，其次為沒有步行或騎腳踏車占 28.7%。近九成學生（87.6%）在這學年期間，每週有 2 天上體育課，其次為 3 天占 3.7%。

大多數學生（74.6%）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（79.2%）較男生（70.4%）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五成（54.4%）。

### (三) 衛生及生活習慣分布(表 5)

大部分的學生(96.2%)在過去30天內,每天潔牙或刷牙至少一次;近四分之一的學生(24.1%)每次吃東西前會洗手;大部分的學生(91.6%)每次上廁所後會洗手;每次洗手都會使用肥皂的百分比占12.2%。學生在平時上學的日子裡,平均一天有睡至少7小時者超過六成(65.3%),男生約七成多(70.8%),高於女生的五成九(59.2%)。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61.1%。

### (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21.6%,男生的比例高於女生(26.7%對15.9%);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26.0%,其次為骨折或關節脫臼占19.3%;發生最嚴重的事故傷害最主要原因,除其他原因外,最多為跌倒或墜落占36.5%,其次為車禍占14.2%。

學生過去30天,騎乘機車時,每次都有戴安全帽者占七成多(75.1%);騎腳踏車時,每次都有戴安全帽者占15.9%;乘坐汽車時,每次都有繫安全帶者近三成(27.5%);乘坐汽車前座時,每次都有繫安全帶者占五成多(54.7%)。

### (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6.0%,其中最常被霸凌的方式,以因身材或長相而被取笑為最多,占27.8%;曾經蹺過課(沒有請假)的百分比占5.8%。

### (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或寂寞的百分比占9.8%,女生的比例高於男生(12.5%對7.4%);學生經常或總是為擔心某事而失眠的百分比占8.6%,女生高於男生(10.7%對6.7%)。

過去 12 個月內，學生曾經認真地考慮過自殺者超過兩成(24.8%)，曾計畫自殺的百分比超過一成(15.3%)，曾嘗試過自殺的百分比占 9.5%。

#### **(七) 危害健康行為(表 9)**

學生曾經吸菸者占 13.2%，男生的比例高於女生(16.1%對 9.8%)。過去 30 天內有吸菸者占 3.8%，男生有吸菸的百分比亦高於女生(5.4%對 2.0%)。

超過五成(52.2%)學生曾經喝酒，男生的比例高於女生(53.9%對 50.3%)。過去 30 天內，有喝酒的百分比超過一成(14.5%)，男生的比例高於女生，分別為 14.7%、14.3%；通常取得酒的方式，以爸媽、兄弟姐妹或其他家人給的占最多，超過五成(54.6%)，其次為商店或攤位購買占 16.1%。

學生曾經喝醉者占 9.4%；曾因飲酒而與家人或朋友起衝突、翹課或打架的百分比占 2.7%，男生高於女生(3.4%對 1.9%)。

#### **四、兩性交往與性行為相關問題(表 10)**

學生曾經發生過性交行為者占 1.6%。第一次接觸色情媒體的年齡分布，以從來沒有接觸過為最多，占 58.0%，其次為 12-13 歲占 17.7%。

本次調查對象為國中學生，有關性行為使用避孕方法相關題項之完訪樣本數少，故未呈現分析結果。

#### **五、對人類乳突病毒疫苗認知(表 11)**

學生對於人類乳突病毒疫苗認知情形，有近半數(48.1%)的學生知道人類乳突病毒疫苗是預防子宮頸癌，而女生認知正確的比例高於男生(女生、男生分別為 58.6%、38.4%)。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，近五成(49.0%)



的學生認知正確，但也有近五成（48.7%）學生填答不知道、不確定。

#### 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近五成（47.8%）、父母經常或總是了解自己問題與憂慮者超過三成（34.0%）、父母經常或總是知道自己空閒時間從事的活動者約六成（60.7%）、父母經常或總是會未經同意翻閱自己的用品之百分比為 12.1%。

## 肆、結論與建議

本計畫以具全國代表性之國中學生為調查對象，運用橫斷式調查設計，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，以供研訂有效的防制策略參考。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，並有效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、在偏差行為部分，本年度調查發現國中學生有近一成（6.0%）曾經被霸凌，且多為身材或長相被取笑（27.8%）或被以黃色笑話、言語或手勢的方式（16.4%）取笑，建議增進父母與老師間的互動與溝通，組織一個有效覺察學生生活狀況之網絡，提高對疑似霸凌事件的敏感度，避免霸凌事件發生。
- 三、在飲食習慣部分，本年度調查發現國中學生過去 30 天內，有超過七成（70.7%）每天吃至少 1 次水果，超過九成（93.0%）每天吃至少 1 次蔬菜；而只有約三分之一（33.4%）的學生過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果，及近四分之一（24.6%）的學生，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜。顯示國中學生每日蔬菜、水果攝取要符合國家建議標準仍有待加強，建議透過學校等多元管道傳播「每日飲食指南」及健康飲食相關識能，養成適當健康飲

食習慣，鼓勵學生多攝取蔬果，以符合每日飲食指南及均衡攝食蔬果之健康行為。

## 伍、參考文獻

1. 教育部全球資訊網站，2016
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

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	100	4,051	114,353	10	30	1,000
第二層	124	4,233	119,982	11	33	1,100
第三層	180	5,994	172,481	15	45	1,500
第四層	536	10,356	280,366	24	72	2,400
合計	940	24,634	687,182	60	180	6,000

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

層別	應訪學生數	完訪學生數	完訪率
第一層	1,040	958	92.1%
第二層	1,184	1,101	93.0%
第三層	1,496	1,373	91.8%
第四層	2,434	2,271	93.3%
合計	6,154	5,703	92.7%

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

		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	359,933	52.4	3,027	53.2	0.2069	359,292	52.4	0.7489
	女	327,249	47.6	2,661	46.8		326,309	47.6	
	合計	687,182	100	5,688	100		685,602	100	
年級	一年級	214,818	31.3	1,871	32.9	<.0001	214,334	31.2	0.9773
	二年級	229,982	33.5	1,967	34.6		229,505	33.5	
	三年級	242,382	35.3	1,851	32.5		242,040	35.3	
	合計	687,182	100	5,689	100		685,879	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	355	6.9	220	8.1	135	5.6
正常	3,355	66.7	1,605	61.4	1,750	72.2
過重	621	12.3	343	13.2	278	11.3
肥胖	714	14.2	457	17.3	257	10.9
<b>相對您的身高，您的體重是</b>						
太輕	199	3.5	138	4.6	61	2.3
有點輕	454	7.9	330	10.9	123	4.7
適中、剛剛好	2,390	41.9	1,358	45.0	1,025	38.5
有點重	1,836	32.4	798	26.4	1,035	39.1
太重	811	14.2	397	13.1	413	15.4
<b>有沒有試著控制體重</b>						
沒有嘗試控制體重	1,916	33.5	1,231	40.7	682	25.6
減重	1,888	33.7	723	24.2	1,162	44.2
增重	387	6.8	288	9.6	98	3.7
維持相同體重	1,494	26	776	25.5	714	26.5
<b>滿不滿意自己的身材或體型</b>						
很滿意	613	10.6	443	14.6	167	6.1
還算滿意	1,892	33.4	1,092	36.3	797	30.3
無所謂	766	13.4	495	16.4	269	10.1
不太滿意	1,931	34.2	802	26.7	1,126	42.6
很不滿意	471	8.4	181	6.0	289	10.9

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

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	44	0.8	23	0.8	21	0.8
否	5,650	99.2	2,999	99.2	2,639	99.2
過去 30 天內，經常或總是每天吃早餐						
是	4,860	85.8	2,643	87.9	2,211	83.6
否	808	14.2	365	12.1	438	16.4
過去 30 天內，每天吃至少 1 次水果						
有	4,036	70.7	2,113	69.5	1,915	72.0
無	1,656	29.3	909	30.5	743	28.0
過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果						
有	1,920	33.4	1,049	34.4	870	32.4
無	3,773	66.6	1,971	65.6	1,791	67.6
過去 30 天內，每天吃至少 1 次蔬菜						
有	5,289	93.0	2,777	91.9	2,504	94.3
無	404	7.0	246	8.1	155	5.7
過去 7 天內，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜						
有	1,406	24.6	781	25.7	622	23.4
無	4,271	75.4	2,228	74.3	2,034	76.6

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	761	13.4	484	16.2	273	10.2
無	4,937	86.6	2,542	83.8	2,387	89.8
過去 30 天內，每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料						
有	2,125	37.3	1,215	40.5	902	33.7
無	3,563	62.7	1,800	59.5	1,759	66.3
過去 30 天內，每天至少喝 1 次牛奶或食用乳製品						
有	3,027	52.7	1,700	56	1,319	49.1
無	2,657	47.3	1,316	44	1,337	50.9
過去 30 天內，每天至少吃 1 次高油脂食物						
有	950	16.6	559	18.6	384	14.2
無	4,745	83.4	2,464	81.4	2,276	85.8
過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費						
有	1,968	34.6	1,140	37.9	825	31
無	3,724	65.4	1,883	62.1	1,832	69

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	1,256	22.0	911	30.3	344	13.0
無	4,391	78.0	2,083	69.7	2,298	87.0
過去 7 天內，至少有 5 天步行或騎腳踏車去上學或返家						
有	2,642	46.5	1,470	49.2	1,168	43.7
無	3,041	53.5	1,546	50.8	1,487	56.3
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	1,638	28.7	823	27	811	30.5
少於 5 分鐘	454	8.0	268	9.0	185	6.9
5~10 分鐘	1,737	30.5	940	31.4	793	29.6
11~30 分鐘	1,521	27.1	802	26.8	717	27.5
31~60 分鐘	242	4.3	129	4.3	112	4.3
超過 1 小時	79	1.4	43	1.4	36	1.4
在這學年期間，每週上體育課天數						
0 天	79	1.4	59	2.0	20	0.7
1 天	191	3.4	111	3.6	78	2.9
2 天	4,956	87.6	2,555	85.2	2,393	90.4
3 天	205	3.7	127	4.3	78	3.0
4 天	66	1.1	42	1.4	23	0.8
5 天(含)以上	161	2.9	109	3.5	51	2.1

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	4,218	74.6	2,112	70.4	2,098	79.2
無	1,455	25.4	898	29.6	553	20.8
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	3,059	54.4	1,613	54.2	1,441	54.7
無	2,615	45.6	1,396	45.8	1,212	45.3

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	5,443	96.2	2,841	94.7	2,590	97.8
無	225	3.8	165	5.3	60	2.2
過去 30 天內，每次吃東西前洗手						
有	1,366	24.1	756	25.1	608	23.0
無	4,329	75.9	2,266	74.9	2,053	77.0
過去 30 天內，每次上廁所後會洗手						
有	5,200	91.6	2,722	90.2	2,469	93.1
無	486	8.4	298	9.8	186	6.9
過去 30 天內，每次洗手都會使用肥皂						
有	694	12.2	397	13.2	295	11
無	4,990	87.8	2,619	86.8	2,361	89
在平時上學的日子裡，平均一天睡至少 7 小時						
有	3,710	65.3	2,131	70.8	1,571	59.2
無	1,938	34.7	864	29.2	1,070	40.8
過去 7 天內，曾經超過 12 點還沒上床睡覺						
有	3,455	61.1	1,745	58.3	1,704	64.3
無	2,212	38.9	1,263	41.7	943	35.7

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	1,150	21.6	746	26.7	398	15.9
無	4,123	78.4	2,035	73.3	2,083	84.1
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷 害※						
骨折或關節脫臼	210	19.3	148	21.1	61	16.2
割傷或刺傷	280	26.0	189	27.2	89	23.7
腦震盪或頭頸部受傷，被擊 倒或無法呼吸	51	4.9	32	4.6	18	4.9
槍傷	12	1.1	7	1.0	4	1.1
嚴重燒(燙)傷	26	2.5	14	2.0	12	3.3
中毒或服藥過量	7	0.7	3	0.4	4	1.3
其他事件	491	45.5	309	43.7	182	49.7
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷 害最主要原因※						
車禍	151	14.2	101	14.7	50	13.4
跌倒或墜落	381	36.5	239	34.9	140	38.9
東西掉落擊中	40	3.7	31	4.4	9	2.4
被攻擊或打架	45	4.3	40	5.8	5	1.4
火災或太接近熱源	9	0.8	4	0.5	4	1.2
誤吸入或吞食物品	9	0.9	4	0.6	5	1.6
其他原因	413	39.6	266	39.0	146	41.1

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	2,829	75.1	1,446	74.0	1,382	76.3
無	951	24.9	507	26.0	439	23.7
過去 30 天騎腳踏車時，每次都有戴安全帽						
有	479	15.9	353	18.0	125	12.0
無	2,472	84.1	1,572	82.0	896	88.0
過去 30 天乘坐汽車時，每次都有繫安全帶						
有	1,395	27.5	827	30.9	566	23.9
無	3,654	72.5	1,841	69.1	1,805	76.1
過去 30 天乘坐汽車前座時，每次都有繫安全帶						
有	2,133	54.7	1,244	57.2	885	51.8
無	1,749	45.3	918	42.8	827	48.2

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 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	340	6.0	199	6.6	138	5.2
無	5,258	94.0	2,763	93.4	2,486	94.8
過去 30 天內，最常被霸凌的方式※						
被打、踢、推、群毆、或關 在室內	26	8.0	22	11.9	4	2.8
因種族、國籍或膚色被取笑	16	5.0	10	5.3	6	4.7
因宗教信仰而被取笑	5	1.7	4	2.3	1	0.8
被以黃色笑話、言語或手勢 的方式取笑	51	16.4	35	19.7	15	11.7
參加活動被故意拒絕或完 全被忽視	48	14.7	28	14.7	20	15.0
因身材或長相而被取笑	86	27.8	45	24.3	41	33.3
被用其他方式霸凌	80	26.4	37	21.6	41	31.8
過去 30 天內，曾經蹺過課(沒有請假)						
有	324	5.8	201	6.8	120	4.5
無	5,328	94.2	2,794	93.2	2,525	95.5

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	559	9.8	225	7.4	333	12.5
無	5,130	90.2	2,797	92.6	2,322	87.5
過去 12 個月內，經常或總是因擔心某 是而失眠(睡不著)						
有	487	8.6	202	6.7	284	10.7
無	5,201	91.4	2,816	93.3	2,374	89.3
過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺						
有	1,389	24.8	636	21.4	746	28.5
無	4,233	75.2	2,338	78.6	1,891	71.5
過去 12 個月內，曾經計畫自殺						
有	858	15.3	422	14.1	431	16.5
無	4,805	84.7	2,582	85.9	2,217	83.5
過去 12 個月內，曾經嘗試過自殺						
有	530	9.5	239	7.9	286	11.1
無	5,138	90.5	2,771	92.1	2,360	88.9
有 1 位以上親近的好朋友						
有	5,299	93.8	2,808	93.7	2,480	93.8
無	358	6.2	192	6.3	165	6.2
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	4,078	72.4	2,000	66.9	2,073	78.6
否	1,567	27.6	997	33.1	563	21.4

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 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	729	13.2	474	16.1	252	9.8
無	4,915	86.8	2,525	83.9	2,382	90.2
過去 30 天內有吸菸						
有	215	3.8	157	5.4	56	2.0
無	5,433	96.2	2,840	94.6	2,583	98
曾經喝酒						
有	2,886	52.2	1,571	53.9	1,307	50.3
無	2,671	47.8	1,363	46.1	1,304	49.7
過去 30 天內有喝酒						
有	817	14.5	438	14.7	375	14.3
無	4,864	85.5	2,577	85.3	2,280	85.7
過去 30 天內，有喝酒的日子中，通常 一天喝 1 杯以上的酒※						
有	502	64.7	272	65.7	230	64.3
無	285	35.3	150	34.3	131	35.7
過去 30 天內，通常取得酒的方式						
我從商店或攤位買的	122	16.1	70	17.6	52	14.6
我付錢，請別人幫我買	31	3.9	17	4	14	3.8
同學或朋友給我的	53	6.8	30	7.2	23	6.4
爸媽、兄弟姊妹或其他家人 給我的	426	54.6	212	50.5	213	59.4
我偷拿的	31	4.1	17	4.1	14	4.2
其他方式	114	14.4	68	16.6	44	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	526	9.4	307	10.5	217	8.2
無	5,121	90.6	2,688	89.5	2,424	91.8
曾經因飲酒而與家人或朋友起衝突、 翹課、或打架						
有	150	2.7	100	3.4	49	1.9
無	5,453	97.3	2,863	96.6	2,580	98.1

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 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	84	1.6	51	1.8	33	1.4
無	5,294	98.4	2,804	98.2	2,480	98.6
第一次發生性交行為年齡						
從未發生過性交行為	5,294	98.4	2,804	98.2	2,480	98.6
11歲(含)以前	27	0.5	14	0.5	13	0.5
12歲	6	0.1	5	0.2	1	0.0
13歲	16	0.3	11	0.4	5	0.2
14歲	18	0.4	12	0.4	6	0.3
15歲	14	0.3	6	0.2	8	0.3
16~17歲	3	0.1	3	0.1	0	0.0
18歲(含)以後	0	0.0	0	0.0	0	0.0
第一次接觸色情媒體時的年齡						
從來沒有接觸過	3,281	58.0	1,525	50.7	1,748	65.9
7歲(含)以前	147	2.6	96	3.3	51	2.0
8~9歲	183	3.2	115	3.8	68	2.5
10~11歲	586	10.4	357	12	229	8.7
12~13歲	998	17.7	619	20.9	376	14.3
14~15歲	435	8.0	264	9.3	171	6.6
16~17歲	0	0.0	0	0.0	0	0.0
18歲(含)以後	1	0.0	1	0.0	0	0.0

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。

註 2：曾經發生過性交行為定義：

分母：所有填答「您是否曾發生過性交行為？」者中，排除「您是否曾發生過性交行為？」與「您第一次和別人發生過性交行為，是在幾歲的時候？」兩題回答矛盾者、兩題皆未填答者。

分子：為符合分母條件且「您是否曾發生過性交行為？」回答「是」之樣本。

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	2,671	48.1	1,148	38.4	1,517	58.6
愛滋病	136	2.4	96	3.2	39	1.4
帶狀皰疹	143	2.5	94	3.2	48	1.8
不知道	2,719	47.0	1,664	55.2	1,051	38.1
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	2,680	49.0	1,219	42.1	1,456	56.4
不對	129	2.4	74	2.5	55	2.2
不知道、不確定	2,744	48.7	1,624	55.4	1,113	41.4
接種人類乳突病毒疫苗的年齡						
無接種過	2,740	66.2	1,717	84.6	1,015	48.3
10 歲或之前	59	1.4	42	2.1	16	0.7
11 歲	31	0.8	14	0.7	16	0.9
12 或 13 歲	604	15.8	18	0.8	586	30.2
14 或 15 歲	152	4.2	6	0.3	146	8.0
16 或 17 歲	0	0.0	0	0.0	0	0.0
18 歲或之後	1	0.0	1	0.0	0	0.0
不知道	472	11.6	232	11.4	239	11.9
接種人類乳突病毒疫苗的年級						
無接種過	2,749	68.6	1,720	87.8	1,021	50.2
國一以前	297	7.4	189	9.6	106	5.2
國一	679	18.5	36	1.8	643	34.5
國二	176	4.9	11	0.5	165	9.1
國三	23	0.6	4	0.2	19	1.0

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 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	2,741	47.8	1,521	50.0	1,216	45.5
否	2,915	52.2	1,483	50.0	1,424	54.5
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	1,935	34.0	1,057	35.0	876	33.0
否	3,713	66.0	1,942	65.0	1,761	67.0
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	3,426	60.7	1,839	61.3	1,584	60.2
否	2,202	39.3	1,150	38.7	1,043	39.8
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	681	12.1	385	12.9	293	11.1
否	4,908	87.9	2,591	87.1	2,308	88.9

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。