

核定之主計機關名稱：行政院主計處
文號：處普三字第 0940007956 號
有效期間：至民國 97 年 12 月底止

民國九十三至九十七年度
國民營養健康狀況變遷調查

45-64 歲成年人問卷

受訪者編號：□□-□-□□□□-□□

受訪者姓名：_____

訪員編號：_____

訪員姓名：_____

委辦單位：行政院衛生署食品衛生處

執行單位：中央研究院調查研究專題中心

A. 成年人基本資料 (由本人回答，不可代答)

1. 請問您目前有沒有參加全民健保？
(1) 有 (2) 沒有 (N) N (R) R
2. 請問您的教育程度：
(01) 無 (02) 自修或私塾 (03) 小學肄業
(04) 小學畢業 (05) 國(初)中肄業 (06) 國(初)中畢業
(07) 高中肄業 (08) 高中畢業 (09) 高職肄業(含士官學校)
(10) 高職畢業(含士官學校) (11) 專科肄業(含軍校專修班)
(12) 專科畢業(含軍校專修班)
(13) 大學/技術學院肄業(含軍官學校正期班)
(14) 大學/技術學院畢業(含軍官學校正期班)
(15) 研究所以以上 (16) 其他(請說明_____) (N) N (R) R
3. 請問您目前的婚姻狀況是：
(1) 單身且從未結過婚(跳第 5 題) (2) 同居 (3) 已婚有偶
(4) 離婚 (5) 分居 (6) 喪偶
(7) 其他(請說明_____) (N) N (跳第 5 題) (R) R (跳第 5 題)
4. 請問您配偶的教育程度？(含同居、分居、離婚、喪偶者均需回答)
(01) 無 (02) 自修或私塾 (03) 小學肄業
(04) 小學畢業 (05) 國(初)中肄業 (06) 國(初)中畢業
(07) 高中肄業 (08) 高中畢業 (09) 高職肄業(含士官學校)
(10) 高職畢業(含士官學校) (11) 專科肄業(含軍校專修班)
(12) 專科畢業(含軍校專修班)
(13) 大學/技術學院肄業(含軍官學校正期班)
(14) 大學/技術學院畢業(含軍官學校正期班)
(15) 研究所以以上 (16) 其他(請說明_____) (N) N (R) R
5. 請問您現在最主要是做什麼工作？
(01) 有全職工作 (02) 有兼職工作
(03) 不固定(打零工) (04) 為家庭事業工作
(05) 目前沒有工作 (06) 學生/進修在學且沒有工作(跳第 8 題)
(07) 退休 (08) 家管(家庭主婦且沒有工作)(跳第 8 題)
(09) 生病不能工作(跳第 8 題)
(10) 從未工作過(跳第 8 題)

(11) 其他 (請說明 _____) (跳第 8 題)

(N) N (跳第 8 題) (R) R (跳第 8 題)

6. 請問您最主要 (含目前、失業前、退休前) 的職業是？

服務公司 (機關) 全名： _____

工作部門： _____

詳細工作內容： _____

行業： _____ (編號請參照手冊行業分類表) 職位： _____ (編號請參照手冊職位分類表) 每週平均工作時數：約 小時

7. 請問您過去工作經驗中時間最長的職業是：

行業 職位

 _____ _____

(編號請參照手冊行業分類表)

(編號請參照職位分類表)

8. 請問您住在這個鄉 (鎮、市、區) 多久？ 年 月

9. 請問您覺得自己的健康狀況和其他同年齡同性別的人比起來？ (不可代答)

(1) 比他人好很多 (2) 比他人好一些 (3) 差不多

(4) 比他人差一點 (5) 比他人差很多 (N) N (R) R

10. 請問您父親教育程度：

(01) 無 (02) 自修或私塾 (03) 小學肄業

(04) 小學畢業 (05) 國 (初) 中肄業 (06) 國 (初) 中畢業

(07) 高中肄業 (08) 高中畢業 (09) 高職肄業 (含士官學校)

(10) 高職畢業 (含士官學校) (11) 專科肄業 (含軍校專修班)

(12) 專科畢業 (含軍校專修班)

(13) 大學/技術學院肄業 (含軍官學校正期班)

(14) 大學/技術學院畢業 (含軍官學校正期班)

(15) 研究所以上 (16) 其他 (請說明 _____) (N) N (R) R

11. 請問您母親的教育程度：

(01) 無 (02) 自修或私塾 (03) 小學肄業

(04) 小學畢業 (05) 國 (初) 中肄業 (06) 國 (初) 中畢業

(07) 高中肄業 (08) 高中畢業 (09) 高職肄業 (含士官學校)

(10) 高職畢業 (含士官學校) (11) 專科肄業 (含軍校專修班)

- (12) 專科畢業 (含軍校專修班)
 (13) 大學/技術學院肄業 (含軍官學校正期班)
 (14) 大學/技術學院畢業 (含軍官學校正期班)
 (15) 研究所以以上 (16) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

12. 請問您父親的籍貫：

- (1) 台灣閩南人 (2) 台灣客家人 (3) 大陸各省市
 (4) 原住民 _____ 族 (5) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

13. 請問您母親的籍貫：

- (1) 台灣閩南人 (2) 台灣客家人 (3) 大陸各省市
 (4) 原住民 _____ 族 (5) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

14. 請問您住的房子是您_____？

- (1) 自有 (2) 配住的宿舍 (3) 租來的 (4) 親人借住，不付房租
 (5) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

15. 請問您房子坪數多大？坪 (以居住坪數估計，包括公共設施)

16. 請問您住屋型態

- (1) 公寓無電梯 (2) 純住宅之公寓或大樓，有電梯 (3) 平房
 (4) 住宅和店面或辦公室一起 (5) 樓中樓/別墅式/透天厝 (6) 組合屋
 (7) 自行搭建 (違章)/頂樓加蓋 (N) N (R) R

17. 請問您個人目前每個月金錢的收入平均大約是多少 (包括年終獎金、紅利、利息等)？

- (01) 沒有收入 (02) 5千元以下 (03) 5千~1萬元以下
 (04) 1萬~2萬元以下 (05) 2萬~3萬元以下 (06) 3萬~4萬元以下
 (07) 4萬~5萬元以下 (08) 5萬~6萬元以下 (09) 6萬~7萬元以下
 (10) 7萬~8萬元以下 (11) 8萬~9萬元以下 (12) 9萬~10萬元以下
 (13) 10萬~11萬元以下 (14) 11萬~12萬元以下
 (15) 12萬~13萬元以下 (16) 13萬~14萬元以下
 (17) 14萬~15萬元以下 (18) 15萬~16萬元以下
 (19) 16萬~18萬元以下 (20) 18萬~20萬元以下
 (21) 20萬~25萬元以下 (22) 25萬~30萬元以下
 (23) 30萬~35萬元以下 (24) 35萬~40萬元以下
 (25) 40萬~50萬元以下 (26) 50萬元以上 (N) N (R) R

18. 請問您過去一年中，您家平均一個月的收入大約是多少（全部算在一起，含所有來源）？

- | | | |
|-----------------|-----------------|----------------|
| (01) 沒有收入 | (02) 5千元以下 | (03) 5千～1萬元以下 |
| (04) 1萬～2萬元以下 | (05) 2萬～3萬元以下 | (06) 3萬～4萬元以下 |
| (07) 4萬～5萬元以下 | (08) 5萬～6萬元以下 | (09) 6萬～7萬元以下 |
| (10) 7萬～8萬元以下 | (11) 8萬～9萬元以下 | (12) 9萬～10萬元以下 |
| (13) 10萬～11萬元以下 | (14) 11萬～12萬元以下 | |
| (15) 12萬～13萬元以下 | (16) 13萬～14萬元以下 | |
| (17) 14萬～15萬元以下 | (18) 15萬～16萬元以下 | |
| (19) 16萬～18萬元以下 | (20) 18萬～20萬元以下 | |
| (21) 20萬～25萬元以下 | (22) 25萬～30萬元以下 | |
| (23) 30萬～35萬元以下 | (24) 35萬～40萬元以下 | |
| (25) 40萬～50萬元以下 | (26) 50萬元以上 | (N) N (R) R |

19. 請問您家的錢夠不夠應付每月的生活開銷和其他支出？

- | | | |
|---------------|---------------|----------|
| (1) 足夠，還有多餘的錢 | (2) 剛好足夠，沒有困難 | (3) 有些困難 |
| (4) 很困難 | (N) N | (R) R |

B. 成年人主要照顧者基本資料 (由主要照顧者回答，不要代答)

1. 請問您○○○的主要照顧者是

- | | |
|---------------------|--------------------|
| (1) 本人 (跳C. 飲食主導者卷) | (2) 母親 (跳第4題) |
| (3) 父親 (跳第4題) | (4) (外) 祖母 |
| (5) (外) 祖父 | (6) 兒子/女兒/兒媳/女婿 |
| (7) 孫子/孫女/孫媳/孫女婿 | (8) 奶媽 (褓母) |
| (9) 幫傭 | (10) 其他 (請說明_____) |
| (N) N (跳C. 飲食主導者卷) | (R) R (跳C. 飲食主導者卷) |

2. 請問您的教育程度是：

- | | | |
|---------------------------|--------------------|-------------------|
| (01) 無 | (02) 自修或私塾 | (03) 小學肄業 |
| (04) 小學畢業 | (05) 國(初)中肄業 | (06) 國(初)中畢業 |
| (07) 高中肄業 | (08) 高中畢業 | (09) 高職肄業 (含士官學校) |
| (10) 高職畢業 (含士官學校) | (11) 專科肄業 (含軍校專修班) | |
| (12) 專科畢業 (含軍校專修班) | | |
| (13) 大學/技術學院肄業 (含軍官學校正期班) | | |
| (14) 大學/技術學院畢業 (含軍官學校正期班) | | |
| (15) 研究所以上 | (16) 其他 (請說明_____) | (N) N (R) R |

3. 請問您的籍貫是：
- (1) 台灣閩南人 (2) 台灣客家人 (3) 大陸各省市
(4) 原住民 _____ 族 (5) 其他 (請說明 _____) (N) N (R) R
4. 請問您照顧○○○多久了？
- (1) 從出生到現在 (2) _____ 年 _____ 月 (N) N (R) R
5. 請問您現在最主要是做什麼工作？
- (01) 有全職工作 (02) 有兼職工作
(03) 不固定 (打零工) (04) 為家庭事業工作
(05) 目前沒有工作 (06) 學生/進修在學且沒有工作 (跳第 7 題)
(07) 退休 (08) 家管 (家庭主婦且沒有工作) (跳第 7 題)
(09) 生病不能工作 (跳第 7 題)
(10) 從未工作過 (跳第 7 題)
(11) 其他 (請說明 _____) (跳第 7 題)
(N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)
6. 請問您最主要 (含目前、失業前、退休前) 的職業是？
- 服務公司 (機關) 全名： _____
- 工作部門： _____
- 詳細工作內容： _____
- 行業： _____ (編號請參照手冊行業分類表) □□□
- 職位： _____ (編號請參照手冊職位分類表) □□□
7. 請問您目前主要住在： _____ 縣 (市) _____ 鄉 (鎮、市、區)
- 郵遞區號： _____
8. 請問您住在這個鄉 (鎮、市、區) 多久？ _____ 年 _____ 月
9. 請問您覺得自己的健康狀況和其他同年齡同性別的人比起來？ (不可代答)
- (1) 比他人好很多 (2) 比他人好一些 (3) 差不多
(4) 比他人差一點 (5) 比他人差很多 (N) N (R) R

C. 成年人飲食主導者基本資料 (由飲食主導者回答，不可代答)

1. 請問您○○○的飲食主導者是

- (01) 同主要照顧者 (跳飲食問卷) (02) 本人 (跳飲食問卷)
 (03) 母親 (跳飲食問卷) (04) 父親 (跳飲食問卷)
 (05) (外) 祖母 (06) (外) 祖父
 (07) 兒子/女兒/兒媳/女婿 (08) 孫子/孫女/孫媳/孫女婿
 (09) 奶媽 (褓母) (10) 幫傭
 (11) 其他 (請說明_____) (N) N (跳飲食問卷)
 (R) R (跳飲食問卷)

2. 請問您的教育程度是：

- (01) 無 (02) 自修或私塾 (03) 小學肄業
 (04) 小學畢業 (05) 國(初)中肄業 (06) 國(初)中畢業
 (07) 高中肄業 (08) 高中畢業 (09) 高職肄業 (含士官學校)
 (10) 高職畢業 (含士官學校) (11) 專科肄業 (含軍校專修班)
 (12) 專科畢業 (含軍校專修班)
 (13) 大學/技術學院肄業 (含軍官學校正期班)
 (14) 大學/技術學院畢業 (含軍官學校正期班)
 (15) 研究所以以上 (16) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

3. 請問您的籍貫是：

- (1) 台灣閩南人 (2) 台灣客家人 (3) 大陸各省市
 (4) 原住民 _____ 族 (5) 其他 (請說明_____) (N) N (R) R

4. 請問您照顧○○○多久了？

- (1) 從出生到現在 (2) ____ 年 ____ 月 (N) N (R) R

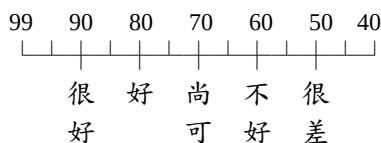
5. 請問您現在最主要是做什麼工作？

- (01) 有全職工作 (02) 有兼職工作
 (03) 不固定 (打零工) (04) 為家庭事業工作
 (05) 目前沒有工作 (06) 學生/進修在學且沒有工作 (跳第 7 題)
 (07) 退休 (08) 家管 (家庭主婦且沒有工作) (跳第 7 題)
 (09) 生病不能工作 (跳第 7 題)
 (10) 從未工作過 (跳第 7 題)
 (11) 其他 (請說明_____) (跳第 7 題)
 (N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)

6. 請問您最主要（含目前、失業前、退休前）的職業是？
服務公司（機關）全名： _____
工作部門： _____
詳細工作內容： _____
行業： _____ （編號請參照手冊行業分類表）
職位： _____ （編號請參照手冊職位分類表）
7. 請問您目前主要住在： _____ 縣（市） _____ 鄉（鎮、市、區）
郵遞區號：
8. 請問您住在這個鄉（鎮、市、區）多久？ 年 月
9. 請問您覺得自己的健康狀況和其他同年齡同性別的人比起來？ **（不可代答）**
（1）比他人好很多 （2）比他人好一些 （3）差不多
（4）比他人差一點 （5）比他人差很多 （N）N （R）R

(此部分由訪員自填)

1. 請問受訪者提供資料品質： 分



2. 請問這份問卷的應答者為？ (可複選)

(1) 本人

(2) 其他人 1: _____ (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

(3) 其他人 2: _____ (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

3. 請問這份問卷是：

(1) 訪員訪填/受訪者沒看問卷題目 (2) 訪員訪填/受訪者有看問卷題目

(3) 透過第三者翻譯訪談 (4) 其他 (請說明_____)

4. 請問在訪問中，受訪者有沒有表示過拒絕受訪的意思？

(1) 開始時有意要拒絕 (2) 訪問進行中曾表示拒絕的意思

(3) 訪問到最後有拒絕的意思 (4) 從頭到尾曾數次表示拒絕的意思

(5) 從頭到尾均未表示拒絕均未表示拒絕

5. 請問在訪問中，受訪者是否表示不耐煩？

(1) 從未表示不耐煩 (2) 很少表示不耐煩

(3) 有時不耐煩 (4) 一直不耐煩

6. 請問在訪問中，受訪者對訪員的信任程度如何？

(1) 很低 (2) 低 (3) 高 (4) 很高

7. 請問在訪問中，受訪者是否有意應付？

(1) 大都在應付 (2) 有些時候在應付

(3) 不像是在應付 (4) 完全沒有應付的意思

8. 請問整體來說，受訪者合作程度：

(1) 很不合作 (2) 不合作 (3) 合作 (4) 很合作

9. 請問訪問所得的可靠程度：

(1) 很不可靠 (2) 不可靠 (3) 可靠 (4) 很可靠

10. 請問訪問時所用的語言是：

(1) 國語 (2) 台語 (3) 客語 (4) 國台語

(5) 國客語 (6) 其他 (請說明_____)

11. 請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？ **(可複選)**

- (1) 自家裏 (2) 他人家裏 (3) 工作處
(4) 學校 (含安親班/課輔班/補習班等)
(6) 戶外 (7) 其他 (請說明_____)

12. 請問訪問時有其他人在場 (除了受訪者與訪員之外的其他人、翻譯) 嗎？

- (1) 沒有 **(此卷結束)** (2) 有 **(請續答)**

13. 若有，請問是誰？ (可複選)

- (01) 子女/婿媳 (02) 配偶 (03) 兄弟姊妹 (或配偶)
(04) 父母/公婆/岳父母 (05) (外) 祖父母 (06) (外) 曾祖父母
(07) (外) 孫 (或配偶) (08) 伯叔姑/舅姨 (或配偶)
(09) 堂 (表) 兄弟姊妹 (或配偶) (10) 其他親戚
(11) 無親屬關係者 (12) 保姆、家務協助者 (幫傭/管家)
(13) 鄰居/朋友 (14) 老師/同學/同事
(15) 其他 (請說明_____)

A. 飲食習慣（由本人回答）

下面的問題，是想瞭解您一般用餐及準備餐點的情形。請根據最近一個月內您的飲食狀況，回答下列所有問題：

1. 請問您通常最主要是由誰為您準備 ____ 餐？（早、午、晚餐請分別詢問，並唸出選項）

請參閱提示本

	自己	配偶	家人親戚	朋友鄰居	幫傭	其他 (請說明)	N	R
a. 早餐	1	2	3	4	5	_____	N	R
b. 午餐	1	2	3	4	5	_____	N	R
c. 晚餐	1	2	3	4	5	_____	N	R

2. 請問您家中通常最主要是由誰購買食物呢？

請參閱提示本

- (1) 自己 (2) 配偶 (3) 家人親戚 (4) 朋友鄰居 (5) 幫傭
(6) 家中完全沒有自己準備三餐食物之情形 (7) 其它 (請說明_____)
(N) N (R) R

3. 請問您通常最常和誰一起用 ____ 餐？（早、午、晚餐請分別詢問，並唸出選項）

請參閱提示本

	單獨	配偶	家人親戚	同學同事	朋友鄰居	其他 (請說明)	N	R
a. 早餐	1	2	3	4	5	_____	N	R
b. 午餐	1	2	3	4	5	_____	N	R
c. 晚餐	1	2	3	4	5	_____	N	R

4. 下面想請問您最近一個月中吃三餐、點心/零食、及宵夜的次數，以及其中外食/外帶的次數有多少？

最近一個月中，請問您每個禮拜平均有幾天吃 ____ 餐？		若有吃，請問您其中有幾天是 <u>外食/外帶</u> ？
a. 早餐（飯）？	□ . □ 天	□ . □ 天
b. 早上的點心/零食？	□ . □ 天	□ . □ 天
c. 午餐（飯）？	□ . □ 天	□ . □ 天
d. 下午的點心/零食？	□ . □ 天	□ . □ 天
e. 晚餐（飯）？	□ . □ 天	□ . □ 天
f. 宵夜？	□ . □ 天	□ . □ 天

5. 下面的問題，是有關您在食用油上一般的使用習慣。請根據最近一個月內您的食用狀況，回答下列所有問題：

5-1. 請問您家中是否有使用任何食用油來烹調或調味？

(1) 是 (2) 否 (跳第 6 題) (N) N (跳第 6 題) (R) R (跳第 6 題)

↓

請從下列中勾選出最近一個月中有使用過的食用油？(可複選)	請問油的用途為：(可複選)									
請參閱提示本	炒	煎	炸	涼拌、拌麵、拌飯	塗麵包	沙拉	其他(請說明_____)	N	R	
(01) 沙拉油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(02) 花生油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(03) 玉米油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(04) 蔬菜油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(05) 紅花籽油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(06) 葵花油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(07) 胚芽油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(08) 橄欖油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(09) 清香油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(10) 麻油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(11) 小磨香油(馨油)	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(12) 豬油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(13) 奶油	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(14) 植物性奶油 (人造奶油/瑪琪琳)	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(15) 美乃滋	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(16) 其它沙拉醬 (美乃滋以外)	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(17) 低脂沙拉醬	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(18) 其它_____	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(19) 不知名稱	1	2	3	4	5	6	7	_____	N	R
(R) R										

6. 下面的問題，是有關您一般的飲食習慣。請根據最近一個月內您的飲食習慣，回答下列所有問題：

請問您， <u>最近一個月中</u> ……	總是如此	多數如此	一半一半	少數如此	從未如此	本題不適用	N	R
1. 當您吃飯或麵時，會用滷汁或豬油拌飯或拌麵嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
2. 當您吃 <u>家禽</u> 肉類（如：雞、鴨、鵝）時，會連皮或肥油一起吃嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
3. 當您吃 <u>家畜</u> 肉類（如：豬、牛、羊）時，會連皮或肥肉一起吃嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
4. 當您喝奶類時，會選用低脂或脫脂的製品嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
5. 當您吃點心零食時，會選擇以吃蔬菜或水果類食物來 <u>代替</u> 高脂類點心零食（如：芋片、糕餅、甜甜圈）嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
6. 當您吃肉類時，您會選擇吃其烹調方式是滷或烤的肉類（如：滷或烤雞腿）來 <u>代替</u> 油炸方式的肉類（如：炸雞排）嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
7. 當您進餐時會另外加鹽、或沾醬油、醬油膏、椒鹽、辣椒醬等調味料嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
8. 您是否會用菜餚的湯汁拌飯或拌麵？	1	2	3	4	5	99	N	R
9. 若某食品有推出低脂的產品選項（如：低脂沙拉醬）時，您會選用它來 <u>取代</u> 一般型的產品嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
10. 請問您在 <u>午餐</u> 時會至少吃一種蔬菜嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
11. 請問您在 <u>晚餐</u> 時會至少吃兩種蔬菜嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
12. 您會選擇吃瘦肉來 <u>代替</u> 五花肉或蹄膀嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
13. 您吃的食物會使用低鈉鹽、美味鹽、或薄鹽醬油等低鈉產品嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
14. 當您吃麵包時，是否塗抹奶油、植物性奶油(瑪琪琳)或美乃滋？	1	2	3	4	5	99	N	R

請問您， <u>最近一個月中</u> ……	總是如此	多數如此	一半一半	少數如此	從未如此	本題 不適 用	N	R
15. 您所吃的家禽、畜肉類，是用油炸的方式烹調的嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
16. 當您吃冰淇淋時，您會選擇吃「低脂」冰淇淋嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
17. 您會盡量以吃魚或雞肉等較低油脂肉類來 <u>代替</u> 豬或牛肉等較高油脂肉類的攝取嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
18. 進餐時會以醬菜、豆腐乳、豆豉等佐菜配飯嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
19. 您所吃的蔬菜，是用炒的方式烹調的嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
20. 當您吃魚時，有沒有用油烹調？（包括煎過再紅燒、蒸過的魚淋上油等）	1	2	3	4	5	99	N	R
21. 您會在某些餐次以吃清淡素食為主，來減少吃到像肉類等較高油脂的食物嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R
22. 您吃的豆製品是否是油炸的（如：油豆腐、炸過的豆皮、臭豆腐等）？	1	2	3	4	5	99	N	R
23. 當您吃家禽、畜肉類時，您會盡量少吃幾口嗎？	1	2	3	4	5	99	N	R

B. 主食類食物攝取狀況 (由本人回答)

B-1. 下面的問題，是想請問您在主食類 (五穀根莖類) 上一般的飲食習慣。請根據最近一個月內您的食用情形，回答下列所有問題：

1. 請問您最近一個月是否有吃乾式米飯類、稀飯類、麵類、早餐穀類、麵包類、中式糕點類、中式麵點類、油煎餅類、鹹包子類、甜包子類、餃子類、糯米類、根莖澱粉類、糯米甜點類？

(01) 乾式米飯類 (如：白飯、糙米飯、五穀雜糧、炒飯、滷肉飯、飯糰、壽司等)

1-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(02) 稀飯類 (如：稀飯、地瓜稀飯、糙米稀飯、海鮮粥等)

1-b. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(03) 麵類 (如：麵條、米粉、米苔目、冬粉、粿仔條、麵線、蚵仔麵線、炒麵、泡麵、羹麵等)

1-c. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(04) 早餐穀類 (如：麥片、三合一麥片、玉米脆片等)

1-d. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(05) 麵包類 (如：麵包、土司、漢堡、大亨堡、三明治等)

1-e. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(06) 中式糕點類 (如：蘿蔔糕、芋頭糕、糯米糕、豬血糕、碗粿等)

1-f. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(07) 中式麵點類 (如：燒餅、油條、甜燒餅、饅頭、山東大餅、花捲、銀絲捲等)

1-g. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(08) 油煎餅類 (如：油煎餅、蛋餅、蔥油餅、韭菜盒子等)

1-h. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(09) 鹹包子類 (如：卦包、肉包、菜包、水煎包、小籠包肉圓等)

1-i. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(10) 甜包子類 (如：紅豆包、芝麻包、芋頭包、蕃薯包等)

1-j. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(11) 餃子類 (如：餛飩、水餃、鍋貼、水晶餃、燒賣等)

1-k. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(12) 糯米類 (如：肉粽、菜粽、油飯、糯米腸、八寶飯、米糕等)

1-l. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(13) 根莖澱粉類 (如：蕃薯(甘薯/地瓜)、馬鈴薯、芋頭、山藥、蓮藕、芋
薺、菱角等)

1-m. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(14) 糯米甜點類 (如：麻薯、湯圓、紅龜等)

1-n. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(15) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

C. 一般飲食頻率 (由本人回答)

(請根據最近一個月內您的飲食狀況回答下列問題)

1. 請問您最近一個月是否有吃**蛋類**(如：白煮蛋、滷蛋、皮蛋、鹹蛋、荷包蛋、蛋炒飯、蛋花湯、蔥油蛋餅、蕃茄炒蛋、加蛋在沙茶醬/豆漿/刨冰/飲料中等)?

(1) 是 →

(2) 否

(N) N

(R) R

1-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

2. 請問您最近一個月是否有吃**鮮奶、奶粉類**(如：牛奶、羊奶等)?

(1) 是 →

(2) 否

(N) N

(R) R

2-a. 以**脂肪含量**而言, 請問主要是何種鮮奶、奶粉類? (可複選)

(1) 全脂 (2) 低脂 (3) 脫脂

(4) 其它 (N) N (R) R

2-b. 請問您所喝的主要鮮奶、奶粉類中, 有無添加下列任何的維生素/礦物質? (可複選)

(1) 無添加 (2) 維生素 A

(3) 維生素 D (4) 鈣 (高鈣)

(5) 鐵 (高鐵) (6) 其它

(7) 不知名 (N) N (R) R

2-c. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(2) 否 →

(N) N

(R) R

2-d. 請問您**不喝奶類飲料**的原因? (可複選)

請參閱提示本

(01) 會腹瀉 (02) 會脹氣

(03) 會便秘 (04) 會過敏

(05) 不喜歡 (06) 不敢喝

(07) 沒有喝的習慣

(08) 沒有適當的時間喝

(09) 價格太高 (10) 買不到

(11) 沖泡麻煩 (12) 減肥

(13) 其它 (請說明) (N) N (R) R

3. 請問您最近一個月是否有吃調味乳類、優酪乳、優格類、起司或乳酪類? (可複選)

(1) 調味乳類 (各式口味如: 果汁、蘋果、巧克力等)

3-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(2) 優酪乳、優格類

3-b. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(3) 起司或乳酪類

(4) 都沒吃此類食物

(N) N

(R) R

3-c. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

4. 請問您最近一個月是否有吃豆漿、蜜/豆奶、豆花等豆乳類飲品或製品?

(1) 是

(2) 否 (跳第 6 題)

(N) N (跳第 6 題)

(R) R (跳第 6 題)

4-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

5. 請您選出最近一個月中較常喝的豆乳類製品? (可複選)

請參閱提示本

(01) 豆漿 (02) 鮮奶豆漿 (03) 高鈣豆漿 (04) 卵磷脂豆漿

(05) 米豆漿 (06) 黑豆漿 (07) (蜜) 豆奶 (08) 各式豆花

(09) 其它 (請說明) (10) 不知名

(11) 無較常吃的食物項目 (R) R

6. 請問您最近一個月是否有吃米漿 (如: 糙/米漿、鮮奶薏仁山藥米漿、花生/胚芽米漿等)?

(1) 是

(2) 否

(N) N

(R) R

6-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

7. 請問您最近一個月是否有吃淺色蔬菜類、深色蔬菜類、紅蘿蔔、根莖菜類、菇
菌類、筍類、瓜類、豆仁、豆莢類、海產植物類、醃漬蔬菜類? (可複選)

(次數的計算：蔬菜類每碟/每道算一次)

(01) 淺色蔬菜類 (如：高麗菜、大白菜、韭黃、豆芽菜、苜蓿芽等)

7-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(02) 深色蔬菜類 (如：芥藍菜、空心菜、菠菜、A仔菜、川七、茼蒿、蕃
薯葉、綠花椰菜、青椒等)

7-b. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(03) 紅蘿蔔

7-c. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(04) 根莖菜類 (如：白蘿蔔、洋蔥、牛蒡等)

7-d. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(05) 菇菌類 (如：乾/新鮮香菇、黑/白木耳、草菇、金針菇、洋菇、鮑魚
菇等)

7-e. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(06) 筍類 (如：竹筍、筍白筍、蘆筍、箭筍等)

7-f. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(07) 瓜類 (如：黃瓜、冬瓜、絲瓜、苦瓜、瓠瓜 (蒲仔)、南瓜等)

7-g. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(08) 豆仁、豆莢類 (如：四季豆 (敏豆)、菜豆 (長豆)、青豆仁、碗豆莢、毛豆、皇帝豆等)

7-h. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(09) 海產植物類 (如：海帶、紫菜/海苔、海茸、髮菜、海菜、海帶芽等)

7-i. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(10) 醃漬蔬菜類 (如：蘿蔔乾 (菜脯)、酸菜、筍乾、榨菜、花瓜、梅乾菜、泡菜等)

7-j. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(11) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

8. 請問您最近一個月是否有吃調味蔬菜類 (如：蒜頭或蒜泥、蔥、薑、香菜 (芫荽)、九層塔、青蒜、辣椒、香椿等)？

(次數的計算：蔬菜類每碟/每道算一次)

(1) 是 →

(2) 否

(N) N

(R) R

8-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

8-b. 請您選出最近一個月中較常吃的調味蔬菜類？ (可複選)

請參閱提示本

(01) 蒜頭/蒜泥 (02) 蔥 (03) 薑 (04) 辣椒

(05) 青蒜 (06) 香菜 (芫荽) (07) 九層塔

(08) 香椿 (09) 其它_____ (10) 不知名

(11) 無較常吃的食物項目 (R) R

9. 綜合來講，請問您多久吃一次蔬菜？

(次數的計算：蔬菜類每碟/每道算一次)

(1) 每天，每天 次 (N) N(2) 每週，每週 次 (R) R(3) 每月，每月 次

(4) 都沒吃

10. 請問您最近一個月是否有吃麵筋、麵腸類、一般黃豆製品類、黃豆發酵食品類？(可複選)

(1) 麵筋、麵腸類 (如：花生麵筋、麵腸等)

10-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N(2) 每週，每週 次 (R) R(3) 每月，每月 次

(2) 一般黃豆製品類 (如：豆腐、油豆腐、豆皮、豆漿、百頁結、零食豆干、素雞、素火腿等)

10-b. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N(2) 每週，每週 次 (R) R(3) 每月，每月 次

(3) 黃豆發酵食品類 (如：豆腐乳、豆豉、臭豆腐、味噌等)

10-c. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N(2) 每週，每週 次 (R) R(3) 每月，每月 次

(4) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

11. 請問您最近一個月是否有吃紅豆、綠豆、米豆、花豆等種子豆類及製品 (如：紅/綠豆湯、豆沙包、花豆饅頭等)？

(1) 是

(2) 否

(N) N

(R) R

11-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N(2) 每週，每週 次 (R) R(3) 每月，每月 次

12. 請問您最近一個月是否有吃堅果或堅果製品類（如：花生、花生湯、花生醬、瓜子、芝麻粉/醬、腰果、核桃、開心果、杏仁果、杏仁茶等）？

- (1) 是
(2) 否
(N) N (R) R

12-a. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

13. 請問您最近一個月是否有吃新鮮水果類？

- (1) 是
(2) 否 (跳第 15 題)
(N) N (跳第 15 題)
(R) R (跳第 15 題)

13-a. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

14. 請您選出最近一個月中較常吃的新鮮水果類？（可複選）

請參閱提示本

- | | | | | |
|-------------------|----------|----------|----------|---------|
| (01) 橘子 | (02) 蘋果 | (03) 芭樂 | (04) 西瓜 | (05) 柳橙 |
| (06) 香蕉 | (07) 梨子 | (08) 芒果 | (09) 木瓜 | (10) 甘蔗 |
| (11) 葡萄 | (12) 蕃茄 | (13) 哈密瓜 | (14) 龍眼 | (15) 香瓜 |
| (16) 蓮霧 | (17) 楊桃 | (18) 鳳梨 | (19) 棗子 | (20) 柚子 |
| (21) 文旦 | (22) 葡萄柚 | (23) 加州李 | (24) 水蜜桃 | (25) 桃子 |
| (26) 柿子 | (27) 奇異果 | (28) 釋迦 | (29) 榴蓮 | (30) 草莓 |
| (31) 酪梨 | (32) 荔枝 | (33) 西洋梨 | (34) 百香果 | (35) 櫻桃 |
| (36) 火龍果 | (37) 枇杷 | (38) 山竹 | (39) 菠蘿蜜 | (40) 桑椹 |
| (41) 其它（請說明_____） | (42) 不知名 | | | |
| (43) 無較常吃的食物項目 | (R) R | | | |

15. 請問您最近一個月是否有吃100%純果汁或蔬果原汁類、市售含糖蔬果汁類？

（可複選）

- (1) 100%純果汁或蔬果原汁類（如：柳橙原汁、木瓜原汁、芭樂原汁、紅蘿蔔原汁、蕃茄原汁、蔬菜汁等）

15-a. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

- (2) 市售含糖蔬果汁類（如：柳橙汁、芭樂汁、楊桃汁、蕃茄汁、果菜汁等）

15-b. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

- (3) 都沒有吃此類食物
(N) N
(R) R

16. 請問您最近一個月是否有吃水果罐頭類、脫水水果、醃漬水果、蜜餞類、果醬類？（可複選）

(1) 水果罐頭類（如：水蜜桃罐頭、鳳梨罐頭、綜合水果罐頭等）

16-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(2) 脫水水果、醃漬水果、蜜餞類（如：龍眼乾、葡萄乾、芒果青、酸梅、黑棗等）

16-b. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(3) 果醬類（如：草莓果醬、葡萄果醬、柳橙果醬等）

16-c. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(4) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

17. 綜合來講，請問您多久吃一次魚類（含所有魚類）（如：白鯧、鱸魚、鯽魚、鯛魚、吳郭魚、各式魚罐頭等）？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(4) 都沒吃

18. 請問您最近一個月是否有吃深海（高 W-3）魚類（如：鱈魚、旗魚、鯊、鯖魚、鮭魚、鮪魚、各式深海魚罐頭等）？

(1) 是

(2) 否

(N) N

(R) R

17-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

19. 請問您最近一個月是否有吃帶骨一起吃的水產魚類、介殼、貝類、除了魚和介殼貝類外的其他海產類、海產卵類、海產製品類? (可複選)

(1) 帶骨一起吃的水產魚類 (如：小蝦米、連殼蝦、軟殼蟹、勿仔魚、小魚乾/丁香魚乾、帶骨的魚罐頭等)

19-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(2) 介殼、貝類 (如：牡蠣、蚵干、蛤蜊、蜆、螺、鮑魚、干貝、九孔等)

19-b. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(3) 除了魚和介殼貝類外的其他海產類 (如：蝦、小管、魷魚、花枝、章魚、烏賊、螃蟹或蟳、海參、田雞等)

19-c. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(4) 海產卵類 (如：魚卵、烏魚子、蟹黃等)

19-d. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(5) 海產製品類 (如：魚鬆、魚酥、鹹魚、魷魚絲、柴魚片等)

19-e. 請問您多久吃一次?

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

(6) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

20. 請問您最近一個月是否有吃家禽肉類、家畜瘦肉類、家畜半肥肉類? (可複選)

(1) 家禽肉類 (如：雞、鴨、鵝等兩隻腳的動物等)

20-a. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

(2) 家畜瘦肉類 (如：豬、牛、羊等四隻腳的動物等)

20-b. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

(3) 家畜半肥肉類 (如：蹄膀、豬腳、五花 (絞) 肉、半肥牛肉、漢堡肉、包子肉、餃子肉等)

20-c. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

(4) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

21. 請問您最近一個月是否有吃肝臟類、除了肝臟外的其他內臟類、家禽、畜的血類、家禽、畜的其它部位類? (可複選)

(1) 肝臟類 (如：豬、雞、牛、鴨、鵝等的肝臟等)

21-a. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

(2) 除了肝臟外的其他內臟類 (如：豬腸、豬肚、粉腸、豬心、雞心、雞胗、腎 (腰子) 等)

21-b. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

(3) 家禽、畜的血類 (如：豬血、鴨血等)

21-c. 請問您多久吃一次?

- (1) 每天，每天 次 (N) N
 (2) 每週，每週 次 (R) R
 (3) 每月，每月 次

- (4) 家禽、畜的其它部位類 (如：豬頭皮、豬耳朵、雞爪、鴨頭、雞屁股、雞脖子、蹄筋等)

21-d. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (5) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

22. 請問您最近一個月是否有吃肉加工製品類、肉漿加工製品類？(可複選)

- (1) 肉加工製品類 (如：肉乾、肉鬆/脯、香腸、火腿、臘肉/臘腸、醃肉、鴨賞、熱狗等)

22-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (2) 肉漿加工製品類 (如：魚丸、貢丸/牛肉丸、花枝丸、魚板、黑輪/甜不辣/竹輪、肉羹、魷魚羹/花枝羹、各式火鍋餃等)

22-b. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (3) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

23. 請問您最近一個月是否有吃乳酸飲料類、碳酸飲料類、運動飲料或機能飲料類、巧克力飲料類、各式奶茶、除奶茶外其他含茶葉成分的茶類飲料、不含茶葉成分的茶類飲料？(可複選)

- (1) 乳酸飲料類 (如：養樂多、健健美、比菲多、益菌多、健酪、可爾必思等)

23-a. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (2) 碳酸飲料類 (如：汽水、可樂、沙士等)

23-b. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (3) 運動飲料（如：舒跑、寶礦力等）、或機能飲料類（如：高纖飲料、奧雷特寡糖飲料、高胺基酸飲料等）

23-c. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (4) 巧克力飲料類（如：阿華田、美祿等）

23-d. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (5) 各式奶茶

23-e. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (6) 不含茶葉成分的茶類飲料（如：花/水果茶、青草茶、麥茶、人蔘茶、金線蓮茶、冬蟲夏草茶等）

23-g. 請問您多久吃一次？

(1) 每天，每天 次 (N) N

(2) 每週，每週 次 (R) R

(3) 每月，每月 次

- (7) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

24. 請問您最近一個月是否有吃**咖啡飲料類**（如：即溶/自製咖啡、拿鐵、卡布其諾、市售各式咖啡飲料等）？

- (1) 是
(2) 否
(N) N
(R) R

24-a. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

24-b. 請問您喝咖啡時，是否有加**奶精**？

- (1) 是
(2) 否
(N) N
(R) R

24-c. 請問您加奶精的頻率大小？

- (1) 總是如此 (2) 多數如此
(3) 一半一半 (4) 少數如此
(N) N (R) R

24-d. 請問您喝咖啡時，是否有加**糖**？

- (1) 是
(2) 否
(N) N
(R) R

24-e. 請問您加糖的頻率大小？

- (1) 總是如此 (2) 多數如此
(3) 一半一半 (4) 少數如此
(N) N (R) R

25. 請問除您最近一個月是否有吃**奶茶**外其他含茶葉成分的茶類飲料（如：紅/綠/烏龍/普洱茶、香片、客家擂茶等）？（可複選）

- (1) 是
(2) 否
(N) N
(R) R

25-a. 請問您多久吃一次？

- (1) 每天，每天 次 (N) N
(2) 每週，每週 次 (R) R
(3) 每月，每月 次

25-b. 請問您喝茶時，是否有加**糖**？

- (1) 是
(2) 否
(N) N
(R) R

25-c. 請問您加糖的頻率大小？

- (1) 總是如此 (2) 多數如此
(3) 一半一半 (4) 少數如此
(N) N (R) R

26. 請問您最近一個月是否有吃冰淇淋、奶昔、雪糕、聖代類、冰棒、冰沙、剉冰類? (可複選)

(1) 冰淇淋、奶昔、雪糕、聖代類

26-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(2) 冰棒、冰沙、剉冰類 (如: 紅豆冰棒、雪花冰等)

26-b. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(3) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

27. 請問您最近一個月是否有吃餅乾零食類、蛋糕、西點派類、糖果、巧克力類、點心甜湯、果凍、布丁類? (可複選)

(1) 餅乾零食類 (如: 各式餅乾、車輪餅、洋芋片、蛋捲、小泡芙等)

27-a. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(2) 蛋糕、西點派類 (如: 各式奶油/巧克力蛋糕、蜂蜜蛋糕、雞蛋糕、蘋果/檸檬派等)

27-b. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(3) 糖果、巧克力類 (如: 巧克力、各式糖果、牛奶糖、花生糖、貢糖、軟糖、含糖口香糖等)

27-c. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(4) 點心甜湯、果凍、布丁類 (如: 粉圓、湯圓、桂圓紅棗湯、銀耳蓮子湯、仙草、愛玉、蒟蒻、布丁等)

27-d. 請問您多久吃一次?

(1) 每天, 每天 次 (N) N

(2) 每週, 每週 次 (R) R

(3) 每月, 每月 次

(5) 都沒有吃此類食物

(N) N

(R) R

28. 以食物的量而言，請問您最近一個月中所吃的比平日：

- (1) 較多 (原因是：_____)
- (2) 差不多
- (3) 較少 (原因是：_____)
- (N) N
- (R) R

29. 以食物種類而言，請問您最近一個月中所吃的比平日：

- (1) 較多 (原因是：_____)
- (2) 差不多
- (3) 較少 (原因是：_____)
- (N) N
- (R) R

D. 膳食補充品 (由本人回答)

1. 最近一個月來，請問您是否食用膳食補充品（包括維生素、礦物質、雞精、魚油、高蛋白粉、卵磷脂、康貝特、中藥及中藥製品等）？

- (1) 是 (2) 否 (跳疾病史卷)
- (N) N (跳疾病史卷) (R) R (跳疾病史卷)

2. 請依據您所吃的膳食補充品回答以下問題。

補充品 名稱	補充品 主要訴 求成分	成分 取得 方式 ♠	食用頻率		每次 用量	單 位 ♦	購買 動機 (複選) ♣	決定產 品因素 (複選) ★	備 註
			頻率單位	次數					
			1.每天 2.每週 3.每月 4.一個月吃 不到1次	□□□□	□□□□				
			1.每天 2.每週 3.每月 4.一個月吃 不到1次	□□□□	□□□□				

補充品 名稱	補充品 主要訴 求成分	成分 取得 方式 ♠	食用頻率		每次 用量	單 位 ◆	購買 動機 (複選) ♣	決定產 品因素 (複選) ★	備 註
			頻率單位	次數					
			1.每天 2.每週 3.每月 4.一個月吃 不到1次	□□□□	□□□□				
			1.每天 2.每週 3.每月 4.一個月吃 不到1次	□□□□	□□□□				
			1.每天 2.每週 3.每月 4.一個月吃 不到1次	□□□□	□□□□				

♠成分取得方式：

(01)收集包裝或以電子方式紀錄

(02)受訪者回答

(N) N

(R) R

◆單位：

(01)粒 (02)瓶 (03)包 (04)百 c.c. (05)茶匙 (06)c.c. (07)滴 (08)湯匙

(09)碗 (10)克 (11)其他 (請說明_____) (N)N (R)R

♣使用動機或目的：(可複選)

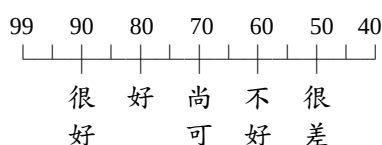
- (01)預防老人癡呆 (02)延緩老化 (03)防癌 (04)調節血壓
 (05)預防骨質疏鬆症 (06)調節血脂膽固醇 (07)肩膀酸痛
 (08)神經痛 (09)更年期障礙改善 (10)改善性功能
 (11)調整月經 (12)減肥 (13)養顏美容 (14)健胸豐胸
 (15)增強體力 (16)增加記憶力 (17)改善皮膚 (18)促進生長發育
 (19)補充營養不均衡 (20)改善體質 (21)增強免疫力 (22)預防蛀牙
 (23)調節血糖 (24)調整腸胃功能 (25)抗疲勞 (26)預防感冒
 (27)促進肝臟機能 (28)預防關節退化 (29)其他 (請說明_____)
 (N)N (R)R

★請問您決定使用此膳食補充品的主要因素？(可複選)

- (01)有無諮詢服務 (02)品牌與口碑 (03)便利性 (04)銷售人員特質
 (05)提供豐富產品資料 (06)政府認證 (如衛生署字號) (07)打折/折扣
 (08)他人 (如朋友或親戚) 贈送 (09)親戚朋友介紹
 (10)醫療專業人員介紹 (11)商店老闆或相關業務員介紹
 (12)其他 (請說明_____) (N) N (R) R

(此部分由訪員自填)

1. 請問受訪者提供資料品質： 分



2. 請問這份問卷的應答者為？ **(可複選)**

(1) 本人

(2) 其他人 1： (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

(3) 其他人 2： (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

3. 請問這份問卷是：

(1) 訪員訪填/受訪者沒看問卷題目 (2) 訪員訪填/受訪者有看問卷題目

(3) 透過第三者翻譯訪談 (4) 其他 (請說明)

4. 請問在訪問中，受訪者有沒有表示過拒絕受訪的意思？

(1) 開始時有意要拒絕 (2) 訪問進行中曾表示拒絕的意思

(3) 訪問到最後有拒絕的意思 (4) 從頭到尾曾數次表示拒絕的意思

(5) 從頭到尾均未表示拒絕均未表示拒絕

5. 請問在訪問中，受訪者是否表示不耐煩？

(1) 從未表示不耐煩 (2) 很少表示不耐煩

(3) 有時不耐煩 (4) 一直不耐煩

6. 請問在訪問中，受訪者對訪員的信任程度如何？

(1) 很低 (2) 低 (3) 高 (4) 很高

7. 請問在訪問中，受訪者是否有意應付？

(1) 大都在應付 (2) 有些時候在應付

(3) 不像是在應付 (4) 完全沒有應付的意思

8. 請問整體來說，受訪者合作程度：

(1) 很不合作 (2) 不合作 (3) 合作 (4) 很合作

9. 請問訪問所得的可靠程度：

(1) 很不可靠 (2) 不可靠 (3) 可靠 (4) 很可靠

10. 請問訪問時所用的語言是：

(1) 國語 (2) 台語 (3) 客語 (4) 國台語

(5) 國客語 (6) 其他 (請說明)

11. 請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？（可複選）

- (1) 自家裏 (2) 他人家裏 (3) 工作處
(4) 學校（含安親班/課輔班/補習班等）
(6) 戶外 (7) 其他（請說明_____）

12. 請問訪問時有其他人在場（除了受訪者與訪員之外的其他人、翻譯）嗎？

- (1) 沒有（此卷結束） (2) 有（請續答）

13. 若有，請問是誰？（可複選）

- (01) 子女/婿媳 (02) 配偶 (03) 兄弟姊妹（或配偶）
(04) 父母/公婆/岳父母 (05)（外）祖父母 (06)（外）曾祖父母
(07)（外）孫（或配偶） (08) 伯叔姑/舅姨（或配偶）
(09) 堂（表）兄弟姊妹（或配偶） (10) 其他親戚
(11) 無親屬關係者 (12) 保姆、家務協助者（幫傭/管家）
(13) 鄰居/朋友 (14) 老師/同學/同事
(15) 其他（請說明_____）

A. 疾病史 (由本人回答)

現在我想請問一些有關您健康的問題。

疾病名稱	您曾患有____疾病嗎？				是否經醫師診斷？				現在已經控制住了嗎？				是否繼續用藥？			
	是	否	N	R	是	否	N	R	是	否	N	R	是	否	N	R
01. 白內障	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
02. 青光眼	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
03. 肺結核	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
04. 肺氣腫	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
05. 慢性支氣管炎	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
06. 氣喘	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
07. 過敏性疾病	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
08. 消化性潰瘍	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
09. 腸躁症	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
10. 慢性肝炎	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
11. 脂肪肝	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
12. 肝硬化	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
13. 甲狀腺腫大	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
14. 甲狀腺功能異常	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
15. 痛風	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
16. 關節炎	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
17. 高血壓	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
18. 高血脂症	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
19. 中風	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
20. 糖尿病	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
21. 腎臟病	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
22. 結石	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R

45-64 歲疾病史

疾病名稱	您曾患有____疾病嗎？				是否經醫師診斷？				現在已經控制住了嗎？				是否繼續服藥？			
	是	否	N	R	是	否	N	R	是	否	N	R	是	否	N	R
23. 心臟病	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
24. 巴金森氏症	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
25. 老年癡呆症(失智症)	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
26. 憂鬱症	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
27. 尿失禁	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
28. 攝護腺肥大症	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
29. 癌症 (請說明部位_____)	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R
30. 其他疾病 (請說明部位_____)	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R	1	2	N	R

31. 請問您是否曾動過_____？(可複選)

(1) 消化性潰瘍切除手術

(2) 甲狀腺切除

(3) 盲腸切除術

(4) 其他(請說明_____)

(5) 都沒有

(N) N

(R) R

B. 藥物史 (由本人回答)

1. 最近一個月請問您有沒有固定吃_____?

	是	否	N	R		是	否	N	R
01. 高血壓藥	1	2	N	R	12. 糖尿病藥	1	2	N	R
02. 心臟病藥	1	2	N	R	13. 健胃整腸藥	1	2	N	R
03. 甲狀腺藥	1	2	N	R	14. 一般或綜合感冒藥	1	2	N	R
04. 降血脂藥	1	2	N	R	15. 降尿酸或排除尿酸藥	1	2	N	R
05. 救心	1	2	N	R	16. 痛風發作藥	1	2	N	R
06. 鎮靜安眠藥	1	2	N	R	17. 抗生素 (非一般止痛、消炎、消腫劑)	1	2	N	R
07. 抗過敏藥	1	2	N	R	18. 中藥	1	2	N	R
08. 關節疼痛藥	1	2	N	R	19. 舌下甘油含片	1	2	N	R
09. 一般止痛藥	1	2	N	R	20. 保健藥品 (請說明_____)	1	2	N	R
10. 皮質類固醇 (口服、噴劑、外用)	1	2	N	R	21. 其他 (請說明_____)	1	2	N	R
11. 氣喘或肺氣腫藥	1	2	N	R					

C. 減重 (由本人或主要照顧者回答)

1. 請問您體重最重的時候為: _____ 公斤

2. 請問您體重最輕的時候為: _____ 公斤

3. 請問您希望自己的體重是: _____ 公斤

4. 請問您最近半年 (或六個月), 體重是否有增加?

(1) 有, 增加 _____ 公斤 (2) 沒有

(N) N

(R) R

5. 請問您最近半年（或六個月），是否有嘗試減輕體重（包括飲食、運動、藥物等方式）？

(1) 有 (2) 沒有 (跳 D. 腸激躁症)

(N) N (跳 D. 腸激躁症) (R) R (跳 D. 腸激躁症)

6. 請問您若有嘗試減重，請問是用何種方式？（可複選）

(1) 飲食控制

(2) 增加運動量或種類 (跳 D. 腸激躁症)

(3) 服用醫師開立處方之減重藥物（包括中、西藥）或食品 (跳 D. 腸激躁症)

(4) 服用非醫師開立之減重藥物（包括中、西藥）或食品（含藥局用藥、夜市商品、藥粧店商品等） (跳 D. 腸激躁症)

(5) 手術抽脂 (跳 D. 腸激躁症)

(6) 吃後催吐 (跳 D. 腸激躁症)

(7) 其他_____ (跳 D. 腸激躁症)

(N) N (跳 D. 腸激躁症)

(R) R (跳 D. 腸激躁症)

7. 請問您採取的飲食控制法是？（可複選）

(1) 吃菜肉不吃飯麵

(2) 吃菜不吃肉

(3) 只吃水果，其他不吃

(4) 斷食（除了水或清湯外，不吃任何東西）

(5) 特殊飲食（如阿金飲食 Atkins Diet、高蛋白飲食、低醣指標飲食或低碳水化合物飲食等）

(6) 醫院飲食指導（如營養師、減重班或其他醫院諮詢）

(7) 其他_____ (N) N (R) R

D. 腸激躁症（由本人回答，不可代答）

1. 胃及十二指腸

a. 在過去三個月內，你有沒有「經常」感到有上腹疼痛或上腹部不適感？
（所謂上腹部是指肚臍以上的部位）

(1) 有 (2) 很少或從來沒有 (跳第 2 題)

(N) N (跳第 2 題) (R) R (跳第 2 題)

b. 上題所描述的不舒服主要是指

(1) 上腹部或是胃部疼痛 (跳第 d 題)

(2) 上腹部或是胃有不舒服的感覺（不是疼痛的感覺）

(N) N (R) R

c. 如果您是上腹部不舒服，下列哪些症狀可以描述？（可複選） (1) 噁心 (2) 看到或感覺到肚子漲起來（覺得腹圍增加） (3) 吃極少量食物卻覺得腹脹 (4) 以上情況都不像 (N) N (R) R
d. 上腹部不舒服或腹痛的症狀在解完大便以後，會變得比較輕微或消失嗎？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R
e. 當您有上腹部不舒服或腹痛的時候，解大便的次數會不會改變 （不論是增多或減少）？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R
f. 當您有上腹部不舒服或腹痛的時候，您解出來的大便，會不會變得比較 稀軟或是比較硬？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R

2. 大腸症狀

a. 在過去的三個月，您是不是經常有腹痛或腹部不舒服的症狀？ (1) 有 (2) 很少或從來沒有（跳第 e 題） (N) N（跳第 e 題） (R) R（跳第 e 題）
b. 每次您有腹痛或腹部不舒服的時候，解完大便以後，這種疼痛或不舒服 會不會改善？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R
c. 每次當您感到腹痛或腹部不舒服的時候，您大便的次數是不是會改變 （不論是增加或減少）？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R
d. 每次當您感到腹痛或腹部不舒服時，您解的大便性狀會不會改變 （不論是變得比較硬或比較軟）？ (1) 會 (2) 很少或從來不會 (N) N (R) R
e. 在過去的三個月內您是否曾經有過下列的症狀？（有症狀是指不舒服次數或 天數，至少超過四分之一以上的時間）（可複選） (1) 每個禮拜大便次數少於三次（0-2 次） (2) 每天大便的次數大於 3 次（4 次以上） (3) 大便很硬 (4) 大便很稀軟，像泥巴，甚至是水便 (5) 解大便時要費很大的力氣，很久才解出來 (6) 一有便意，就必須匆忙的奔向廁所解決 (7) 每次解完大便都有解不乾淨的感覺 (8) 解大便時伴隨有粘液 (9) 覺得肚子發脹，肚子變大 (10) 解大便時，總覺得大便好像卡在腸子裡面出不來 (11) 大便時，必須用手幫忙壓迫屁股、陰道，甚至用手去將大便挖出來， 這樣才會將大便排得乾淨 (12) 沒有以上的症狀 (N) N (R) R

f. 在過去的四個月中，您的大便是不是常常是稀軟不成形，像泥巴一樣，而且幾乎四分之三以上的時間都是這個樣子？

(1) 是 (2) 很少或從來不是 (N) N (R) R

3. 腹痛症狀

a. 在過去的六個月中，您是不是覺得連續（幾乎每天）都有腹痛的情形，或是即使沒有每天痛，但是大部份的時間都覺得腹痛？（女性生理期的疼痛不算）

(1) 是 (2) 很少 (3) 從來不是 (跳 E. 心絞痛)

(N) N (跳 E. 心絞痛) (R) R (跳 E. 心絞痛)

b. 您有曾經因為上題中的疼痛，而無法工作或上學或影響到您無法參加社交活動？

(1) 是 (2) 很少或從來不是 (N) N (R) R

E. 心絞痛（由本人回答，不可代答）

1. 請問您有沒有發生過胸口疼痛或胸口不舒服的現象？

(1) 有 (2) 沒有 (跳 F. 菸酒檳榔) (N) N (跳 F. 菸酒檳榔)

↓

(R) R (跳 F. 菸酒檳榔)

a. 請問您當您爬坡或在平地急走時，會不會感到胸口疼痛或胸口不舒服？

(1) 會 (2) 不會 (跳 F. 菸酒檳榔) (N) N (R) R

b. 請問您當您在平地以一般速度前進時，會不會有同樣的這種胸口疼痛或胸口不舒服的現象？

(1) 會 (2) 不會 (N) N (R) R

c. 請問您當您感到胸口疼痛或胸口不舒服時，您會

(1) 停下來 (2) 放慢腳步 (3) 以同樣速度前進

(N) N (R) R

d. 請問您若站著不動，這種胸口疼痛或胸口不舒服的現象會不會消失？

(1) 會 (2) 不會 (N) N (R) R

e. 請問您胸口疼痛或胸口不舒服通常發生在什麼部位？ **(可複選)**

- (1) 左側上部胸口 (2) 右側上部胸口 (3) 中央上部胸口
 (4) 左側下部胸口 (5) 右側下部胸口 (6) 中央下部胸口
 (N) N (R) R

f. 請問您這種胸口疼痛或胸口不舒服的情形曾經出現三次以上嗎？

- (1) 是 (2) 否 (N) N (R) R

g. 請問您在過去一年中，這樣胸口疼痛或胸口不舒服的情形曾發生過嗎？

- (1) 是 (2) 否 (N) N (R) R

h. 請問您第一次發生這樣的胸口疼痛或胸口不舒服的現象是在幾歲的時候？

- (1) 10 歲以前 (2) 10~19 歲 (3) 20~29 歲 (4) 30~39 歲
 (5) 40~49 歲 (6) 50~59 歲 (7) 60~69 歲 (8) 70~79 歲
 (9) 80 歲以上 (N) N (R) R

F. 菸、酒、檳榔 (本人回答，不可代答)

1. 請問您曾經抽過菸嗎？

- (1) 沒有 (包含只嘗試一二次而已) **(跳第 7 題)**
 (2) 有，但沒有超過 100 支 (3) 有，且超過 100 支
 (N) N **(跳第 7 題)** (R) R **(跳第 7 題)**

2. 請問您第一次抽菸是在幾歲的時候？ 歲

3. 開始抽菸後，請問您有經常抽菸的習慣嗎？

- (1) 沒有 (2) 有 (N) N (R) R

→ a. 大約是幾歲時開始的？ 歲

4. 請問您目前抽菸嗎？

(1) 已戒菸

- a. 請問您幾歲時戒菸？ 大約 歲時
- b. 請問您是因為疾病或健康的理由戒菸的嗎？
(1) 是 (2) 否 (N) N (R) R
- c. 請問您戒菸前有沒有每天抽菸？
(1) 沒有 (2) 有 (跳第 f 題)
(N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)
- d. 請問您平均每個月抽多少次香菸？ 次
(N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)
- e. 請問您每次抽多少量的香菸？ (本題答畢，跳第 7 題)
(1) 支香菸 (2) 包 (3) 支雪茄
(4) 其他 (N) N (R) R
- f. 請問您平均每天抽多少菸？ (本題畢，跳第 7 題)
(1) 支香菸 (2) 包 (3) 支雪茄
(4) 其他 (N) N (R) R

(2) 偶爾抽菸

- a. 請問您平均每個月抽多少次香菸？ 次
(N) N (跳第 5 題) (R) R (跳第 5 題)
- b. 請問您每次抽多少量的香菸？
(1) 支香菸 (2) 包 (3) 支雪茄
(4) 其他 (N) N (R) R

(3) 天天抽菸

- a. 請問您最近一個月，平均每天抽多少菸？
(1) 支香菸 (2) 包 (3) 支雪茄
(4) 其他 (N) N (R) R

(N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)

5. 請問您目前的抽菸量有比以前少嗎？

(1) 有 (2) 沒有 (N) N (R) R

- a. 請問您曾經最多每天抽多少菸？
(1) 支香菸 (2) 包 (3) 支雪茄
(4) 其他 (N) N (跳第 6 題) (R) R (跳第 6 題)
- b. 您這樣的菸量大約維持了多久？ 年 月

6. 請問您過去是否曾經有一段時間沒有抽菸嗎？

(1) 是 (2) 否 (N) N (R) R



a. 您停止抽菸的時間總共有多久？ 年 月

7. 請問您目前平均每天有幾小時處於二手菸（有人在旁邊抽菸）的情況？

. 小時

8. 請問您曾經喝過酒或含酒精性飲料（例如保力達 B）嗎？

(1) 沒有（包含只嘗試過一二次而已）（跳第 17 題）

(2) 有 (N) N（跳第 17 題） (R) R（跳第 17 題）

9. 請問您第一次喝酒是在幾歲的時候？ 歲

10. 開始喝酒後，請問您有經常喝酒的習慣？

(1) 有 (2) 沒有（跳第 12 題）

(N) N（跳第 12 題） (R) R（跳第 12 題）

11. 請問您大約是幾歲開始有經常喝酒的習慣？ 歲

12. 請問您目前有喝酒嗎？

(1) 已戒酒 (2) 有（跳第 15 題）

(N) N（跳第 17 題） (R) R（跳第 17 題）

13. 請問你已經戒了多久？ 年 月

14. 請問您戒酒前的平均喝酒頻率？

(1) 一天喝 次（跳第 16 題） (2) 一星期喝 次（跳第 16 題）

(3) 一個月喝 次（跳第 16 題） (4) 一年喝 次（跳第 16 題）

(N) N（跳第 16 題） (R) R（跳第 16 題）

15. 請問您平常的喝酒頻率？

(1) 一天喝 次 (2) 一星期喝 次 (3) 一個月喝 次

(4) 一年喝 次 (N) N (R) R

16. 請問您最近一個月或戒酒前喝哪些酒？

	頻率			單位						
	單位	次數	份量						N	R
	1. 天 2. 週 3. 月			小 杯	中 杯	大 杯	罐	瓶		
a 啤酒.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
b 調酒類.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
c 米酒.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
d 高粱、大麴、茅台酒	☐			1	2	3	4	5	N	R
e 白蘭地、威士忌、蘭姆酒.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
f 花雕、紹興、紅露酒、黃酒.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
g 水果酒(紅、白葡萄酒、玫瑰紅、荔枝酒)	☐			1	2	3	4	5	N	R
h 再製酒(五加皮、竹葉青、百歲酒、龍鳳酒、玫瑰露).....	☐			1	2	3	4	5	N	R
i 烏梅、賓樂酒.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
j 維士比、保力達 B...等.....	☐			1	2	3	4	5	N	R
K 其它 _____	☐			1	2	3	4	5	N	R

17. 請問您平常有沒有吃檳榔的習慣？

(1) 有 (2) 曾經有此習慣，目前戒掉了 (3) 沒有 (跳 G. 簡式健康量表)

↓

↓

(N) N (跳 G. 簡式健康量表)

↓

↓

(R) R (跳 G. 簡式健康量表)

a. 請問您吃檳榔的頻率？

(1) 每天 粒(2) 每週 粒(3) 每月 粒

(N) N (R) R

b. 請問您持續吃了多久？ 年 月

18. 請問您都吃哪一種口味的檳榔？

(1) 檳榔子、白灰、荖葉(葉仔) (2) 檳榔子、紅灰、荖花(藤)(菁仔)

(3) 檳榔子、硬荖藤

(4) 檳榔子、無其他配料

(5) 其他(請說明_____)

(N) N (R) R

G. 簡式健康量表 (由本人回答, 不可代答)

本量表所列舉的問題是為協助您瞭解您的身心適應狀況, 請您仔細回想最近一星期中 (包括今天), 這些問題使您感到困擾或苦惱的程度, 然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

	完全 沒有	輕 微	中等 程度	屬 害	非常 厲害
1. 睡眠困難, 譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4

(訪員自填) 受訪者表示有吃幫助睡眠的藥物。

(1) 是的 (2) 不是 (N) N (R) R

	完全 沒有	輕 微	中等 程度	屬 害	非常 厲害
2. 緊張不安	0	1	2	3	4
3. 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人	0	1	2	3	4

H. 日光曝曬 (由本人回答, 不可代答)

請問您過去一個月皮膚照光的來源及時間。

1. 請問您有沒有曝曬到戶外陽光?

(1) 有, 每週 次 (2) 有, 每天 次 (3) 沒有
(N) N (R) R



a. 您平均每次曝曬的時間有多久?

(1) 不到 20 分鐘 (2) 20 分鐘以上, 但不超過一小時
(3) 一小時以上 (N) N (R) R

2. 請問您在戶外陽光下或是室內透過門窗照入的陽光下採取的防曬措施有什麼? (可複選)

- (1) 沒有這類來源的照光 (2) 皮膚直接曝曬, 沒有防曬措施
(3) 冬季時平常穿著的長袖衣物(夏季時為防曬而穿戴的長袖衣物、袖套)
(4) 戴帽 (5) 撐陽傘
(6) SPF12 以上的保養品或化妝品 (乳液、粉底、粉餅等) 或防曬油 (乳)、隔離霜
(7) SPF12 以下的保養品或化妝品 (乳液、粉底、粉餅等) 或防曬油 (乳)、隔離霜
(8) 防曬油/防曬乳或是有防曬功能的保養品、化妝品、隔離霜, 但不確定 SPF 係數 (N) N (R) R

I. 骨質健康 (由本人回答，不可代答)

1. 請問您(○○○)是否曾由醫師診斷有骨折？(1) 有， 次 (2) 沒有 (N) N (R) R

↓

※若個案曾由醫師診斷有骨折，請儘可能填寫以下資料。

順序 (請依『發生時的年齡』，由最早一次開始記錄)	發生時的年齡 (不足1歲請填「<1」)	骨折部位 (1) 臀部(髖關節) (2) 腰椎 (3) 手腕 (4) 手臂 (5) 腿部 (6) 其他部位 (N) N (R) R	發生骨折的原因 (1) 從站立姿勢左右的高度跌倒 (2) 更嚴重的跌倒 (3) 車禍或嚴重意外傷害 (4) 其他 (N) N (R) R
1	<u> </u> 歲		
2	<u> </u> 歲		
3	<u> </u> 歲		
4	<u> </u> 歲		
5	<u> </u> 歲		

2. 您有駝背的情形嗎？(係指背部直不起來)

(1) 受訪者回答有，而訪員也認為有(2) 受訪者回答有，而訪員認為沒有(3) 受訪者回答沒有，而訪員認為有(4) 受訪者回答沒有，而訪員也認為沒有(5) 受訪者回答不知道，而訪員認為有(6) 受訪者回答不知道，而訪員認為沒有 (N) N (R) R3. 您最高的時候，身高大約是多少？ 公分 (N) N (R) R

J. 家族骨折史 (由本人或父母回答)

1. 請問您(○○○)的親生母親是否曾由醫師診斷有骨折？(1) 有, 次 (2) 沒有 (N) N (R) R

※請儘可能填寫以下資料

順序 (請依『發生時的年齡』, 由最早一次開始記錄)	發生時的年齡 (1) 兒童期(12歲以前) (2) 青少年時期(12歲後~18歲以前) (3) 18歲後至45歲間 (4) 45歲至55歲 (5) 55歲以後 (N) N (R) R	骨折部位 (1) 臀部(髖關節) (2) 腰椎 (3) 手腕 (4) 手臂 (5) 腿部 (6) 其他部位 (N) N (R) R	發生骨折的原因 (1) 從站立姿勢左右的高度跌倒 (2) 更嚴重的跌倒 (3) 車禍或嚴重意外傷害 (4) 其他 (N) N (R) R
1			
2			
3			
4			
5			

2. 請問您(○○○)的親生母親是否曾由醫師診斷有「骨質疏鬆症」？

(1) 有 (2) 沒有 (N) N (R) R



a. 請問您(○○○)的親生母親是否曾接受「骨質疏鬆症」的治療？

(1) 有 (2) 沒有 (N) N (R) R

3. 請問您(○○○)的親生母親現在是否使用女性荷爾蒙？

(1) 是, 口服型, 已使用 年 月(2) 是, 皮膚貼片型, 已使用 年 月(3) 是, 注射型, 已使用 年 月(4) 是, 其他形式, 已使用 年 月 (5) 否 (N)N (R)R

4. 請問您(○○○)的親生母親是否曾接受過子宮切除手術？

(1) 有, 歲時 (2) 沒有 (N) N (R) R

5. 請問您(○○○)的親生母親是否曾接受過卵巢切除手術？

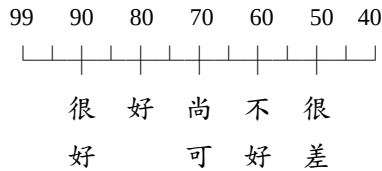
(1) 有, 歲時 (2) 沒有 (N) N (R) R

K. 生育史 (由本人回答, 不可代答) (本部分僅限女性回答)

1. 請問您是幾歲開始來月經的? 歲
2. 請問您幾歲停經的? (1) 歲 (2) 不適用 (N) N (R) R
3. 請問您現在服用女性荷爾蒙嗎? (1) 是, 吃 年 月 (2) 否 (N) N (R) R
4. 請問您曾經接受過子宮切除手術嗎? (1) 是, 歲時 (2) 否 (N) N (R) R
5. 請問您曾經接受過卵巢切除手術嗎? (1) 沒有 (跳第 7 題) (2) 僅切除一邊 (3) 兩邊皆切除 (N) N (跳第 7 題) (R) R (跳第 7 題)
6. 請問您接受卵巢切除手術時是幾歲? 歲
7. 請問您曾經懷孕嗎? (1) 是 (2) 否 (跳身體活動量卷) (N) N (跳身體活動量卷) ↓ (R) R (跳身體活動量卷) a. 請問您懷孕幾次? 次 b. 請問您生產幾次? 次 c. 請問您流產幾次? 次, 其中人工流產 次

(此部分由訪員自填)

1. 請問受訪者提供資料品質： 分



2. 請問這份問卷的應答者為？ (可複選)

(1) 本人

(2) 其他人 1: _____ (請填家人序號, 如無序號請說明與個案關係)

(3) 其他人 2: _____ (請填家人序號, 如無序號請說明與個案關係)

3. 請問這份問卷是：

(1) 訪員訪填/受訪者沒看問卷題目 (2) 訪員訪填/受訪者有看問卷題目

(3) 透過第三者翻譯訪談 (4) 其他 (請說明_____)

4. 請問在訪問中, 受訪者有沒有表示過拒絕受訪的意思？

(1) 開始時有意要拒絕

(2) 訪問進行中曾表示拒絕的意思

(3) 訪問到最後有拒絕的意思

(4) 從頭到尾曾數次表示拒絕的意思

(5) 從頭到尾均未表示拒絕均未表示拒絕

5. 請問在訪問中, 受訪者是否表示不耐煩？

(1) 從未表示不耐煩

(2) 很少表示不耐煩

(3) 有時不耐煩

(4) 一直不耐煩

6. 請問在訪問中, 受訪者對訪員的信任程度如何？

(1) 很低

(2) 低

(3) 高

(4) 很高

7. 請問在訪問中, 受訪者是否有意應付？

(1) 大都在應付

(2) 有些時候在應付

(3) 不像是在應付

(4) 完全沒有應付的意思

8. 請問整體來說, 受訪者合作程度：

(1) 很不合作

(2) 不合作

(3) 合作

(4) 很合作

9. 請問訪問所得的可靠程度：

(1) 很不可靠

(2) 不可靠

(3) 可靠

(4) 很可靠

10. 請問訪問時所用的語言是：

- (1) 國語 (2) 台語 (3) 客語 (4) 國台語
(5) 國客語 (6) 其他 (請說明_____)

11. 請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？ (可複選)

- (1) 自家裏 (2) 他人家裏 (3) 工作處
(4) 學校 (含安親班/課輔班/補習班等)
(6) 戶外 (7) 其他 (請說明_____)

12. 請問訪問時有其他人在場 (除了受訪者與訪員之外的其他人、翻譯) 嗎？

- (1) 沒有 (此卷結束) (2) 有 (請續答)

13. 若有，請問是誰？ (可複選)

- (01) 子女/婿媳 (02) 配偶 (03) 兄弟姊妹 (或配偶)
(04) 父母/公婆/岳父母 (05) (外) 祖父母 (06) (外) 曾祖父母
(07) (外) 孫 (或配偶) (08) 伯叔姑/舅姨 (或配偶)
(09) 堂 (表) 兄弟姊妹 (或配偶) (10) 其他親戚
(11) 無親屬關係者 (12) 保姆、家務協助者 (幫傭/管家)
(13) 鄰居/朋友 (14) 老師/同學/同事
(15) 其他 (請說明_____)

身體活動量問卷 (由本人回答，不可代答)

(A) 以下問題是要了解您過去 7 天的身體活動狀況：

現在我們將瞭解您過去 7 天的活動情形，首先讓我們先瞭解您的睡眠狀況。

1. 請問您過去 7 天中，星期日至星期四的平均睡眠時間為： . 小時
2. 請問您過去 7 天中星期五及星期六的平均睡眠時間為： . 小時

【訪員自填】請問受訪者是否因中風或臥床等原因沒有辦法回答以下身體活動量問卷？

(1) 否

(2) 是，請說明原因 (跳 KAP 卷)

現在我們將調查您過去 7 天中您的活動情形。請參考下列活動項目。

3. 在過去 7 天的星期一至五中，請問您有沒有從事下列活動或運動，同時您從事這些活動（或類似的活動）的時間總共為多久，請回答至半小時。

運動分類	運動名稱	星期一至五 從事的時間	星期六至日 從事的時間
中國傳統運動	外丹功	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	太極拳	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	香功	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	甩手功	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	元極舞	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	氣功	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	八段錦	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	其他中國傳統運動 (請說明)	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘

45-64 歲身體活動量

運動分類	運動名稱	星期一至五 從事的時間	星期六至日 從事的時間
球類運動	排球	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	乒乓球	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	高爾夫球	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	網球雙打	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	網球單打	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	足球	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	其他球類運動 (請說明)	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
體操或舞蹈活動	做健身操(體操、柔軟操等)	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	迪斯可或其他舞蹈	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	其他體操或舞蹈活動 (請說明)	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
清潔打掃或家務活動	整理庭院	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	掃地及拖地	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	擦地板	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	擦窗戶	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	用割草機修剪草地	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	油漆	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘
	其他清潔打掃或家務活動 (請說明)	約 小時 約 分鐘	約 小時 約 分鐘

運動分類	運動名稱	星期一至五 從事的時間	星期六至日 從事的時間
步行、跑步或騎腳踏車	散步或是來來回回走動	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	快步走 (80 公尺/分鐘、4.8 公里/ 小時)	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	慢跑	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	騎腳踏車	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	游泳	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	爬山	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	其他步行、跑步或騎腳踏車 活動 (請說明)	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
勞力性活動	木工	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	採礦	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	砍木頭等重勞力工作	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	搬、拿輕物	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	搬運重物如挑磚塊等	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘
	其他勞力性工作 (請說明)	約 . 小時 約 . 分鐘	約 . 小時 約 . 分鐘

4. 請問您與過去 3 個月的活動量比較，則您過去 7 天的活動是較少？較多還是差不多？

(1) 較少 (2) 差不多 (3) 較多 (N) N (R) R

(B) 以下問題是要了解您過去一年來的身體活動狀況：

1. 請問您最近一年中，每週經常從事哪些運動或活動（例如步行、散步、跑步、爬山、舞蹈、游泳、健身操（體操、柔軟操）、騎腳踏車、太極拳、外丹功、香功、氣功、各種球類、掃地、擦地板、園藝工作等）（註：步行包括平時上下班時之步行）

運動名稱	時間單位	從事的時間	最近一年中 所從事的期間（月） 請填至小數點下一位
（範例） 打網球	1) 每週 2) 每天	02時00分	每年約0 6.0個月
（範例） 步行	1) 每週 2) 每天	03時30分	每年約0 9.5個月
1. 步行（散步）	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
2. 跑步	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
3. 爬山	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
4. 土風舞	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
5. 有氧舞蹈	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
6. 游泳	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
7. 健身操（體操、柔軟操）	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
8. 騎腳踏車	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
9. 其他（1）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
10. 其他（2）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
11. 其他（3）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
12. 其他（4）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
13. 其他（5）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月
14. 其他（6）_____	1) 每週 2) 每天	___ 時 ___ 分	每年約 ___. __ 個月

45-64 歲身體活動量

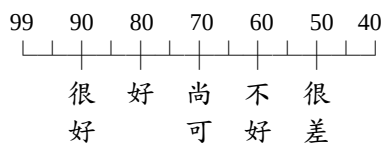
運動名稱	時間單位	從事的時間	最近一年中 所從事的期間(月)
15. 其他(7) _____	1) 每週 2) 每天	____ 時 ____ 分	每年約 ____ . ____ 個月
16. 其他(8) _____	1) 每週 2) 每天	____ 時 ____ 分	每年約 ____ . ____ 個月

2. 請問您一般步行的速度為：

- (A) 悠閒 (慢於 53 公尺/分鐘、或慢於 3.2 公里/小時)
- (B) 普通 (53~79 公尺/分鐘、或 3.2~4.7 公里/小時)
- (C) 輕快 (80~106 公尺/分鐘、或 4.8~6.4 公里/小時)
- (D) 非常快 (快於 106 公尺/分鐘、或快於 6.4 公里/小時) (N) N (R) R

(此部分由訪員自填)

1. 請問受訪者提供資料品質： 分



2. 請問這份問卷的應答者為？ (可複選)

(1) 本人

(2) 其他人 1：_____ (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

(3) 其他人 2：_____ (請填家人序號，如無序號請說明與個案關係)

3. 請問這份問卷是：

(1) 訪員訪填/受訪者沒看問卷題目 (2) 訪員訪填/受訪者有看問卷題目

(3) 透過第三者翻譯訪談 (4) 其他 (請說明_____)

4. 請問在訪問中，受訪者有沒有表示過拒絕受訪的意思？

(1) 開始時有意要拒絕 (2) 訪問進行中曾表示拒絕的意思

(3) 訪問到最後有拒絕的意思 (4) 從頭到尾曾數次表示拒絕的意思

(5) 從頭到尾均未表示拒絕均未表示拒絕

5. 請問在訪問中，受訪者是否表示不耐煩？

(1) 從未表示不耐煩 (2) 很少表示不耐煩

(3) 有時不耐煩 (4) 一直不耐煩

6. 請問在訪問中，受訪者對訪員的信任程度如何？

(1) 很低 (2) 低 (3) 高 (4) 很高

7. 請問在訪問中，受訪者是否有意應付？

(1) 大都在應付 (2) 有些時候在應付

(3) 不像是在應付 (4) 完全沒有應付的意思

8. 請問整體來說，受訪者合作程度：

(1) 很不合作 (2) 不合作 (3) 合作 (4) 很合作

9. 請問訪問所得的可靠程度：

(1) 很不可靠 (2) 不可靠 (3) 可靠 (4) 很可靠

10. 請問訪問時所用的語言是：

(1) 國語 (2) 台語 (3) 客語 (4) 國台語

(5) 國客語 (6) 其他 (請說明_____)

11. 請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？ **(可複選)**

- (1) 自家裏 (2) 他人家裏 (3) 工作處
(4) 學校 (含安親班/課輔班/補習班等)
(6) 戶外 (7) 其他 (請說明_____)

12. 請問訪問時有其他人在場 **(除了受訪者與訪員之外的其他人、翻譯)** 嗎？

- (1) 沒有 **(此卷結束)** (2) 有 **(請續答)**

13. 若有，請問是誰？ **(可複選)**

- (01) 子女/婿媳 (02) 配偶 (03) 兄弟姊妹 (或配偶)
(04) 父母/公婆/岳父母 (05) (外) 祖父母 (06) (外) 曾祖父母
(07) (外) 孫 (或配偶) (08) 伯叔姑/舅姨 (或配偶)
(09) 堂 (表) 兄弟姊妹 (或配偶) (10) 其他親戚
(11) 無親屬關係者 (12) 保姆、家務協助者 (幫傭/管家)
(13) 鄰居/朋友 (14) 老師/同學/同事
(15) 其他 (請說明_____)

KAP問卷（由本人回答，不可代答）

I、營養知識

一、下列的問題是想瞭解您對於飲食及健康的認知，請您針對不同的食物攝取與疾病之間是否有關，選出正確答案。

- ____ 1. 請問您（你）飲食中油脂太高，會與下列那種疾病有關？
（1）肺炎（2）高血脂症（3）腎臟病（N）N（R）R
- ____ 2. 請問您（你）飲食中膽固醇太高，會與下列那種疾病有關？
（1）肥胖（2）心血管疾病（3）胃炎（N）N（R）R
- ____ 3. 請問您（你）吃太多（鈉）鹽或醃漬食物，會與下列那種疾病有關？
（1）關節炎（2）糖尿病（3）高血壓（N）N（R）R
- ____ 4. 請問您（你）吃太多含糖量較高的食物，會與下列那種疾病有關？
（1）肥胖（2）痛風（3）肝硬化（N）N（R）R
- ____ 5. 請問您（你）飲食中缺少纖維質，會與下列那種疾病有關？
（1）食道癌（2）大腸癌（3）肝癌（N）N（R）R
- ____ 6. 請問您（你）飲食中鈣質太少，會與下列那種疾病有關？
（1）糖尿病（2）骨質疏鬆症（3）高血脂症（N）N（R）R
- ____ 7. 請問您（你）飲食中鐵質太少，會與下列那種疾病有關？
（1）貧血（2）血癌（3）敗血病（N）N（R）R
- ____ 8. 請問您（你）吃太多煙燻食物，會與下列那種疾病有關？
（1）胃潰瘍（2）胃炎（3）胃癌（N）N（R）R
- ____ 9. 請問您（你）飲食中葉酸太少，會與下列那種疾病有關？
（1）膽結石（2）貧血（3）糖尿病（N）N（R）R
- ____ 10. 請問您成年人每天都應該吃善存、維他命、鈣片或魚肝油等營養補充劑嗎？
（1）是（2）不是（N）N（R）R

二、以下各題為比較食物的特性，都是以相等的量做比較。請依據您自己的想法，選出一個正確的答案。

____ 1. 請問您（你）下列食物中，那一種 熱量（卡路里） 比較高？
（1）蹄膀肉（2）里肌肉（3）後腿肉（N）N（R）R

____ 2. 請問您（你）下列食物中，那一種含 膽固醇 比較多？
（1）花生油（2）大豆油（3）豬油（N）N（R）R

____ 3. 請問您（你）下列食物中，那一種 鈉鹽 含量比較少？
（1）泡菜（2）醬瓜（3）小黃瓜（N）N（R）R

____ 4. 請問您（你）下列食品中，那一種 鈉鹽 含量比較多？
（1）烤肉醬（2）沙茶醬（3）醬油（N）N（R）R

____ 5. 請問您（你）下列食物中，那一種 含膳食纖維量 比較多？
（1）白米（2）糙米（3）胚芽米（N）N（R）R

____ 6. 請問您（你）下列食物中，那一種 含鈣量 比較多？
（1）鮮奶（2）果汁牛奶（3）巧克力牛奶（N）N（R）R

____ 7. 請問您（你）下列食物中，那一種 含鈣量 比較多？
（1）草魚（2）吻仔魚（3）鱸魚（N）N（R）R

____ 8. 請問您（你）下列食物中，那一種 含鐵量 比較多？
（1）雞肉（2）魚肉（3）豬肉（N）N（R）R

____ 9. 請問您（你）下列食物中，那一種 含蛋白質 比較多？
（1）雞肉（2）雞湯（3）一樣多（N）N（R）R

____ 10. 請問您（你）下列食物中，那一種 含油脂量 比較多？
（1）紅豆餅(車輪餅)（2）芋頭酥（3）麻糬（N）N（R）R

三、下面是有關成年人吃東西的問題。針對下列的問題，請根據您的想法，用 (1)太少 (2)剛剛好 (3)太多 來回答。

請參閱提示本

張先生是位和您年齡差不多的上班族，今年 45 歲，身高 172 公分，體重 68 公斤，每天要拜訪客戶及到工地監工。

張先生昨天一整天吃了五穀根莖類、蛋豆魚肉類、蔬菜類、水果類、奶類、油脂這六類的東西，下面的題目是要請您依據各類食物，幫張先生檢查看看他吃東西的情形。

(1)	(2)	(3)	(N)	(R)
太	剛	太	N	R
少	剛	多		
	好			

1.張先生這一天中吃的五穀根莖類食物共有：

饅頭 1 個、飯 2 碗、麵條 1 飯碗

請問他吃的五穀根莖類量：

1 2 3 N R

2.張先生這一天中吃的蛋豆魚肉類食物共有：

荷包蛋 1 個、棒棒腿 1 隻、小方豆乾 2 片、
豬排 1 片(約一個成人手掌心大)

請問他吃的蛋豆魚肉類量：

1 2 3 N R

3.張先生這一天中吃的蔬菜有：炒青江菜半碗

請問他吃的蔬菜量：

1 2 3 N R

4.張先生這一天中吃的水果共有：

橘子 1 個、梨 1 個（約成人拳頭大）

請問他吃的水果量：

1 2 3 N R

5.張先生這一天中吃的奶類有：養樂多 1 瓶

請問他吃的奶類量：

1 2 3 N R

6.張先生這一天中從各種菜餚裡面吃到烹調用的

油 3 大匙。例如：炒菜的油、煎魚的油……

請問他吃的油脂類量：

1 2 3 N R

三、下面是有關成年人吃東西的問題。針對下列的問題，請根據您的想法，用 (1)太少 (2)剛剛好 (3)太多 來回答。

請參閱提示本

張太太是位和您年齡差不多的國中老師，今年 40 歲，身高 160 公分，體重 58 公斤，每天騎腳踏車上下班。

張太太昨天一整天吃了五穀根莖類、蛋豆魚肉類、蔬菜類、水果類、奶類、油脂這六類的東西，下面的題目是要請您依據各類食物，幫張太太檢查看看她吃東西的情形。

(1)	(2)	(3)	(N)	(R)
太	剛	太	N	R
少	剛	多		
	好			

1.張太太這一天中吃的五穀根莖類食物共有：

土司麵包 2 片、飯 2 碗

請問她吃的五穀根莖類量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

2.張太太這一天中吃的蛋豆魚肉類食物共有：

荷包蛋 1 個、小三角油豆腐 2 個、

肉魚 1 條（約成人手掌大一條）、

豬排 1 片（約成人一個手掌心大）

請問她吃的蛋豆魚肉類量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

3.張太太這一天中吃的蔬菜有：炒大白菜半碗

請問她吃的蔬菜量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

4.張太太這一天中吃的水果有：柳丁 2 個

請問她吃的水果量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

5.張太太這一天中吃的奶類有：小瓶優酪乳 1 瓶

（約半杯，120c.c）

請問她吃的奶類量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

6.張太太這一天中從各種菜餚裡面吃到烹調用的

油 2.5 大匙。例如：炒菜的油、煎魚的油……

請問她吃的油脂類量：

1	2	3	N	R
---	---	---	---	---

四、下面的題目是想要知道您對於體重及減重的瞭解，請依據您的想法，選出正確答案。

____ 1. 請問您（你）有沒有聽過身體質量指數（BMI）？

(1) 有 (2) 沒有 (跳第 4 題) (N) N (跳第 4 題) (R) R (跳第 4 題)

____ 2. 請問您（你）身體質量指數（BMI）應該怎麼算？

(1) $\frac{\text{身高}}{\text{體重}^2}$ (2) $\frac{\text{體重}}{\text{身高}}$ (3) $\frac{\text{體重}}{\text{身高}^2}$ (N) N (R) R

【註：身高的單位為公尺，體重的單位為公斤】

____ 3. 請問您對成人而言，『體重過重』是指：

(1) BMI>20 (2) BMI>24 (3) BMI>27

(N) N (R) R

____ 4. 請問您（你）如果肥胖的人想要減重，每週體重應該下降幾公斤比較適當？

(1) 0.5~1.0 公斤 (2) 1.1~2.0 公斤 (3) 2.1 公斤及以上

(N) N (R) R

____ 5. 請問您（你）如果肥胖的人想要減重，每天最少應該攝取多少大卡的熱量？

(1) 500-800 大卡 (2) 1000-1200 大卡 (3) 1300-1500 大卡

(N) N (R) R

____ 6. 請問您（你）體重過重的人想要減重時，您認為下列那一個方法最適當？

(1) 吃減肥藥 (2) 喝減肥茶 (3) 吃瀉藥

(4) 吃水果餐 (5) 多吃肉、少吃飯（麵） (6) 減少熱量飲食

(7) 不吃任何含有油脂成分的食物 (8) 斷食法

(9) 手術抽脂 (10) 吃後催吐 (11) 其他（請說明_____）

(N) N (R) R

II、營養態度

下面問題沒有對或錯，請依照您個人的看法，選出最符合的選項。

請參閱提示本

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(N)	(R)
	非	同	中	不	非	N	R
	常			同	常		
	同	意	立	意	不		
	意				同		
					意		
1.食物好不好吃，比它是否有益健康來得重要。	1	2	3	4	5	N	R
2.為了健康，應該吃一些原本不吃的食物。	1	2	3	4	5	N	R
3.只要吃得下、吃得飽，就不會有營養上的問題。	1	2	3	4	5	N	R
4.吃多少是人天生的本能，不需特別學習。	1	2	3	4	5	N	R
5.每天都要做到均衡飲食（每天都吃到六大類食物）是不可能的。	1	2	3	4	5	N	R
6.沒有生病就不需特別注意飲食營養問題。	1	2	3	4	5	N	R
7.報章雜誌上的食品廣告是選購食品時的重要參考。	1	2	3	4	5	N	R
8.對於報章雜誌上的食品廣告，應抱著懷疑的態度。	1	2	3	4	5	N	R
9.一個人的體重只要保持正常，就不需要考慮飲食營養問題。	1	2	3	4	5	N	R
10.不管便當的飯菜有多少，都應該把它吃完。	1	2	3	4	5	N	R
11.多吃蛋豆魚肉奶類食品，少吃主食類（如：飯、麵）對健康有益。	1	2	3	4	5	N	R
12.每天吃各種不同的食物，對身體較好。	1	2	3	4	5	N	R
13.適當的飲食可以預防某些疾病的發生。	1	2	3	4	5	N	R
14.每天吃維他命丸，就不必擔心營養問題。	1	2	3	4	5	N	R
15.對於不熟悉的食物，應主動瞭解它的營養價值。	1	2	3	4	5	N	R
16.對於不認識的食物，只管吃就好，不必知道它含有什麼成分。	1	2	3	4	5	N	R
17.吃東西是發洩情緒或抒解壓力的好方法。	1	2	3	4	5	N	R
18.吃東西是打發時間的好方法。	1	2	3	4	5	N	R
19.當有值得慶祝的事時，大吃一頓是很好的慶祝方式。	1	2	3	4	5	N	R

III、飲食行為

下面問題是想瞭解您平常的飲食行為，請按照您平時飲食習慣，回答下面的問題，並選出最符合的選項。

請參閱提示本

(1) 從不：十次中有 0~1 次。

(2) 很少：十次中有 2~3 次。

(3) 有時：十次中有 4~6 次。

(4) 常常：十次中有 7~8 次。

(5) 總是：十次中有 9~10 次。

(1) (2) (3) (4) (5) (N) (R)

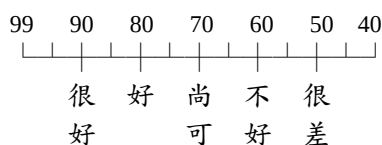
從 很 有 常 總 N R
不 少 時 常 是

1. 您會問別人那種食物對健康有幫助。	1	2	3	4	5	N	R
2. 您遇到不知道的食物，會問它的名字。	1	2	3	4	5	N	R
3. 您會特別注意報紙、電視、網路、收音機、或書 裡面有關食物和健康方面的資料。	1	2	3	4	5	N	R
4. 您對報導有關食物營養的訊息有懷疑時，會進一步求 證它的正確性。	1	2	3	4	5	N	R
5. 您吃東西的時候，會把不喜歡吃的東西挑掉不吃 。	1	2	3	4	5	N	R
6. 您會用吃東西來慶祝或獎勵自己。	1	2	3	4	5	N	R
7. 當您情緒不好或感覺有壓力時，會去吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
8. 您在無聊的時候會吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
9. 您看到或聞到好吃的東西時，會想要吃它。	1	2	3	4	5	N	R
10. 即使肚子很飽，但看到好吃的食物，您還是會立 刻吃它。	1	2	3	4	5	N	R
11. 您看到電視節目或廣告中介紹好吃的東西，會自 己去買來吃。	1	2	3	4	5	N	R
12. 您會為了得到某種食品附送的贈品，而去買它來 吃。	1	2	3	4	5	N	R
13. 您會在唸書、看報紙、雜誌或電視時吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
14. 口渴時，您會選擇白開水來喝。	1	2	3	4	5	N	R
15. 用餐時，您會選擇用蒸、煮、或滷等方式烹調的 食物。	1	2	3	4	5	N	R
16. 您會注意自己所吃的食物熱量高或低。	1	2	3	4	5	N	R
17. 您會注意自己所吃的食物中含有什麼營養。	1	2	3	4	5	N	R
18. 您會看食品包裝上說明它是用什麼做的，來決定 吃不吃它。	1	2	3	4	5	N	R

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(N)	(R)
	從	很	有	常	總	N	R
	不	少	時	常	是		
19.您一天吃的食物種類有十五種以上（不包括零食、糖果、飲料）。	1	2	3	4	5	N	R
20.您會依據均衡飲食原則（每天都吃到六大類食物）來選擇食物。	1	2	3	4	5	N	R
21.您會控制自己的食物攝取量。	1	2	3	4	5	N	R
22.您會因為食物是不是有益健康，來決定吃或不吃它。	1	2	3	4	5	N	R
23.您吃東西時會細嚼慢嚥。	1	2	3	4	5	N	R
24.您會因為自己的身材，來決定吃或不吃某種食物。	1	2	3	4	5	N	R

(此部分由訪員自填)

1. 請問受訪者提供資料品質： 分



2. 請問這份問卷的應答者為？ (可複選)

(1) 本人

(2) 其他人 1: _____ (請填家人序號, 如無序號請說明與個案關係)

(3) 其他人 2: _____ (請填家人序號, 如無序號請說明與個案關係)

3. 請問這份問卷是：

(1) 訪員訪填/受訪者沒看問卷題目 (2) 訪員訪填/受訪者有看問卷題目

(3) 透過第三者翻譯訪談 (4) 其他 (請說明_____)

4. 請問在訪問中, 受訪者有沒有表示過拒絕受訪的意思？

(1) 開始時有意要拒絕 (2) 訪問進行中曾表示拒絕的意思

(3) 訪問到最後有拒絕的意思 (4) 從頭到尾曾數次表示拒絕的意思

(5) 從頭到尾均未表示拒絕均未表示拒絕

5. 請問在訪問中, 受訪者是否表示不耐煩？

(1) 從未表示不耐煩 (2) 很少表示不耐煩

(3) 有時不耐煩 (4) 一直不耐煩

6. 請問在訪問中, 受訪者對訪員的信任程度如何？

(1) 很低 (2) 低 (3) 高 (4) 很高

7. 請問在訪問中, 受訪者是否有意應付？

(1) 大都在應付 (2) 有些時候在應付

(3) 不像是在應付 (4) 完全沒有應付的意思

8. 請問整體來說, 受訪者合作程度：

(1) 很不合作 (2) 不合作 (3) 合作 (4) 很合作

9. 請問訪問所得的可靠程度：

(1) 很不可靠 (2) 不可靠 (3) 可靠 (4) 很可靠

10. 請問訪問時所用的語言是：

(1) 國語 (2) 台語 (3) 客語 (4) 國台語

(5) 國客語 (6) 其他 (請說明_____)

11. 請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？ **(可複選)**

- (1) 自家裏 (2) 他人家裏 (3) 工作處
(4) 學校 (含安親班/課輔班/補習班等)
(6) 戶外 (7) 其他 (請說明_____)

12. 請問訪問時有其他人在場 (除了受訪者與訪員之外的其他人、翻譯) 嗎？

- (1) 沒有 **(問卷結束)** (2) 有 **(請續答)**

13. 若有，請問是誰？ **(可複選)**

- (01) 子女/婿媳 (02) 配偶 (03) 兄弟姊妹 (或配偶)
(04) 父母/公婆/岳父母 (05) (外) 祖父母 (06) (外) 曾祖父母
(07) (外) 孫 (或配偶) (08) 伯叔姑/舅姨 (或配偶)
(09) 堂 (表) 兄弟姊妹 (或配偶) (10) 其他親戚
(11) 無親屬關係者 (12) 保姆、家務協助者 (幫傭/管家)
(13) 鄰居/朋友 (14) 老師/同學/同事
(15) 其他 (請說明_____)