

E 飲食主導者卷

訪視開始時間：	訪員：
_ _ _ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _
年 月 日 時 分	

I 飲食主導者基本資料

※訪員填寫：飲食主導者是否為個案的母親/父親或主要照顧者？

- (1) 是 【以下問題不必回答，直接跳至E-82頁「II飲食主導者營養知識、態度與行為」部份】
- (2) 不是

基本資料

1. 您照顧個案多久了？ (1) 從出生到現在 (2) ____年__月
2. 您的籍貫是下列那一種？
- (1)本省閩南人 (2)本省客家人 (3)大陸各省市 (4)原住民 ____ 族
- (5)其他 _____ (N)不知道 (R)不願答
3. 目前主要住在：_____縣(市) _____鄉(鎮、市、區) 郵遞區號：____
- (郵遞區號請參照手冊附錄三)
- 3.1 您住在這個鄉(鎮、市、區)多久？(1)____年__月 (N)不知道 (R)不願答
4. 請問您的教育程度是屬於
- (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 (10)高職畢業 (11)士官學校肄業 (12)士官學校畢業
- (13)專科肄業 (14)專科畢業 (15)軍校專修班肄業 (16)軍校專修班畢業
- (17)大學/技術學院肄業 (18)大學/技術學院畢業 (19)軍官學校肄業
- (20)軍官學校畢業 (21)研究所以上 (N)不知道 (R)不願答
- (22)其他 _____
5. 請問在您家裡最高的教育程度是屬於
- (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 (10)高職畢業 (11)士官學校肄業 (12)士官學校畢業
- (13)專科肄業 (14)專科畢業 (15)軍校專修班肄業 (16)軍校專修班畢業
- (17)大學/技術學院肄業 (18)大學/技術學院畢業 (19)軍官學校肄業
- (20)軍官學校畢業 (21)研究所以上 (N)不知道 (R)不願答
- (22)其他 _____

6.您目前的工作狀況是？

- (1)有工作 (2)已退休【跳至 8】 (3)專職家管（無給薪）【跳至 8】
(4)失業【跳至 8】 (5)學生【跳至 8】 (6)其他無工作者【跳至 8】
(7)從未工作過【跳至 9】 (N)不知道【跳至 8】 (R)不願答【跳至 8】

7.您目前在作什麼工作？

行業 _____ (編號請參照手冊附錄四) 服務單位全名 _____

職位 _____ (編號請參照手冊附錄五) 工作部門 _____

每日平均工作時數：約__ __ 小時（「不知道」請填 N；「不願答」請填 R）

詳細工作內容：_____【跳至 9】

8.您以前工作時間最長的職業是：

行業 _____ (編號請參照手冊附錄四) 職位 _____ (編號請參照手冊附錄五)

9.請問您的婚姻狀況是已婚還是從未結婚？

- (1)從未結婚 (2)已婚【請答 9.1 小題】 (N)不知道 (R)不願答

9.1.若已婚，是否與配偶同住？

- (1)是的 (2)配偶去世 (3)離婚或分居
(4)因工作關係或其他緣故分住兩地 (N)不知道
(5)其他 _____ (R)不願答

10.請問您有參加全民健保嗎？ (1)有 (2)沒有 (N)不知道

住屋狀況/設備

11.請問這房子是不是自己家的？

- (1)自有 (2)配住的宿舍 (3)租的
(4)親人提供，不付房租 (5)其他（請註明）_____

12.房子坪數多大？ 坪（以實際居住坪數估計）

13.住屋型態【訪員可目視判斷】

- (1)公寓無電梯 (2)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

健康

14. 您的身高約 (1) 公分 (N) 不知道

您的體重約 (1) 公斤 (N) 不知道

15. 請問您覺得自己的健康狀況是

(1) 非常好 (2) 不錯 (3) 普通/還可以 (4) 不太好 (5) 很糟 (N) 不知道

16. 您覺得自己的健康狀況和其他同年齡同性別的人比起來

(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) 不知道

生活型態

17. 請問您一天看電視的時數平均大約是

(1) 很少看電視/不超過半小時 (2) 半小時~一小時 (3) 一至三小時
(4) 三~六小時 (5) 六小時以上 (N) 不知道 (R) 不願答

宗教信仰

18. 請問您目前的宗教信仰？

(01) 佛教 (02) 道教 (03) 民間信仰 (04) 一貫道 (05) 軒轅教
(06) 回教 (07) 天主教 (08) 基督教
(09) 相信有神，但沒有特定信仰 **【跳至 20】**
(10) 沒有宗教信仰 **【跳至 20】** (11) 其他：_____

19. 您認為您的宗教信仰對您日常心情有沒有幫助？

(1) 幫助很大 (2) 有點幫助 (3) 不太有幫助 (4) 毫無幫助
(5) 不瞭解題意 (N) 不知道 (R) 不願意回答

經濟狀況

20. 全部算在一起(含所有來源)，您家平均一個月的收入，大約是？

(01) 1萬元以下 (02) 1萬元~2萬元 (03) 2萬元~3萬元
(04) 3萬元~4萬元 (05) 4萬元~5萬元 (06) 5萬元~6萬元
(07) 6萬元~7萬元 (08) 7萬元~8萬元 (09) 8萬元~9萬元
(10) 9萬元~10萬元 (11) 10萬元~11萬元 (12) 11萬元~12萬元
(13) 12萬元~13萬元 (14) 13萬元~14萬元 (15) 14萬元~15萬元
(16) 15萬以上 (17) 不一定 (18) 沒有收入
(N) 不知道 (R) 不願答

21. 扣掉房租和貸款等固定支出，您家每個月可使用的生活費大約多少？

(01) 5千元以下 (02) 5千元~1萬元 (03) 1萬元~2萬元
(04) 2萬元~3萬元 (05) 3萬元~4萬元 (06) 4萬元~5萬元
(07) 5萬元~6萬元 (08) 6萬元~7萬元 (09) 7萬元~8萬元
(10) 8萬元~9萬元 (11) 9萬元~10萬元 (12) 10萬元以上
(13) 不一定 (N) 不知道 (R) 不願答

訪談過程中，請不要將「不知道」、「不願答」的選項唸出來，避免有誘導作用。

請使用提示本 3

II 飲食主導者飲食與教養行為

一、基本資料

下面是一些基本資料的題目，請依照您的實際情形，回答下面問題。

1. 個案的飲食是從外面買或在外面吃的頻率是：(請使用提示本 3 第 4 頁)

(訪談方式：1.個案在外面買或在外面吃早餐的情形是 (1) 每天、(2) 每週 5-6 次 (3) 每週 3-4 次 (4) 每週 1-2 次 (5) 很少在外吃，還是 (6) 不吃？) (請僅圈選一項答案)

	每天	每週 5~6 次	每週 3~4 次	每週 1~2 次	很少	不吃
早餐	1	2	3	4	5	6
早上的點心	1	2	3	4	5	6
午餐	1	2	3	4	5	6
下午的點心	1	2	3	4	5	6
晚餐	1	2	3	4	5	6
宵夜	1	2	3	4	5	6

2. 個案的三餐通常是誰在準備 (買或製備) 的？ (請使用提示本 3 第 5 頁)

(訪談方式：1.個案的早餐是 (1) 孩子自己準備、(2) 父母準備、(3) 爺爺、奶奶準備的 (4) 家務協助者、保姆準備的 (5) 其他長輩準備的 (6) 學校供應的還是 (7) 安親班、課輔班準備的) (請僅圈選一項答案)

	孩子自己	父母	爺爺奶奶	家務協助者、保姆	其他長輩	學校	安親班/課輔班	不吃
早餐	1	2	3	4	5	6	7	8
早上的點心	1	2	3	4	5	6	7	8
午餐	1	2	3	4	5	6	7	8
下午的點心	1	2	3	4	5	6	7	8
晚餐	1	2	3	4	5	6	7	8
宵夜	1	2	3	4	5	6	7	8

3. 您準備 (買或製備) 食物給孩子時會考慮到哪些因素？請將您最重視的三個因素依序說出：(請使用提示本 3 第 6 頁)

(1)口味 (2)孩子的喜好 (3)自己的喜好 (4)營養
(5)價錢 (6)方便性 (7)其他家人的意見

最重視_____ 第二重視_____ 第三重視_____

二、體型評估

下面題目是想了解目前您對於自己和孩子體型看法，請依據您自己的感覺，回答下面問題。

- 您覺得您的身材 (體型)：(1)很瘦 (2)有一點瘦 (3)剛剛好 (4)有一點胖 (5)很胖。
- 您希望您的身材 (體型) 比現在：(1)瘦很多 (2)瘦一點 (3)維持現況 (4)胖一點 (5)胖很多。
- 您認為個案的體型：(1)很瘦 (2)有一點瘦 (3)剛剛好 (4)有一點胖 (5)很胖
- 您認為個案應該比現在：(1)瘦很多 (2)瘦一點 (3)維持現況 (4)胖一點 (5)胖很多。

三、兒童體型（請使用提示本3第7頁）

下面的題目是想瞭解您對一般孩子體型的看法,沒有對或錯,請依據您自己的想法,回答下面問題。(訪談方式,如:(1)「孩子的體型將來會改變,...」您是非常同意、同意、中立、不同意、還是非常不同意?)

	非常同意	同意	中立	不同意	非常不同意	不知道	不願答
1.孩子的體型將來會改變,所以現在不必太在乎	1	2	3	4	5	N	R
2.孩子胖胖的看起來比瘦瘦的健康	1	2	3	4	5	N	R
3.孩子如果在發育期應該注意孩子發育好不好	1	2	3	4	5	N	R
4.孩子現在的體型和他吃的東西有關	1	2	3	4	5	N	R
5.大人應該和孩子討論食物種類和體型的關係	1	2	3	4	5	N	R

四、飲食行為（請使用提示本3第8頁）

下面問題是想瞭解您平常的飲食行為,請按照您平常的狀況,回答下面的問題。

(訪談方式,如:(1)「你吃東西的時候,...」是總是、常常、有時候、很少、還是從不?)

「總是」:十次中約有九次或十次如此

「常常」:十次中約有七、八次如此

「有時候」:十次中約有四~六次如此

「很少」:十次中約有二、三次如此

「從不」:十次中約有一次或從不如此

	總是	常常	有時候	很少	從不	不知道	不願答
1. 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
2. 您遇到不知道的食物,會問它的名字。	1	2	3	4	5	N	R
3. 您會問別人哪種食物對健康有幫助。	1	2	3	4	5	N	R
4. 您會特別注意報紙、電視、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
5. 您看到或聞到好吃的東西時,會想要吃。	1	2	3	4	5	N	R
6. 當有好吃的食物可以吃時,您會馬上吃它。	1	2	3	4	5	N	R
7. 您看到別人吃東西時,也會想吃。	1	2	3	4	5	N	R
8. 您無聊的時候,會吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
9. 您慶祝或獎勵自己的時候,會吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
10. 您不快樂的時候,會吃東西。	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,會買來吃。	1	2	3	4	5	N	R
12. 您看到食品有贈品,就會去買。	1	2	3	4	5	N	R
13. 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
14. 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
15. 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
16. 您會依自己的喜好,來決定吃或不吃某種食物。	1	2	3	4	5	N	R
17. 您會注意所吃的食物中含有什麼營養。	1	2	3	4	5	N	R
18. 您會注意所吃的食物熱量高或低。	1	2	3	4	5	N	R

五、飲食控制（請使用提示本 3 第 8 頁）

下面的題目是要瞭解您平常吃東西的情形。請按照您實際的狀況用「總是」、「常常」、「有時候」、「很少」、「從不」來回答下面的問題。

（訪談方式，如：（1）「您怕自己太胖，…」是總是、常常、有時候、很少、還是從不？）

「總是」：十次中約有九次或十次如此

「常常」：十次中約有七、八次如此

「有時候」：十次中約有四～六次如此

「很少」：十次中約有二、三次如此

「從不」：十次中約有一次或從不如此

	總是	常常	有時候	很少	從不	不知道	不願答
1. 您怕自己太胖。	1	2	3	4	5	N	R
2. 因為怕胖，吃完東西後，您會後悔吃了它。	1	2	3	4	5	N	R
3. 因為怕胖，當您餓的時候，仍然不會去吃東西。	1	2	3	4	5	N	R
4. 因為怕胖，您會儘量避免吃米飯、麵、麵包、饅頭等高澱粉的東西。	1	2	3	4	5	N	R
5. 因為怕胖，在吃完食物後，您會想要把它再吐出來（藥不算）。	1	2	3	4	5	N	R
6. 因為怕胖，您會避開含糖的食物。	1	2	3	4	5	N	R
7. 因為怕胖，您會克制自己不去吃您認為吃了會胖的東西。	1	2	3	4	5	N	R
8. 您想辦法讓自己變瘦。	1	2	3	4	5	N	R
9. 您大吃大喝到覺得自己可能停不下來。	1	2	3	4	5	N	R
10. 因為怕胖，您會選擇吃不會變胖的食物。	1	2	3	4	5	N	R

六、食物可獲性（請使用提示本 3 第 9-21 頁）

下面的題目是要瞭解在您家裡、您家附近有沒有以下的食物；以及您會不會去買。以下各類食物中，只要有一種就算有請根據實際的情況來回答下面問題。

（請在每一欄僅圈選一項答案）

	您家附近或孩子上下學途中有沒有賣這些食物的商店或攤販？			您會去買這類食物來吃嗎？			最近一個月，您家裡有沒有這類食物？		
	有	沒有	不知道	常常	有時候	很少	有	沒有	不知道
1.零嘴類（如：洋芋片、翠果子、蠶豆酥、蝦味先、乖乖、滿天星、或金牛角等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
2.西點、中式糕餅、餅乾類（如：蛋糕、小西餅、鳳梨酥、沙其瑪、蛋捲、或夾心餅乾等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
3.核果類（如：腰果、瓜子、花生、杏仁、或開心果等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
4.豆乾、牛肉乾、魷魚絲、或鱈魚香絲等	1	2	N	1	2	3	1	2	N
5.糖果類（如：糖果、巧克力、牛奶糖、黑嘉麗、曼陀珠、或蜜餞等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
6.加糖飲料（如：汽水、可樂、沙士、運動飲料、奶茶、加味水等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
7.養樂多、調味奶、果汁牛奶、或巧克力牛奶	1	2	N	1	2	3	1	2	N
8.純鮮奶、奶粉泡的牛奶、羊奶、優酪乳、優格、或起司	1	2	N	1	2	3	1	2	N
9.純果汁（百分之百果汁）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
10.新鮮水果	1	2	N	1	2	3	1	2	N
11.西式速食（如：漢堡、薯條、炸雞、或披薩等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
12.中式速食（如：鹹酥雞、炸雞排、黑輪、關東煮、大腸麵線、或臭豆腐等）	1	2	N	1	2	3	1	2	N
13.麵包、饅頭、包子、肉包、三明治、三角飯糰	1	2	N	1	2	3	1	2	N

七、飲食教養（請使用提示本 3 第 22 頁）

以下的題目是想瞭解您平日對孩子飲食的教養行為，請依照您平日的作法，用「總是」、「常常」、「有時候」、「很少」、「從不」回答下面問題。

「總是」：十次中約有九次或十次如此

「常常」：十次中約有七、八次如此

「有時候」：十次中約有四～六次如此

「很少」：十次中約有二、三次如此

「從不」：十次中約有一次或從不如此

	總是	常常	有時候	很少	從不	不知道	不願答
1. 您會利用機會（例如：進餐時、購物時、看到電視廣告或有關書籍時）和孩子討論飲食和健康的關係	1	2	3	4	5	N	R
2. 您認為營養的東西，會要求孩子吃	1	2	3	4	5	N	R
3. 您會要求孩子吃營養補充劑或補品（如綜合維他命、鈣片、魚肝油、雞精…等）	1	2	3	4	5	N	R
4. 當孩子外出返家時，您會詢問他在外面吃了什麼	1	2	3	4	5	N	R
5. 您不准孩子在接近吃飯（如吃飯前半小時）吃零食	1	2	3	4	5	N	R
6. 若孩子因吃零食而吃不下飯，您會責罵他	1	2	3	4	5	N	R
7. 只要正餐正常吃，孩子想吃零食您都會讓他吃	1	2	3	4	5	N	R
8. 您會以孩子愛吃的東西（如糖果、餅乾…等）作為要求孩子聽話（如：吃飯、收東西、不吵鬧等）的交換條件	1	2	3	4	5	N	R
9. 您會利用機會（例如：進餐時、購物時、看到電視廣告或有關書籍時）和孩子討論如何正確選擇食物以符合健康原則	1	2	3	4	5	N	R
10. 您準備餐點時，會特別考慮孩子的營養需求	1	2	3	4	5	N	R
11. 您會留意孩子吃多少零食	1	2	3	4	5	N	R
12. 您會和孩子討論有關自己或他人的體型	1	2	3	4	5	N	R
13. 您會和孩子討論食物種類與體型的關係（例如：吃某種食物容易變胖）	1	2	3	4	5	N	R
14. 您會要求孩子（利用飲食或其他方法）控制體重	1	2	3	4	5	N	R
15. 如果孩子過胖或過瘦，您會控制他的飲食	1	2	3	4	5	N	R
16. 如果孩子吃得太多或太少，您會糾正他（不准孩子吃的太多或太少）	1	2	3	4	5	N	R
17. 您會和孩子討論吃多少東西才剛好	1	2	3	4	5	N	R

18. 只要孩子吃得飽，您會不會管他吃了什麼東西？

- （1）總是不會管 （2）常常不管 （3）有時候管有時候不管 （4）很少不管
（5）都會管 （N）不知道 （R）不願答

19. 用餐時，您會不會准孩子只吃愛吃的？

- （1）總是不准 （2）常常不准 （3）有時候准有時候不准 （4）很少不准
（5）都會准（不會限制他） （N）不知道 （R）不願答

20. 您是不是不在家中存放零食，以免孩子看了想吃？

- （1）幾乎都不存放 （2）常常不存放 （3）有時候存放 （4）常常存放
（5）幾乎都會存放 （N）不知道 （R）不願答

III 飲食主導者飲食頻率

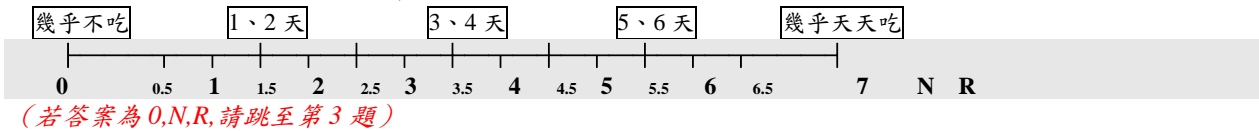
(一) 一般飲食頻率

(請根據最近一個月內您吃東西的情況回答接下來的問題)

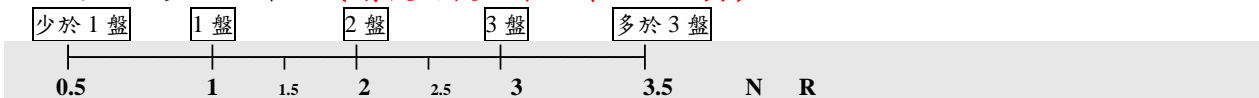
(★請注意：二種以上的食物只要有其中一種有吃就算)

請使用提示本 3

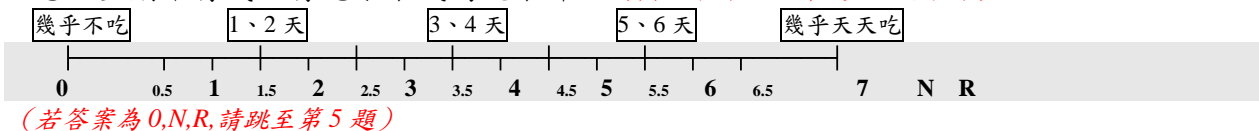
1. 您一星期中有幾天有吃蔬菜？



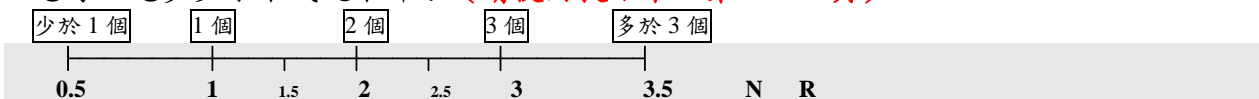
2. 您每天吃多少蔬菜？ (請使用提示本 3 第 23-26 頁)



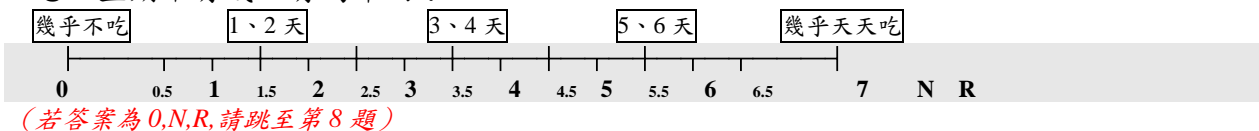
3. 您一星期中有幾天有吃水果或喝純果汁？ (★純果汁：現搾或 100% 果汁)



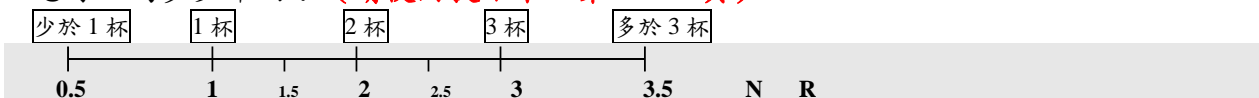
4. 您每天吃多少水果或純果汁？ (請使用提示本 3 第 27-32 頁)



5. 您一星期中有幾天有喝牛奶？



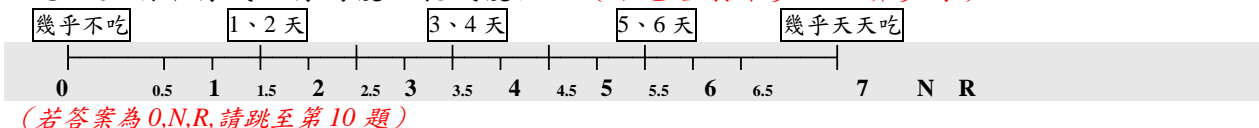
6. 您每天喝多少牛奶？ (請使用提示本 3 第 33-34 頁)



7. 您通常喝哪種牛奶？

- (1) 全脂奶 (2) 低脂奶 (3) 脫脂奶
(4) 調味奶(如: 巧克力牛奶、果汁牛奶等) (5) 混合，請說明 _____

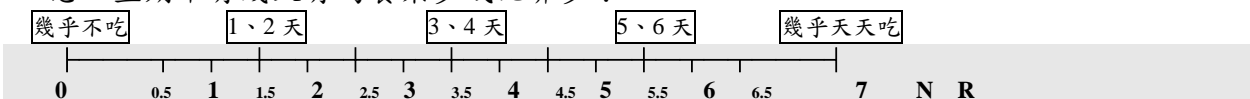
8. 您一星期中有幾天有喝優酪乳或優格？ (不包含養樂多、比菲多等)



9. 您每天喝多少優酪乳或優格？ (請使用提示本 3 第 35-36 頁)

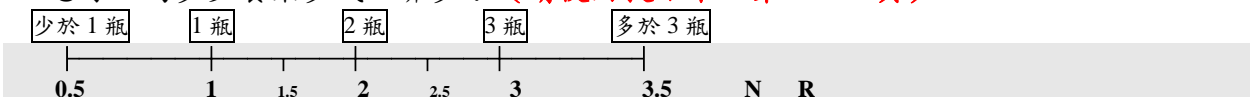


10. 您一星期中有幾天有喝養樂多或比菲多？



(若答案為 0, N, R, 請跳至第 12 題)

11. 您每天喝多少養樂多或比菲多？ (請使用提示本 3 第 37-38 頁)

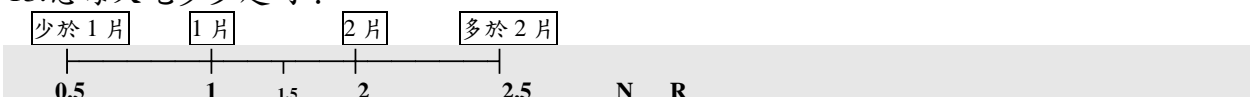


12. 您一星期中有幾天有吃起司？

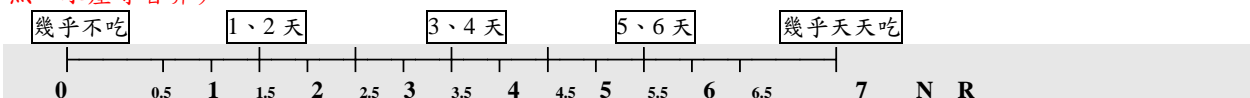


(若答案為 0, N, R, 請跳至第 14 題)

13. 您每天吃多少起司？



14. 您一星期中有幾天有吃肉或魚，包括雞、鴨、豬、牛、蝦子等？ (★所有雞、鴨、豬、牛、魚、水產等皆算)

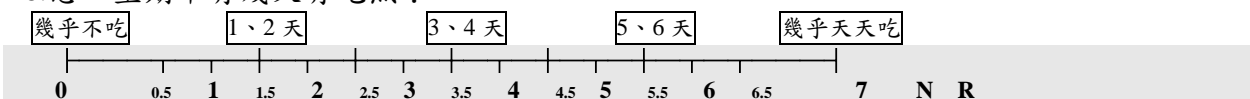


(若答案為 0, N, R, 請跳至第 19 題)

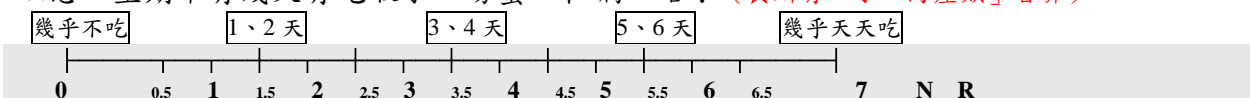
15. 您每天吃多少肉或魚，包括雞、鴨、豬、牛、蝦子等？ (請使用提示本 3 第 39-40 頁)



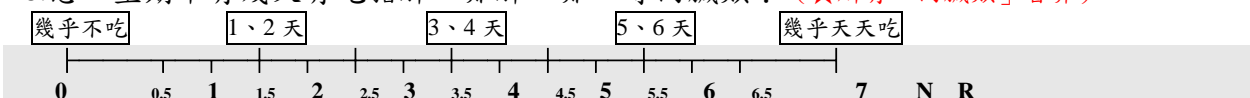
16. 您一星期中有幾天有吃魚？



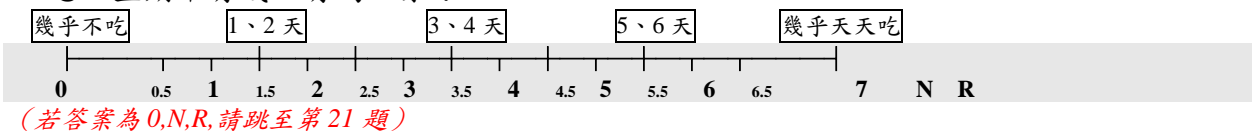
17. 您一星期中有幾天有吃蝦子、螃蟹、牡蠣、蛤？ (★所有「水、海產類」皆算)



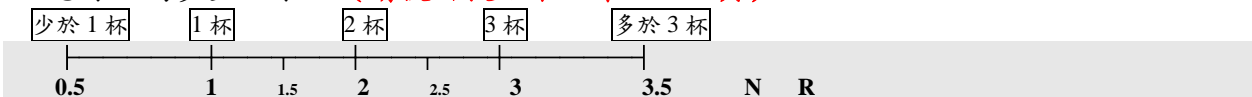
18. 您一星期中有幾天有吃豬肝、雞肝、雞心等內臟類？ (★所有「內臟類」皆算)



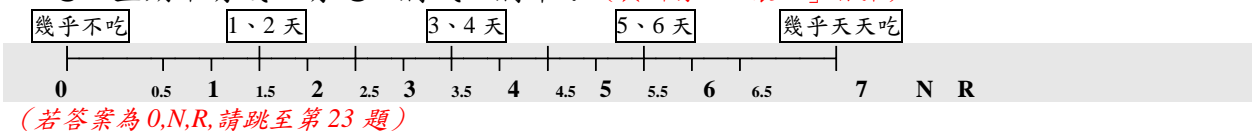
19.您一星期中有幾天有喝豆漿？



20.您每天喝多少豆漿？(請使用提示本 3 第 41-42 頁)



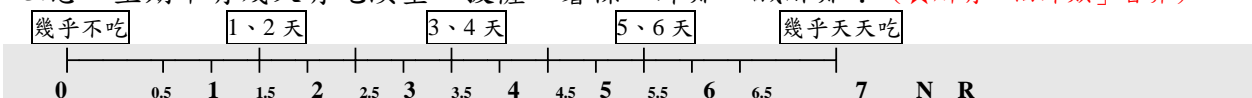
21.您一星期中有幾天有吃豆腐或豆腐干？(★所有「豆製品」皆算)



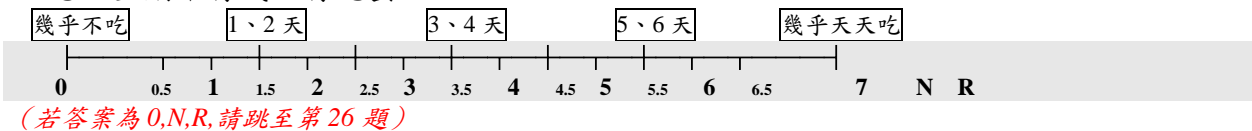
22.您每天吃多少豆腐或豆腐干？(請使用提示本 3 第 43-44 頁)



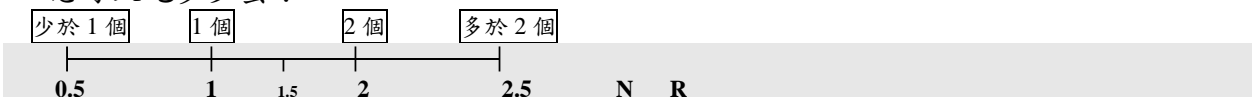
23.您一星期中有幾天有吃漢堡、披薩、薯條、炸雞、鹹酥雞？(★所有「油炸類」皆算)



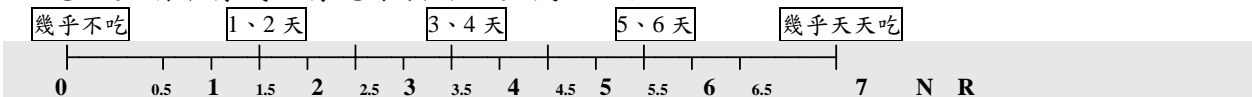
24.您一星期中有幾天有吃蛋？



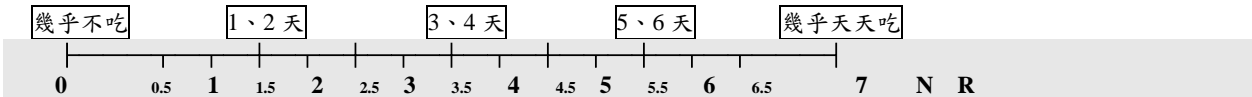
25.您每天吃多少蛋？



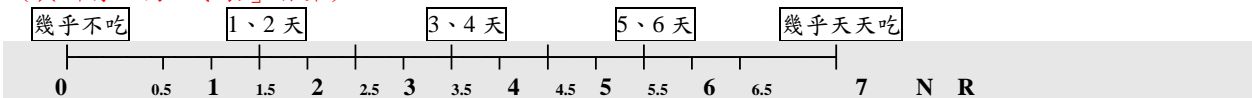
26.您一星期中有幾天有吃冰淇淋、聖代、雪糕？



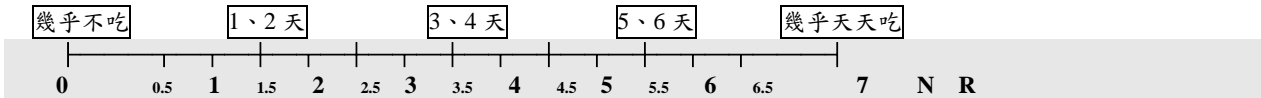
27.您一星期中有幾天有吃蛋糕、派、西點麵包？(★所有「甜的高油食品」皆算)



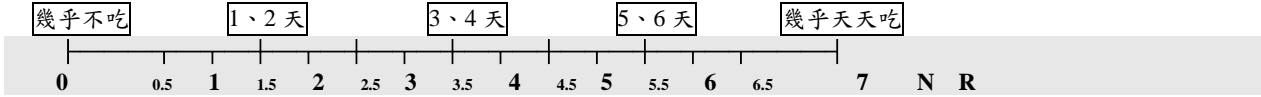
28.您一星期中有幾天有吃洋芋片、翠果子、蠶豆酥、蝦味先、乖乖、滿天星、金牛角等？
(★所有「高油零食」皆算)



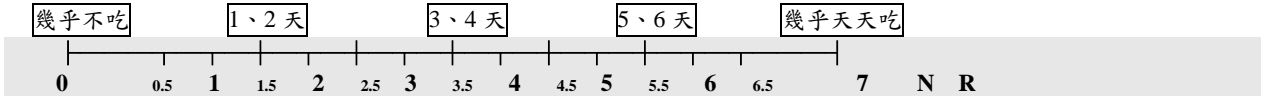
29.您一星期中有幾天有吃科學麵、王子麵、小心點等速食麵？



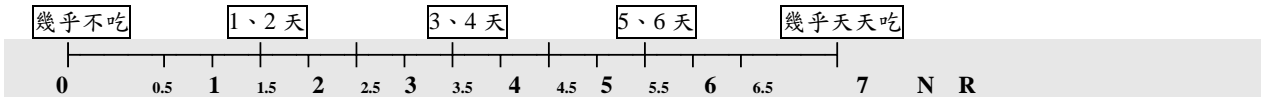
30.您一星期中有幾天有吃餅乾？



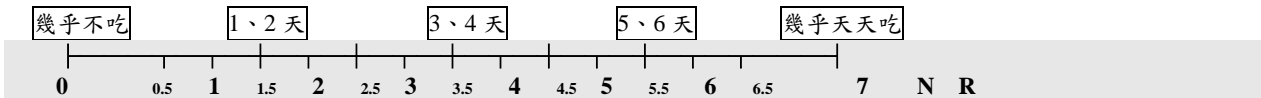
31.您一星期中有幾天有喝汽水、可樂、奶茶、或其他甜飲料？



32.您一星期中有幾天有吃冰棒、冰沙、剉冰？



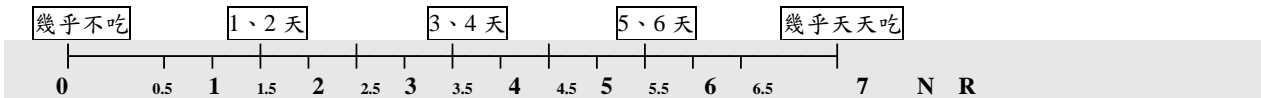
33.您一星期中有幾天有吃糖或巧克力？



(二) 五穀根莖類食物攝取狀況

(請根據最近一個月內您吃東西的情況回答接下來的問題)

1.您一星期中有幾天吃早餐？



2.您早餐最常吃什麼？(例如：飯、稀飯、麵、饅頭、麵包、土司、燒餅、油條、饅頭、包子等)

一星期吃幾次？每次吃多少？(份量請填至小數點下2位)

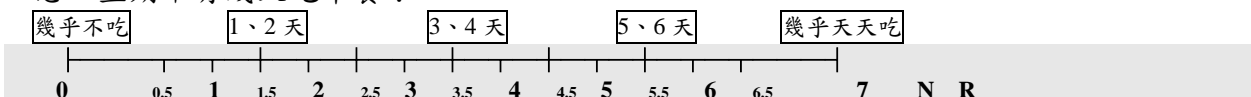
(注意：此題只要記錄「五穀根莖類食物」即可，食物名稱及代碼請參考手冊附錄一。

若不吃五穀根莖類食物，頻率仍要記錄，代碼填「000」，份量填「0000」。

若找不到代碼，代碼請填 X，頻率與份量仍要記錄。)

1.五穀根莖類食物名稱：	份 量	—	—	—	—
代 碼：					(1)週(2)月 — — — 次
2.五穀根莖類食物名稱：	份 量	—	—	—	—
代 碼：					(1)週(2)月 — — — 次

3. 您一星期中有幾天吃午餐？



4. 您午餐最常吃什麼？（例如：飯、稀飯、麵、水餃、漢堡、三明治、麵包、饅頭、包子等）

一星期吃幾次？每次吃多少？（份量請填至小數點下2位）

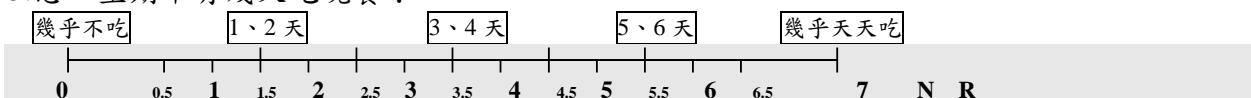
（注意：此題只要記錄「五穀根莖類食物」即可，食物名稱及代碼請參考手冊附錄一。

若不吃五穀根莖類食物，頻率仍要記錄，代碼填「000」，份量填「0000」。

若找不到代碼，代碼請填 X，頻率與份量仍要記錄。）

1. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次
2. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次

5. 您一星期中有幾天吃晚餐？



6. 您晚餐最常吃什麼？（例如：飯、稀飯、麵、水餃、漢堡、三明治、麵包、饅頭、包子等）

一星期吃幾次？每次吃多少？（份量請填至小數點下2位）

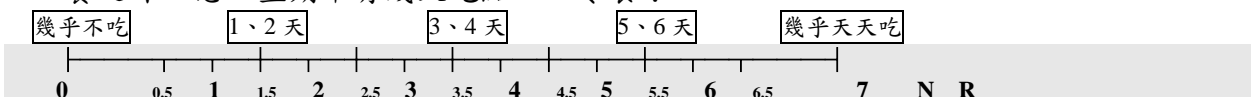
（注意：此題只要記錄「五穀根莖類食物」即可，食物名稱及代碼請參考手冊附錄一。

若不吃五穀根莖類食物，頻率仍要記錄，代碼填「000」，份量填「0000」。

若找不到代碼，代碼請填 X，頻率與份量仍要記錄。）

1. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次
2. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次

7. 三餐之外，您一星期中有幾天吃點心、零食？



8. 三餐之外，您點心、零食最常吃什麼？（例如：蛋糕、麵包、三明治、包子、餅乾、洋芋片等）

一星期吃幾次？每次吃多少？（份量請填至小數點下2位）

（注意：此題只要記錄「五穀根莖類食物」即可，食物名稱及代碼請參考手冊附錄一。

若不吃五穀根莖類食物，頻率仍要記錄，代碼填「000」，份量填「0000」。

若找不到代碼，代碼請填 X，頻率與份量仍要記錄。）

1. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次
2. 五穀根莖類食物名稱：	份 量	— — — —
代 碼：	(1)週(2)月	— — — 次

(三) 營養補充劑

1.最近一個月來，您是否有食用維生素、礦物質、或其他補充劑？

- (1) 否 (2) 是，相當規律 (3) 是，不過不規律
(N) 不知道 (R) 不願答

IV 飲食主導者營養知識與態度

一、營養知識部份

(一)以下問題主要在詢問某種飲食是否和某疾病有關；請就您個人的想法，以「是」或「不是」來回答。**(請不要將「不知道」、「不確定」的選項唸出來，避免有誘導作用。但若受訪者思考過久則提醒他「不知道就說不知道」，以免亂猜)**

(請僅圈選一項答案)

1.飲食熱量太高與肥胖有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

2.飲食熱量太高與口腔疾病(包括蛀牙、牙周病等所有口腔內的疾病)有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

3.飲食中油脂太多與某些癌症有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

4.飲食中油脂太多與高血脂症有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

5.飲食中膽固醇太多與胃炎有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

6.飲食中膽固醇太多與心臟血管疾病有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

7.飲食中(鈉)鹽、醃漬食物太多與高血壓有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

8.飲食中(鈉)鹽、醃漬食物太多與關節炎有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

9.飲食中有太多含糖量較高的食物與肥胖有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

10.飲食中有太多含糖量較高的食物與口腔疾病(包括蛀牙、牙周病等所有口腔內的疾病)有關，是不是？

- (1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

11.飲食中缺少纖維質與某些癌症有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

12.飲食中缺少纖維質與便秘有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

13.飲食中鈣質太少與關節炎有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

14.飲食中鈣質太少與骨質疏鬆症有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

15.飲食中鐵質太少與貧血有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

16.飲食中鐵質太少與心臟血管疾病有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

17.煙燻的食物與風濕有關，是不是？





(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答



18.煙燻的食物與某些癌症有關，是不是？

(1) 是 (2) 不是 (N) 不知道 (R) 不願答

(二) 下面是一些有關成年人吃東西的問題，請就您個人的看法，以「是」或「不是」回答，如果回答「是」者，請接著使用提示本問份量。(請不要將「不知道」、「不確定」的選項唸出來，避免有誘導作用。但若受訪者思考過久則提醒他「不知道就說不知道」，以免亂猜)

(* 若答「是」之後，並不知道份量的多少，可以 (N) 不知道及 (R) 不願答 表示。)

	是*	不是	不知道	不願答
1.您覺得成年人每天都應該吃 五穀根莖類 食物嗎？(如：米飯、麵、或饅頭等) (請使用提示本 3 第 46-48 頁及碗)	1 應吃  份 (一份如：飯 1 碗、麵 2 小碗、饅頭 1 個、麵包 1 個、土司 4 片、波蘿麵包 1 又 3 分之 1 個)	2	N	R
2.您覺得成年人每天都應該吃 奶類 食物嗎？ (如：牛奶、羊奶、優酪乳、優格、起司等) (請使用提示本 3 第 49 頁及量杯)	1 應吃  份 (一份如：牛奶 1 杯、優酪乳 1 杯、起司 1 片)	2	N	R
3.您覺得成年人每天都應該吃 蛋、豆、魚、或肉類 食物嗎？ (請使用提示本 3 第 50-51 頁)	1 應吃  份 (一份如：一個蛋，魚及肉類則為小朋友的四隻手指合併大小、蝦子 4 隻、盒裝豆腐半盒)	2	N	R
4.您覺得成年人每天都應該吃 油脂類 食物 (如：炒菜的油或沙拉油等)嗎？ (請使用提示本 3 第 52 頁及湯匙)	1 應吃  大匙	2	N	R

	是*	不是	不知道	不願答
5.您覺得成年人每天都應該吃蔬菜嗎？ (請使用提示本 3 第 53 頁及碗)	1 應吃  碗 (以煮熟的菜估計份量)	2	N	R
6.您覺得成年人每天都應該吃水果嗎？ (請使用提示本 3 第 54-55 頁)	1 應吃  份 (一份如：1 個蘋果、1 粒柳丁、半根香蕉、半個泰國芭樂、13 粒葡萄)	2	N	R
7.您覺得成年人每天都應該吃維他命丸(如：維他命 C、或綜合維他命等)或鈣片、鐵劑等營養補充劑嗎？ (請使用提示本 3 第 56 頁)	1	2	N	R
8.您認為成年人每天都應該吃補品(如：中藥、雞精、或藥酒)嗎？	1	2	N	R

(三) 以下各題為比較兩種食物的特性，都是以等量做比較。

例：菠蘿麵包和白饅頭比較，那一種熱量比較高？如您認為菠蘿麵包熱量較高，請回答「菠蘿麵包」，如您認為白饅頭較高，請回答「白饅頭」，如您認為一樣高，請回答「一樣高」。(請不要將「不知道」、「不確定」的選項唸出來，避免有誘導作用。但若受訪者思考過久則提醒他「不知道就說不知道」，以免亂猜)

- 蹄膀肉 與 里肌肉 比較，那一種 熱量 比較高？
(1) 蹄膀肉 (2) 里肌肉 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
- 雞胸肉 與 豬三層肉 比較，那一種含 油脂 比較多？
(1) 雞胸肉 (2) 豬三層肉 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
- 豬油 與 大豆油 比較，那一種含 膽固醇 比較多？
(1) 豬油 (2) 大豆油 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
- 醃漬食品(如：醬瓜、泡菜) 與 新鮮蔬菜 比較，那一種 鈉鹽 含量比較多？
(1) 醃漬食品 (2) 新鮮蔬菜 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
(如：醬瓜、泡菜)
- 調味乳 與 鮮乳 比較，那一種 含糖量 比較多？
(1) 調味乳 (2) 鮮乳 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
- 白米 與 糙米 比較，那一種 膳食纖維量 比較多？
(1) 白米 (2) 糙米 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
- 牛奶 與 果汁牛奶 比較，那一種 含鈣量 比較高？
(1) 牛奶 (2) 果汁牛奶 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
- 吻仔魚 與 鱸魚 比較，那一種 含鈣量 比較高？
(1) 吻仔魚 (2) 鱸魚 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答

9. 白肉類(如：雞肉、魚肉) 與 紅肉類(如：豬肉、牛肉) 比較，那一種 **含鐵量** 比較高？
 (1) 白肉類 (2) 紅肉類 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
 (如：雞肉、魚肉) (如：豬肉、牛肉)
10. 燻烤肉 與 蒸煮肉 比較，那一種 **致癌性** 比較高？
 (1) 燻烤肉 (2) 蒸煮肉 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
11. 雞肉 與 雞湯 比較，那一種 **蛋白質** 含量比較多？
 (1) 雞肉 (2) 雞湯 (3) 一樣多 (N) 不知道 (R) 不願答
12. 同一種食物用 **烤的** 或 **炒的** 那一種烹調方法 **熱量 (卡路里)** 比較高？
 (1) 烤的 (2) 炒的 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
13. 同一種食物用 **炸的** 或 **蒸的** 那一種烹調方法 **熱量 (卡路里)** 比較高？
 (1) 炸的 (2) 蒸的 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
14. 同一種食物用 **裹粉炸** 與 **紅燒** 那一種烹調方法 **油脂量** 比較高？
 (1) 裹粉炸 (2) 紅燒 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答
15. 同一種食物用 **煮的** 與 **煎的** 那一種烹調方法 **油脂量** 比較高？
 (1) 煮的 (2) 煎的 (3) 一樣高 (N) 不知道 (R) 不願答

二、營養態度部份 (請使用提示本 3 第 57 頁)

以下是一些和吃東西有關的問題，沒有對或錯，請根據您自己的看法，以「非常同意」、「同意」、「中立」、「不同意」或「非常不同意」回答。(請不要將「不知道」、「不確定」的選項唸出來，避免有誘導作用。但若受訪者思考過久則提醒他「不知道就說不知道」，以免亂猜)
 (請僅圈選一項答案)

	非常同意	同意	中立	不同意	非常不同意	不知道	不願答
1.應該儘量吃天然的食物	1	2	3	4	5	N	R
2.市面上所賣的健康及保健食品的營養價值比一般食物要高	1	2	3	4	5	N	R
3.貴的食物比較有營養	1	2	3	4	5	N	R
4.補藥、補品可以強身	1	2	3	4	5	N	R
5.一個人胖胖的表示他很健康	1	2	3	4	5	N	R
6.一個人只要能吃就好，體重怎麼變化並不重要	1	2	3	4	5	N	R
7.一個人的體重如果保持正常，就不需要考慮飲食營養問題	1	2	3	4	5	N	R

	非常同意	同意	中立	不同意	非常不同意	不知道	不願答
8.不管吃什麼與壽命長短無關	1	2	3	4	5	N	R
9.不當的飲食是引起疾病的重要原因	1	2	3	4	5	N	R
10.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
11.每天都服用維他命丸或補品的人，就不必擔心營養的問題	1	2	3	4	5	N	R
12.為了健康，應該去吃一些原本不吃的食物	1	2	3	4	5	N	R
13.三餐應以主食類(飯、麵)為主，其它食物吃不吃沒關係	1	2	3	4	5	N	R
14.多吃魚肉豆蛋奶類食品，少吃主食類(如：飯、麵)對健康有益	1	2	3	4	5	N	R
15.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
16.吃健康食品可以讓人更健康長壽	1	2	3	4	5	N	R

三、飲食營養知識來源

您飲食營養方面新知識的主要來源為何？請您按照實際的狀況，用「是」或「不是」回答。
(請不要將「不知道」、「不確定」的選項唸出來，避免有誘導作用。但若受訪者思考過久則提醒他「不知道就說不知道」，以免亂猜)

	是	不是	不知道	不願答
1.醫生	1	2	N	R
2.護士	1	2	N	R
3.營養師	1	2	N	R
4.配偶	1	2	N	R
5.親友(包括父母、子女、親人、朋友、鄰居)	1	2	N	R
6.推銷員(非親友)	1	2	N	R
7.報章雜誌	1	2	N	R

	是	不是	不知道	不願答
8.電視	1	2	N	R
9.收音機	1	2	N	R
10.進修推廣班 (如：農會家政班、長青學苑等)	1	2	N	R
11.產品促銷活動	1	2	N	R
12.學術性演講	1	2	N	R
13.其它 (請說明)_____	1	2	N	R

(此部分由訪員自填)

訪視結束時間：

_____|_____|_____|_____|_____|_____|
年 月 日 時 分

受訪者提供：

資料品質

99 90 80 70 60 50 40
_____|_____|_____|_____|_____|_____|
很好 尚 不 很
好 可 好 差

1.這份問卷是否透過第三者翻譯訪談？

(1) 是 (2) 否

2.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) 從頭到尾均未表示拒絕

3.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

4.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

5.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

6.整體來說，受訪者合作程度：

(1) 很合作 (2) 合作 (3) 不合作 (4) 很不合作

7.訪問所得的可靠程度：

(1) 很可靠 (2) 可靠 (3) 不可靠 (4) 很不可靠

8.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：_____

9.請問這部分問卷是在下列哪些地方訪問的？ **(可複選)**

(1) 受訪者自家裏 (2) 他人家裏 (3) 受訪者工作處 (4) 學校
(5) 安親班/課輔班/補習班 (6) 戶外 (7) 其他(請說明) _____

10.訪問時有其他人在場(受訪者與訪員之外的其他人、翻譯)嗎？

(1) 沒有 **(E 飲食主導者卷結束)** (2) 有 **(請續答第11題)**

11.若有其他人在場，請問是誰？共幾人？在哪裡？在場多久？有否干擾訪問的進行？

是誰？ (與受訪者或訪員的關係為何？) 請填寫關係代碼	共幾人？ (很多人時可填寫 X 人)	在場多久？ 1. 全程 2. 大部分時間 3. 約一半時間 4. 偶而	覺得干擾到訪問的進行嗎？ 1. 沒有干擾 2. 一點干擾 3. 很干擾	備註
1 飲食主導者的：	人			
2	人			
3	人			
4	人			
5	人			
1 訪員的：	人			
2	人			

★關係代碼：

- | | | |
|---------------------|------------------|-----------------|
| (1) 子女/婿媳 | (2) 配偶 | (3) 兄弟姊妹 (或其配偶) |
| (4) 父母/公婆/岳父母 | (5) 祖父母/外祖父母 | (6) 曾祖父母/外曾祖父母 |
| (7) 孫兒/外孫 (或其配偶) | (8) 伯叔姑舅姨 (或其配偶) | |
| (9) 堂(表)兄弟姊妹 (或其配偶) | (A) 其他親戚 | (B) 無親屬關係的共同居住者 |
| (C) 保姆、家務協助者(幫傭/管家) | | (D) 鄰居、朋友 |
| (E) 老師 | (F) 同學 | (G) 同事 |
| (H) 衛生局營養員 | (I) 中研院協調人員 | (J) 其他 (請註明在備註) |

備註欄

E 飲食主導者卷

覆審時間：		覆審員：	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
年	月	日	時 分
資料收集完整性： (1)完整 (2)尚需補遺			

補遺時間：		訪 員：	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
年	月	日	時 分
應答者： (1)本人 (2)其他人： _____ 【請填序號，若無序號請說明與學童的關係】			
受訪者提供資料的情形： (1) 良好 (2) 尚可 (3) 不佳			
資料收集情形： (1)已完成 (2)無法補齊，原因:_____			

再審時間：		再審員：	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
年	月	日	時 分
補遺完整性： (1)完整 (2)無法補齊，原因:_____			

