

以下我們想知道您最近兩週的飲食習慣，請您在各題點選或填寫最適合您情況的答案。

1. 過去兩週，您多久會吃一次蔬菜？

☐每天都吃 ☐每週至少五次 ☐每週至少三次

☐至少每週一次 ☐至少每月一次 ☐三個月都沒有

2. 過去兩週，您多久會吃一次水果？

☐每天都吃 ☐每週至少五次 ☐每週至少三次

☐至少每週一次 ☐至少每月一次 ☐三個月都沒有

3. 過去兩週，您多久會吃一次牛肉？

☐每天都吃 ☐每週至少五次 ☐每週至少三次

☐至少每週一次 ☐至少每月一次 ☐三個月都沒有

4. 過去兩週，您吃蔬菜和水果時會優先選擇當季生產的嗎？

☐都不會

☐會優先選擇當季生產的蔬菜，但不會特別挑當季的水果

☐會優先選擇當季生產的水果，但不會特別挑當季的蔬菜

☐會優先選擇當季生產的蔬菜和水果

5. 過去兩週，您吃蔬菜和水果時會優先選擇台灣生產的嗎？

☐都不會

☐會優先選擇台灣生產的蔬菜，但不會特別挑台灣生產的水果

☐會優先選擇台灣生產的水果，但不會特別挑台灣生產的蔬菜

☐會優先選擇台灣生產的蔬菜和水果

6. 過去兩週，在外用餐時您會點有牛肉的餐點嗎？（例如牛肉麵、蔥爆牛肉）

☐每次都會 ☐常常 ☐偶而 ☐甚少 ☐都沒有

7. 跟兩週之前相比，這兩週您有吃比較多的蔬菜或水果嗎？

吃比較少的蔬果      沒有比較多，也沒比較少      吃比較多的蔬果

-3      -2      -1      0      +1      +2      +3

8. 跟兩週之前相比，您這兩週有比較少吃牛肉嗎？

吃比較少牛肉      沒有比較多，也沒比較少      吃比較多牛肉

-3      -2      -1      0      +1      +2      +3

9. 這兩週您吃的蔬果比以前少（或比以前多）。請問是甚麼原因？

---

10. 在前一次調查，我們提到多吃蔬菜水果的一些好處，但這兩週您吃的蔬果份量和以前的差不多。請問是甚麼原因？

☐ 我之前平常吃的蔬菜水果已夠多了，不必再增加

☐ 其他原因（請說明）：\_\_\_\_\_

11. 這兩週您吃的牛肉比以前少（或比以前多）。請問是甚麼原因？

---

12. 這兩週您吃的牛肉份量和以前的差不多。請問是甚麼原因？

☐ 我之前平常吃的牛肉份量剛好，不必再增加或減少

☐ 其他原因（請說明）：\_\_\_\_\_

本問卷到此為止，再次感謝您的協助