

衛生福利部國民健康署

106 年度「高中、高職、五專學生健康行為 調查報告」

指導單位：衛生福利部、教育部

主辦單位：衛生福利部國民健康署

協辦單位：各縣市教育局（處）、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之參考，與評估健康政策及計畫成效之依據。

方法：採橫斷式調查設計，調查對象依逐年輪替而不同，前一年為國中學生，次一年則為高中、高職、五專（1-3 年級）學生（簡稱高中職學生）。106 年以在學之高中職學生為對象，採用抽出機率與單位大小成比例(probability proportional to size, PPS)之抽樣方法，抽出具全國代表性之 60 所高中職樣本學校，合計 6,079 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 5,296 案，完訪率為 87.1%。結果摘要如下：

1. 在體重與體型、飲食情形與日常及身體活動方面，高中職學生過重和肥胖百分比超過四分之一（25.3%）。近六成（58.5%）學生每天有吃水果，超過九成（92.2%）學生每天有吃蔬菜。僅超過一成（13.6%）學生過去一週每天進行身體活動達到至少 60 分鐘，且從事靜態活動時間過長，近八成（78.8%）學生在平日，有一天超過 2 小時的靜態活動，其中，包括看電視、打電腦、打電動。

2. 在衛生及生活習慣方面，僅不到五分之一（17.9%）學生在每次吃東西前會洗手，雖然大部分學生（91.2%）每次上廁所後會洗手，但每次洗手都會使用肥皂的百分比僅占 9.0%，顯示高中職學生洗手之衛生習慣仍有待加強。
3. 在個人安全方面，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生乘坐汽車時，每次都有繫安全帶的百分比仍低於三成（27.2%）；高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（81.9%）；低於一成（6.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽。
4. 在心理健康及危害健康行為方面，本次調查發現，約有二成（20.6%）高中職學生過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺。超過二成（23.4%）學生曾經吸菸，過去 30 天內有吸菸者占 7.5%。超過七成（72.7%）學生曾經喝酒，過去 30 天內有喝酒者超過四分之一（25.2%）；通常取得酒的方式，以商店或攤位購買的占最多，近四成（39.2%）。
5. 在性相關議題方面，超過七成（71.6%）的高中職學生曾經接觸色情媒體，第一次接觸的年齡以 14-15 歲為最多，占了二成多（22.6%），其次為 12-13 歲約占二成（20.0%）。
6. 在家庭支持狀況方面，過去 30 天內，學生父母（或主要照顧者）經常或總是關心學生的回家作業是否完成不到三成（28.3%），經常或總是了解學生的問題與憂慮近三成（29.6%），經常或總是確實知道受測學生在空閒時間從事的活動超過五成（50.7%）。

結論與建議：本年度調查結果顯示，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（81.9%），但只有不到一成（6.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽，故有必要加強交通安全相關宣導，提升學生交通安全之意識。另，調查結

果也顯示高中職生曾經吸菸比例超過二成(23.4%)、曾經喝酒比例超過七成(72.7%)，而過去30天內有吸菸者占7.5%、有喝酒者占25.2%，且取得酒的方式為自行購買占最多，近四成(39.2%)，因應兒童及少年福利與權益保障法及菸害防制法等規定，未滿十八歲者禁止吸菸及飲酒，為保護青少年身心健康，除落實並嚴格查緝違規販賣菸品及酒類飲品給未滿十八歲青少年，更應由家庭及學校中著手，建立支持性環境及教導拒絕菸酒之生活技能，強化拒絕飲酒、無菸環境工作之推動，以促進青少年學生之健康，並降低青少年吸菸率、飲酒率。青少年健康行為調查旨在蒐集與建立計畫擬定與政策施行成效所需之健康指標現況與長期變化趨勢，可依施政參考需要持續辦理，以提供青少年衛生保健業務推動所需客觀資料，強化健康促進政策之數據基礎。

關鍵詞：青少年、健康行為

壹、前言

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

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

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

「青少年吸菸行為調查」，以完整蒐集青少年吸菸相關資料。

基於政策參考與計畫評價所需，以及監測調查資源之有效運用，本項調查採「國中」及「高中、高職、五專（1-3年級）」隔年輪替方式辦理，106年度係以高中、高職、五專（1-3年級）在學學生為調查對象。調查目的：

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

貳、材料與方法

一、規劃與執行單位

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

二、調查對象與抽樣設計

(一)調查對象：以 105 學年度全國高中職學生為推論母群體，因相關統計資料之可取得性，爰依據教育部所提供的 104 學年度教育統計資料研擬抽樣清冊，按該項教育統計資料，104 學年度全國高中職學校計有 755 所，學生數共有 829,131 人（表 1-1）。

(二)抽樣設計：採用分層二階段集群抽樣設計，將全國所有高中職依學校所在鄉鎮市區之人口密度分為四層後，各層採抽出機率與單位大小成比例(PPS)之抽樣方法，先抽出樣本學校，再由樣本學校抽出樣本班級，中選樣本班級之全體學生均為調查對象。原預估抽出樣本學生數計 6,000 人，實際在籍之樣本學生計 6,079 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。

「106 年高中、高職、五專學生健康行為調查」問卷，採用 9 項 GSHS 之核心題組（人口學資料、飲食行為、衛生、心理健康、身體活動、霸凌、性行為、酒精使用及保護因子），共計 74 題。問卷調查內容包括：

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

(十) 兩性交往與性行為及懷孕、避孕相關問題：色情媒體接觸、性行為、懷孕、避孕及人工流產。

(十一) HPV 疫苗：疫苗認知及接種情形。

(十二) 家庭支持狀況：親子關係。

四、調查工作執行

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

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

卷設計係採用選擇題，避免文字書寫，且所有問卷均使用本署所提供之 HB 鉛筆及答案卡，以塗黑方式將答案塗記在電腦答案卡上之選項欄。

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

五、調查期間與調查標準時間

配合 105 學年度第二學期起迄時間，於 106 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 106 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 106 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 106 年度在學之高中職學生為對象，採用無記名自填問卷方式進行資料收集，應訪樣本案數計 6,079 案，共計 5,296 位學生完成自填問卷填答，完訪率為 87.1%（表 1-2）。

完訪樣本經加權後，性別比例以男性居多，占 51.8%，女性則占 48.2%，以年級區分，一、二、三年級分別占 35.2%、32.4%及 32.4%，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 0.706 及 0.8578，顯示加權後之完訪樣本性別與年級別分布與母群體已無顯著差異（表 1-3）。

二、體重及體型分布(表 2)

整體而言，有六成多(63.9%)高中職在學學生身體質量指數(BMI)為正常，約 12.7%學生體重過重及 12.6%肥胖，男生過重、肥胖的比例分別為 13.8%、15.5%，均高於女生的 11.5%、9.5%。

學生自覺體重之分布，以適中、剛剛好為最多，占三成八(38.0%)，其次為有點重，占三成四(34.2%)；而超過四成(41.1%)男生自覺體重適中、剛剛好，女生以有點重占多數，約四成多(41.6%)。學生控制體重情形，以減重為最多，占 38.5%，其次為沒有嘗試控制體重，占 32.7%；男生以沒有嘗試控制體重最多，占 40.0%，女生以減重為最多，占 51.1%。學生對於自己的身材或體型滿意程度，以不太滿意為最多，占 42.7%，其次為還算滿意，占 31.9%，男生及女生皆以不

太滿意自己的身材或體型為最多，各占 36.3%及 49.6%。

三、健康相關行為分布

(一) 飲食習慣分布(表 3)

學生過去 30 天內，經常或總是因家中無足夠的食物而挨餓的百分比占 1.1%；大多數的學生（83.7%）經常或總是每天吃早餐；每天吃至少 1 次水果的百分比近六成（58.5%）、過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果的百分比超過二成（23.4%）；超過九成（92.2%）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 22.6%。

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（10.2%），約四成（40.4%）每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料，超過四成（42.1%）的學生每天喝至少 1 次牛奶或食用乳製品，每天吃至少 1 次高油脂食物的百分比占 18.7%。過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費的百分比近四成（39.4%）。

(二) 日常及身體活動分布(表 4)

超過一成（13.6%）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 18.3%及 8.6%。近四成（39.3%）的學生在過去 7 天內，至少有 5 天步行或騎腳踏車去上學或返家。學生走路或騎腳踏車上學或返家時，單程花多少時間，除沒有走路或騎腳踏車外，以 11~30 分鐘為最多占 22.1%，其次為 5~10 分鐘占 21.6%。五成多學生（55.6%）在這學年期間，每週有 2 天上體育課，其次為 1 天占 35.3%。

大多數學生（78.8%）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（83.9%）較男生（74.2%）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

使用電腦者超過六成（65.2%）。

（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；超過六分之一的學生（17.9%）每次吃東西前會洗手；大部分的學生（91.2%）每次上廁所後會洗手；每次洗手都會使用肥皂的百分比占 9.0%。學生在平時上學的日子裡，平均一天有睡至少 7 小時者約近四成（39.2%），男生約四成多（43.5%）高於女生的三成四左右（34.7%）。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 78.9%。

（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 18.8%，男生的比例高於女生（23.4%對 13.4%）；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 23.9%，其次為骨折或關節脫臼占 19.4%；發生最嚴重的事故傷害最主要原因，除其他原因外，最多為車禍占 32.3%，其次為跌倒或墜落占 28.5%。

學生過去 30 天，騎乘機車時，每次都有戴安全帽者占八成多（81.9%）；騎腳踏車時，每次都有戴安全帽者僅 6.8%；乘坐汽車時，每次都有繫安全帶者近三成（27.2%）；乘坐汽車前座時，每次都有繫安全帶者近六成（57.8%）。

（五）在校情形分布(表 7)

學生過去 30 天內，曾經被霸凌的百分比占 5.1%，其中最常被霸凌的方式，除其他方式外，以被以黃色笑話、言語或手勢的方式取笑為最多，占 16.9%；曾經蹺過課（沒有請假）的百分比占 16.6%。

（六）心理健康分布(表 8)

過去 12 個月內，學生經常或總是感到孤單、寂寞的百分比占

10.3%，男生的比例高於女生（10.4%對 10.1%）；學生經常或總是為擔心某事而失眠的百分比占 9.7%，女生高於男生（10.7%對 8.8%）。

過去 12 個月內，學生曾經認真地考慮過自殺者超過兩成（20.6%），曾計畫自殺的百分比超過一成（11.1%），曾嘗試過自殺的百分比占 7.9%。

（七）危害健康行為分布(表 9)

學生曾經吸菸者占 23.4%，男生的比例高於女生（29.7%對 16.2%）。過去 30 天內有吸菸者占 7.5%，男生有吸菸的百分比亦高於女生（10.5%對 4.2%）。

超過七成（72.7%）學生曾經喝酒，男生的比例高於女生（75.0%對 70.1%）。過去 30 天內，有喝酒的百分比超過四分之一（25.2%），男生的比例高於女生，分別為 27.9%、22.2%；通常取得酒的方式，以商店或攤位購買占最多，近四成（39.2%），其次為爸媽、兄弟姐妹或其他家人給的占 34.8%。

學生曾經喝醉者占 17.5%；曾因飲酒而與家人或朋友起衝突、翹課或打架的百分比占 4.3%，男生高於女生（5.3%對 3.1%）。

四、兩性交往與性行為相關問題分布(表 10)

學生曾經發生過性交行為者占 9.8%。第一次接觸色情媒體的年齡分布，以 14-15 歲為最多占 22.6%，其次為 12-13 歲占 20.0%，近三成（28.4%）的學生從來沒有接觸過。

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

五、對人類乳突病毒疫苗認知分布(表 11)

學生對於人類乳突病毒疫苗認知情形，有 52.1%的學生知道人類乳突病毒疫苗可降低子宮頸癌的發生。對於接種過人類乳突病毒疫苗

的婦女，還是要定期做子宮頸抹片檢查的認知，超過六成（62.2%）的學生認知正確。

六、家庭支持狀況分布(表 12)

過去 30 天內，學生的父母經常或總是關心自己回家作業狀況者近三成（28.3%）、父母經常或總是了解自己問題與憂慮者近三成（29.6%）、父母經常或總是知道自己空閒時間從事的活動者約五成（50.7%）、父母經常或總是會未經同意翻閱自己的用品百分比占 9.0%。

肆、結論與建議

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

- 一、現今社會快速改變、青少年健康議題亦隨社會變遷而多樣化，需以多面向建立本國歷年青少年健康行為之資料庫，然受限於一份問卷所可容納題數有限，故可視不同議題之面向需要，發展分年輪換之附加題組，以增加問卷所能涵蓋青少年健康議題之廣度與深度，並適時提供具政策意涵之調查研究結果予政策擬定及業務推行單位。
- 二、在個人安全部分，本年度調查結果顯示，即使在有交通安全相關法規之約束，高中職學生每次騎乘機車都有戴安全帽的比例超過八成（81.9%），但只有不到一成（6.8%）的學生在每次騎腳踏車都有戴安全帽，故有必要加強高中職學生之交通安全相關宣導，提升學生對於交通安全之意識。
- 三、有關危害健康行為部分，本年度調查結果顯示高中職生過重或肥胖者占 25.3%，且近八成（78.8%）高中職生在平日，一天有超過 2 小時的靜態活動，由於學生打電腦、打電動及看電視行為等靜態活動時間過長，建議可以健康促進學校為平台，鼓勵學生多從事戶外運動，以提高身體活動量與降低肥胖率；另，超過二成（23.4%）高中職生曾經吸菸，且過去 30 天內有吸菸者近一成（7.5%）；超過七成（72.7%）高中職生曾經喝酒，且過去 30 天

內有喝酒者也近三成(25.2%)，而取得酒的方式為自行購買占最多，近四成(39.2%)，因應兒童及少年福利與權益保障法及菸害防制法等規定，未滿十八歲者禁止吸菸及飲酒，為保護青少年身心健康，除落實並嚴格查緝違規販賣菸品及酒類飲品給未滿十八歲青少年，更應由家庭及學校中著手，建立支持性環境及教導拒絕菸酒之生活技能，強化拒絕飲酒、無菸環境工作之推動，以促進青少年學生之健康，並降低青少年吸菸率、飲酒率。

伍、參考文獻

1. 教育部全球資訊網站，2015
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	104	3,572	137,074	10	30	1,000
第二層	122	4,437	170,247	13	39	1,300
第三層	187	5,512	208,645	15	45	1,500
第四層	342	8,641	313,165	22	66	2,200
合計	755	22,162	829,131	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	992	877	88.4%
第二層	1,151	1,007	87.5%
第三層	1,533	1,367	89.2%
第四層	2,403	2,045	85.1%
合計	6,079	5,296	87.1%

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	430,021	51.9	2,314	43.9	<.0001	428,175	51.8	0.706
	女	399,110	48.1	2,959	56.1		397,864	48.2	
	合計	829,131	100	5,273 ^a	100		826,038	100	
年級	一年級	291,973	35.2	1,720	32.8	<.0001	289,459	35.2	0.8578
	二年級	267,988	32.3	1,894	36.1		266,209	32.4	
	三年級	269,170	32.5	1,634	31.1		266,948	32.4	
	合計	829,131	100	5,248 ^a	100		822,615	100	

^a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 (%)
BMI 分布						
過輕	519	10.8	252	11.7	267	9.8
正常	3,148	63.9	1,265	59.0	1,883	69.2
過重	609	12.7	302	13.8	307	11.5
肥胖	599	12.6	331	15.5	268	9.5
相對您的身高，您的體重是						
太輕	255	5.2	164	7.2	91	3.1
有點輕	472	9.5	312	13.5	160	5.4
適中、剛剛好	1,980	38.0	946	41.1	1,027	34.5
有點重	1,851	34.2	631	27.3	1,218	41.6
太重	713	13.1	254	10.9	456	15.4
有沒有試著控制體重						
沒有嘗試控制體重	1,671	32.7	930	40.0	739	25.0
減重	2,120	38.5	615	26.9	1,503	51.1
增重	344	7.3	267	11.6	74	2.5
維持相同體重	1,137	21.5	496	21.5	637	21.4
滿不滿意自己的身材或體型						
很滿意	352	7.2	243	10.5	109	3.7
還算滿意	1,654	31.9	813	35.4	836	28.2
無所謂	489	9.5	291	12.2	197	6.6
不太滿意	2,281	42.7	826	36.3	1,452	49.6
很不滿意	487	8.7	126	5.6	359	11.9

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	50	1.1	28	1.3	20	0.7
否	5,232	98.9	2,284	98.7	2,939	99.3
過去 30 天內，經常或總是每天吃早餐						
是	4,434	83.7	1,906	82.5	2,522	85.3
否	826	16.3	396	17.5	424	14.7
過去 30 天內，每天吃至少 1 次水果						
有	3,101	58.5	1,311	56.2	1,783	61.0
無	2,178	41.5	1,001	43.8	1,173	39.0
過去 7 天內，平均每天吃 2 份(含)以上水果						
有	1,251	23.4	519	22.0	729	25.0
無	4,028	76.6	1,792	78.0	2,228	75.0
過去 30 天內，每天吃至少 1 次蔬菜						
有	4,867	92.2	2,132	92.2	2,726	92.2
無	414	7.8	178	7.8	233	7.8
過去 7 天內，平均每天吃 3 份(含)以上蔬菜						
有	1,178	22.6	570	24.4	603	20.7
無	4,088	77.4	1,730	75.6	2,351	79.3

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 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	493	10.2	311	13.8	178	6.3
無	4,790	89.8	2,002	86.2	2,780	93.7
過去 30 天內，每天至少喝 1 次非碳酸含糖飲料						
有	2,103	40.4	1,001	43.8	1,098	36.9
無	3,175	59.6	1,308	56.2	1,859	63.1
過去 30 天內，每天至少喝 1 次牛奶或食用乳製品						
有	2,161	42.1	964	42.8	1,189	41.3
無	3,102	57.9	1,337	57.2	1,761	58.7
過去 30 天內，每天至少吃 1 次高油脂食物						
有	956	18.7	477	20.6	475	16.5
無	4,327	81.3	1,836	79.4	2,483	83.5
過去 7 天內，有 1 天以上在速食店消費						
有	2,064	39.4	947	40.9	1,106	37.5
無	3,218	60.6	1,366	59.1	1,851	62.5

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	685	13.6	424	18.3	261	8.6
無	4,579	86.4	1,879	81.7	2,687	91.4
過去 7 天內，至少有 5 天步行或騎腳踏車去上學或返家						
有	2,048	39.3	941	40.8	1,105	37.9
無	3,200	60.7	1,358	59.2	1,831	62.1
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	1,898	36.0	784	34.1	1,106	37.7
少於 5 分鐘	405	7.7	166	7.0	238	8.4
5~10 分鐘	1,164	21.6	507	21.9	655	21.4
11~30 分鐘	1,164	22.1	519	22.6	644	21.8
31~60 分鐘	333	6.7	160	7.3	172	6.0
超過 1 小時	295	5.9	160	7.1	135	4.7
在這學年期間，每週上體育課天數						
0 天	288	5.5	116	5.0	169	5.8
1 天	1,887	35.3	817	34.1	1,066	36.6
2 天	2,941	55.6	1,305	57.2	1,632	54.1
3 天	94	2.3	42	2.4	51	2.3
4 天	13	0.3	6	0.2	6	0.3
5 天(含)以上	51	1.0	24	1.1	27	0.9

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 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	4,163	78.8	1,695	74.2	2,461	83.9
無	1,083	21.2	601	25.8	477	16.1
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	3,436	65.2	1,413	61.9	2,020	69.1
無	1,835	34.8	893	38.1	933	30.9

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

表 5：衛生及生活習慣分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，每天潔牙或刷牙至少一次						
有	5,071	96.2	2,172	94.6	2,893	98.1
無	188	3.8	128	5.4	55	1.9
過去 30 天內，每次吃東西前洗手						
有	919	17.9	454	19.9	465	15.7
無	4,356	82.1	1,855	80.1	2,492	84.3
過去 30 天內，每次上廁所後會洗手						
有	4,834	91.2	2,048	88.6	2,782	94.4
無	430	8.8	259	11.4	164	5.6
過去 30 天內，每次洗手都會使用肥皂						
有	467	9.0	236	10.0	228	7.8
無	4,798	91.0	2,067	90.0	2,723	92.2
在平時上學的日子裡，平均一天睡至少 7 小時						
有	2,012	39.2	1,008	43.5	1,003	34.7
無	3,238	60.8	1,291	56.5	1,936	65.3
過去 7 天內，曾經超過 12 點還沒上床睡覺						
有	4,147	78.9	1,754	76.8	2,383	81.2
無	1,085	21.1	538	23.2	544	18.8

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

表 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	875	18.8	499	23.4	366	13.4
無	4,044	81.2	1,637	76.6	2,406	86.6
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷 害※						
骨折或關節脫臼	145	19.4	92	21.0	51	16.5
割傷或刺傷	183	23.9	124	27.8	57	17.0
腦震盪或頭頸部受傷，被擊 倒或無法呼吸	52	6.3	26	5.4	25	8.0
槍傷	11	1.5	8	1.6	2	0.5
嚴重燒(燙)傷	23	2.9	12	2.7	11	3.5
中毒或服藥過量	6	0.8	3	0.7	1	0.2
其他事件	380	45.2	191	40.8	188	54.3
過去 12 個月內，發生最嚴重的事故傷 害最主要原因※						
車禍	261	32.3	150	32.4	110	33.0
跌倒或墜落	235	28.5	116	25.4	114	33.8
東西掉落擊中	24	3.2	16	3.7	8	2.4
被攻擊或打架	16	2.3	13	2.8	2	0.8
火災或太接近熱源	12	1.4	5	1.1	6	1.7
誤吸入或吞食物品	3	0.4	—	—	2	0.8
其他原因	251	31.9	157	34.6	93	27.5

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 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	2,569	81.9	1,030	81.1	1,539	83.2
無	571	18.1	247	18.9	315	16.8
過去 30 天騎腳踏車時，每次都有戴安全帽						
有	158	6.8	98	7.8	60	5.3
無	2,298	93.2	1,201	92.2	1,090	94.7
過去 30 天乘坐汽車時，每次都有繫安全帶						
有	1,208	27.2	603	30.9	605	23.5
無	3,408	72.8	1,370	69.1	2,030	76.5
過去 30 天乘坐汽車前座時，每次都有繫安全帶						
有	2,134	57.8	1,021	60.9	1,111	54.4
無	1,627	42.2	677	39.1	944	45.6

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 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	248	5.1	149	6.6	92	3.2
無	4,969	94.9	2,127	93.4	2,840	96.8
過去 30 天內，最常被霸凌的方式※						
被打、踢、推、群毆、或關 在室內	18	9.1	13	10.1	2	2.0
因種族、國籍或膚色被取笑	16	8.8	10	8.8	6	9.7
因宗教信仰而被取笑	13	5.5	6	4.2	7	8.6
被以黃色笑話、言語或手勢 的方式取笑	36	16.9	21	17.0	14	16.9
參加活動被故意拒絕或完 全被忽視	32	14.2	14	10.4	17	20.7
因身材或長相而被取笑	35	15.8	22	16.7	13	15.6
被用其他方式霸凌	64	29.8	41	32.8	23	26.5
過去 30 天內，曾經蹺過課(沒有請假)						
有	851	16.6	416	18.0	430	15.0
無	4,391	83.4	1,878	82.0	2,506	85.0

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。

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	556	10.3	247	10.4	306	10.1
無	4,716	89.7	2,061	89.6	2,647	89.9
過去 12 個月內，經常或總是因擔心某 是而失眠(睡不著)						
有	528	9.7	208	8.8	318	10.7
無	4,750	90.3	2,101	91.2	2,639	89.3
過去 12 個月內，曾經認真地考慮自殺						
有	1,082	20.6	443	19.9	639	21.6
無	4,137	79.4	1,829	80.1	2,299	78.4
過去 12 個月內，曾經計畫自殺						
有	564	11.1	258	11.7	302	10.4
無	4,676	88.9	2,034	88.3	2,639	89.6
過去 12 個月內，曾經嘗試過自殺						
有	411	7.9	182	7.8	222	7.7
無	4,853	92.1	2,123	92.2	2,725	92.3
有 1 位以上親近的好朋友						
有	4,922	93.6	2,121	92.3	2,793	95.0
無	323	6.4	176	7.7	146	5.0
過去 30 天內，學校同學經常或總是對 您和善且樂於協助您						
是	3,956	74.2	1,562	68.0	2,390	81.3
否	1,278	25.8	726	32.0	543	18.7

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 9：危害健康行為分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
曾經吸菸						
有	1,178	23.4	688	29.7	482	16.2
無	4,064	76.6	1,604	70.3	2,456	83.8
過去 30 天內有吸菸						
有	370	7.5	244	10.5	122	4.2
無	4,869	92.5	2,046	89.5	2,816	95.8
曾經喝酒						
有	3,716	72.7	1,690	75.0	2,017	70.1
無	1,442	27.3	560	25.0	880	29.9
過去 30 天內有喝酒						
有	1,291	25.2	649	27.9	636	22.2
無	3,961	74.8	1,646	72.1	2,309	77.8
過去 30 天內，有喝酒的日子中，通常 一天喝 1 杯以上的酒※						
有	881	71.0	465	74.7	414	66.7
無	369	29.0	157	25.3	208	33.3
過去 30 天內，通常取得酒的方式						
我從商店或攤位買的	469	39.2	273	44.4	193	31.9
我付錢，請別人幫我買	58	4.7	34	5.2	23	3.7
同學或朋友給我的	92	7.3	41	6.5	50	8.3
爸媽、兄弟姊妹或其他家人 給我的	454	34.8	184	29.2	269	42.7
我偷拿的	11	0.9	7	1.2	4	0.6
其他方式	159	13.1	84	13.5	75	12.8

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

2.※過去 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	901	17.5	428	18.5	468	16.3
無	4,340	82.5	1,869	81.5	2,465	83.7
曾經因飲酒而與家人或朋友起衝突、 翹課、或打架						
有	212	4.3	122	5.3	86	3.1
無	5,010	95.7	2,152	94.7	2,851	96.9

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 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	488	9.8	223	10.0	263	9.5
無	4,452	90.2	1,931	90.0	2,519	90.5
第一次發生性交行為年齡						
從未發生過性交行為	4,452	90.2	1,931	90.0	2,519	90.5
11 歲(含)以前	25	0.5	8	0.3	15	0.5
12 歲	16	0.3	11	0.5	5	0.2
13 歲	20	0.5	12	0.6	8	0.3
14 歲	30	0.5	9	0.4	21	0.7
15 歲	78	1.6	42	1.9	36	1.3
16~17 歲	225	4.5	97	4.4	128	4.6
18 歲(含)以後	94	1.9	44	1.9	50	1.9
第一次接觸色情媒體時的年齡						
從來沒有接觸過	1,607	28.4	365	15.7	1,240	42.1
7 歲(含)以前	161	3.2	99	4.3	59	1.9
8~9 歲	217	4.5	129	5.7	87	3.2
10~11 歲	510	10.3	316	13.6	192	6.7
12~13 歲	997	20.0	625	27.2	369	12.2
14~15 歲	1,146	22.6	584	25.9	561	19.0
16~17 歲	500	9.1	143	6.3	357	12.2
18 歲(含)以後	101	1.9	28	1.3	73	2.7

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 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	2,813	52.1	1,007	44.2	1,799	60.4
愛滋病	178	3.5	85	3.8	91	3.3
帶狀皰疹	155	3.0	95	3.9	60	2.1
不知道	2,101	41.4	1,110	48.1	989	34.2
接種過人類乳突病毒疫苗的婦女，還是要定期做子宮頸抹片檢查						
對	3,250	62.2	1,220	55.4	2,026	69.5
不對	109	2.3	57	2.7	49	1.7
不知道、不確定	1,767	35.5	944	41.9	820	28.8
接種人類乳突病毒疫苗的年齡						
無接種過	2,099	41.7	1,085	47.9	1,012	35.3
10 歲或之前	114	2.3	65	2.8	45	1.6
11 歲	45	0.8	23	1.0	21	0.6
12 或 13 歲	232	3.9	35	1.5	196	6.5
14 或 15 歲	440	6.9	11	0.5	428	13.7
16 或 17 歲	85	1.5	5	0.2	80	2.8
18 歲或之後	5	0.1	—	—	5	0.2
不知道	2,191	42.8	1,053	46.1	1,137	39.3
接種人類乳突病毒疫苗的年級						
無接種過	3,574	73.0	1,811	82.3	1,760	63.3
國一以前	407	8.4	216	9.8	188	6.8
國一	300	5.3	60	2.8	240	8.1
國二	350	6.0	38	1.9	311	10.3
國三	246	4.3	31	1.5	213	7.2
高一	96	1.8	21	0.9	75	2.8
高二	32	0.6	5	0.2	26	1.0
高三	28	0.6	13	0.6	15	0.5

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

表 12：家庭支持狀況分布

項目	整體		男生		女生	
	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)	有效 樣本數 (n)	加權 百分比 (%)
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是關心您回家作業是否完成						
是	1,489	28.3	615	26.9	872	29.9
否	3,747	71.7	1,673	73.1	2,063	70.1
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	1,579	29.6	619	27.1	960	32.5
否	3,677	70.4	1,681	72.9	1,983	67.5
過去 30 天內，您的父母(或主要照顧者)經常或總是確實知道您在空閒時間從事的活動						
是	2,671	50.7	1,116	48.6	1,553	53.2
否	2,578	49.3	1,184	51.4	1,384	46.8
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	448	9.0	224	9.9	222	8.1
否	4,766	91.0	2,057	90.1	2,699	91.9

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。