

「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座

成效追蹤調查報告

孩童飲食習慣追蹤與觀念之調查

暨

主辦教師活動滿意度調查

指導單位：



教育部

主辦單位：



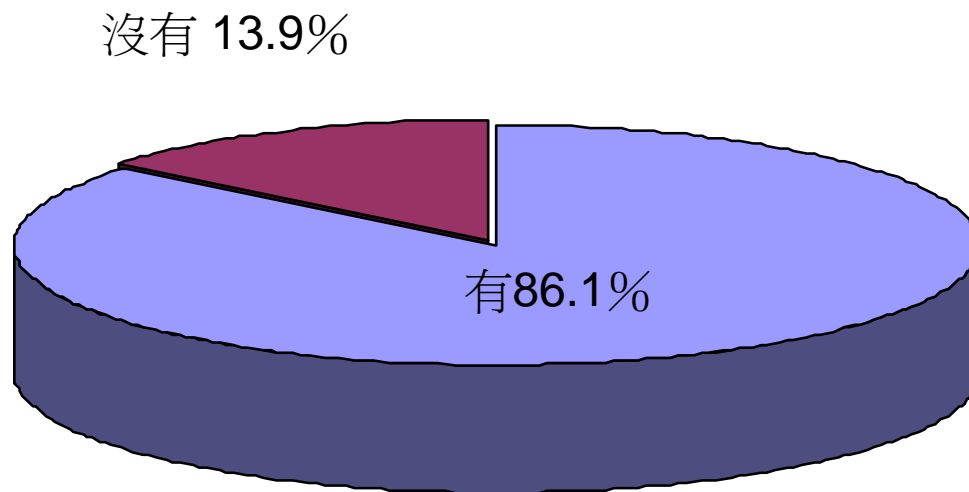
財團
法人

台灣癌症基金會

「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座抽樣調查表

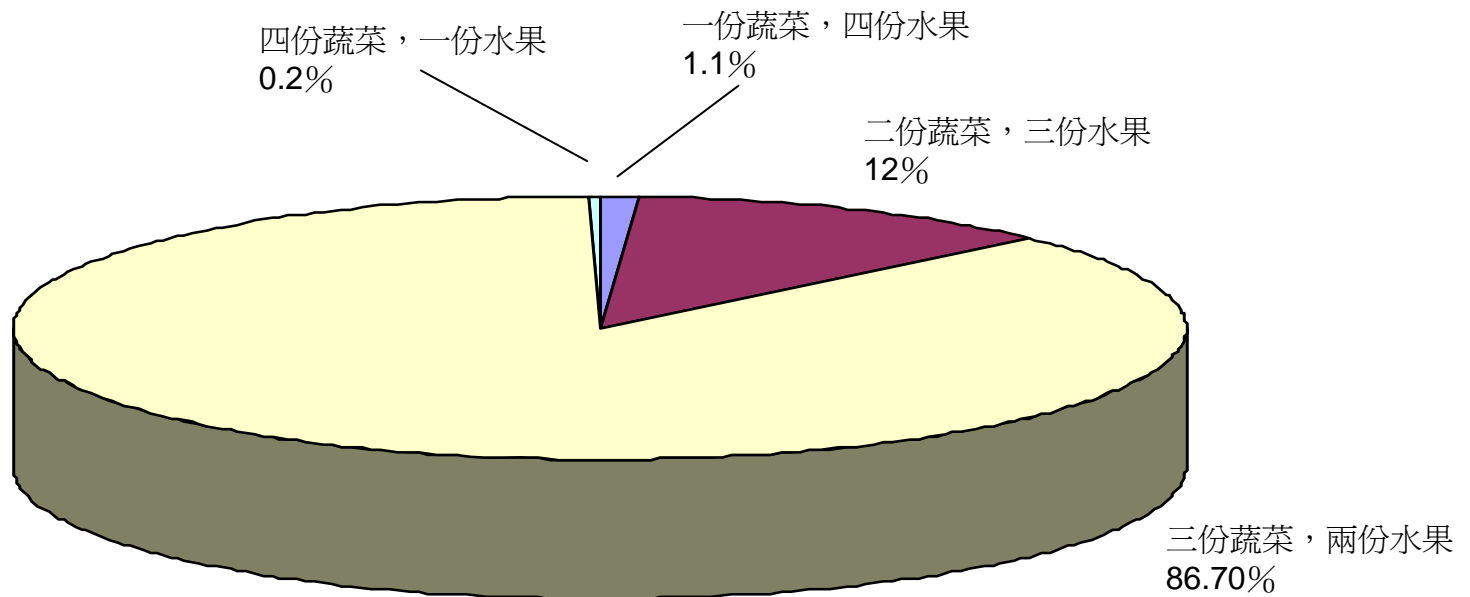
- 調查時間：94年7月-11月
- 調查對象：92年及93年參加校園巡迴講座之學童
- 調查人數：1500人
- 有效問卷：1351份

經過宣導後，你對於『天天5蔬果』觀念有沒有更深的認識



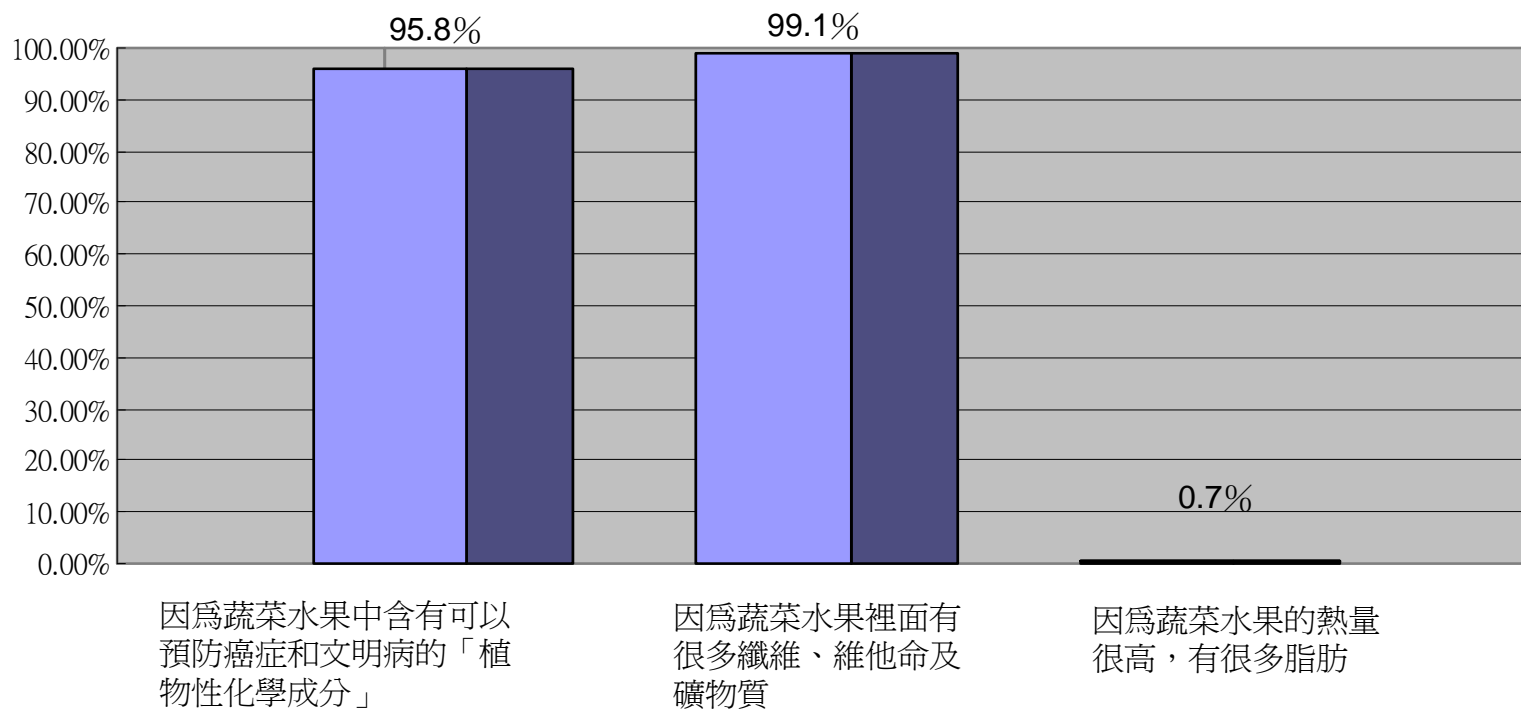
有8成6的孩子認為他們有吸收到「天天5蔬果」的正確觀念

「天天5蔬果」是指每天應吃5份新鮮蔬菜水果，你認為其中應有幾份蔬菜、幾份水果？



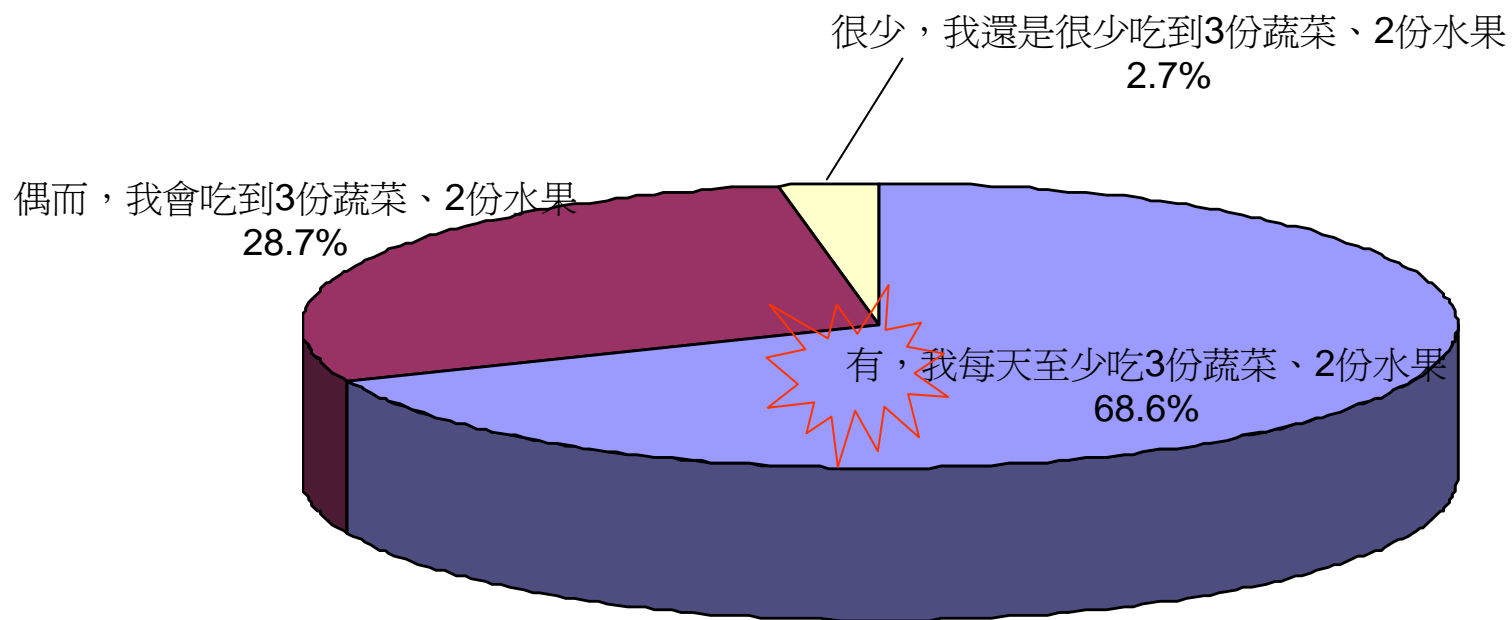
有超過八成的學童正確瞭解「天天5蔬果」是指三份蔬菜，兩份水果。正確的觀念將有助於正確的飲食行爲。

爲什麼多吃蔬菜水果可以預防癌症和文明病 (可複選)



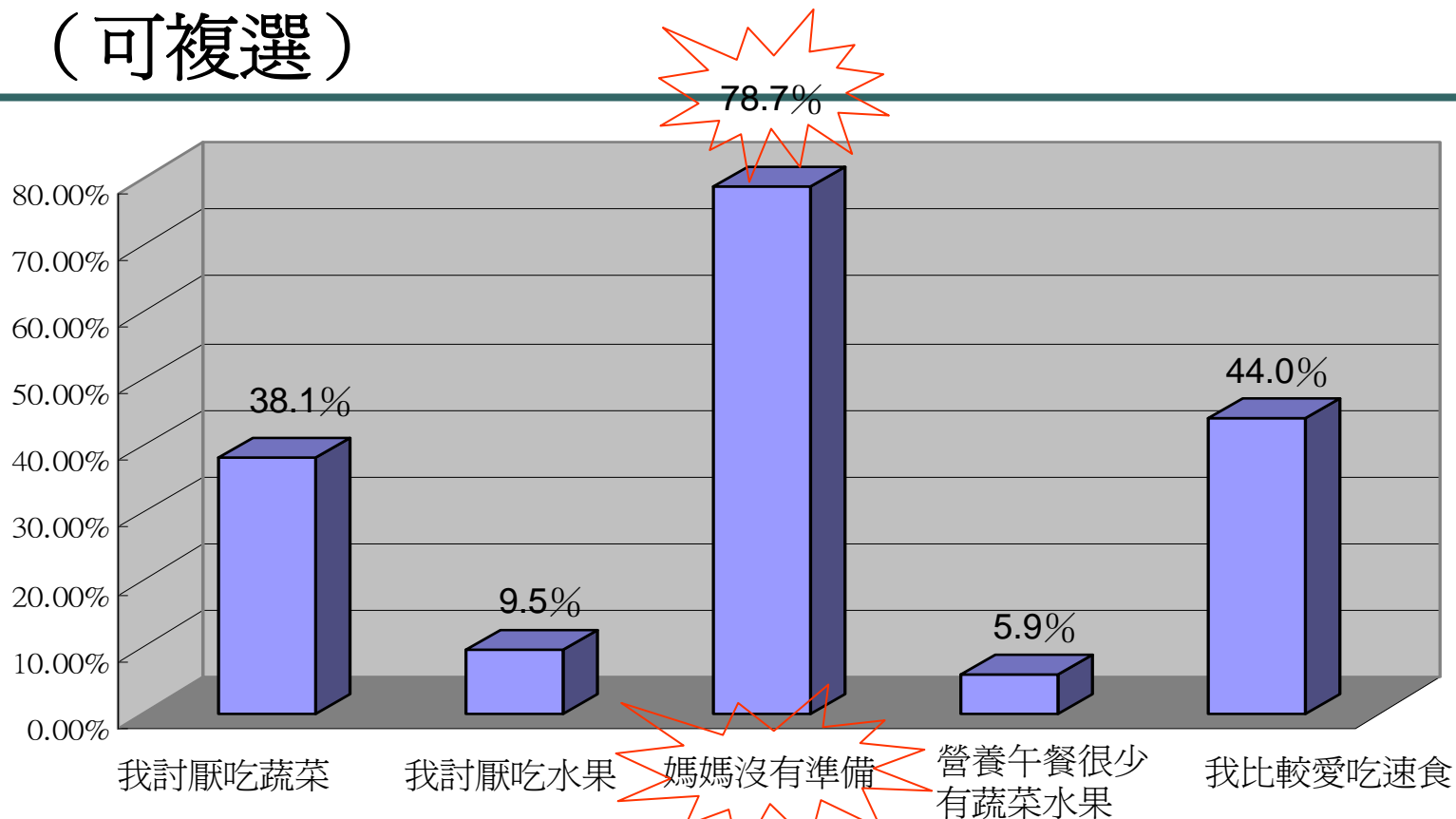
有超過9成以上的學童正確瞭解蔬菜水果裡面含有植物性化學成分，以及纖維、維生素與礦物質，可以預防文明病及癌症。

經過宣導後，你是否有落實每天吃3份蔬菜、2份水果的飲食習慣



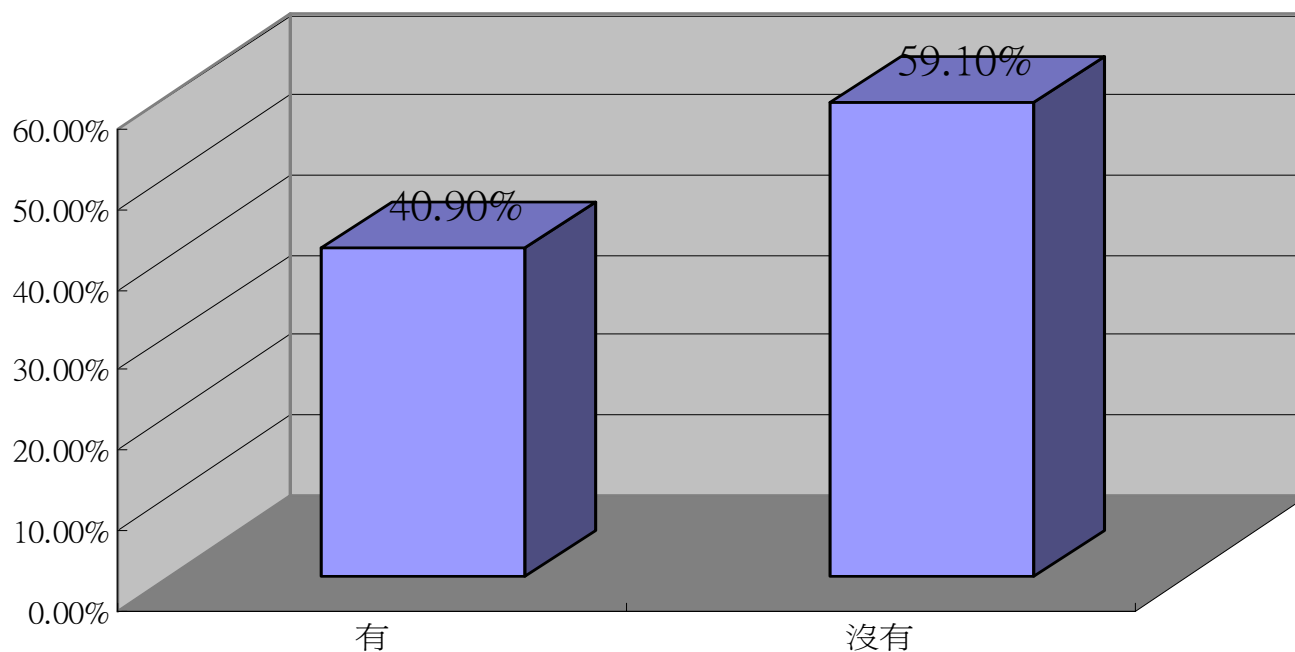
有六成八的學童每天吃5份蔬菜水果，表示學童們能夠接受這樣活潑、有趣且具教育意義的宣導方式，並且自然而然落實於行爲中。

無法做到每天吃3份蔬菜、2份水果的原因 (可複選)



有將近8成沒有每天吃到5份蔬果的學童表示，無法做到是因為媽媽沒有準備，表示父母親也應接受相關之教育。而未來課程也需加入如何讓學童將相關知識告訴父母親，以及如何有技巧地在一天中吃到5蔬果。

你有將「天天5蔬果」的飲食觀念告訴父母嗎



有超過一半的學童並沒有將「天天**5**蔬果」健康飲食觀念與父母分享，容易導致父母無法協助執行正確的飲食習慣。

「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座前測調查表

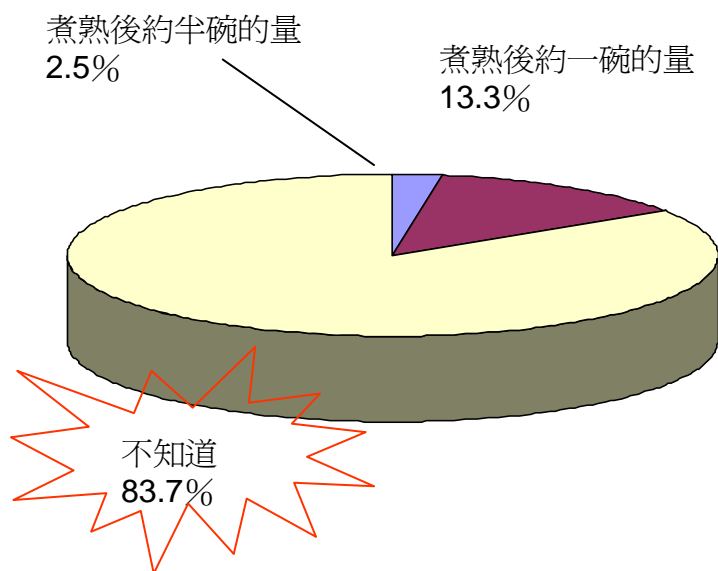
- 調查時間：94年4月-11月
- 調查對象：94年即將參加但尚未參加校園巡迴講座之學童
- 調查人數：13927人
- 有效問卷：8763份

「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座後測調查表

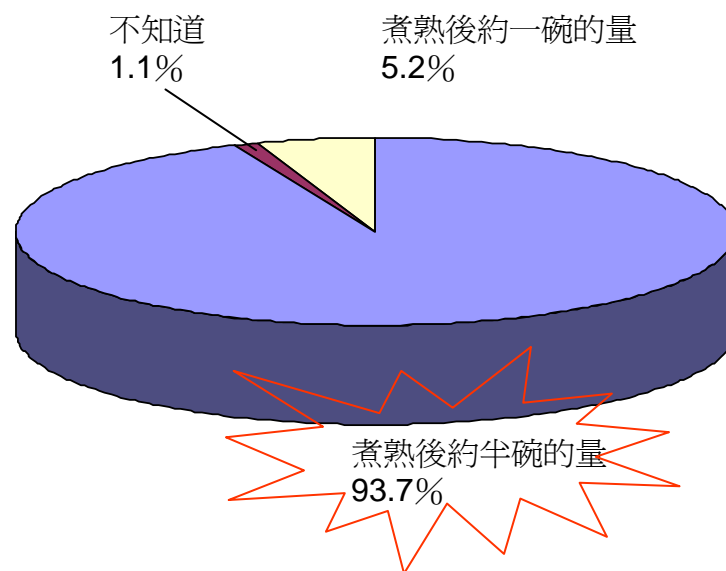
- 調查時間：94年5月-12月
- 調查對象：94年即將參加但尚未參加校園巡迴講座之學童
- 調查人數：13148人
- 有效問卷：8108份

你知道蔬菜一份的量是多少嗎？

宣導前



宣導後



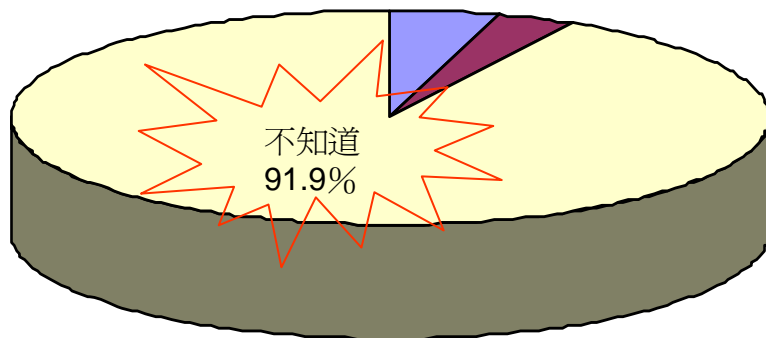
宣導前僅2成5的學童知道蔬菜一份的量是多少；而宣導之後，有超過9成的學童正確知道一份蔬菜的量約為煮熟後半碗。

你知道水果一份的量是多少嗎？

宣導前

約一個拳頭大的量
4.8%

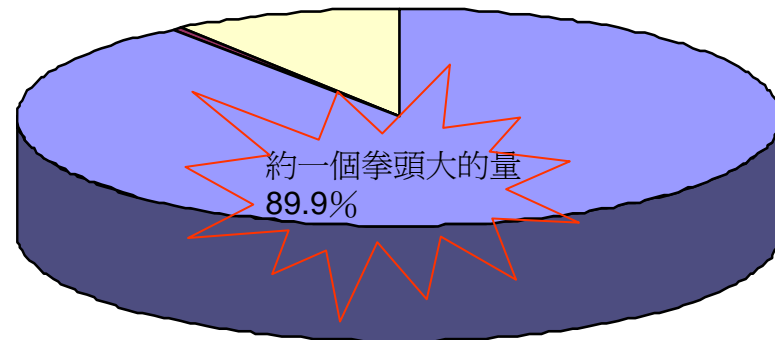
約半個拳頭大的量
3.3%



宣導後

不知道
0.3%

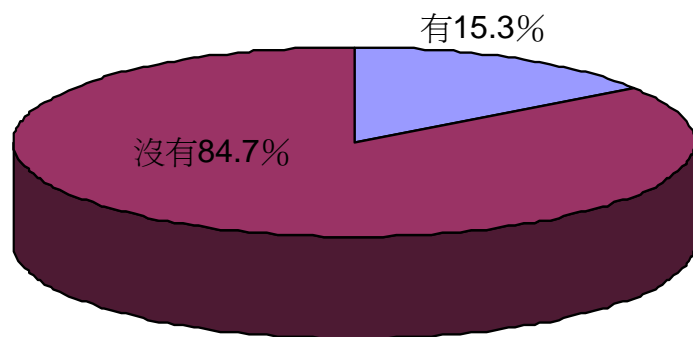
約半個拳頭大的量
9.8%



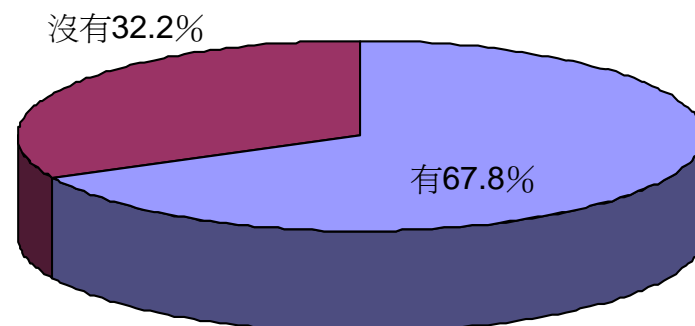
宣導前有9成的學童不知道水果一份量是多少；宣導後則有將近9成的學童可以正確瞭解水果一份的量，此則有助於學童落實執行天天5蔬果。

請問你一天至少有吃3份蔬菜2份水果嗎？

宣導前



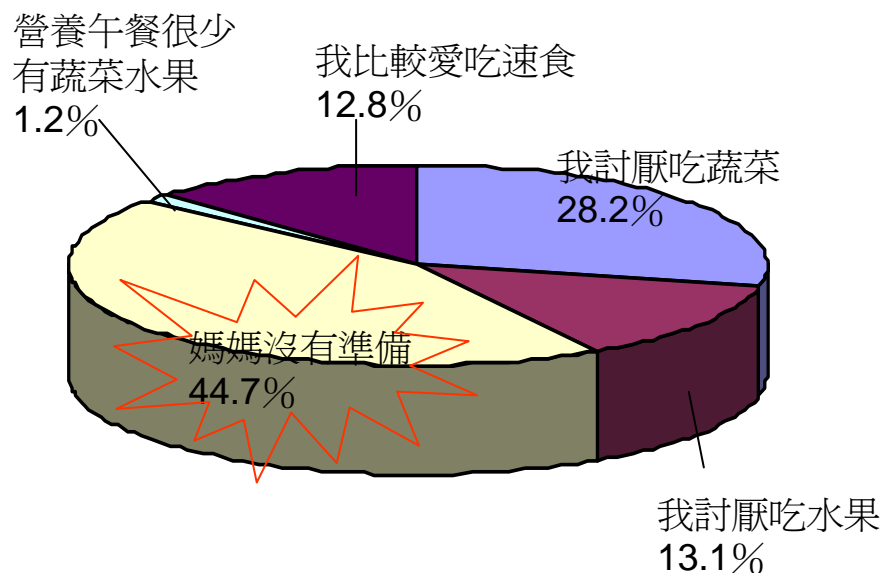
宣導後



宣導前僅有1成5的學童認為有做到「天天5蔬果」；然而，宣導之後有6成7的學童做到每天吃3份蔬菜2份水果。雖然離目標數還有些微差距，但是吃5份蔬果的學童數明顯進步很多。

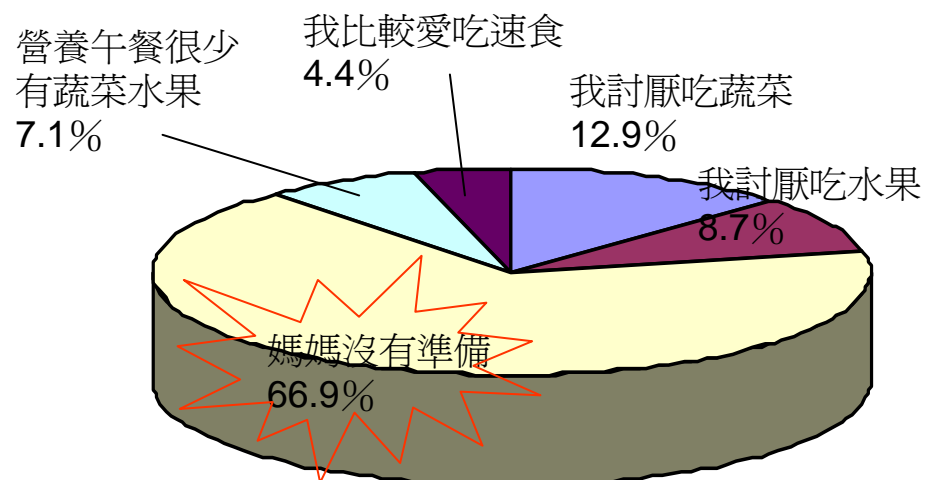
無法做到每天吃3份蔬菜2份水果的原因

宣導前



沒有吃到5份蔬果的學童，大部分表示是因為媽媽沒有準備，而並非討厭吃蔬果

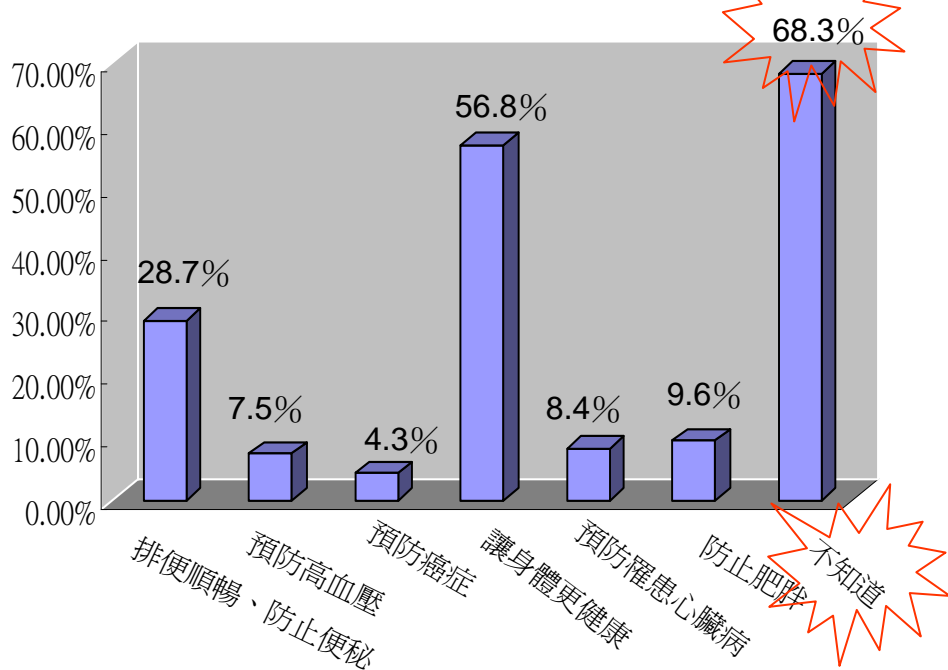
宣導後



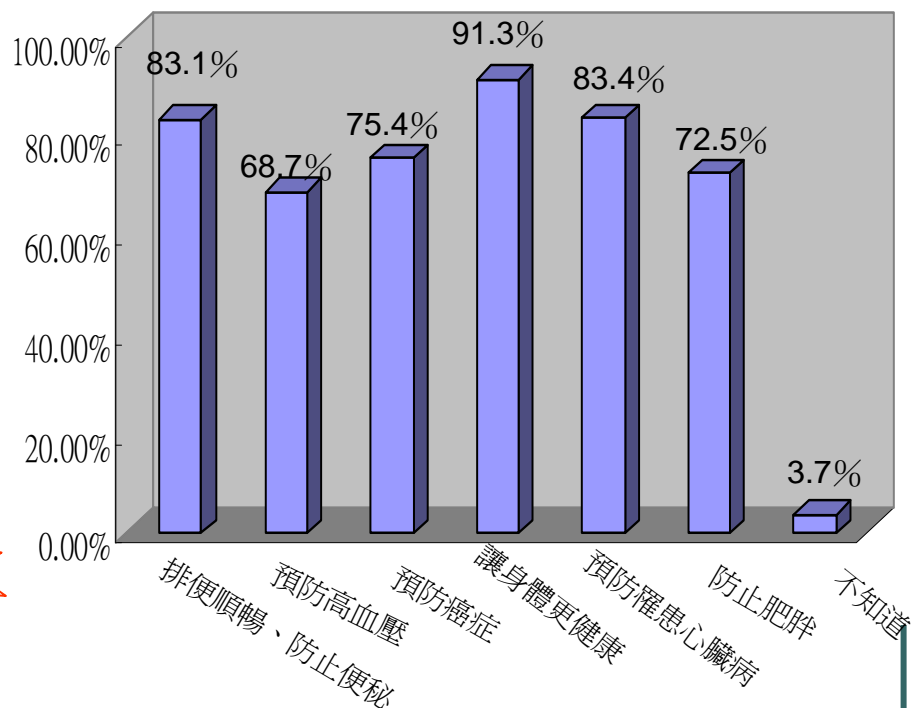
在宣導後，沒有吃到5蔬果的學童，有6成以上還是因為父母沒有準備，因此未來應該教育學童如何回家轉達父母5蔬果的重要。

每天至少吃3份蔬菜2份水果有哪些好處 (可複選)

宣導前



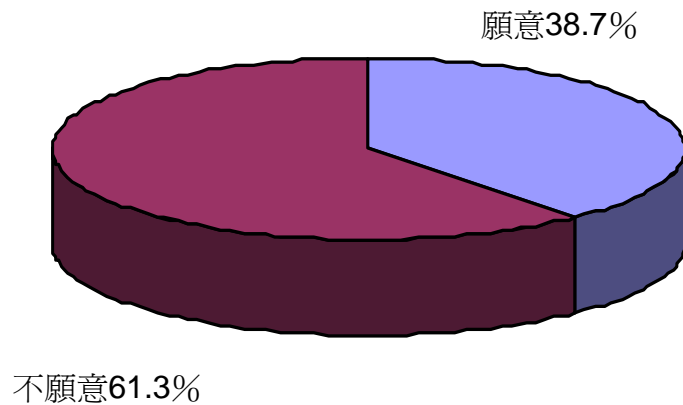
宣導後



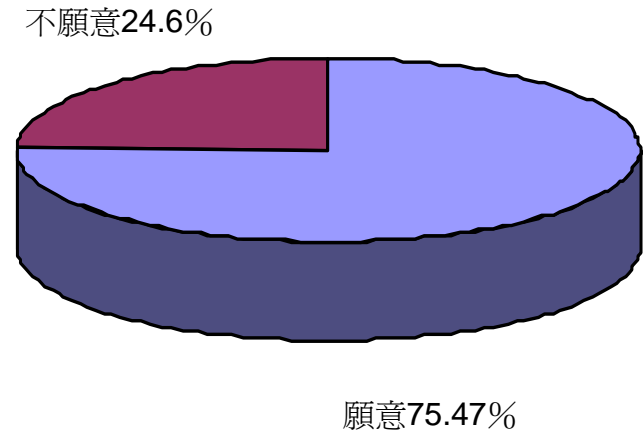
宣導前，有將近7成的學童不知道多吃蔬果到底有什麼好處，而且56.8%的學童僅知道會對身體健康，而不清楚實質好處為何？然而宣導後，則有7成-8成的學童瞭解「天天5蔬果」可以帶給身體多項增進身體健康的好處。

你願意請父母親多準備幾道蔬菜水果食用嗎？

宣導前

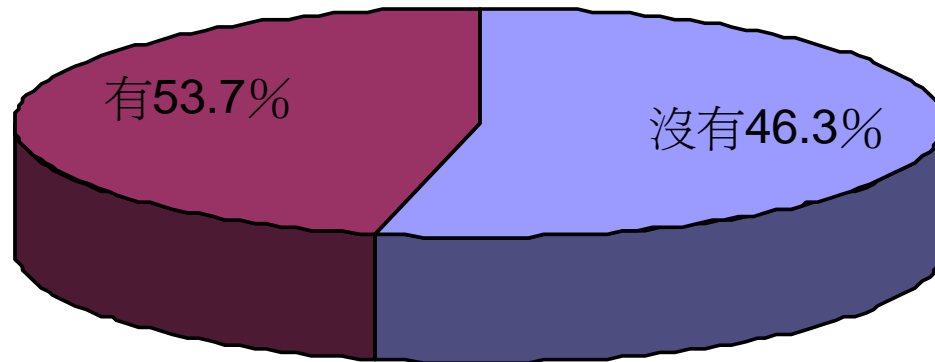


宣導後



宣導前，僅3成8的學童願意請父母多準備蔬菜水果；而宣導後，則提升至7成5的學童願意請父母多準備蔬果。此亦表示學童吃蔬果之意願相對提升。

聽過課程之後，你有將「天天5蔬果」的飲食觀念告訴父母嗎？

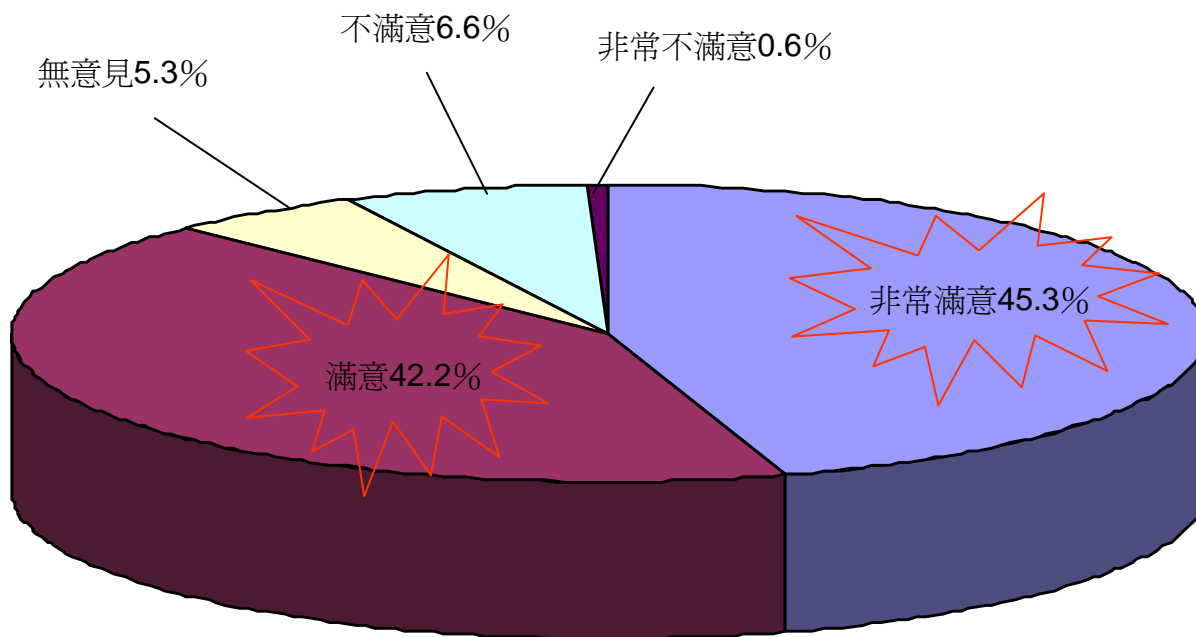


雖然有一半學童將「天天5蔬果」觀念與父母分享，但是仍嫌不足，未來於課程中，應多鼓勵學童回家告訴父母，因為父母的支持亦是學童落實執行的關鍵之一。

主辦教師調查表

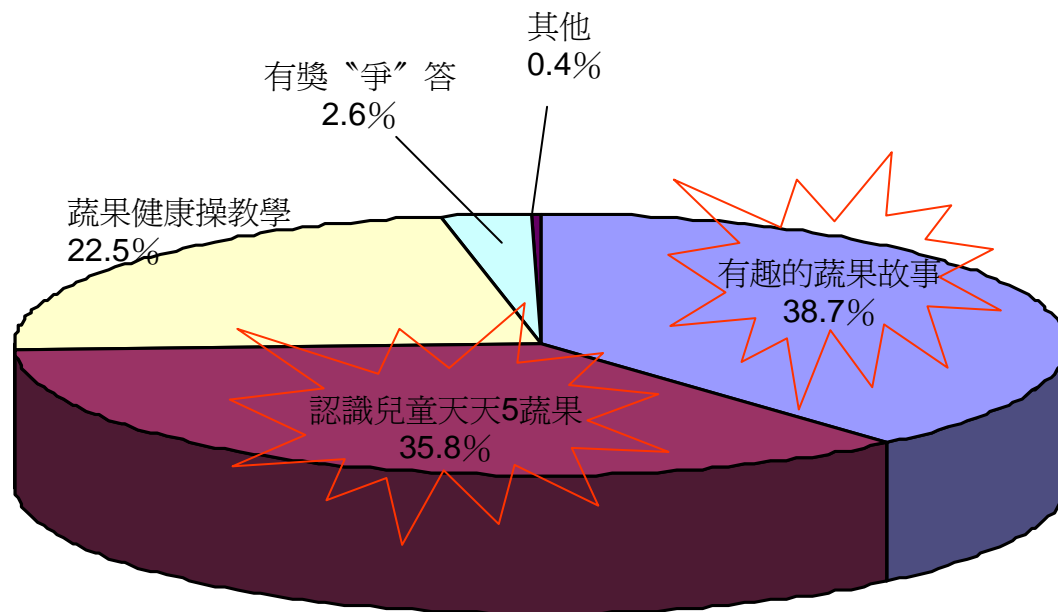
- 調查時間：94年4月-11月
- 調查對象：宣導學校之負責老師
- 調查人數：650人
- 有效問卷：599份

您對此次活動的「整體滿意度」



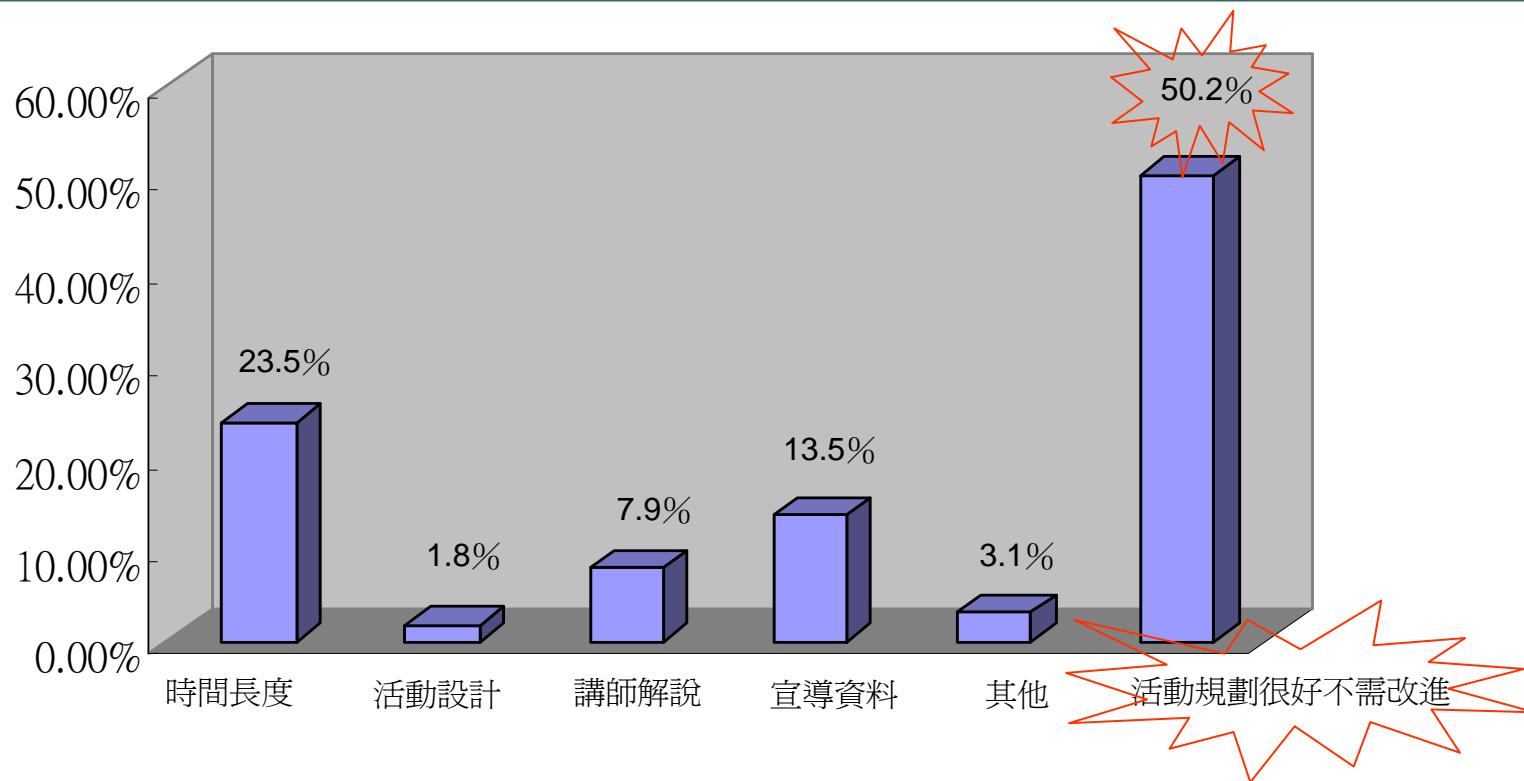
有將近9成的老師對於活動的滿意度為滿意與非常滿意，顯示活動內容規劃相當成功，受到老師們歡迎。

您最喜歡宣導活動的那一部分



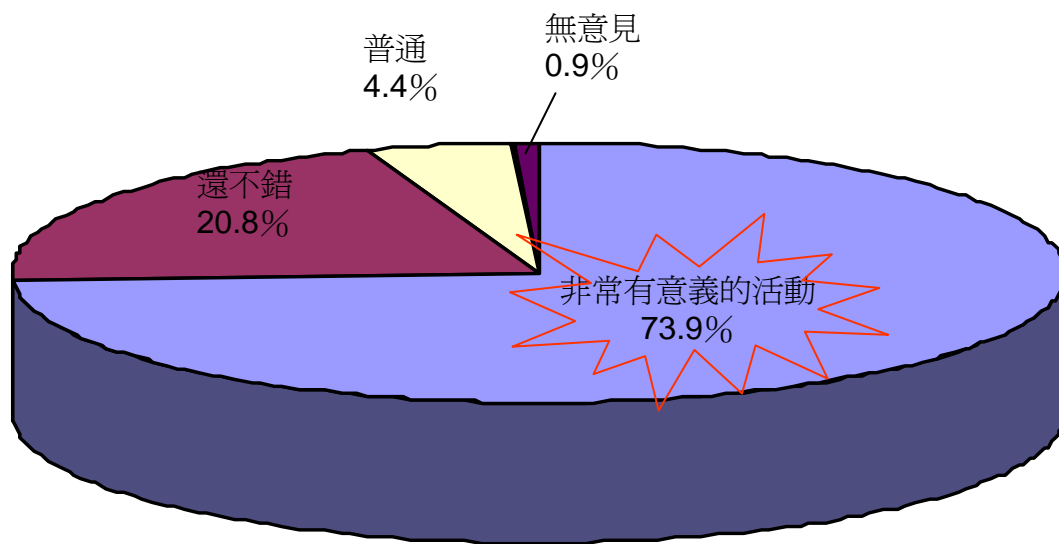
多數老師喜歡以故事的方式引導孩子，而專業又有趣的教授「天天**5**蔬果」方式亦深受老師青睞。整體來說，整個宣導活動的方式皆深受老師喜愛。

您認為此次宣導活動需要改進的地方是？ (可複選)



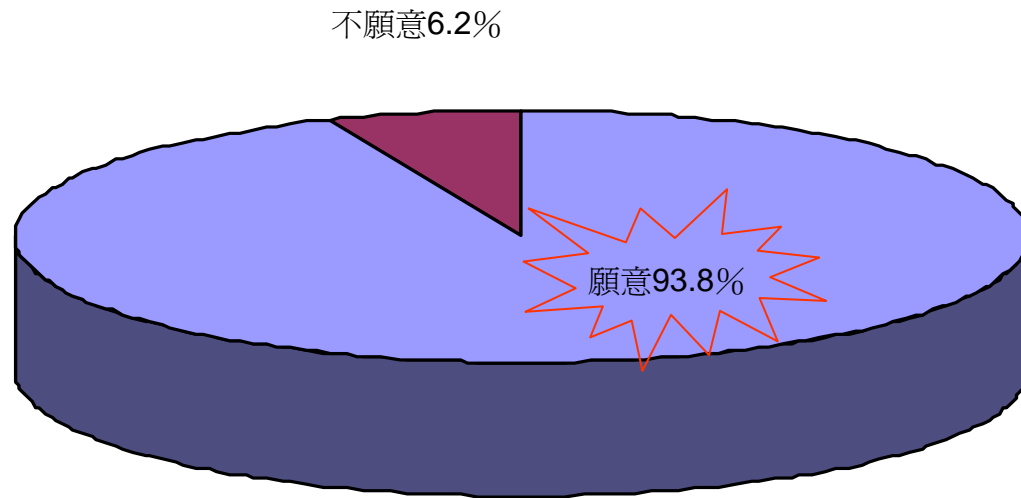
有**23.5%**的老師反映時間太少，需加重時間比例，但有一半的教師認為整體活動規劃很好，表示活動宣導相當成功。

您對「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座的觀感



有7成3的主辦教師認為活動非常有意義，也有2成的教師認為還不錯，總共有超過9成的教師認同此活動宣導，表示活動宣導相當成功。

如有機會，您願不願意再次申請「兒童天天5蔬果」校園巡迴講座



有超過9成的主辦教師希望宣導活動能夠持續進行，顯示活動成效相當優異，且深受喜愛。