

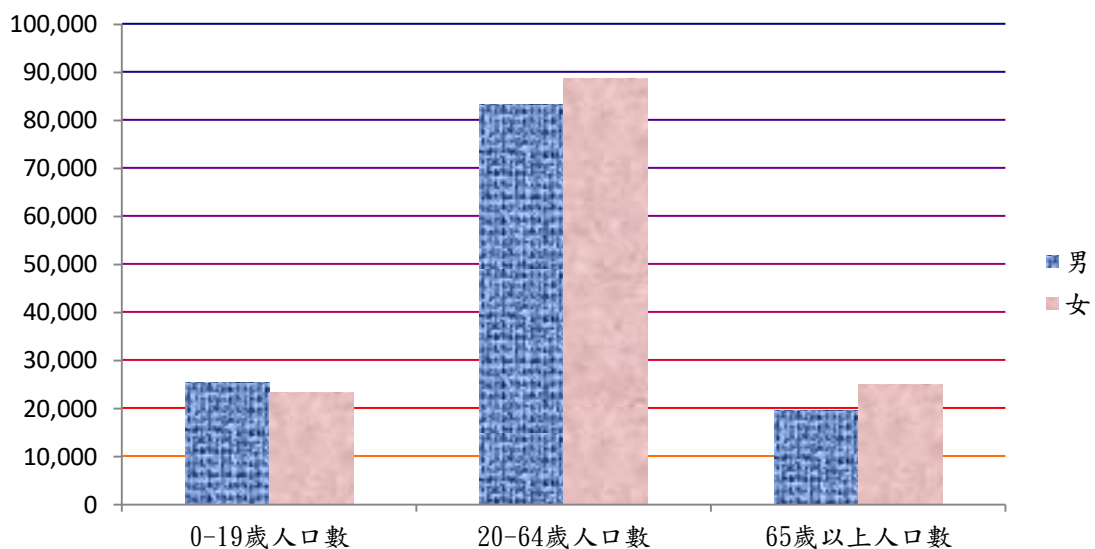


# 嘉義市政府衛生局

## 嘉義市長者營養認知及飲食行為性別統計(通報)

一、本市依據東、西區戶政資料至 110 年 8 月底資料顯示，65 歲以上人口男性 19,485 人、女生 24,881 人，佔總人口數 264,858 人的 16.75%。

本局為辦理 110 長者整合性預防及延緩失能計畫，需瞭解嘉義市高齡市民之營養認知情形以作為計畫實施參據，以提升本局對本市老年人服務之品質，遂委託成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」計畫藉以研析 110 年度嘉義市 65 歲以上高齡市民在營養知識、營養態度及日常生活各面向之概況，作為未來相關政策規劃之參考。



資料來源：本市東、西區戶政事務所官網公告

二、受訪的嘉義市高齡市民在是否聽過國健署之「我的餐盤六口訣」方面，呈現女性高於男性、東區高於西區。

受訪的嘉義市高齡市民中有約四成(41.23%)聽過國健署之「我的餐盤六口訣」，而受訪者之居住區域及教育程度對是否聽過「我的餐盤六口訣」並無顯著影響，但仍可看出東區(43.58%)受訪者聽過之比例較西區(38.42%)受訪者略高約5%；女性(46.33%)聽過之比例較男性(32.37%)高近13.96%(如表1)。

是否聽過「我的餐盤六口訣」(表 1)

項 目		有	無
居住區域	東區	43.58	56.42
	西區	38.43	61.57
性 別	男	32.37	67.63
	女	46.33	53.67

資料來源：成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」

因受訪者為嘉義市高齡市民因此本調查亦詢問受訪者是否會在社區一起吃飯或拿便當或會在社區活動中心或廟埕或教會上課，藉以瞭解嘉義市高齡市民之日常生活狀況。調查顯示：居住區域方面有顯著之影響，東區高齡市民(8.95%)會在社區一起吃飯或拿便當的比例，明顯高於西區(6.02%)；性別方面有顯著之影響，女性高齡市民(5.67%)會在社區一起吃飯或拿便當的比例明顯較男性(10.98%)低，推測原因應為女性較傾向自理日常生活(如表 2)。

是否會在社區一起吃飯或拿便當(表 2)

項 目		有	無
居住區域	東區	8.95	91.05
	西區	6.02	93.98
性 別	男	10.98	89.02
	女	5.67	94.33

資料來源：成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」

會在社區活動中心或廟埕或教會上課的受訪者比例為 21.56%，居住區域、性別及年齡對受訪者是否會會在社區活動中心或廟埕或教會上課均無顯著影響(如表 3)。

是否會在社區活動中心或廟埕或教會上課(表 3)

項 目		有	無
居住區域	東區	21.01	78.99
	西區	22.22	77.78
性 別	男	22.54	77.46
	女	21.00	79.00

資料來源：成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」

三、受訪者營養資訊主要來源，係「電視、電台廣告」、「親友」及「書報雜誌」。

受訪者營養資訊主要來源，其中最主要營養資訊來源為「電視、電台廣告」（比例明顯較其他可能來源高，其次是「親友」（40.17%）及「書報雜誌」（30.66%），表示為「網路」（22.20%）之比例也超過兩成，其他來源之比例則皆低於兩成，其中以「社群媒體」（16.91%）或「醫院、診所」（16.07%）之比例相對較高(如表 4)。

營養知識主要來源（複選；最多三項）(表 4)

營養知識主要來源	百分比(%)
電視、電台廣告	59.62
社區或據點的講座	10.36
書籍、報章、雜誌	30.66
親友	40.17
醫院、診所	16.07
社群媒體 (如:Line、FB、IG)	16.91
網路	22.20
衛生局、衛生所	5.92
廣播	3.81
其他(請說明)	7.61

資料來源：成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」

#### 四、總結：

嘉義市老年人表示聽過國民健康署的「我的餐盤六口訣」之比例約四成一，營養資訊來源為「電視、電台廣告」，且比例明顯較其他可能來源高，其次是親朋好友及書報雜誌，社區或據點講座之比例則約一成，因此可持續透過如電視、電台廣告知管道推廣正確營養知識。在日常生活方面，在社區一起吃飯或拿便當之比例不到一成，而男性高齡市民較傾向會在社區一起吃飯或拿便當，平均每週在社區一起吃飯或拿便當約 3 天。另外，會在社區活動中心或廟埕或教會上課的受訪者比例約為二成。一般而言，教育程度較高或聽過「我的餐盤六口訣」的高齡市民之營養知識及行為的表現較佳，而年齡對營養行為之主要影響主要體現於較高年齡層之高齡市民之蔬菜、水果及堅果種子類食物攝取量較不足，推測其原因應為老年人之牙口問題所致。（資料來源：成功大學調查統計研究中心進行 110 年「嘉義市長者營養認知及飲食行為調查」）