

# 嘉南藥理科技大學補助專題研究計畫成果報告

## 外籍聯姻家庭幼兒營養狀況及飲食環境調查

- 一、外籍聯姻家庭中幼兒之營養狀況調查
- 二、外籍聯姻家庭母親及主要照顧者之幼兒飲食知識、態度及行為調查

計畫類別：整合型計畫

計畫編號：CN9609

執行期間：96年1月1日至96年12月31日

主持人：林佳蓉、陳師瑩 副教授

E-mail: [jia7296@yahoo.com.tw](mailto:jia7296@yahoo.com.tw); [shihying@mail.chna.edu.tw](mailto:shihying@mail.chna.edu.tw)

執行單位：嘉南藥理科技大學

嬰幼兒保育學系  
營養與保健科技研究所

中華民國 97 年 3 月 31 日

# 外籍聯姻家庭幼兒營養狀況及飲食環境調查

一、外籍聯姻家庭中幼兒之營養狀況調查

二、外籍聯姻家庭母親及主要照顧者之幼兒飲食知識、態度及行為調查

## 摘 要

台灣地區外籍新娘人數有逐年增加的趨勢，國際「通婚」婚後所面臨的生活適應、婚姻與家人關係、工作、衛生醫療、法律、子女教養...等現實生活中，所必需面對的問題。而且隨著外籍新娘子女的出生，新型態的多元族裔家庭似乎已揭露出未來台灣將成為一個多元文化的社會，由於外籍新娘對台灣語言及教育的陌生，再加上台灣先生常疏於教導，他們的下一代在教育、語言、生活學習或人格形成上，會因母親的適應狀況和父親的疏於照顧而有所延誤，在各項研究中也發現，幼兒的健康狀況亦跟父母親的教導習習相關，因此本研究台灣的外籍新娘，家庭中幼兒、幼兒母親及主要照顧者為研究樣本，收案樣本數為外籍聯姻家庭 60 戶。研究計畫主要調查分為兩個部份：(1) 外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況及幼兒之飲食行為調查 (2) 外籍聯姻家庭幼而的母親及主要照顧者之幼兒飲食知識、態度及行為調查。結果顯示外籍聯姻家庭出生幼兒的主要照顧者 80% 為其母親，專科畢業以上教育程度約為 33.3%；父親國籍 100% 為台灣閩南人，母親平均在台灣有 6.9 年；60% 的受訪者覺得錢剛好足夠使用，沒有困難，但有 40% 的受訪者自覺經濟狀況有困難；外籍聯姻家庭晚餐自行料理的百分比高於其他餐次；只有 13.3% 外籍聯姻家庭的幼兒攝取營養補充劑；73.3% 的受訪者認為自己的幼兒體位相當正常；受訪者飲食知識不足，但有較正向的飲食態度和行為；外籍聯姻家庭應減少家畜類食品及增加水果與豆腐及黃豆製品的食用頻率；幼稚園用餐應減少家畜類食品、含糖飲料（如：奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等）及增加水果、豆腐及黃豆製品與魚類的食用頻率，並建議烹調應謹守少油的原則；依據 24 小時回憶法評估幼兒營養素攝取量，平均一天熱量攝取似乎不足幼兒成長所需，脂質攝取量約佔總熱量的 40.9% 顯示脂肪攝取量過高，應調整脂肪與醣類的攝取比例；其他營養素攝取量較低的包括膳食纖維、鈣質、鐵質、維生素 A，營養素攝取量較高的是磷的攝取。研究結果可提供相關單位規劃外籍聯姻家庭醫療保健政策，進一步提昇幼兒健康及保健狀況，使我們的下一代皆能擁有健康的體。

**關鍵字：**外籍聯姻家庭、營養狀況、飲食知識、飲食態度、飲食行為

## 一、背景分析。背景、重要性、動機：

台灣地區外籍新娘人數有逐年增加的趨勢，國際「通婚」婚後所面臨的生活適應、婚姻與家人關係、工作、衛生醫療、法律、子女教養...等現實生活中，所必需面對的問題。而且隨著外籍新娘子女的出生，新型態的多元族裔家庭似乎已揭露出未來台灣將成為一個多元文化的社會，由於外籍新娘對台灣語言及教育的陌生，再加上台灣先生常疏於教導，他們的下一代在教育、語言、生活學習或人格形成上，會因母親的適應狀況和父親的疏於照顧而有所延誤，幼兒的健康及生長發育與營養狀況息息相關，而幼兒的飲食習慣受父母親飲食習慣影響很深，因此，本研究以外籍聯姻家庭對象，針對定居高雄縣市育有 2-6 歲幼兒之外籍聯姻家庭，先了解幼兒的營養狀況及飲食行為，並包含幼兒母親或主要照顧的知識、態度及行為調查，及居家飲食環境衛生，希望在對幼兒營養狀況及相關影響因素有了全面性了解後，再將調查之結果進行分析，找出問題及需求，以作為對外籍聯姻家庭中之母親或主要照顧者進行衛教介入計畫之根據。

本研究對高雄市 2-6 歲外籍聯姻家庭出生幼兒為實驗組進行調查，研究分為兩部份：

- 1、 外籍聯姻家庭中幼兒之營養狀況及飲食行為調查
- 2、 外籍聯姻家庭母親及主要照顧者之幼兒健康知識、態度及行為調查

文獻探討：

### 外籍新娘的狀況

近年來我國結婚登記中跨國聯姻的情形日益增加趨勢，根據內政部統計（內政部戶政司），台灣地區近年來外籍結婚登記數每年都超過一萬人，在民國90年有42,184名外籍新娘和國人結婚，佔當年台灣總結婚中新娘人數之比率為25.24%，其中外籍新娘來自東南亞地區的占9.31%；91及92年外籍新娘持續增加為44843人及48400人，佔台灣總結婚中新娘人數的25.87%及27.97%，來自東南亞地區的外籍新娘占總結婚新娘人數9.66%及9.59%；為有效遏止假結婚來臺，內政部及外交部分別於92年底及94年起實施大陸配偶入境面談及外籍配偶境外訪談制度，93年外籍新娘驟減至29428人，仍佔台灣總結婚中新娘人數的22.76%，來自東南亞地區的外籍新娘更高達13.3%；2005及2006年外籍新娘持續減少為24596人及20434人，佔台灣總結婚中新娘人數的17.31%及14.31%，來自東南亞地區的外籍新娘更減為7.2%及4.8%；96年外籍新娘微增至21559人，佔台灣總結婚新娘人數的15.96%。按其國籍別觀察，新娘人數以大陸、港澳地區14,595人最多，越南4,770人次之。按縣市別分：96年結婚登記之外籍新娘人數24,700人中，以臺北縣4,222人占17.09%最多，臺北市3,130人占12.67%次之，桃園縣2,651人占10.73%居第三（內政統計通報，九十七年第三週。）。

觀察台灣的東南亞新娘及大陸新娘現象，以在台灣婚姻市場中居於相對弱勢的男子為主（如社經地位較差、年紀偏高或身心障礙者），因而，需仲介業穿針引線下挑老婆完成終身大事，而東南亞新娘則多因本國之家庭經濟條件差而選擇嫁到台灣。移民入台灣家庭後，她們擔負起生育、照顧老公、侍候公婆或照料全家的的工作，面對著需克服語言問題及文化與生活上的適應落差，在照顧與養育下一代之品質上，逐漸被視為潛在社會問題。

由內政部統計資料可看出（內政統計通報，九十六年第四十二週），外籍新娘生育子女數年年上升，其增加速度將遠快於我國女性之子女生育數。尤其，就外籍新娘的生育率而

言，一般都高過於本地婦女，在生育總數上，民國 89 年外籍新娘所生嬰兒數占台閩地區嬰兒出生數的比例為 7.61%（23239 人），至民國 91 至 95 年外籍新娘所生嬰兒數已經快速增加（內政統計通報，九十六年第四十二週），比例分別達到 12.46%、13.37%、13.25%、12.88%（出生數分別為 30833、30348、28666、26509、23903 人）。也可以說台灣出生之 100 個嬰兒中，有 12~13 個嬰兒是外籍新娘所生；相關政策需求引發關注。

歸納分析台灣的外籍新娘現象，普遍引起關注的議題包括：

（一）社會適應、文化調適問題：台灣的弱勢男子和東南亞的弱勢女子所共同組成的跨國婚姻家庭，不僅須面對婚姻調適、子女生養等問題，更需要面對跨文化適應所帶來如風俗民情、生活價值觀差異、和語言溝通隔閡等衝擊，加上「買賣婚姻」烙印、雙方結婚動機不同，台灣男子為解決延續後代的壓力，東南亞女子則以經濟為最重要考量因素之一，跨國婚姻必然會比同國同種族結合之婚姻家庭容易產生婚姻不協調、夫妻關係衝突及養育小孩等問題。

（二）家庭婚姻問題：非以感情為基礎的婚姻，短段時期可能基於經濟的因素未被當事者所重視，但長時間對婚姻及家庭產生的效應，實待觀察、輔導。

（三）親子教育問題：就東南亞新娘普遍教育水平差，語言能力不足，無論父職或母職部分，同樣限於夫妻社經地位或身心障礙困難，在提供下一代教育產生障礙。

（四）優生保健：外籍新娘初到台灣，通常就會有「馬上要懷孕、生子」的壓力。相對於台灣婦女平均結婚十二個月才懷孕，外籍新娘平均結婚六個月就懷孕；而由政府統計資料（內政統計通報，九十六年第四十二週）可看出，外籍新娘生育子女數年年上升，其增加速度將遠快於其他類型家庭之子女生育數。

### 外籍新娘子女的狀況

跨國婚姻如同國際移民是一種生活的壓力事件，移民者面對新文化及新環境時，將會造成人際關係、個人角色、語言以及生活型態等的改變，在影響外籍配偶健康因素包含國際移民適應壓力、適應環境對個人及幼兒健康深受影響、語言與文化隔閡與取得相關醫療資訊與健康照護利用困難<sup>2-6</sup>。台灣政府有鑑於女性外籍配偶急遽增加因應之需求而積極辦理各項生活適應之課程，以 2003 年由內政部所訂定的「外籍與大陸配偶照顧輔導措施」，其內容分別以「生活適應輔導」、「優生保健」、「保障就業權益」、「人身安全保護」、「健全法令制度」等五大重點為主（內政部）。

在 2005 年的衛生政策已全面建置新婚之外籍配偶及未滿二歲子女生育健康管理卡以達優生保健之目的，而幼教師是第一線接觸外籍配偶家庭子女的保育人員。跨文化的差異與語言溝通障礙，不易了解她們真正的需求，加上相關教材不足與人員缺乏跨文化的訓練，難以具體的評值執行成效，造成實務工作者執行其業務的困境（王秀紅、楊詠梅，2002；孫麗娟，2003；吳美菁，2003）。目前一內政部統計 2002 年台灣地區每一百個新生兒，有八個是她們所生，產後期在婦女生命中乃一關鍵時刻，身體和心理都需因應新生兒的加入家庭作許多方面的調適和改變，除此之外 2005 年世界衛生日的口號「重視每位母親與兒童」（"Make Every Mother and Child Count"）為主題，反映出此時此刻各國政府與國際社會關注婦女與兒童的健康（行政院衛生署）。二十一世紀的台灣，隨著經濟發展、社會小家庭的盛行，婦幼生活、教育水準的提高，婦幼健康議題也成為健康專業人員研究的重點。有此可

知，保育人員需要擁有跨文化的照護能力，除了協助她們適應環境及幫助身心恆定狀態之外，也使她們在照護幼兒過程中之可以受到關懷和尊重。

## 母親的幼兒健康知識、態度、行為會影響幼兒健康

嫁來台灣的外籍新娘多半肩負著傳宗接代的包袱，因此年齡很輕便懷孕生子，例如台北市有 20% 的外籍配偶 20 歲以下生子，多缺乏嬰兒照顧的常識（楊艾俐，2002）。

國內有關東南亞外籍配偶的研究中，鄭雅雯（1999）發現，東南亞外籍配偶在婚後常被要求「婚後隨夫」，以及相當程度的在地化，以符合夫家的種種生活作息與台灣文化的習慣，由於國際移民要比境內移民的過程更困難，因原住地和目的地的社會文化差異大，語言不同，與家人分開、宗教、種族的歧視以及未確定的法律地位，這些都會加重生活適應的困難（Thamer, Richard, Casebeer, & Ray, 1997），加上有部分婚姻因雙方了解不足或彼此角色期待的差異，而衍生如下現象：

### 1. 生活適應不良：

透過婚姻仲介和短時間認識便論及婚嫁者，感情基礎不甚穩固，來台前有不切實際的期待或認識不清，加上文化差異、風俗習慣、宗教信仰不同及語言隔閡等問題，又無其他親友依靠，社會網絡建立不易，當婚姻不順或生活發生問題時求助無門（孫麗娟，2003；吳美菁，2003；陳嘉誠，2000；王明輝，2004；Kraut, 1990）。

### 2. 個人健康的影響：

移民或跨國婚姻的婦女面對文化適應與壓力，若發生調適困難時，壓力就可能轉化成身心健康的問題，包括憂鬱、精神分裂以及焦慮等相關的疾病，而使其成為移民國之高危險群（王秀紅、楊詠梅，2002；Trevino、Moyer、Valdez & Stroup-Benham, 1991；Ramakrishna & Weiss, 1992）。

### 3. 取得相關醫療資訊困難：

影響移民者使用健康照護系統的因素包括生活習慣、社會經濟因素及語言的文化隔閡，使取得相關醫療資訊困難。而部分男性的年齡較大、社經地位較低或屬於身心障礙之弱勢者，因上述因素造成子女的照護較差且易忽略，易對兒童之健康帶來影響（李慧珍、蘇秀娟、許芷音，2004；孫麗娟，2003；王秀紅、楊詠梅，2002；呂旻瑾、康春玉、鍾明惠，2002）。

### 4. 子女照護與教養上的能力限制：

嬰兒生母為東南亞籍者，年齡以 20-24 歲者占 53.20% 最多，25-29 歲者占 30.10% 次之；再按教育程度分，以 20-24 歲國中程度者占 23.29% 最多，20-24 歲國小以下者占 20.09% 次之，25-29 歲國中程度者占 11.99% 居第三。顯見多數外籍母親年輕且低教育程度，又面臨文化、生活適應的壓力，提供子女適宜之健康照護與家庭教育的能力較差，長期也可能造成子女健康障礙及心性發展限制（內政統計通報，九十六年第二十）。

幼兒營養影響其生長發育，也影響日後長大成人的健康。幼年養成的飲食習慣將影響日後飲食型態的建立。因此確保幼兒時期之良好營養與正確的飲食習慣實為促進國人健康的重

要工作之一。大部份成年人的良好生活習慣源自於幼年時代所培養的，因此幼年良好飲食習慣及健康行為極有可能維持至成年，也將有助於預防一生中慢性疾病的發生。研究發現營養素的攝取型態自幼兒三至四歲即已固定，幼小的兒童比年紀大的兒童容易改變幼兒飲食行為及幼兒對食物的選擇，因此飲食習慣的建立愈早愈好。

外籍聯姻家庭的幼兒處於弱勢環境，其營養狀況更需關懷協助，因此本研究主要在找出外籍聯姻家庭的幼兒營養問題，及外籍聯姻家庭母親或主要照顧者營養之知識、態度及行為的不足之處，針對問題進行衛教之補強，當問題改善時，將能增加幼兒營養措施，進一步增加幼兒的健康，使得健康弱勢族群不在是弱勢。

## 二、研究方法及步驟。

### (一) 研究步驟：

問卷設計 -> 專家效度審查 -> 問卷預試 -> 籍聯姻家庭樣本問卷調查。

### (二) 名詞定義：

- 1、 外籍聯姻家庭：東南亞國家與大陸女性嫁到台灣所組成之家庭
- 2、 幼兒：指 2-6 歲之幼兒

### (三) 研究對象：

本研究對象為台南與高雄縣市外籍聯姻家庭之幼兒、幼兒母親及主要照顧者(包含保母、父親、祖父母、托兒所或幼稚園教師)。因限於語言限制，本研究先以大陸籍新娘為對象，預計由台南與高雄縣市抽取 60 個家庭作為樣本，訪視幼兒母親及主要照顧者，若幼兒入幼稚園或托兒所就讀，則教師列為訪視對象，若幼兒白天與夜間各有不同的照顧者，則訪視兩名照顧者，每一家庭預計訪視人數為一至三人。

### (四) 調查項目及研究工具：

- 1、 基本資料問卷：包含父母親年齡、教育程度、職業，母親來台時間、出生地、適應上的困難處、飲食的差異、幼兒的健康狀況
- 2、 外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況調查表及飲食行為檢核表：採用飲食紀錄法，指派一名受訓學生前往受試者家庭，跟隨幼兒一日紀錄其飲食狀況（包含進食的食物種類及份量、進食行為）。
- 3、 外籍聯姻家庭主要照顧者及母親之幼兒營養知識、態度及行為調查問卷：以問卷調查幼兒主要照顧者對幼兒營養之知識、態度及行為

### (五) 調查方式

- 1、 基本資料問卷及外籍聯姻家庭主要照顧者及母親之幼兒營養知識、態度及行為調查問卷：調查前以電話徵得托兒中心同意，約定時間，派員送問卷到該中心，向研究對象說明問卷目的，請受試者當場填好問卷後，當場檢查是否完整，並請受試者填補遺漏，以確保問卷的完整性與回收率。

- 外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況調查表及飲食行為檢核表：指派一名受訓觀察元學生前往受試者跟隨幼兒一日紀錄其飲食狀況（包含進食的食物種類及份量、進食行為）。

#### （六）觀察員訓練

對於外籍聯姻家庭中幼兒之營養狀況及飲食行為調查，訓練觀察員前往幼兒家中進行觀察一日內幼兒所有進食的食物種類與量，及幼兒飲食行為，並觀察紀錄家庭飲食衛生設施狀況調查。為確保觀察員觀察的一致性，研究者編訂觀察手冊，內容包括檢核表中觀察行為的定義，由研究者一一為觀察員解說應了解及注意事項後，所有觀察員於訓練過程中：

- 前往一間托兒所，觀察某特定幼兒，針對所觀察到的幼兒飲食行為有疑慮的部份再與研究員討論。經過五次實地觀察訓練，直到各觀察員對檢核表內行為項目有清楚地瞭解，並取得 70% 以上觀察員一致性後開始觀察紀錄工作。
- 觀察員共同觀察某幼兒一日飲食狀況，詳細記錄所吃的食物種類及量，針對所觀察紀錄的飲食狀況互相比較，並討論討論。經過五次實地觀察訓練，直到觀察員所觀察到的食物種類能有 70% 以上的一致性後，開始觀察紀錄工作。

### 三、結果與討論

60 位台南與高雄縣市 0-6 歲外籍聯姻家庭出生幼兒，其基本資料如表一，60% 為女孩，66.7% 家中排名第一，都有參加健保，所有小孩都在幼稚園上學 8 小時，80% 幼兒母親有工作卻也有 73.3% 仍需照顧幼兒（表一）。外籍聯姻家庭出生幼兒的主要照顧者 80% 為其母親，專科畢業以上教育程度約為 33.3%（表二）。外籍聯姻家庭的父親教育程度有 40% 專科以上畢業，母親 33.3%；父親國籍 100% 為台灣閩南人，母親國籍 93.3% 為中國大陸，6.7% 為越南人，且平均在台灣已有 6.9 年（表三）。外籍聯姻家庭的父母每日固定上班佔 46.7%，其次 33.3% 參與家庭事業或經營個人事業，平均每日工作 8.4 小時，其中父親有全職工作佔 66.7%，20.0% 為家庭事業工作；將近五成受訪者平均一個月的收入在 3-5 萬間，28.6% 收入在 5-7 萬間；相似的結果也顯示 60% 的受訪者覺得錢剛好足夠使用，沒有困難，但有 40% 的受訪者自覺經濟狀況有困難；53.3% 的受訪者擁有自有住宅，20.0% 為租用，26.7% 親人借住，不付房租；住屋型態 80.0% 為樓中樓/別墅式/透天厝（表四）。

表一：幼兒基本資料

	百分比
1.性別	
男性	40.0
女性	60.0
2.在家排行	
一	66.7
二	20.0
三	13.3
3.參加健保	100.0
4.母親有無工作	
有	80.0
無	20.0
5.有上學	100.0
6.在幼稚園上學8小時	100.0
7.主要照顧者	
母親	73.3
父親	13.3
父母親共同照顧	6.7
母親與其他親人共同照顧	6.7

表二：主要照顧者基本資料

	百分比/平均值±標準差
1.照顧者教育程度	
小學畢業	26.7
國（初）中畢業	26.7
高中畢業	13.3
專科畢業（含軍校專修班）	20.0
大學/技術學院畢業（含軍官學校正期班）	13.3
2.照顧者稱謂	
爸爸	13.3
媽媽	80.0
爺爺	6.6
3.身高	162±4.3
4.體重	53.3±14.9



表三：父母基本資料

	百分比/平均值±標準差
1.父親的教育程度	
小學畢業	13.3
國（初）中畢業	13.3
高中畢業	33.3
高職畢業（含士官學校）	26.7
大學/技術學院畢業（含軍官學校正期班）	13.3
2.母親的教育程度	
小學畢業	26.7
國（初）中畢業	13.3
高中肄業	6.7
高中畢業	20.0
專科畢業（含軍校專修班）	20.0
大學/技術學院畢業（含軍官學校正期班）	13.3
3.父親的籍貫	
台灣閩南人	100.0
4.母親的國籍	
中國大陸(省)	93.3
越南	6.7
5.婚姻狀況	
已婚有偶	100.0
6.媽媽來台灣幾年	6.9±2.2
7.媽媽的出生地	
山東省	6.6
四川省	6.6
江西省	6.6
河南省	6.6
重慶	6.6
海南省	6.6
湖南省	6.6
越南	13.3
雲南	33.3
福建省	
8.父親的身高	167.5±5.1
9.父親的體重	68.3±9.4
10.母親的身高	160.9±4.5
11.母親的體重	54.0±9.4

表四：父母社經狀況

	百分比/平均值±標準差
1.工作狀況	
每日固定上班	46.7
沒有每日上班	6.7
參與家庭事業或經營個人事業	33.3
打零工	13.3
2.每日工作幾小時	8.4±1.7
3.平均一個月的收入	
5千~1萬元以下	7.1
1萬~2萬元以下	7.1
2萬~3萬元以下	7.1
3萬~4萬元以下	21.4
4萬~5萬元以下	28.6
5萬~6萬元以下	14.3
6萬~7萬元以下	14.3
4.錢足不足夠	
足夠，還有多餘的錢	6.7
剛好足夠，沒有困難	53.3
有些困難	33.3
很困難	6.7
5.住的房子	
自有	53.3
租的	20.0
親人借住，不付房租	26.7
6.住屋型態	
公寓無電梯	13.3
樓中樓/別墅式/透天厝	80.0
自行搭建	6.7
7.父親工作	
有全職工作	66.7
不固定(打零工)	6.7
為家庭事業工作	20.0
目前沒有工作	6.7

外籍聯姻家庭 33.3% 早餐家裡自行料理，53.3% 午餐家裡自行料理，73.3% 晚餐家裡自行料理，整體而言，晚餐自行料理的百分比高於其他餐次（表五）。只有 13.3% 外籍聯姻家庭的幼兒攝取營養補充劑，服用營養補充劑最主要的原因有 50% 為預防重於治療，並且全由幼兒母親決定服用與否，服用最主要的資訊來源一半來自營養方面的書籍與一半來自親友的建議（表六）。40% 外籍聯姻家庭的幼兒有食物以外的過敏；如過敏部位 60.0% 為皮膚，其他主要為鼻子，50.0% 主要過敏原為塵蹣。13.3% 外籍聯姻家庭的幼兒為食物過敏，常見流鼻涕、皮膚癢的過敏症狀，只有一半的受訪者會去求醫，以及一半的受訪者要求食物過敏試驗（表七）。73.3% 的受訪者認為自己的幼兒體位相當正常，似乎對幼兒體位也無過多注意與關照（表七）。

表五：父母飲食狀況（百分比）

家裡煮的頻率	每天	每週大於 3 次	每週小於 3 次	沒有
早餐	33.3	13.3	0.0	53.3
午餐	53.3	6.7	13.3	26.7
晚餐	73.3	20.0	0.0	6.7
大部分是誰煮的				
自己				86.7
爸媽公婆等長輩				13.3
外面買的頻率	每天	每週大於 3 次	每週小於 3 次	沒有
早餐	53.3	6.7	13.3	26.7
午餐	26.7	26.7	0.0	46.7
晚餐	6.7	26.7	0.0	66.7
大部分食物是誰買的				
自己				66.7
先生				13.3
爸媽公婆等長輩				20.0

表六：幼兒營養補充劑的攝取

	百分比
1. 是否正在服用營養補充劑	
是	13.3
否	86.7
2. 服用營養補充劑	
(1.1) 食用頻率	
3 次以上/每週	50.0
2 次以下/每週	50.0
(1.2) 媽媽決定服用營養補充劑	100.0
(1.3) 服用營養補充劑最主要的原因	
預防重於治療	50.0
其他	50.0
(1.4) 最主要的資訊來源	
營養方面的書籍	50.0
親友的建議	50.0

表七：幼兒疾病相關問題

	百分比
1.是否有食物外的過敏	
是	40.0
否	60.0
2.是有食物外的過敏	
(2.1) 過敏部位	
皮膚	60.0
鼻子	20.0
鼻子、支氣管	20.0
(2.2) 哪些東西過敏	50.0
塵蹣	16.7
其他	33.3
不知道	
(2.3) 過敏如何治療	100.0
求醫診治	
3.是否曾發生過食物過敏	
是	13.3
否	86.7
是曾發生過食物過敏	
(3.1) 曾經發生二次食物過敏疾病	100.0
(3.2) 有哪些症狀	
流鼻涕	50.0
皮膚癢	50.0
(3.3) 是否曾求醫	
否	50.0
是	50.0
(3.4) 求醫檢查方式	50.0
抽血測試	50.0
食物試驗	
(3.5) 過敏如何治療	50.0
症狀輕微，無須求醫	50.0
求醫診治	
4.是否經常排便困難	
是	13.3
否	86.7
5.是經常排便困難	
(4.1) 排便困難的次數多久發生一次	
1次/月	100.0
(4.2) 處理排便困難之方式	100.0
多吃水果蔬菜	

6.您認為您孩子的體位	
太胖	6.7
有點胖	6.7
剛好	73.3
有點瘦	6.7
太瘦	6.7
7.認為過重或肥胖的處理方式	
很可愛，順其自然	50.0
偶爾讓他（她）少吃點，沒有嚴格限制	50.0
8.體重過輕的處理方式為	
很可愛，順其自然	100.0

嫁來台灣的外籍新娘多半肩負著傳宗接代的包袱，因此年齡很輕便懷孕生子，例如台北市有 20% 的外籍配偶 20 歲以下生子，多缺乏嬰兒照顧的常識（楊艾俐，2002）。表八顯示幼兒飲食知識成績百分比，結果顯示下列各題所有受訪者回答正確的內容，如：3.太鹹的食物吃多對幼兒的身體不好 10.幼兒口渴時，給他喝白開水比喝汽水等含糖飲料好 13.幼兒多吃蔬菜水果，可預防便秘 16.給幼兒每天吃各種不同的食物是獲得營養最好的方法；但下列各題是超過一半受訪者回答錯誤的內容，如：1.幼兒吃的越多，生長發育越好 2.只要給幼兒吃了維他命丸就不用擔心營養不良 4.只要吃飽，幼兒吃何種食物都無所謂 7.零食吃不飽，所以讓幼兒多吃沒有關係 8.電視廣告中播出的零食都有營養 12.幼兒常吃甜食對身體沒有害處，顯示飲食知識仍相當不足。

表八：幼兒飲食知識

	正確百分比	錯誤百分比	未填答百分比
1.幼兒吃的越多，生長發育越好	40.0	53.3	6.7
2.只要給幼兒吃了維他命丸就不用擔心營養不良	6.7	80.0	13.3
3.太鹹的食物吃多對幼兒的身體不好	100.0	0.0	0.0
4.只要吃飽，幼兒吃何種食物都無所謂	26.7	73.3	0.0
5.多用調味品對幼兒身體不好	80.0	20.0	0.0
6.幼兒不挑食是好的飲食習慣	93.3	6.7	0.0
7.零食吃不飽，所以讓幼兒多吃沒有關係	20.0	80.0	0.0
8.電視廣告中播出的零食都有營養	26.7	73.3	0.0
9.幼兒不吃早餐對健康有不良影響	86.7	13.3	0.0
10.幼兒口渴時，給他喝白開水比喝汽水等含糖飲料好	100.0	0.0	0.0
11.常吃油炸的食物對幼兒身體有害	93.3	6.7	0.0
12.幼兒常吃甜食對身體沒有害處	6.7	93.3	0.0
13.幼兒多吃蔬菜水果，可預防便秘	100.0	0.0	0.0
14.奶類是供應幼兒鈣質最佳的食物來源	73.3	20.0	6.7
15.菠菜是供應幼兒鐵質最佳的食物來源	93.3	0.0	6.7
16.給幼兒每天吃各種不同的食物是獲得營養最好的方法	100.0	0.0	0.0
17.幼兒多喝牛奶才會有健康的骨骼與牙齒	86.7	13.3	0.0

表九為主要照顧者依照自己的看法，表現出對幼兒的飲食態度，結果顯示各約一半受訪者的幼兒若有良好行為表現，可以用食物作為獎賞，以及幼兒應多吃高蛋白質食物，才能長得高又壯的看法持正反兩面意見；大部分受訪者的飲食態度皆傾向正面態度。

表九：幼兒飲食態度

	非常同意	同意	無意見	不同意	非常不同意
1. 幼兒如果不吃東西，可以用牛奶或幼兒成長奶粉來代替	0.0	33.3	6.7	60.0	0.0
2. 幼兒若有良好行為表現，可以用食物作為獎賞	0.0	53.3	0.0	46.7	0.0
3. 幼兒一邊吃飯一邊看電視沒有什麼關係	6.7	0.0	0.0	60.0	33.3
4. 幼兒只要有吃，進餐時間過長沒有關係	0.0	6.7	0.0	93.3	0.0
5. 幼兒不應養成喝含糖飲料（如汽水、可樂）的習慣	13.3	73.3	6.7	6.7	0.0
6. 幼兒應多吃高蛋白質食物，才能長得高又壯	6.7	46.7	6.7	40.0	0.0
7. 幼兒不喜歡吃蔬菜，就不要給他吃	0.0	6.7	0.0	80.0	13.3
8. 為避免幼兒營養不良，應每天補充維他命、礦物質等	0.0	13.3	0.0	80.0	6.7
9. 幼兒牙齒不多，不需要每次餐後刷牙	0.0	0.0	0.0	73.3	26.7

表十（一）幼兒飲食行為結果顯示所有幼兒皆不需照顧者餵食，53.3% 受訪者的幼兒經常乖乖的坐在餐桌前吃飯，53.3% 受訪者的幼兒邊看電視邊吃飯或 33.3% 邊玩邊吃飯。大部分（大於 70%）的主要照顧者會經常或總是變化餐點內容，讓孩子嘗試吃各種食物、利用機會藉機跟孩子介紹食物、口頭鼓勵讓孩子吃他不喜歡的食物、會詢問孩子在外面吃餐點的情形、孩子要吃什麼點心或零食，必須經過同意才可以吃、限定孩子吃東西，以避免幼兒吃太多垃圾食物、如果孩子不好好吃東西會詢問孩子原因，試著跟孩子溝通、用講理或溝通的方式讓孩子知道挑食是不好的；大部分（大於 70%）的主要照顧者很少或從未用孩子喜歡吃的零食或用禮物、給零用錢的方式作為交換條件，讓孩子吃他不喜歡的食物、採購或製備餐點時會詢問孩子的意見並考量孩子的喜好；顯示大部分受訪者經常出現正向的上述飲食行為。比較具有不同意見的飲食行為有孩子不好好吃東西會責罵或處罰他、孩子喜歡做的事（如：看電視、打電動）作為交換條件，讓孩子吃他不喜歡的食物、到了用餐時間，即使孩子說他不餓，也要他吃些東西、讓孩子自己決定吃或不吃哪些食物（表十（二））。依據最近一個月內，幼兒的飲食攝食狀況分析攝食食物所佔的百分比，可以發現有 50% 以上受訪者幼兒每天至少吃一次以上的食物包括：米食類（如：白飯、稀飯）、家畜類（如：牛、豬肉類）、魚類、深與淺色蔬菜類、幼兒成長奶粉（如：桂格成長奶粉、雀巢成長奶粉等）；其次頻率最高的食物（每週至少吃三次以上），包括：蛋類、蘋果、梨、柑橘類水果、乳酸飲料（如：養樂多等）；其他表列食物內容則多為每週至少吃兩次以下的食物；依據飲食指南的建議應有改善空間，如減少家畜類食品及增加水果與豆腐及黃豆製品的食用頻率（表十（三））。若依據最近一個月內，幼兒在幼稚園用餐的飲食狀況所佔的百分比，則發現幼稚園用餐每週至少吃 5-6 次家畜類（如：牛、豬肉類），每週至少吃 3-4 次蛋類、深與淺色蔬菜類、含糖飲料（如：奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等），每週至少吃 1-2 次米食類（如：白飯、稀飯）、炒飯、飯糰、肉粽、麥片、麥粉、白土司、饅頭、麵、米粉、三明治、漢堡、包子、水煎包、水餃、紅豆、綠豆及其製品、玉米、家禽類（如：雞、鴨肉類）、熱狗、香腸、魚類、其他水產類（如：蝦、蛤蜊等）、豆腐及黃豆製品、筍類、瓜類、豆類（如：四季豆、豆芽等）、菇蕈類（如：香菇、草菇、金針菇等）、海菜、海藻類、全脂鮮奶、乳酸飲料（如：養樂多

等)、豆漿、米漿、茶、餅乾類、果凍、布丁、豆花、其他點心(如:米果、乖乖、蝦餅等)、粉圓、西谷米類;雖然食用食物種類較具多樣化,但依據飲食指南的建議應減少家畜類食品、含糖飲料(如:奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等)及增加水果、豆腐及黃豆製品與魚類的食用頻率,並建議烹調應謹守少油的原則(表十(四))。

表十：幼兒飲食行為(一)

	百分比/平均值±標準差
1.是否不用別人餵食	
是	100.0
否	0.0
2.開始不用人餵食的月數	36.4±12.1
3.請問幼兒平日吃飯	
(3.1) 乖乖的坐在餐桌前吃飯	
經常	53.3
偶爾	13.3
從未	33.3
(3.2) 邊看電視邊吃飯	
經常	53.3
偶爾	13.3
從未	33.3
(3.3) 邊玩邊吃飯	
經常	33.3
偶爾	40.0
從未	26.7

表十：幼兒飲食行為(二)

	從未	很少	偶爾	常常	總是
1. 我變化餐點內容,讓孩子嘗試吃各種食物	0.0	13.3	6.7	66.7	13.3
2. 我利用機會(例如:買菜時、看到廣告或書籍時、購物時),藉機跟孩子介紹食物	0.0	13.3	0.0	66.7	20.0
3. 我用孩子喜歡吃的零食(如:糖果、冰淇淋)作為交換條件,讓孩子吃他不喜歡的食物	46.7	33.3	6.7	13.3	0.0
4. 我用孩子喜歡做的事(如:看電視、打電動),作為交換條件,讓孩子吃他不喜歡的食物	46.7	13.3	6.7	33.3	0.0
5. 我用口頭鼓勵的方式(如:稱讚他很乖),讓孩子吃他不喜歡的食物	0.0	13.3	13.3	73.3	0.0
6. 我會詢問孩子在外面(如別人家、幼稚園或托兒所)吃餐點的情形(如:吃什麼,吃多少?)	0.0	13.3	0.0	66.7	20.0
7. 我給孩子吃的食物種類固定,不太改變	26.7	40.0	13.3	13.3	6.7
8. 到了用餐時間,即使孩子說他不餓,我也會要他吃些東西	13.3	20.0	13.3	53.3	0.0
9. 如果孩子不好好吃東西,我會責罵或處罰他	20.0	20.0	20.0	33.3	6.7
10. 我讓孩子自己決定他吃或不吃哪些食物	26.7	20.0	13.3	40.0	0.0
11. 我讓孩子依他的胃口決定吃多少東西,我不會強迫他吃完我給的份量	0.0	20.0	6.7	66.7	6.7
12. 我限定孩子吃零食(如:乖乖、仙貝、旺仔小饅頭等)的次數、份量	0.0	20.0	13.3	66.7	0.0

13. 我限定孩子吃甜食（如：糖果、蛋糕、巧克力等）的次數、份量	0.0	20.0	13.3	66.7	0.0
14. 我限定孩子吃什麼東西，以避免他吃太多垃圾食物（如：糖果、洋芋片、汽水）	0.0	20.0	6.7	60.0	13.3
15. 如果孩子有好的行為表現，我會用孩子喜歡的零食或甜點獎勵他	20.0	26.7	40.0	6.7	6.7
16. 孩子要吃什麼點心、零食，必須經過我的同意才可以吃	0.0	13.3	13.3	53.3	20.0
17. 我用禮物、給零用錢作為交換條件，讓孩子吃他不喜歡的食物	60.0	26.7	6.7	6.7	0.0
18. 採購、製備餐點時，我詢問孩子的意見、考量孩子的喜好	60.0	26.7	6.7	6.7	0.0
19. 如果孩子不好好吃東西，我詢問孩子原因，試著跟孩子溝通	0.0	0.0	0.0	80.0	20.0
20. 我用講理、溝通的方式讓孩子知道挑食是不好的	0.0	13.3	0.0	60.0	26.0

表十：幼兒飲食行為（三）

	4+ /天	2-3 /天	1 /天	5-6 /週	3-4 /週	1-2 /週	1-3 /月	從未
<b>A. 主食類</b>								
1. 米食類（如：白飯、稀飯）	0.0	33.3	40.0	13.3	6.7	6.7	0.0	0.0
2. 炒飯、飯糰、肉粽	0.0	0.0	0.0	6.7	6.7	20.0	46.7	20.0
3. 蘿蔔糕、米糕、豬血糕	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	26.7	40.0
4. 麥片、麥粉	0.0	0.0	13.3	0.0	0.0	13.3	13.3	60.0
5. 油條、燒餅、蛋餅	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	40.0	26.7
6. 白土司、饅頭	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	46.7	33.3	13.3
7. 麵、米粉	0.0	6.7	0.0	6.7	26.7	33.3	13.3	13.3
8. 三明治、漢堡	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	6.7	60.0
9. 麵包	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	40.0	26.7	13.3
10. 包子、水煎包、水餃	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	46.7	13.3	26.7
11. 甘薯、馬鈴薯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	26.7	40.0	33.3
12. 紅豆、綠豆及其製品	0.0	0.0	0.0	6.7	13.3	20.0	26.7	33.3
13. 玉米	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	53.3	20.0	26.7
<b>B. 肉類</b>								
1. 家畜類（如：牛、豬肉類）	0.0	13.3	40.0	6.7	20.0	20.0	0.0	0.0
2. 家禽類（如：雞、鴨肉類）	0.0	13.3	6.7	0.0	20.0	26.7	20.0	13.3
3. 熱狗、香腸	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	40.0	26.7	26.7
4. 貢丸、魚丸	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	46.7	26.7	20.0
5. 肉鬆、魚鬆	0.0	0.0	6.7	6.7	13.3	26.7	26.7	20.0
6. 魚類	0.0	26.7	46.7	6.7	13.3	6.7	0.0	0.0
7. 其他水產類（如：蝦、蛤蜊等）	0.0	0.0	6.7	6.7	20.0	53.3	0.0	13.3
<b>C. 其他蛋白質類</b>								
1. 蛋類	0.0	13.3	20.0	0.0	46.7	6.7	0.0	13.3
2. 豆腐及黃豆製品	0.0	0.0	20.0	6.7	6.7	33.3	13.3	20.0
<b>D. 蔬菜類</b>								



1. 深色蔬菜類	0.0	33.3	40.0	6.7	20.0	0.0	0.0	0.0
2. 淺色蔬菜類	0.0	26.7	33.3	13.3	26.7	0.0	0.0	0.0
3. 筍類	0.0	6.7	0.0	0.0	13.3	26.7	26.7	26.7
4. 瓜類	0.0	6.7	20.0	0.0	13.3	53.3	0.0	6.7
5. 豆類 (如:四季豆、豆芽等)	0.0	6.7	20.0	0.0	13.3	53.3	0.0	6.7
6. 菇蕈類 (如:香菇、草菇、金針菇等)	0.0	6.7	0.0	0.0	13.3	66.7	0.0	13.3
7. 海菜、海藻類	0.0	6.7	0.0	6.7	13.3	40.0	13.3	20.0
8. 醃菜類 (如:榨菜、蘿蔔乾等)	0.0	0.0	0.0	6.7	0.0	6.7	13.3	73.3
9. 番茄	0.0	0.0	0.0	6.7	6.7	40.0	20.0	26.7
E. 水果類								
1. 蘋果、梨	0.0	0.0	20.0	0.0	33.3	26.7	13.3	6.7
2. 柑橘類 (如:橘子、柳丁、葡萄柚)	0.0	0.0	13.3	0.0	26.7	46.7	6.7	6.7
3. 西瓜	0.0	0.0	6.7	0.0	20.0	0.0	20.0	53.3
4. 木瓜、哈密瓜、香瓜	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	40.0	13.3	13.3
5. 棗子、桃子、李子	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	20.0	13.3	60.0
6. 葡萄	0.0	0.0	6.7	0.0	13.3	40.0	13.3	26.7
7. 香蕉	0.0	0.0	6.7	0.0	20.0	33.3	13.3	26.7
8. 番石榴	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	40.0	20.0	26.7
F. 乳品類								
1. 全脂鮮奶	0.0	6.7	26.7	0.0	6.7	0.0	6.7	53.3
2. 低脂鮮奶	0.0	0.0	13.3	6.7	0.0	0.0	6.7	73.3
3. 全脂奶粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
4. 低脂奶粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
5. 幼兒成長奶粉 (如:桂格成長奶粉、雀巢成長奶粉等)	0.0	13.3	40.0	0.0	6.7	0.0	0.0	40.0
6. 調味乳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	20.0	6.7
7. 優酪乳	0.0	0.0	0.0	1.3	6.7	33.3	6.7	40.0
G. 飲料類								
1. 乳酸飲料 (如:養樂多等)	0.0	0.0	0.0	13.3	46.7	26.7	13.3	0.0
2. 碳酸飲料 (如:運動飲料、汽水、可樂等)	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	13.3	33.3	33.3
3. 豆漿、米漿	0.0	0.0	13.3	6.7	20.0	40.0	13.3	6.7
4. 果汁	0.0	0.0	6.7	13.3	20.0	20.0	26.7	13.3
5. 含糖飲料 (如:奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等)	0.0	0.0	6.7	6.7	26.7	20.0	13.3	26.7
6. 茶	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	0.0	6.7	80.0
H. 點心零食類								
1. 餅乾類	0.0	0.0	40.0	13.3	26.7	0.0	20.0	0.0
2. 蛋糕、西點	0.0	0.0	6.7	13.3	20.0	13.3	33.3	13.3

3. 巧克力、糖果	0.0	6.7	0.0	0.0	26.7	13.3	40.0	13.3
4. 蜜餞	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	20.0	66.7
5. 果凍、布丁、豆花	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	40.0	26.7	0.0
6. 冰棒、冰淇淋	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	40.0	46.7
7. 洋芋點心（如：洋芋片等）	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	13.3	26.7	53.3
8. 其他點心（如：米果、乖乖、蝦餅等）	0.0	0.0	6.7	6.7	0.0	13.3	40.0	33.3
9. 乾果類（如：花生、開心果、瓜子等）	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	6.7	60.0	26.7
10. 粉圓、西谷米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	20.0	33.3	46.7

表十：幼兒飲食行為（四）

	4+ /天	2-3 /天	1 /天	5-6 /週	3-4 /週	1-2 /週	1-3 /月	從未
<b>A. 主食類</b>								
1. 米食類（如：白飯、稀飯）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
2. 炒飯、飯糰、肉粽	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
3. 蘿蔔糕、米糕、豬血糕	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
4. 麥片、麥粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
5. 油條、燒餅、蛋餅	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
6. 白土司、饅頭	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
7. 麵、米粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
8. 三明治、漢堡	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
9. 麵包	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
10. 包子、水煎包、水餃	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
11. 甘薯、馬鈴薯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
12. 紅豆、綠豆及其製品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
13. 玉米	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
<b>B. 肉類</b>								
1. 家畜類（如：牛、豬肉類）	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
2. 家禽類（如：雞、鴨肉類）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
3. 熱狗、香腸	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
4. 貢丸、魚丸	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
5. 肉鬆、魚鬆	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
6. 魚類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
7. 其他水產類（如：蝦、蛤蜊等）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
<b>C. 其他蛋白質類</b>								
1. 蛋類	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
2. 豆腐及黃豆製品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
<b>D. 蔬菜類</b>								
1. 深色蔬菜類	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
2. 淺色蔬菜類	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0

3. 筍類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
4. 瓜類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
5. 豆類 (如:四季豆、豆芽等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
6. 菇蕈類 (如:香菇、草菇、金針菇等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
7. 海菜、海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
8. 醃菜類 (如:榨菜、蘿蔔乾等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
9. 番茄	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
E. 水果類								
1. 蘋果、梨	0.0	0.0	0.0	0.0	40.0	60.0	0.0	0.0
2. 柑橘類 (如:橘子、柳丁、葡萄柚)	0.0	0.0	0.0	0.0	40.0	60.0	0.0	0.0
3. 西瓜	0.0	0.0	0.0	0.0	40.0	60.0	0.0	0.0
4. 木瓜、哈密瓜、香瓜	0.0	0.0	0.0	0.0	40.0	60.0	0.0	0.0
5. 棗子、桃子、李子	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
6. 葡萄	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
7. 香蕉	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	66.7	0.0	0.0
8. 番石榴	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
F. 乳品類								
1. 全脂鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
2. 低脂鮮奶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
3. 全脂奶粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
4. 低脂奶粉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
5. 幼兒成長奶粉 (如:桂格成長奶粉、雀巢成長奶粉等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
6. 調味乳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
7. 優酪乳	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
G. 飲料類								
1. 乳酸飲料 (如:養樂多等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
2. 碳酸飲料 (如:運動飲料、汽水、可樂等)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
3. 豆漿、米漿	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
4. 果汁	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
5. 含糖飲料 (如:奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等)	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
6. 茶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
H. 點心零食類								
1. 餅乾類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
2. 蛋糕、西點	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
3. 巧克力、糖果	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
4. 蜜餞	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0

5. 果凍、布丁、豆花	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
6. 冰棒、冰淇淋	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
7. 洋芋點心（如：洋芋片等）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
8. 其他點心（如：米果、乖乖、蝦餅等）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
9. 乾果類（如：花生、開心果、瓜子等）	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0
10. 粉圓、西谷米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0

依據 24 小時回憶法評估幼兒營養素攝取量，平均一天熱量攝取為 1269.9 大卡，似乎不足幼兒成長所需，蛋白質攝取量約佔總熱量的 17.6%（56.0 克），脂質攝取量約佔總熱量的 40.9%（57.8 克），醣類攝取量約佔總熱量的 41.5%（137.7 克），顯示脂肪攝取量過高，應調整脂肪與醣類的攝取比例；其他營養素攝取量較低的包括膳食纖維、鈣質、鐵質、維生素 A，營養素攝取量較高的是磷的攝取。

表十一：24 小時回憶法評估幼兒營養素攝取量

項目	平均值	標準差
KCAL	1269.9	249.6
PROT	56.0	13.4
FAT	57.8	16.3
Carbohydrate	131.7	33.1
Fiber	2.0	0.7
Calcium	321.7	162.2
Phosphorus	777.4	167.2
Iron	6.5	1.2
VIT A	2639.9	1778.2
VIT B1	0.7	0.2
VIT B2	0.7	0.2
Niacin	10.3	4.3
VIT C	49.3	33.4
Saturated FA	21238.1	5955.1
Unsaturated FA	35174.2	10344.5
Oleic acid	17797.6	7428.9
cholesterol	296.2	181.5
VIT E	7160.9	3231.3
Sodium	2881.3	1405.4

表十二結果顯示受訪者接觸大眾媒體食品廣告的種類以廣播為主，市等食品廣告宣傳單次之，電視只佔 20%；而平時幼兒最常看電視的時段傍晚四點到七點與晚上七點到九點，且平時一天看 1-2 小時時間，種類以卡通動畫為主；幼兒很少從電視上或其他媒體看到有關食品或餅乾、糖果、飲料等零食的廣告，以及要求購買，但常見邊吃零食邊看電視的飲食習慣。

表十二：大眾媒體食品廣告對幼兒飲食習慣的影響

	百分比
1. 接觸大眾媒體的種類	
電視	20.0
廣播	46.7
超市等食品廣告宣傳單	33.3
2. 平時幼兒最常看電視的時段	
傍晚四點到七點	53.3
晚上七點到九點	26.7
晚上九點以後	6.7
幾乎不看	6.7
傍晚四點到七點、晚上九點以後	6.7
3. 幼兒平時一天看電視時間	
少於1小時	26.7
1小時~2小時	53.3
2小時~3小時	13.3
3小時~4小時	6.7
4. 幼兒平日看電視節目的種類	
兒童節目	16.7
卡通動畫	83.3
5. 幼兒曾經從電視上或其他媒體看到有關食品或餅乾、糖果、飲料等零食的廣告嗎	
有	100.0
沒有	0.0
6. 會要求您買廣告中的食品或零食嗎	
經常	13.3
偶爾	60.0
不會	26.7
7. 幼兒是否會因為看到廣告中的食品或零食有附贈玩具或贈品而要求您購買嗎？	
經常	13.3
偶爾	53.3
否	33.3
8. 幼兒是否會一邊看電視一邊吃零食呢	
經常	20.0
偶爾	46.7
否	33.3

#### 四、結論

1. 外籍聯姻家庭出生幼兒的主要照顧者 80% 為其母親，專科畢業以上教育程度約為 33.3%。
2. 父親國籍 100% 為台灣閩南人，母親平均在台灣有 6.9 年。
3. 60% 的受訪者覺得錢剛好足夠使用，沒有困難，但有 40% 的受訪者自覺經濟狀況有困難。
4. 外籍聯姻家庭晚餐自行料理的百分比高於其他餐次。
5. 只有 13.3% 外籍聯姻家庭的幼兒攝取營養補充劑
6. 73.3% 的受訪者認為自己的幼兒體位相當正常。
7. 受訪者飲食知識不足，但有較正向的飲食態度和行為，
8. 外籍聯姻家庭應減少家畜類食品及增加水果與豆腐及黃豆製品的食用頻率。
9. 幼稚園用餐應減少家畜類食品、含糖飲料（如：奶茶、純喫茶、檸檬紅茶等）及增加水果、豆腐及黃豆製品與魚類的食用頻率，並建議烹調應謹守少油的原則。
10. 依據 24 小時回憶法評估幼兒營養素攝取量，平均一天熱量攝取似乎不足幼兒成長所需，脂質攝取量約佔總熱量的 40.9% 顯示脂肪攝取量過高，應調整脂肪與醣類的攝取比例；其他營養素攝取量較低的包括膳食纖維、鈣質、鐵質、維生素 A，營養素攝取量較高的是磷的攝取。

#### 五、研究限制

1. 本研究對象為台南與高雄縣市外籍聯姻家庭之幼兒、幼兒母親及主要照顧者(包含保母、父親、祖父母、托兒所或幼稚園教師)，不代表全國外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況及家庭主要照顧者及母親之幼兒營養知識、態度及行為的表現。。
2. 本研究由台南與高雄縣市作為收案地區，且無法完全隨機取樣，故也不能完全反映台南與高雄縣市外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況及家庭主要照顧者及母親之幼兒營養知識、態度及行為的表現。
3. 因限於語言限制，本研究乃以大陸籍新娘為主要對象，結果僅能部分呈現大陸籍新娘的家庭幼兒之營養狀況及其母親對幼兒營養知識、態度及行為的表現。
4. 本研究由台南與高雄縣市收案 60 個家庭作為樣本，樣本數如能提高或許更能真實反映台南與高雄縣市外籍聯姻家庭幼兒之營養狀況及家庭主要照顧者及母親之幼兒營養知識、態度及行為的表現。

## 六、參考文獻

王秀紅、楊詠梅 (2002) 。東南亞跨國婚姻婦女健康。護理雜誌，49 (2) ，35-40。

王明輝，”台灣外籍配偶結構性弱勢情境之分析，”社區發展季刊，107 期，2004 年 9 月，頁 320-334。

呂旻瑾、康春玉、鍾明惠 (2002) 。一位外籍新娘對低出生體重兒之家庭照顧經驗。長期照護，6 (1) ，105-118。

內政部，外籍與大陸配偶照顧輔導政策及實施方案 (草案) 專案報告。(2003) 台北：內政部。

內政部戶政司統計

[http://www.edu.tw/EDU\\_WEB/EDU\\_MGT/STATISTICS/EDU7220001/temp1/overview.files/frame.htm?open](http://www.edu.tw/EDU_WEB/EDU_MGT/STATISTICS/EDU7220001/temp1/overview.files/frame.htm?open)

孫麗娟 (2003) 。公共衛生護士執行外籍新娘家庭計劃管理之成效-以苗栗縣為例。台北：臺北醫學大學護理學研究所。

李慧珍、蘇秀娟、許芷音 (2004) 。外籍新娘的健康評估-以新店市為例。護理雜誌，51 (4) ，88-93。

吳美菁 (2003) 。東南亞外籍配偶在台的生活適應與人際關係之研究—以南投縣為例。嘉義：南華大學公共行政與政策研究所。

行政院衛生署 <http://healthtaiwan.doh.gov.tw/whowbs/index.jsp>

楊艾俐，”台灣變貌：下一代衝擊新台灣之子，”天下雜誌，271 期，2002 年，頁 101-102。

鄭雅雯 (1999) 。南洋到台灣：東南亞外籍新娘在台婚姻與生活探究—以台南市為例。花蓮：東華大學族群關係與文化研究所。

陳嘉誠 (2000) 。台灣地區外籍新娘幸福感之探討。高雄：高雄醫學大學醫學研究所。

Kraut, A. M. (1990). Healers and strangers. immigrant attitudes toward the physician in America--a relationship in historical perspective. *JAMA*, 263 (13), 1807-1811.

Ramakrishna, J., & Weiss, M. G. (1992). Health, illness and immigration: East Indians in the United States. *Western Journal of Medicine (Special Issue)*, 157(3), 265-270.

Thamer, M., Richard, C., Casebeer, A. W., & Ray, N. F. (1997). Health insurance coverage among foreign-born US residents: The impact of race, ethnicity, and length of residence. *American Journal of Public Health*, 87(1), 96-102.

Trevino, F. M., Moyer, M. E., Valdez, B. R., & Stroup-Benham, C.A. (1991). Health insurance coverage and utilization of services by Mexican Americans, mainland Puerto Ricans and Cuban Americans. *JAMA*, 265(8), 233-237.