

新冠肺炎疫情期間大學生環保健康意識與其外食行為之關係

黃麗玲¹、葉德豐¹、張安芸¹、黃建財^{1*}

¹中臺科技大學醫療暨健康產業管理系

研究目的

大學生上課期間之外食頻率相當高，且多以路邊攤小吃店為主要來源；食品美物，價格合理與否是主要考量。2020年初，全球爆發了新冠肺炎(COVID-19)感染事件，可能對人們的外食行為、健康意識亦造成影響。

研究方法

本研究於2020年3月02日至3月16日至台中市某科技大學進行調查，依不同學院、年級進行分層抽樣，以經專家效度修改之自擬式問卷為調查工具，以校內用餐經驗、健康意識、環保及新冠肺炎疫情發生前後之飲食習慣調查等構面，並使用人員訪視、Google表單等方式進行訪視。共發放100份問卷，效問卷回收率為91%。所得結果經整理，及SPSS 21.0版進行分析；包括描述性統計以及成對樣本t檢定、獨立樣本t檢定、單因子變異數分析、迴歸分析等。

研究結果

- (1)根據統計結果樣本數中健康意識與其性別有顯著差異，其中男性相較女性環保意識高，並以表8中四題最為顯著。
- (2)根據統計結果樣本數中環保意識與其性別有顯著差異，其中男性相較女性環保意識高。並以表9中三題最為顯著。
- (3)根據統計結果樣本數中的學生在疫情發生前後外食行為有顯著差異，其中以用餐場所改變有最大差異，其原因可能為配合政府防疫政策保持社交距離且避免出入公共場所。

表1樣本大學生個人基本特性分布 N=91(人)

人口統計變項	類別	人數(人)	百分比(%)
性別	男	38	41.8
	女	53	58.2
年級及學制	四技1年級	15	16.5
	四技2年級	19	20.9
	四技3年級	33	36.3
	四技4年級	16	17.6
	其他學制	7	8.8
	健康科學院	35	38.5
學院	護理學院	26	28.6
	人文及管理學院	30	33
宗教信仰	無	39	42.9
	民間信仰	12	13.2
	道教	14	15.4
	基督教	4	4.4
	天主教	3	3.3
	佛教	12	13.2
	伊斯蘭教	5	5.5
	其他	2	2.2
現在的住所	宿舍	46	50.5
	在外租房	19	20.9
是否有工作或兼職	是	42	46.2
	否	49	53.8
主要的收入來源	工作收入	18	19.8
	家長供給	51	56
	以上皆是	22	24.2
	\$0-\$5,000元	31	34.1
每月收入約多少新台幣	\$5,001-1,000元	26	28.6
	\$10,001-15,000元	22	24.2
	\$15,001-30,000元	7	7.7
	\$30,000元以上	5	5.5
	\$3,000元以下	44	48.4
	每月平均餐費	\$3,001-5,000元	24
\$5,001-8,000元		18	19.8
\$8,001-10,000元		5	5.5

表2校內用餐經驗分析結果 N=91(人)

題項	答項	次數(人)	百分比(%)
本學期是否在校外用餐	是	75	82.4
	否	16	17.6
請問您最常在校內用餐時間	8:00-11:00	1	1.1
	11:01-14:00	84	92.3
	14:01-17:00	3	3.3
	17:01-21:00	3	3.3
	用餐消費	58	76.3
請問您在學生餐廳用餐目的	休憩休息	10	13.2
	朋友聚餐	5	6.6
	情侶約會	1	1.3
	社團聚會活動	2	2.6
	方便性	44	57.9
	價格合理	16	21.1
	餐點美味	6	7.9
請問您在學生餐廳用餐動機	餐點多樣化較健康	2	2.6
	餐飲份量	4	5.3
	點餐等候時間	2	2.6
	環境衛生整潔	2	2.6
請問您在校外餐廳用餐目的	服務人員態度良好	0	0
	內用可以使用環保餐具較環保	0	0
	長興美食	24	32.4
	牛大叔	3	4.1
請問您最常消費的餐廳	飯館	29	39.2
	漢堡哥農食	11	14.9
	辣媽早點	3	4.1
	MVP飲料	4	5.4
	\$50元以下	6	7.9
	\$51-100元	59	77.6
請問您每次平均消費金額(新台幣)	\$101-150元	7	9.2
	\$151-200元	2	2.6
	\$201-300元	2	2.6
	\$301-350元	1	1.4
	台式料理	43	59.7
	日式或韓式	11	15.3
請問您最常消費的餐廳類型	西式	17	23.6
	便利商店	1	1.4
	\$50元以下	1	1.4
	\$51-100元	25	34.7
請問您每次平均消費金額(新台幣)	\$101-150元	29	40.3
	\$151-200元	11	15.3
	\$201-250元	3	4.2
	\$251-300元	2	2.8
	\$301-350元	1	1.4

表3校外用餐經驗分析結果 N=91(人)

題項	變項	次數(人)	百分比(%)
本學期是否在校外用餐	是	72	79.1
	否	19	20.9
請問您最常在校外用餐時間	8:00-11:00	2	2.8
	11:01-14:00	45	62.5
	14:01-17:00	4	5.6
	17:01-21:00	21	29.2
	用餐消費	38	52.8
請問您在校外餐廳用餐目的	休憩休息	9	12.5
	朋友聚餐	19	26.4
	情侶約會	4	5.6
	社團聚會活動	2	2.8
請問您在校外餐廳用餐動機	方便性	17	23.6
	價格合理	8	11.1
	餐點美味	29	40.3
	餐點多樣化較健康	13	18.1
請問您在校外餐廳用餐動機	餐飲份量	3	4.2
	點餐等候時間	0	0
	環境衛生整潔	1	1.4
	服務人員態度良好	1	1.4
請問您在校外餐廳用餐動機	內用可以使用環保餐具較環保	0	0
	台式料理	43	59.7
	日式或韓式	11	15.3
	西式	17	23.6
請問您最常消費的餐廳類型	便利商店	1	1.4
	\$50元以下	1	1.4
	\$51-100元	25	34.7
	\$101-150元	29	40.3
請問您每次平均消費金額(新台幣)	\$151-200元	11	15.3
	\$201-250元	3	4.2
	\$251-300元	2	2.8
	\$301-350元	1	1.4

表4健康意識樣本平均得分 N=91(人)

單選題	平均得分	標準差
健康是能用正面的態度解決事情	3.96	0.682
健康就是每天快樂有精神	3.9	0.831
健康是對自己各方面的表現感到滿意	3.87	0.718
我目前的健康狀態良好	3.86	0.724
和去年相比今年的健康狀態較好	3.78	0.8
同年紀的人相比自己的身體狀況較好	3.75	0.811
常覺得精神上有壓力	3.73	0.944
常為一點小事心情煩悶	3.71	0.886
健康就是不需要服用藥物	3.48	0.982
健康就是指不需要看醫生	3.45	1.014

表5環保意識樣本平均得分 N=91(人)

單選題	平均得分	標準差
我知道個人使用的產品是否具備環保標準及效益	4.16	0.682
我很清楚該如何做可以達到環保	4.03	0.722
我知道什麼是綠消費	4.01	0.767
我很清楚環保設計的含意	3.96	0.698
我會避免使用方便性高的一次性產品	3.92	0.734
標榜環保為訴求的產品，是我消費的主要考量	3.91	0.784
我會避免使用一次性產品	3.81	0.773
我知道環保3R是什麼	3.8	0.957
我非常確定自己是個相當重視環保的人	3.78	0.841
我出門在外會自備環保餐具	3.65	0.794

表6疫情發生前後外食行為分析結果

平均數	標準差	p值
3.44	0.901	0.022*
2.89	0.464	
2.16	0.839	0.032*
3.67	0.638	
1.22	0.431	0.001***
3.89	0.415	
3.92	0.422	0.000***
1.08	0.268	

5=幾乎都在家吃;4=大部分都在家吃;3=偶爾在家吃;2=大部分不在家吃;1=幾乎不在家吃

表7個人基本屬性與其健康環保意識及外食行為關係分析結果 N=91(人)

變項	F/t	P值
個人基本屬性與健康意識關係	3.881	0.000***
個人基本屬性與環保意識關係	3.455	0.001**
個人基本特性與外食行為關係	3.982	0.003**

表8性別與其健康意識差異分析 N=91(人)

題項	性別	個數	平均數	標準差	F/t
同年紀的人相比自己的身體狀況較好	男性	38	4.05	0.567	3.427***
	女性	53	3.53	0.89	
和去年相比今年的健康狀態較好	男性	38	4.18	0.563	4.773**
	女性	53	3.49	0.823	
常覺得精神上有壓力	男性	38	4.03	0.788	2.765**
	女性	53	3.51	0.993	
健康是能用正面的態度解決事情	男性	38	4.05	0.517	1.223**
	女性	53	3.89	0.776	

表9性別與其環保意識差異分析 N=91(人)

題項	性別	個數	平均數	標準差	T/F
我會避免使用方便性高的一次性物品	男性	38	4.13	0.529	2.521***
	女性	53	3.77	0.824	
我很清楚環保設計的含意	男性	38	4.11	0.453	1.909***
	女性	53	3.85	0.818	
我會避免使用一次性產品	男性	38	4.05	0.567	2.752***
	女性	53	3.64	0.857	

研究結論

研究結果為性別為影響其健康及環保意識最大的原因，建議學校可以增加環保及健康的通識課程讓學生可以更加瞭解健康及環保相關知識，而本次疫情發生後學生配合政府政策選擇外帶或外送至家中用餐者提高，建議學校餐廳可以提供預約或外送服務，讓學生可以下課就直接買至家中或教室內食用並配合政府政策保持社交距離。