

家長健康導向對國小兒童飲食行為之影響性探討-以大台中市為例

徐念慈^{1*} 楊文惠¹

¹ 中國醫藥大學醫務管理學系暨碩士班

目標：「家庭」被視為個人飲食習慣形成的主要因素，其中父母對孩子的飲食習慣及肥胖率有極大的影響 (Andrews, Silk & Eneli, 2010)。本研究目的為探討家長的健康導向(健康意識、健康資訊、健康信念與健康活動等四大構面)對於兒童飲食行為之影響效應。**方法：**本研究工具為參考國內外文獻後自行設計之結構式問卷，以「分層比例隨機抽樣」在大台中市的國小進行取樣，並以國小學童與其家長為主要的研究對象。本研究以「結構方程模式」來進行「家長健康導向」對於「兒童飲食行為」影響模式的驗證分析。**結果：**有效樣本為 926 份，回收率達 96.06%。研究結果顯示，家長健康意識、健康資訊及健康信念皆顯著正向地影響兒童健康飲食行為(吃蔬果)，對於兒童不健康飲食行為則有負向的影響；而家長健康活動對於兒童飲食行為則無顯著之影響。**結論：**根據本研究結果可提供家長在兒童飲食教育或執行方面的指引，藉以成為未來政府針對兒童營養教育、健康飲食行為規範方面的制定參考，提昇兒童飲食的品質，進而促進家庭健康。

關鍵字： 健康導向、飲食行為、蔬果攝取、父母、兒童

*通訊作者：徐念慈

聯絡地址：台中市 404 北區學士路 91 號

E-mail: Nainchi0427@gmail.com