香港義工聯盟
Hong Kong Volunteers Federation

「基層家庭中小學生飲用牛奶習慣現況調查」研究報告

研究機構：香港研究協會 Hong Kong Research Association

2015 年 6 月 2 日

香港灣仔軒尼詩道 340-342 號國華大廈 6 樓 602 室
電話：3119 8883 傳真：2137 3839　　電郵：info@rahk.org　　網址：www.rahk.org

目錄

頁數

1. 研究概況 **1**

2. 研究結果 **5**

2.1 基層家庭中小學生對飲用牛奶對成長發育重要性的認知 5

2.2 基層家庭中小學生平均每天喝牛奶的杯數 6

2.3 基層家庭中小學生每天喝少於兩杯牛奶的最主要原因 7

2.4 基層家庭中小學生／其家人購買牛奶時最主要考慮的因素 8

2.5 基層家庭中小學生最常飲用牛奶的類型 9

2.6 基層家庭中小學生因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用的頻密程度 10

3. 總結及建議 **11**

4. 附錄 **12**

4.1 問卷 12

4.2 主要變項百分比分佈表 14

1 研究概況

1.1 研究機構簡介

香港研究協會爲一個非牟利的學術機構，於二〇〇四年六月創立。協會透過調查研究，爲市民提供一個發表意見、關心香港的平台，並加深市民對社會各方面的認識；同時，就關係香港長遠發展的政策或策略展開調查研究。此外，本會亦接受社會各界委託，進行各類有價值的社會調查及研究。

宗旨

- 以獨立和客觀的角度對香港社會各方面進行調查及研究，提出具建設性的方案或建議，扮演民間智庫的角色；
- 凝聚市民力量，共同關心社會，推動香港可持續發展；
- 接受社會各界委託，進行各類有價值的社會調查及研究。

1.2 研究背景

飲用牛奶是攝取豐富鈣質最簡單及普遍的方法之一，對學童發育成長十分重要。根據衛生署的建議，學童每日應飲用兩杯牛奶。社會上擔心基層家庭會否因經濟問題而使學童未能攝取足夠牛奶營養，影響健康成長？

1.3 研究目的

香港研究協會接受香港義工聯盟的委託進行是次調查，目的是透過調查本港基層家庭中小學生飲用牛奶的習慣，以了解他們牛奶營養攝取的情況，並分析其牛奶營養攝取量不足的背景因素，從而引起社會對基層家庭中小學生健康成長的關注。

1.4 調查概況

調查日期	：	2015 年 5 月 20 日至 22 日
調查對象	：	基層家庭中小學生
調查方法	：	隨機街頭面對面訪問
有效樣本數目	：	1,372 （共完成收集 1,788 份問卷。在覆查問卷後，剔除 416 份不符合資格、未完成問卷、答案明顯出現前後矛盾或不清楚的樣本，最終得出 1,372 個有效樣本）
問卷內容	：	問卷分爲主體問卷與個人背景資料兩部分。其中主體問卷有 6 條問題，個人背景資料有 6 條問題，合共有 12 條問題。
抽樣誤差	：	是次調查有效樣本數目爲 1,372，在置信水平設於 95%的情況下，抽樣誤差爲±3.38%。
註	：	由於四捨五入關係，個別變項的百分率加起來可能不等於 100%。

1.5 抽樣框架及方法

是次調查根據香港統計處公佈的數據，於 122 個家庭住戶每月收入中位數（所有家庭住戶）低於$14,800（2012 年政府公佈的 5 人或以下家庭「貧窮綫」）的主要屋邨中，按家庭住戶數目（家庭月入低於$14,800）在十八區區議會中的分佈比例抽取 40 個公共屋邨【下表】，並於各屋邨的主要出入口以簡單隨機抽樣（simple random sampling）的方式抽取中小學生進行訪問。

地區	屋邨
香港島	環翠邨、愛東邨、興華（二）邨、興民邨、興華（一）邨、柴灣邨
九龍	麗閣邨、大坑東邨、石硤尾邨、元州邨、南山邨、富昌邨、竹園南邨、彩德邨、樂華（南）邨、啓業邨、牛頭角上邨、彩盈邨、秀茂坪南邨
新界	天恩邨、天晴邨、天悅邨、水邊圍邨、寶田邨、大興邨、蝴蝶邨、安定邨、山景邨、梨木樹邨、福來邨、葵涌邨、清河邨、彩園邨、健明邨、沙角邨、碩門邨、瀝源邨、美田邨、美林邨、秦石邨

1.6 受訪者背景資料

1.6.1 受訪者的性別：

	百分比
男	41.9%
女	58.1%
總計	100.0%
	（1,372）

1.6.2 受訪者的年齡：

	百分比
五至十歲	32.4%
十一至十五歲	47.6%
十六至二十歲	20.0%
總計	100.0%
	（1,372）

1.6.3 受訪者現時就讀的年級：

	百分比
初小（小一至小三）	14.1%
高小（小四至小六）	28.6%
初中（中一至中三）	37.2%
高中（中四至中六）	20.0%
總計	100.0%
	（1,372）

1.6.4 受訪者居住的單位類型：

	百分比
公屋	84.9%
居屋	6.6%
租用私樓（整個單位）	3.6%
租用私樓（劏房／板間房）	2.8%
自置私樓	1.2%
其他	0.9%
總計	100.0%
	（1,372）

1.6.5 受訪者自稱家庭所屬社會階層：

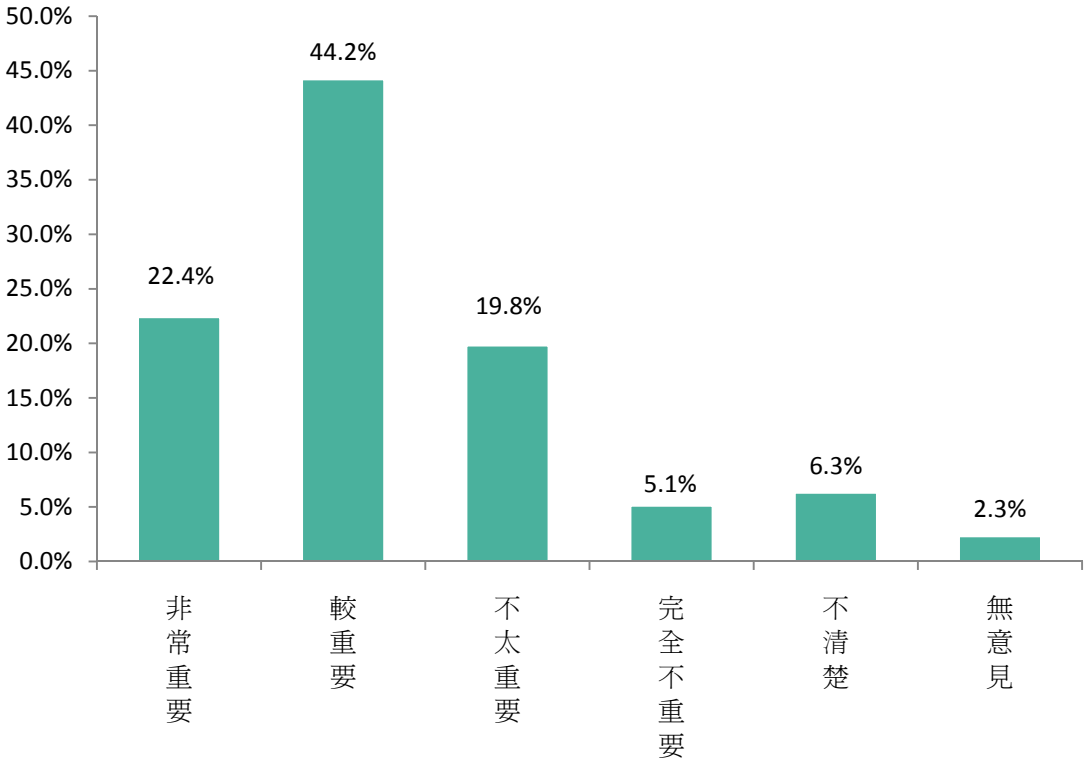
	百分比
夾心階層	25.7%
基層	61.7%
不知道	12.6%
總計	100.0%
	（1,372）

1.6.6 受訪者／其家人領取以下社會福利的情況：（複選）

	百分比（佔頻數總和）	百分比（佔有效樣本）
綜援（社會福利署）	12.3%	19.3%
「非公屋、非綜援住戶生活津貼」（關愛基金）	1.5%	2.4%
在校午膳津貼（關愛基金）	9.3%	14.6%
學校書簿津貼（學生資助處）	48.0%	75.3%
學生車船津貼（學生資助處）	20.0%	31.3%
上網費津貼（學生資助處）	8.8%	13.8%
總計	100.0%	156.7%

2 研究結果

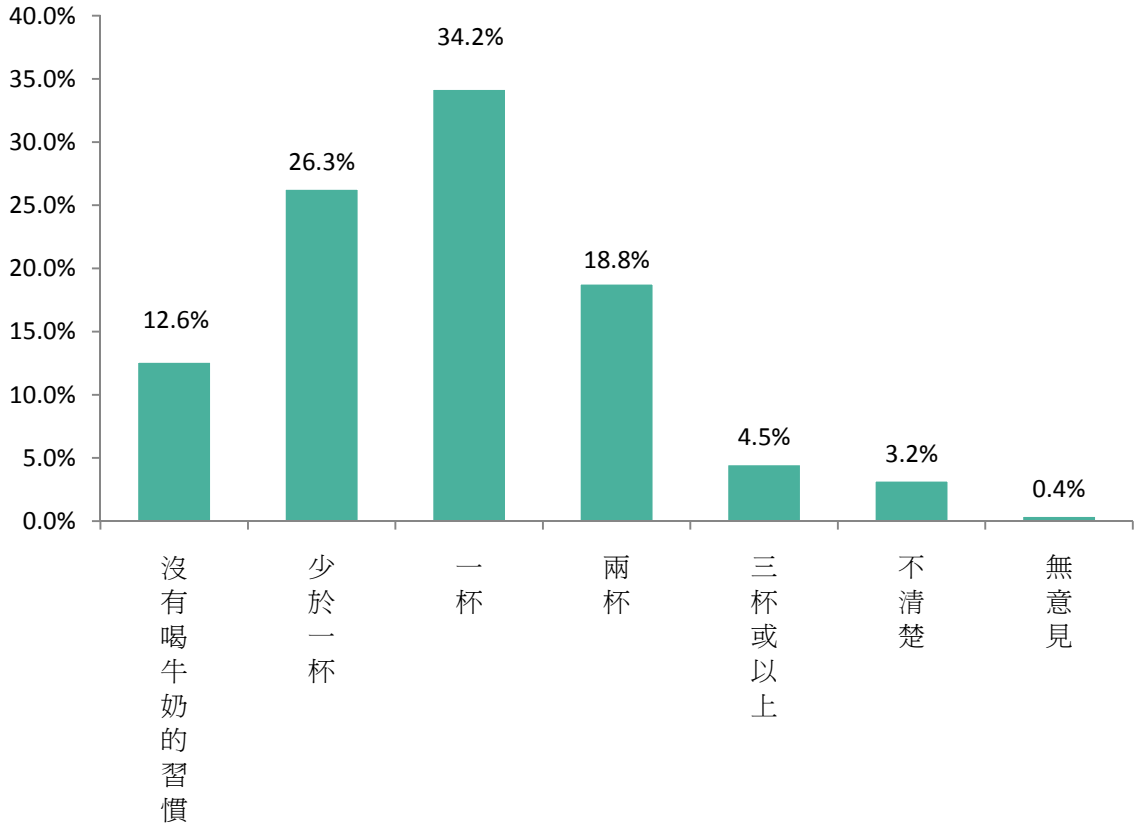
2.1 基層家庭中小學生對飲用牛奶對成長發育重要性的認知



【圖一】「你認爲飲用牛奶對成長發育有多重要？」

結果顯示，合共有 66.6%受訪基層家庭中小學生表示牛奶對成長發育「非常重要」及「較重要」，而表示「完全不重要」及「不太重要」的則合共佔 24.9%，反映多數基層家庭中小學生明白牛奶對健康成長的重要性。

2.2 基層家庭中小學生平均每天喝牛奶的杯數

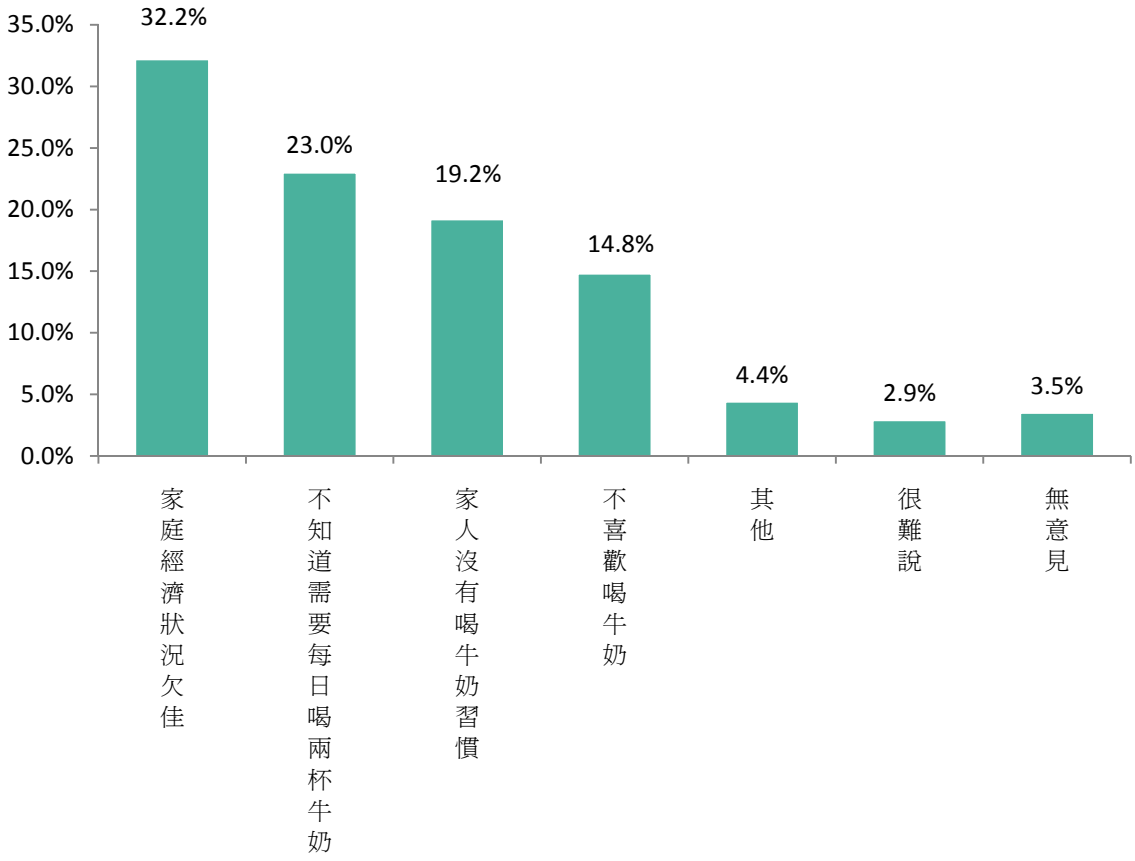


【圖二】「你平均每天喝多少杯牛奶？」

至於平均每天喝多少杯牛奶，最多受訪基層家庭中小學生表示是「一杯」(34.2%)，其次是「少於一杯」(26.3%)，再次是「兩杯」(18.8%)，隨後的分別是「沒有喝牛奶的習慣」(12.6%)及「三杯或以上」(4.5%)。綜合結果顯示，合共有 73.1%基層家庭中小學生每天喝少於兩杯牛奶，低於衛生署建議每天飲用兩杯牛奶的份量[1]。反映大部分基層家庭中小學生的牛奶營養攝取量不足，長遠勢必對學童健康造成負面影響，情況值得關注！

[1] 識飲識食識選擇健康飲食金字塔（2014 年修訂版）。香港：衛生署。

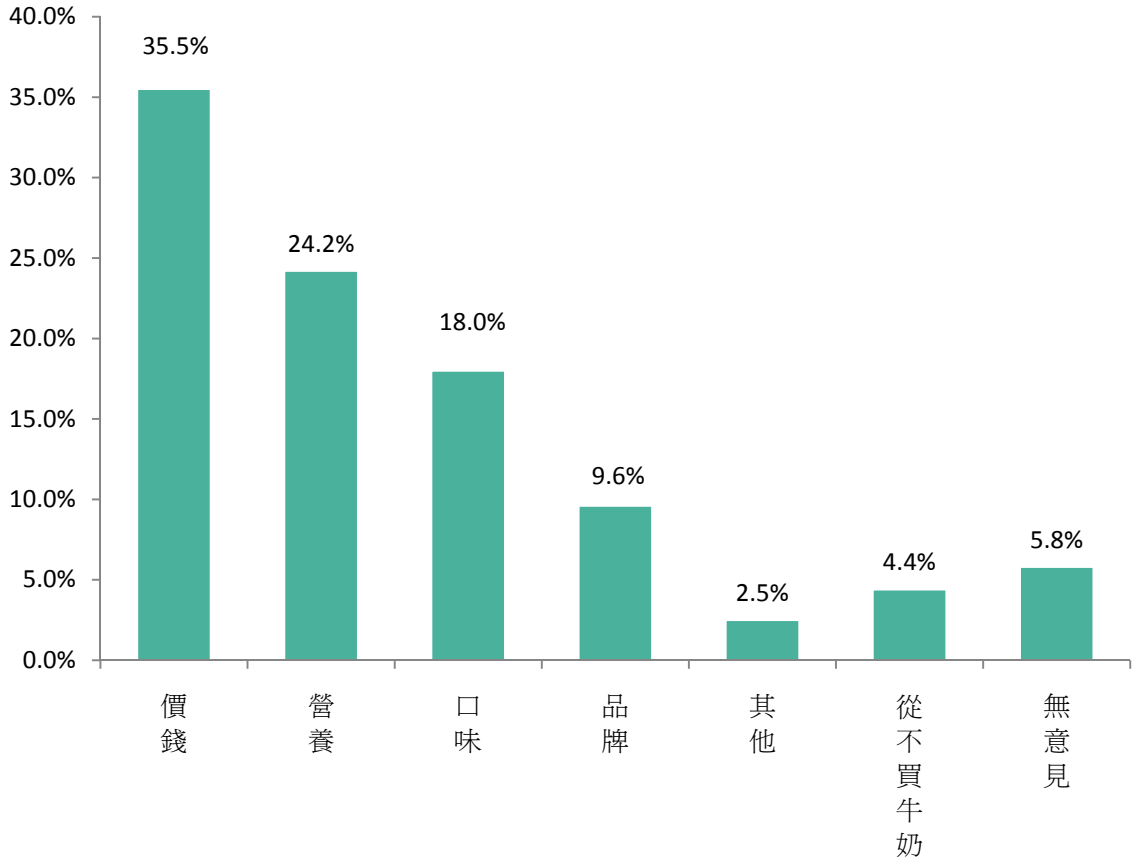
2.3 基層家庭中小學生每天喝少於兩杯牛奶的最主要原因



【圖三】「衛生署建議學童每天喝兩杯牛奶，你喝少於兩杯牛奶的最主要原因是甚麼？」（以表示平均每天喝少於兩杯牛奶之次樣本計算）

當問及喝少於兩杯牛奶的最主要原因時，最多受訪基層家庭中小學生表示是「家庭經濟狀況欠佳」（32.2%），其次是「不知道需要每日喝兩杯牛奶」（23.0%），再次是「家人沒有喝牛奶習慣」（19.2%），而表示是「不喜歡喝牛奶」的則佔 14.8%，反映家庭經濟問題及缺乏對牛奶飲用量的足夠認知是基層家庭中小學生牛奶營養攝取量不足的兩大主因。

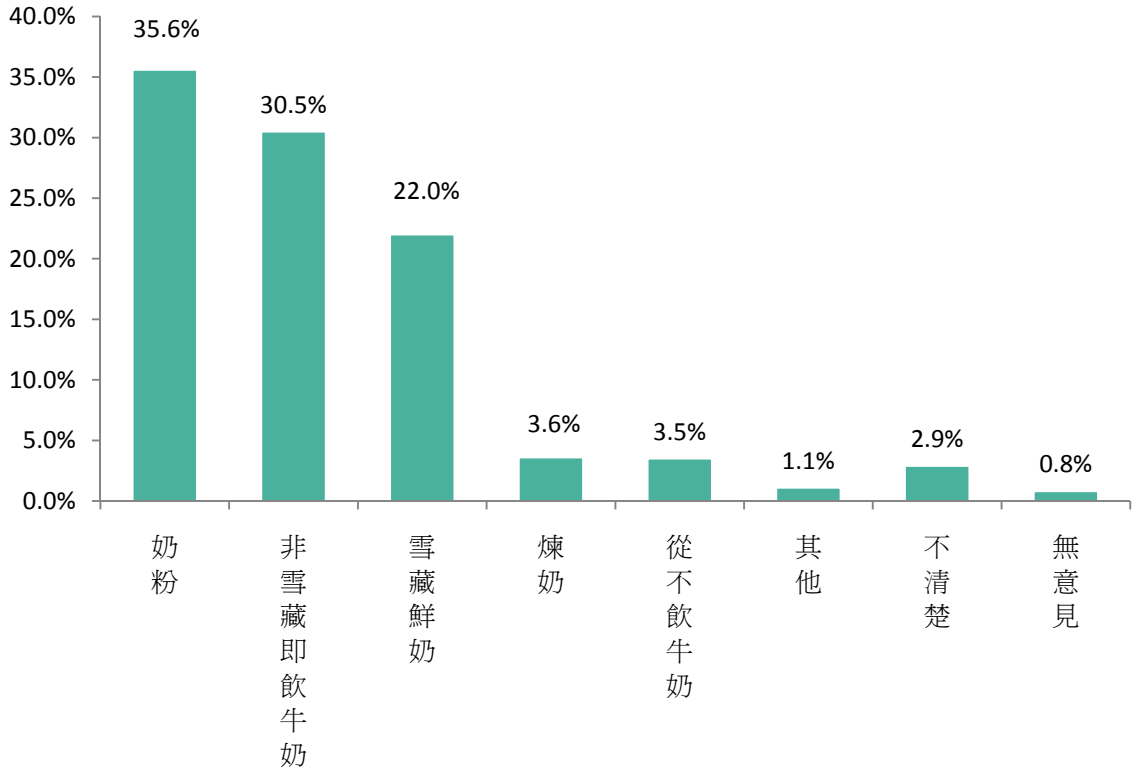
2.4 基層家庭中小學生／其家人購買牛奶時最主要考慮的因素



【圖四】「你／家人購買牛奶時最主要考慮甚麼因素？」

另外，最多受訪基層家庭中小學生表示自己／家人購買牛奶時最主要考慮的是「價錢」（35.5%），其次是「營養」（24.2%），再次是「口味」（18.0%），而表示是「品牌」的則佔 9.6%，反映基層家庭在經濟條件相對不足的情況下，購買牛奶時會選擇較便宜的種類。

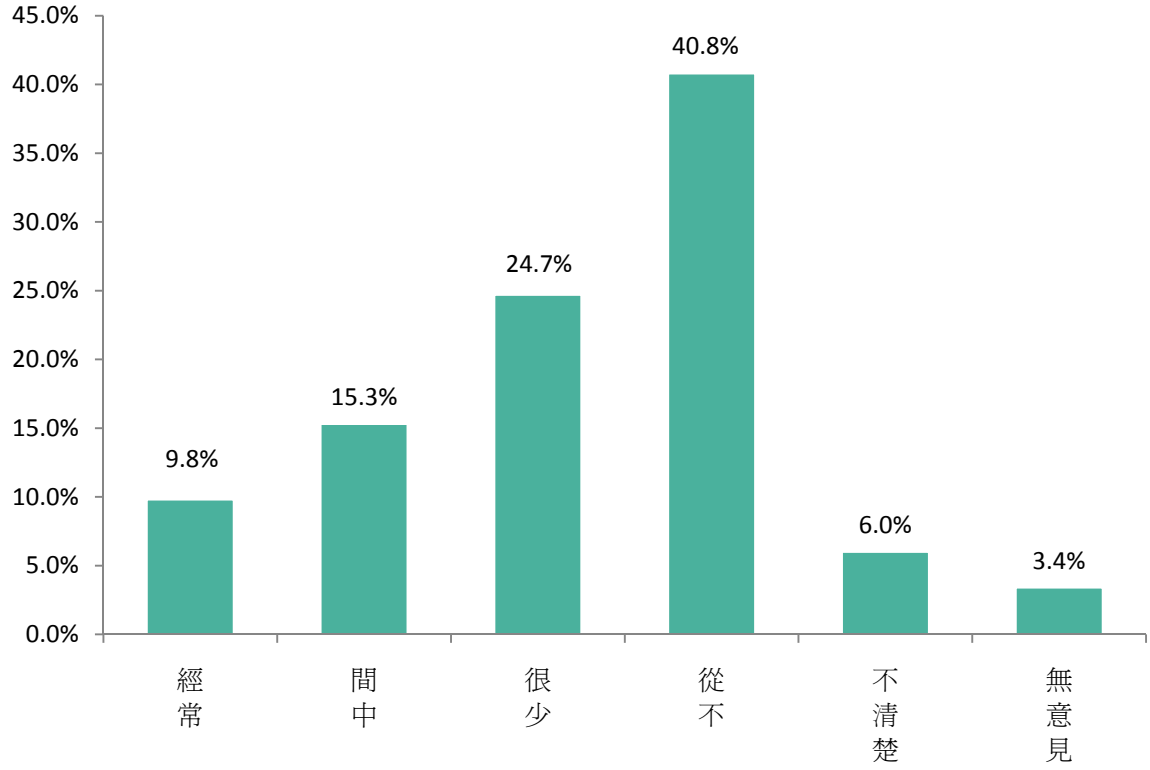
2.5 基層家庭中小學生最常飲用牛奶的類型



【圖五】「你最常飲用哪種類型牛奶？」

至於最常飲用的牛奶類型，最多受訪基層家庭中小學生表示是「奶粉」(35.6%)，其次是「非雪藏即飲牛奶」(30.5%)，再次是「雪藏鮮奶」(22.0%)，而表示是「煉奶」的則佔 3.6%。結果顯示，合共有 66.1%基層家庭中小學生最常飲用價格相對較便宜的奶粉及非雪藏即飲牛奶，再一次反映不少基層家庭因收入所限而需削減飲用牛奶的開支。

2.6 基層家庭中小學生因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用的頻密程度



【圖六】「你曾否因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用？」

調查亦問及曾否因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用，合共有 65.5%受訪基層家庭中小學生對此表示「從不」及「很少」，而表示「經常」及「間中」的則合共佔 25.1%。值得留意的是，有逾兩成半基層家庭中小學生因家庭經濟環境欠佳而一盒牛奶分兩天飲用，顯示部分基層家庭爲「慳得就慳」而被迫減省購買牛奶開支。然而，牛奶在開封後沒有即時飲用容易滋生細菌，一盒牛奶分兩天飲用不但令學童未能吸收足夠牛奶營養，更有機會對學童的健康產生即時的不良影響。

3 總結及建議

3.1 合共有 66.6%基層家庭中小學生表示牛奶對成長發育非常重要及較重要，反映多數基層家庭中小學生明白牛奶對健康成長的重要性；

3.2 然而，合共有 73.1%基層家庭中小學生每天喝少於兩杯牛奶，低於衛生署建議每天飲用兩杯牛奶的份量；反映大部分基層家庭中小學生的牛奶營養攝取量不足，長遠勢必對學童健康造成負面影響，情況值得關注！

3.3 究其原因，最主要是家庭經濟狀況欠佳及不知道需要每日喝兩杯牛奶，反映家庭經濟問題及缺乏對牛奶飲用量的足夠認知是基層家庭中小學生牛奶營養攝取量不足的兩大主因；

3.4 另外，最多基層家庭中小學生表示自己／家人購買牛奶時最主要考慮的是價錢（35.5%），反映基層家庭在經濟條件相對不足的情況下，購買牛奶時會選擇較便宜的種類；

3.5 至於最常飲用的牛奶類型，較多基層家庭中小學生飲用價格相對較便宜的「奶粉」（35.6%）及「非雪藏即飲牛奶」（30.5%），再一次反映不少基層家庭因收入所限而需壓縮飲用牛奶的開支；

3.6 值得留意的是，有逾兩成半基層家庭中小學生因家庭經濟環境欠佳而一盒牛奶分兩天飲用，顯示部分基層家庭爲「慳得就慳」而被迫減省購買牛奶開支；

3.7 針對基層家庭學童對牛奶攝取量欠缺認知的問題，建議政府當局，加強與家校合作，舉辦更多推廣活動，如響應「世界學校乳品日」，透過專題講座和工作坊，以及在學校午餐加入牛奶作爲餐飲，培養基層家庭學童對牛奶的營養觀及良好的飲食習慣；

3.8 針對基層家庭學童對牛奶攝取量不足的問題，建議政府當局，將關愛基金提供的在校午膳津貼對象範圍由基層家庭小學生擴大至中學生，同時於每天的「在校午膳餐單」中配以一份牛奶；

3.9 另外，建議透過調動民間團體、社福機構及商界的資源，促成跨界別合作，推行「基層家庭學童飲用牛奶支援計劃」，令基層家庭學童攝取足夠的牛奶營養，確保學童健康成長。

4 附錄

4.1 問卷

「全港中小學生飲用牛奶習慣現況調查」
問卷（初稿）

你好！我們是香港研究協會的調查員，正進行一項有關「**全港中小學生飲用牛奶習慣現況調查**」，以了解學童牛奶營養攝取的情況，引起社會對中小學生健康成長的關注。

請你花少少時間填寫以下問卷，並在適當的選項劃上「✓」，以協助我們進行相關研究，你提供的所有資料絕對保密。填妥的問卷請交予工作人員。如對調查有任何問題，請致電研究機構香港研究協會 3119 8883 與研究主任吳先生聯絡。

一、你認爲飲用牛奶對成長發育有多重要？

- ☐ 1. 非常重要
- ☐ 2. 較重要
- ☐ 3. 不太重要
- ☐ 4. 完全不重要
- ☐ 5. 不清楚
- ☐ 6. 無意見

二、你平均每天喝多少杯牛奶？

- ☐ 1. 沒有喝牛奶的習慣 （轉答第三題）
- ☐ 2. 少於一杯 （轉答第三題）
- ☐ 3. 一杯 （轉答第三題）
- ☐ 4. 兩杯 （轉答第四題）
- ☐ 5. 三杯或以上 （轉答第四題）
- ☐ 6. 不清楚 （轉答第四題）
- ☐ 7. 無意見 （轉答第四題）

三、衛生署建議學童每天喝兩杯牛奶，你喝少於兩杯牛奶的最主要原因是甚麼？

- ☐ 1. 不喜歡喝牛奶
- ☐ 2. 不知道需要每日喝兩杯牛奶
- ☐ 3. 家人沒有喝牛奶習慣
- ☐ 4. 家庭經濟狀況欠佳
- ☐ 5. 其他
- ☐ 6. 很難說
- ☐ 7. 無意見

四、你／家人購買牛奶時最主要考慮甚麼因素？

- ☐ 1. 口味
- ☐ 2. 品牌
- ☐ 3. 價錢
- ☐ 4. 營養
- ☐ 5. 其他
- ☐ 6. 從不買牛奶
- ☐ 7. 無意見

五、你最常飲用哪種類型牛奶？

- ☐ 1. 奶粉
- ☐ 2. 非雪藏即飲牛奶
- ☐ 3. 雪藏鮮奶
- ☐ 4. 煉奶
- ☐ 5. 其他
- ☐ 6. 不清楚
- ☐ 7. 從不飲牛奶
- ☐ 8. 無意見

六、你曾否因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用？

- ☐ 1. 經常
- ☐ 2. 間中
- ☐ 3. 很少
- ☐ 4. 從不
- ☐ 5. 不清楚
- ☐ 6. 無意見

1

七、你的性別是：

☐ 1. 男
☐ 2. 女

八、你的年齡是：

_____

九、你現時就讀於哪個年級？

☐ 1. 初小（小一至小三）
☐ 2. 高小（小四至小六）
☐ 3. 初中（中一至中三）
☐ 4. 高中（中四至中六）

十、你居住的單位是甚麼類型？

☐ 1. 公屋
☐ 2. 居屋
☐ 3. 租用私樓（整個單位）
☐ 4. 租用私樓（劏房／板間房）
☐ 5. 自置私樓
☐ 6. 其他

十一、 你認爲你的家庭屬於哪個社會階層？

☐ 1. 高收入
☐ 2. 中產
☐ 3. 夾心階層
☐ 4. 基層
☐ 5. 不知道

十二、 你／家人有否領取以下社會福利？（可選多項）

☐ 1. 綜援（社會福利署）
☐ 2.「非公屋、非綜援住戶生活津貼」（關愛基金）
☐ 3. 在校午膳津貼（關愛基金）
☐ 4. 學校書簿津貼（學生資助處）
☐ 5. 學生車船津貼（學生資助處）
☐ 6. 上網費津貼（學生資助處）
☐ 7. 不清楚
☐ 8. 沒有領取任何社會福利

~~問卷完，多謝你接受訪問！~~

4.2 主要變項百分比分佈表

4.2.1 「你認爲飲用牛奶對成長發育有多重要？」

	頻數	百分比
非常重要	307	22.4%
較重要	606	44.2%
不太重要	271	19.8%
完全不重要	70	5.1%
不清楚	87	6.3%
無意見	31	2.3%
總計	1,372	100.0%

4.2.2 「你平均每天喝多少杯牛奶？」

	頻數	百分比
沒有喝牛奶的習慣	173	12.6%
少於一杯	361	26.3%
一杯	469	34.2%
兩杯	258	18.8%
三杯或以上	62	4.5%
不清楚	44	3.2%
無意見	5	0.4%
總計	1,372	100.0%

4.2.3 「衛生署建議學童每天喝兩杯牛奶，你喝少於兩杯牛奶的最主要原因是甚麼？」

	頻數	百分比
不喜歡喝牛奶	203	14.8%
不知道需要每日喝兩杯牛奶	316	23.0%
家人沒有喝牛奶習慣	263	19.2%
家庭經濟狀況欠佳	442	32.2%
其他	60	4.4%
很難說	40	2.9%
無意見	48	3.5%
總計	1,372	100.0%

註：以表示平均每天喝少於兩杯牛奶之次樣本計算

4.2.4 「你／家人購買牛奶時最主要考慮甚麼因素？」

	頻數	百分比
口味	247	18.0%
品牌	132	9.6%
價錢	487	35.5%
營養	332	24.2%
其他	34	2.5%
從不買牛奶	60	4.4%
無意見	80	5.8%
總計	1,372	100.0%

4.2.5 「你最常飲用哪種類型牛奶？」

	頻數	百分比
奶粉	488	35.6%
非雪藏即飲牛奶	419	30.5%
雪藏鮮奶	302	22.0%
煉奶	49	3.6%
其他	15	1.1%
不清楚	40	2.9%
從不飲牛奶	48	3.5%
無意見	11	0.8%
總計	1,372	100.0%

4.2.6 「你曾否因家庭經濟問題而一盒牛奶分兩天飲用？」

	頻數	百分比
經常	134	9.8%
間中	210	15.3%
很少	339	24.7%
從不	560	40.8%
不清楚	82	6.0%
無意見	47	3.4%
總計	1,372	100.0%

4.2.7 受訪者的性別：

	頻數	百分比
男	575	41.9%
女	797	58.1%
總計	1,372	100.0%

4.2.8 受訪者的年齡：

	頻數	百分比
五至十歲	445	32.4%
十一至十五歲	653	47.6%
十六至二十歲	274	20.0%
總計	1,372	100.0%

4.2.9 受訪者現時就讀的年級：

	頻數	百分比
初小（小一至小三）	194	14.1%
高小（小四至小六）	393	28.6%
初中（中一至中三）	511	37.2%
高中（中四至中六）	274	20.0%
總計	1,372	100.0%

4.2.10 受訪者居住的單位類型：

	頻數	百分比
公屋	1165	84.9%
居屋	90	6.6%
租用私樓（整個單位）	49	3.6%
租用私樓（劏房／板間房）	39	2.8%
自置私樓	16	1.2%
其他	13	0.9%
總計	1,372	100.0%

4.2.11 受訪者自稱家庭所屬社會階層：

	頻數	百分比
夾心階層	353	25.7%
基層	846	61.7%
不知道	173	12.6%
總計	1,372	100.0%

4.2.12 受訪者／其家人領取以下社會福利的情況：（複選）

	頻數	百分比（佔頻數總和）	百分比（佔有效樣本）
綜援（社會福利署）	265	12.3%	19.3%
「非公屋、非綜援住戶生活津貼」（關愛基金）	33	1.5%	2.4%
在校午膳津貼（關愛基金）	200	9.3%	14.6%
學校書簿津貼（學生資助處）	1033	48.0%	75.3%
學生車船津貼（學生資助處）	429	20.0%	31.3%
上網費津貼（學生資助處）	190	8.8%	13.8%
總計	2,150	100.0%	156.7%