

國小高年級學童含糖飲料消費成因之探討

—以台南縣為例

指導老師：陶淑文

參賽學生：魏婉如、李秋憶、黃筱云、陳怡如

白河商工 商業經營科

摘要

現今社會中，父母工作忙碌，導致國小學童外食族增多，學童自行前往消費行為比例偏高，加上街道上眾多便利商店與冷飲店林立，所以學童肥胖比例漸增。本研究主要探討國小高年級孩童購買含糖飲料對身體健康影響之因素。

關鍵字：消費行為、便利商店、含糖飲料、健康影響因素

1. 前言

1.1 緒論

由於社會的富足，國人的飲食不僅豐盛且漸趨歐美化，在動物性食物增多而熱量的攝取也增多，這種「吃得多」加上「動得少」的生活型態，使得國人罹患肥胖的情形漸趨普遍。以國民小學學童而言，依據調查顯示有肥胖傾向約 15—20%(教育部，1999)，近年來衛生署對國小學童成立減重班，對於身體質量指數(BMI)超過標準的兒童進行健康運動，並且健康瘦身和飲食控制。

孩童的習慣並非是與生俱來的而是可透過後天父母及師長糾正，小時候就把健康觀念的種子種植在他們的心裡，教導他們分辨食物的智慧，知道什麼是對自己身體有益的，那麼健康的身體將是他們這一輩子最受用不盡的禮物。

根據國外的研究報導，含糖飲料的攝取更是造成肥胖的主要因素之一。在台灣街上佇足半小時，仔細觀察來往的行人，你會看見什麼現象——超過三分之二比例的人（尤其是在學學生），人手一杯含糖飲料。含糖飲料的普通化已為學童的健康帶來莫大的威脅。值得有關單位投入財力、物力研究，並早日尋求解決之道，以避免日後付出龐大的社會醫療成本。

2. 研究動機與目的

2.1 研究動機

根據衛生署近年來的營養調查結果顯著，目前國內兒童肥胖的比例逐漸增加，維生素及礦物質攝取不足，在 91 年董氏基金會推廣「把握黃金比例 321 的飲食原則」教導孩童正確飲食會比禁止飲食來得有意義多，並且教育孩童以白開水取代含糖飲料的正確健康觀念。

兒童在年齡愈小所養成的消費行為及習慣，常對日後成年造成莫大的影響。不管是好的行為或是壞的行為，一旦成為習慣，日後想要改變必須投入數倍的心力，才能有機會改變。可見「兒童時期」絕對是人生很重要的一個關鍵期。

本研究以台南縣小學高年級學童為研究對象，從學童父母態度以及學校態度及有、無設

立合作社三方面進行。探討國小高年級學童含糖飲料之消費狀況，進而分析影響國小學童含糖飲料的消費因素。希望能發現其影響行為的相關因子，並據此提出相關建議，期望對未來主人翁的健康能有所貢獻。

2.2 研究目的

- (1)了解高年級學童對含糖飲料的消費狀況。
- (2)了解高年級學童零用錢與含糖飲料的關係。
- (3)探討父母與師長的態度對高年級學童含糖飲料的消費狀況有無影響。
- (4)探討校園內設立合作社對高年級學童含糖飲料的消費狀況的有無影響。

3. 研究方法

3.1 研究對象

本研究主要以國小高年級學童為研究對象。對有合作社學校—台南縣白河國小、新民國小，與無合作社學校—台南縣內角國小、大竹國小、新泰國小高年級學童進行研究調查。

3.2 研究方法

1. 文獻探討

- (1)蒐集含糖飲料之消費習慣相關的書籍、報章、雜誌以及網路各種資料，加以閱讀整理後，統整出含糖飲料消費習慣的各項相關成因及影響健康的關鍵。
- (2)蒐集國小學童消費行為相關的書籍、報章、雜誌及網路各種資料，並分析養成習慣的成因。

2. 問卷調查

以「國小學童飲料消費狀況」，對有合作社學校—台南縣白河國小、新民國小，與無合作社學校—內角國小、大竹國小、新泰國小高年級學童進行抽樣調查。

3. 統計分析

統計分析：將問卷調查原始資料，運用 Excel 軟體試算表，依父母親師長態度、消費習慣、購買行為製作相關的統計圖表，加以解釋、分析並提出結論與建議。

3.3 研究流程

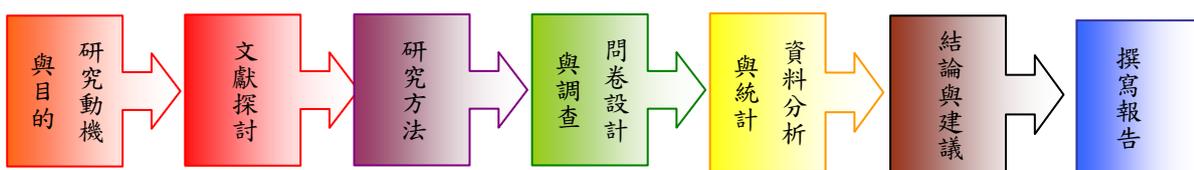
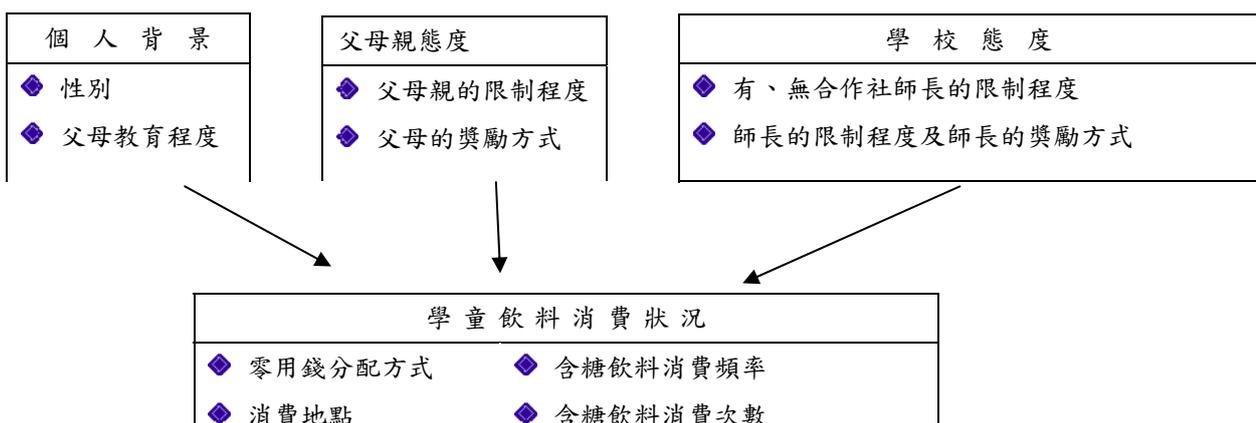


圖 1 研究流程圖

3.4 研究架構

表 1 研究架構表



4. 文獻探討

4.1 含糖飲料的定義

我國政府對飲料的分類有明確規定，但各研究者對於含糖飲料均有不同之定義。本研究對於含糖飲料的定義為飲料中含有糖份，對身體健康有不好之影響者，如：加糖的茶類、碳酸飲料、果汁、冷飲店販賣之含糖飲料、乳酸飲料等，只要有飲用的飲料當中含有糖分，皆屬於我們定義中的含糖飲料。

4.2 含糖飲料市場佔有率的影響

在現今經濟發達的社會中，街上便利超商與冷飲店林立，便利超商所販賣的含糖飲料比比皆是，也多於白開水，大多孩童皆會選擇含糖飲料；而冷飲店所販賣的冷飲對身體健康而言更是大打折扣，孩童多選擇含糖為主，只有少之又少的孩童會選擇不含糖。因此孩童對含糖飲料的取得便是容易，而孩童要克制自己不飲用含糖飲料卻是相當不容易。

4.3 家長給予孩童自行消費行為影響因素

目前因外食族的增加，大多家長會讓家中孩童自行前往購買早餐，因此給予家中孩童零用錢，但對於國小六年級的孩童而言，對於金錢之價值觀並無非常正確；對飲食方面的營養價值也不全然的了解，當孩童前往購買早餐時，所搭配的皆為含糖飲料居多，剩餘的零用錢大部分孩童會將此花費於飲食方面，且多以購買含糖飲料為主。

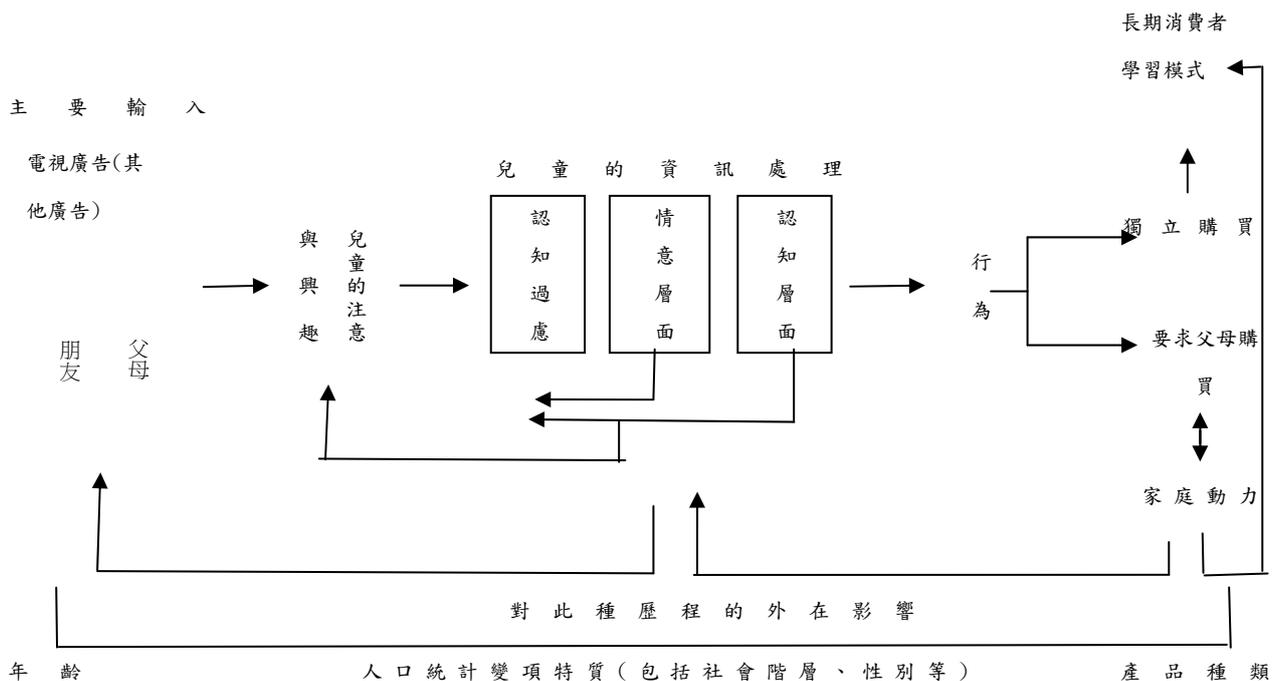


圖 2 兒童消費行社會化模式

資料來源：Robertson, T.S., J., & Ward, S, (1984) Consumer Behavior Scott, Foresman &Co., 144

4.4 含糖飲料對孩童的健康影響因素

兒童時期是人一生中最重要的發展階段，應該適當的攝取需要的營養，除了有助於身體各方面的組織器官生長發育外，這也是對於日後良好建商及生活品質的投資。

但近年來許多孩童有體重過重的問題，不少的孩童漸漸以含糖飲料來取代白開水，根據國外研究指出，孩童若飲用含糖飲料過量將會因攝取過多熱量而導致肥胖之情形，且也會因飲用過多的含糖飲料而造成營養均衡失調及齲齒等問題。

而坊間的所謂「茶飲」，對孩童身體危害更大。董氏基金會指出，茶、咖啡、可樂等飲料中，都含有咖啡因，孩童咖啡因的容許量每公斤體重約為 3 毫克，市售 600cc 飲料大約喝半罐就算超量，容易出現心悸、頭痛、睡不好等症狀。

4.5 含糖飲料取代白開水

現在孩童多半不喜歡喝白開水，皆喜歡飲用「有味道」的飲料，而有味道的飲料大多是含糖飲料，這些含糖飲料對人體而言都是多喝無益的。

董氏基金會於民國 82 年開始就發起一系列的「體內環保活動」，而後又針對市售飲料與白開水做調查，調查發現只有 13% 的兒童口渴時會喝白開水，其餘皆喜歡喝含糖飲料。

4.6 家長給予孩童自行消費行為影響因素

目前因外食族的增加，大多家長讓家中孩童自行前往購買早餐，因此給予家中孩童零用錢，對於國小六年級的孩童而言，對於金錢之價值觀並無非常正確；對飲食方面的營養價值也不全然的了解，當孩童前往購買早餐時，所搭配的皆為含糖飲料居多，剩餘的零用錢大部分孩童會將此花費於飲食方面，又根據本研究問卷調查統計顯示，大多以購買含糖飲料為主。

4.7 孩童零用錢多寡的影響力

根據研究發現，國小六年級學童有 89.5% 擁有零用錢，其中表示將零用錢主要用途花費在零食飲料的學童有 37.1%。如果孩童擁有家中父母所給予的零用錢，用來購買含糖飲料的學童占大多數，因此我們可以得知，父母所給予的零用錢對孩童消費購買亦有影響力。

4.8 教育部對中小學校園的規範

為了避免學童攝取過多垃圾食物，教育部於民國九十年初步擬定「國民中小學校園食品管理規範」，限制加味飲料、高熱量食品進入校園，草案中並針對飲品、點心、糖類訂出定義規範，教育部對飲料的定義包刮純天然果汁、鮮乳、保久乳、豆漿、優酪乳、礦泉水和包裝飲用水等七種液態食品，其中豆漿所含粗蛋白質須在 2.6% 以上，飲品添加糖類提供的熱量則需低於總熱量 30%；而依此規定，可樂、沙士、紅茶、綠茶、奶茶、咖啡等，以後都將禁售。

5. 問卷設計及統計分析

5.1 問卷設計

本研究總針對台南縣五間小學高年級學童發出 320 份問卷，其中分為設立合作社—新民國小、白河國小兩間；及無設立合作社—內角國小、新泰國小、大竹國小三間，且並以班級為單位以達到最完整的問卷樣本。回收問卷有效樣本為 295 份，有效問卷回收率為 92%。

表 2 問卷發放及回收統計表

學校		發放問卷	收回問卷	問卷回收率	問卷說明
有合作社	新民國小	80	76	95%	一、以班級為單位，班級發放問卷方式回收率及正確性較高。 二、高年級學童對於問卷內容可具體回答。
	白河國小	80	75	94%	
無合作社	內角國小	30	27	90%	
	新泰國小	80	74	93%	
	大竹國小	50	43	86%	
合計		320	295	92%	

(資料來源：由本組自行統整)

5.2 問卷統計結果

(一) 基本資料

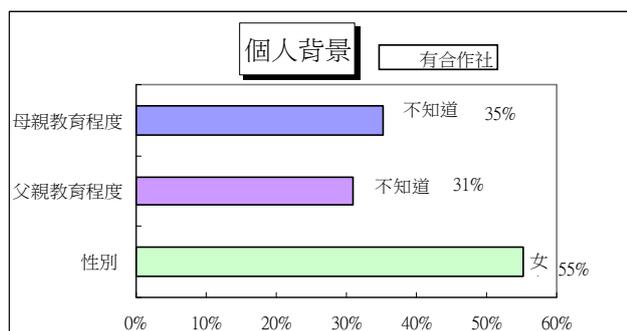


圖 3-1 有合作社學童個人背景統計圖

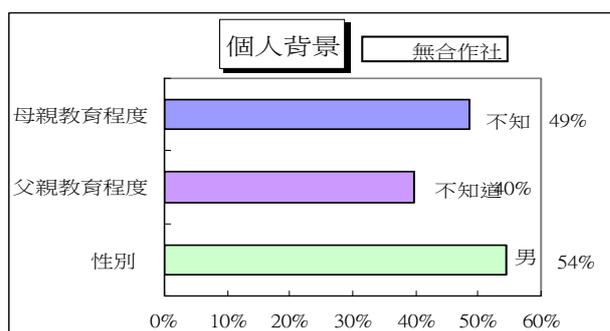


圖 3-2 無合作社學童個人背景統計圖

分析：據資料顯示，有、無合作社的學童對於父、母親的教育程度較不熟悉。

(二) 父、母親的態度及師長態度

(1) 父、母親對學童含糖飲料的限制

表 3-1 父、母親對學童含糖飲料的限制

父母親會不會限制你喝含糖飲料?		從不限制	很少限制	經常限制	完全限制	合計
有合作社	人數	39	71	57	8	151
	百分比	19%	40%	36%	5%	100%
無合作社	人數	22	54	42	18	136
	百分比	16%	40%	31%	13%	100%

分析：父、母親對學童含糖飲料的限制不受有、無合作的學校型態影響，從不限制及很少限制二者合計大約 60% 左右。

(2) 學童覺得父、母親對含糖飲料的喜好程度

表 3-2 學童覺得父、母親對含糖飲料的喜好程度

你覺得父母親常喝含糖飲料嗎		經常	不常	不知道	合計
有合作社	人數	17	103	31	151
	百分比	11%	70%	19%	100%
無合作社	人數	19	107	10	136
	百分比	14%	79%	7%	100%

分析：學童覺得父、母親對含糖飲料的喜好程度不受有、無合作的學校型態影響，皆以不常(有合作社 70%，無合作社 79%)為最多選項。

(3) 父、母親對學童是否以含糖飲料的方式獎勵

表 3-3 父、母親對學童是否以含糖飲料的方式獎勵

當你表現良好時，父母親會購買含糖作為鼓勵嗎		會	不會	合計
有合作社	人數	28	123	151
	百分比	22%	78%	100%
無合作社	人數	37	99	136
	百分比	27%	73%	100%

分析：父、母親對學童是否以含糖飲料的方式獎勵不受有、無合作的學校型態影響，皆以不會(有合作社 78%，無合作社 73%)為最多選項。

(4) 師長對學童含糖飲料的限制

表 4-1 師長對學童含糖飲料的限制

師長會不會限制你喝含糖飲料?		從不限制	很少限制	經常限制	完全限制	合計
有合作社	人數	60	58	22	11	151
	百分比	40%	39%	14%	7%	100%
無合作社	人數	45	45	20	26	136
	百分比	33%	33%	15%	19%	100%

分析：師長對學童含糖飲料的限制不受有、無合作學校型態影響，從不限制及很少限制二者合計皆超過 60%以上，有合作社的學校更高達 79%，與父、母親相同師長對此問題是較不關心。

(5) 學童覺得師長對含糖飲料的喜好程度

4-2 學童覺得師長對含糖飲料的喜好程度

你覺得師長常喝含糖飲料嗎		經常	不常	不知道	合計
有合作社	人數	15	96	40	151
	百分比	9%	62%	29%	100%
無合作社	人數	36	71	29	136
	百分比	26%	53%	21%	100%

分析：學童覺得父、母親對含糖飲料的喜好程度不受有、無合作的學校型態影響，皆以不常(有合作社 62%，無合作社 52%)為最多選項。

(6) 師長對學童是否以含糖飲料的方式獎勵

表 4-3 師長對學童是否以含糖飲料的方式獎勵

當你表現良好時，父母親會購買含糖作為鼓勵嗎		會	不會	合計
有合作社	人數	51	100	151
	百分比	30%	70%	100%
無合作社	人數	84	52	136
	百分比	62%	38%	100%

分析：師長對學童是否以含糖飲料的方式獎勵，顯示有、無合作社的學校型態有極大的差異，有合作社之學校以不會(70%)居多，而無合作社之學校高達 62%會以含糖飲料方式獎勵學童。

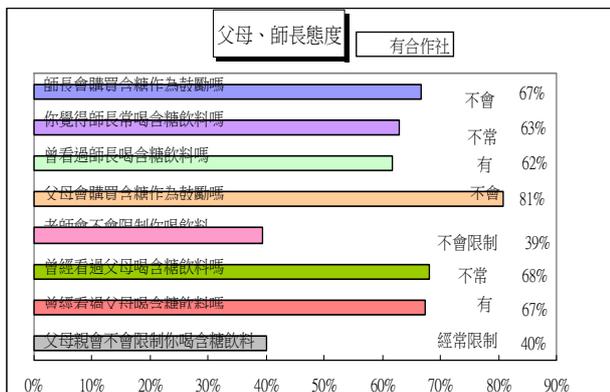


圖 4-1 有合作社父母及師長態度統計圖

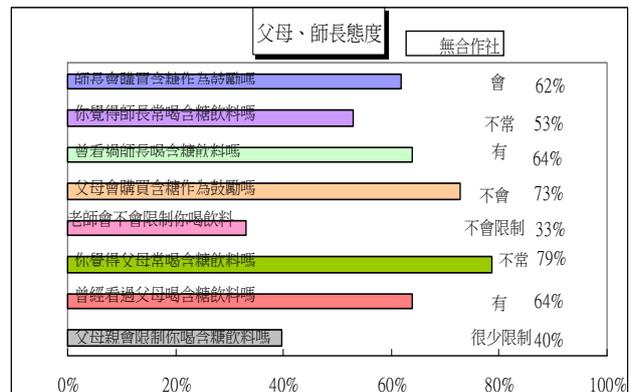


圖 4-2 無合作社父母及師長態度統計圖

分析:有、無合作社的父母及師長態度較為不同的項目為:父母會限制喝飲料(有合作社,經常限制 40%;無合作社,很少限制 40%)及師長會以含糖飲料作為獎勵(以合作社,不會 67%;無合作社,會 62%),其餘項目較為相同。

(三)消費習慣

(1)學童第一次消費含糖飲料的時間

表 5-1 學童第一次消費含糖飲料的時間

第一次喝含糖飲料的時間		幼小	幼中	幼大	小一	小二	小三	小四	小五	小六	從沒喝過	合計
		班	班	班								
有合作社	人數	43	19	29	19	10	14	17	0	0	0	151
	百分比	32%	12%	18%	12%	6%	9%	11%	0%	0%	0%	100%
無合作社	人數	51	19	16	23	11	10	4	2	0	0	136
	百分比	38%	14%	12%	17%	8%	7%	3%	1%	0%	0%	100%

分析:學童第一次消費含糖飲料的時間不受有、無合作的學校型態影響,皆以幼稚園小班為主,顯示其接觸含糖飲料的時間都非常的早。

(2)學童每天飲用含糖飲料的次數

表 5-2 學童每天飲用含糖飲料的次數

平均一天喝		1次以下	1次	2次	3次	4次	5次	合計
有合作社	人數	17	99	26	4	3	2	151
	百分比	11%	67%	16%	3%	2%	1%	100%
無合作社	人數	0	92	28	12	0	4	136
	百分比	0%	68%	21%	9%	0%	3%	100%

分析:學童每天飲用含糖飲料次數不受有、無合作的學校型態影響,每天一次67%以上為主,僅有合作社之學校11%學童飲用為1次以下,顯示學童每天飲用含糖飲料的情況非常嚴重。

(3)學童每天飲用含糖飲料的時段

表 5-3 學童每天飲用含糖飲料的時段

一星期內最常喝的時間		早上	中午	晚上	合計
有合作社	人數	36	29	86	151
	百分比	26%	19%	55%	100%
無合作社	人數	60	44	32	136
	百分比	42%	29%	29%	100%

分析:學童每天飲用含糖飲料的時段顯示有、無合作社的學校型態有極大的差異,有合作社之學校以學童為晚上(55%)在家時間飲用居多,而無合作社之學校以早上(42%)在校時間飲用居多。

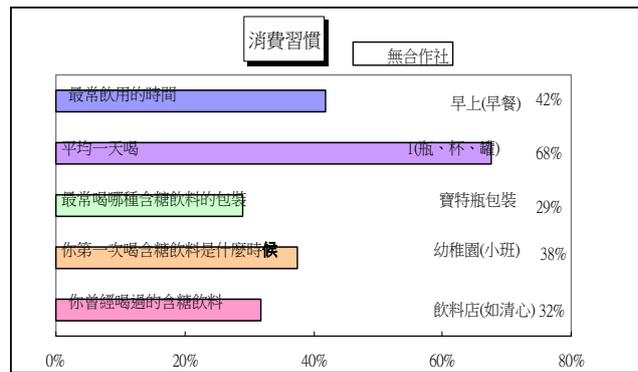
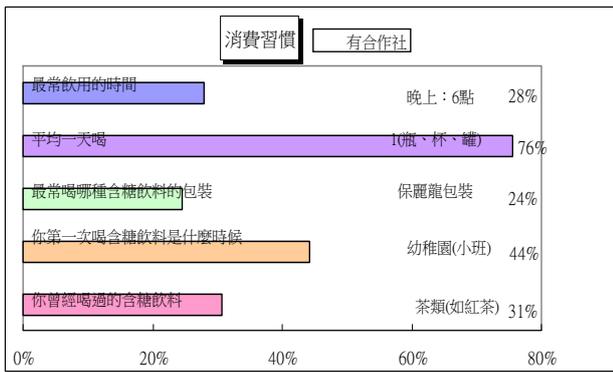


圖 5-1 有合作社學童飲用含糖飲料消費習慣統計圖

圖 5-2 無合作社學童飲用含糖飲料消費習慣統計圖

分析：有、無合作社的消費態度較為不同的項目為：最常飲用含糖飲料的時間(有合作社，晚上六點 28%；無合作社，早上 42%)及最常飲用的包裝(有合作社，保麗龍包裝 24%；無合作社，寶特瓶包裝 29%)和曾經喝過的含糖飲料(有合作社，茶類 31%；無合作社，飲料店 32%)。

(四)消費行為

(1)學童日常有無零用錢

表 6-1 學童日常有無零用錢

家人有沒有給你零用錢？		有	沒有	合計
有合作社	人數	106	45	151
	百分比	70%	30%	100%
無合作社	人數	85	51	136
	百分比	63%	37%	100%

分析：學童日常有無零用錢不受有、無合作的學校型態影響，皆以有居多。

(2) 學童每月零用錢的額度(有零用錢之學童)

表 6-2 學童每月零用錢的額度(有零用錢之學童)

每個月零用錢多少		10-50 元	50-100 元	100 元以上	其他	合計
有合作社	人數	54	31	46	20	151
	百分比	36%	23%	25%	16%	100%
無合作社	人數	39	32	44	21	136
	百分比	29%	23%	33%	15%	100%

分析：學童每月零用錢的額度(有零用錢之學童)不受有、無合作的學校型態影響，平均每月約 100 元以內。

(3) 零用錢的用途(有零用錢之學童)

表 6-3 零用錢的用途(有零用錢之學童)

零用錢的用途		不花錢	文具用品	吃喝	娛樂(玩具等)	其他	合計
有合作社	人數	57	31	31	10	3	132
	百分比	36%	19%	18%	6%	2%	100%
無合作社	人數	40	35	34	14	13	136
	百分比	29%	26%	25%	10%	10%	100%

分析：學童零用錢不受有、無合作的學校型態影響，皆以不花錢(存起來)為大多數。

(4) 學童最常購買的飲料

表 6-4 學童最常購買的飲料

最常購買的飲料		礦泉水	奶類	純果汁	含糖飲料	合計
有合作社	人數	34	36	8	73	151
	百分比	22%	23%	4%	51%	100%
無合作社	人數	22	27	10	77	136
	百分比	17%	20%	7%	56%	100%

分析：學童最常購買的飲料不受有、無合作的學校型態影響，高達 51% 以上的學童常購買含糖飲料。

(5) 學童購買含糖飲料頻率

表 6-5 學童購買含糖飲料頻率

購買含糖飲料 頻率		從不 購買	一星期 1 次	一星期 2~3 次	一星期 4~5 次	每天 購買	合計
有合作社	人數	7	52	42	21	15	151
	百分比	5%	38%	31%	15%	11%	100%
無合作社	人數	9	32	44	18	33	136
	百分比	7%	24%	32%	13%	24%	100%

分析：學童購買含糖飲料頻率不受有、無合作的學校型態影響，幾乎每星期至少購買一次以上。而在無設立合作社下每天購買含糖飲料亦高達 24%。

(6) 學童最常購買含糖飲料的地點

表 6-6 學童最常購買含糖飲料的地點

購買含糖飲料地點		合作社	便利商店	路邊攤	超市	夜市	其他	合計
有合作社	人數	8	85	9	27	8	14	151
	百分比	5%	56%	5%	17%	5%	12%	100%
無合作社	人數	0	86	13	16	0	21	136
	百分比	0%	63%	10%	12%	0%	15%	100%

分析：學童最常購買含糖飲料的地點不受有、無合作的學校型態影響，超過 50% 皆在便利商店購買含糖飲料。

(7) 學童最常購買含糖飲料的品名

6-7 學童最常購買含糖飲料的品名

購買含糖飲料地點		統一	古道	可口可樂	愛之味	味全	飲料店	其他	合計
有合作社	人數	41	11	14	3	10	60	12	151
	百分比	28%	7%	9%	2%	6%	41%	7%	100%
無合作社	人數	35	6	15	1	7	64	8	136
	百分比	26%	4%	11%	1%	5%	47%	6%	100%

分析：學童最常購買含糖飲料的品名不受有、無合作的學校型態影響，約 40%~50% 左右的學童常購買飲料店(如清心··等)的相關含糖飲料。

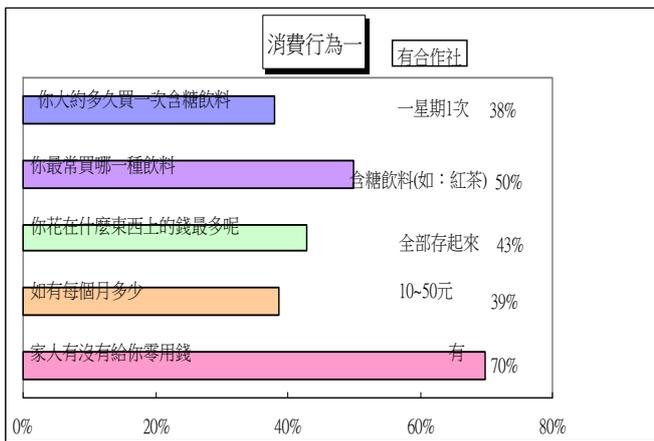


圖 6-1 有合作社學童飲用含糖飲料消費行為統計圖

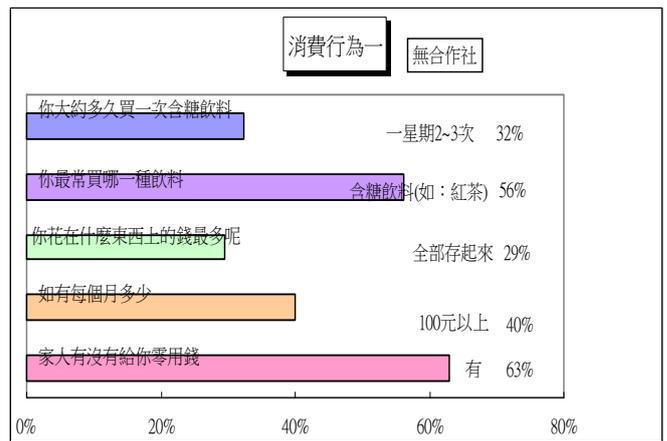


圖 6-2 有無合作社學童飲用含糖飲料消費行為統計圖

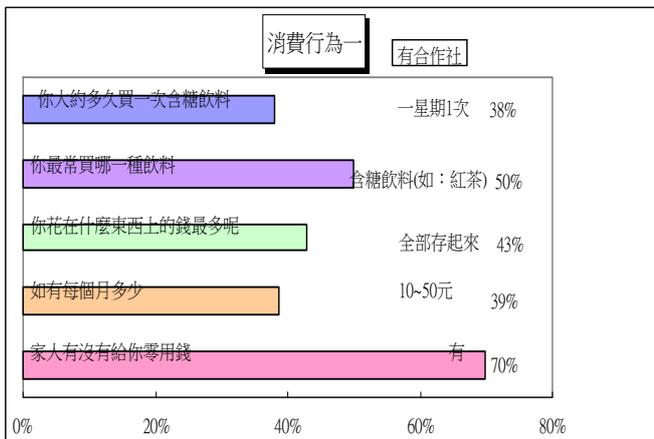


圖 6-3 有合作社學童飲用含糖飲料消費行為統計圖

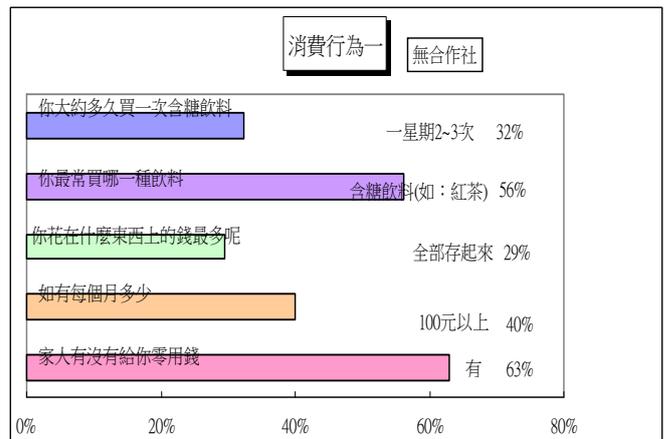


圖 6-4 有無合作社學童飲用含糖飲料消費行為統計圖

分析：有、無合作社的購買行為較為不同的項目為：一個月的零用錢(有合作社，10-50 元 39%；無合作社，100 元以上 34%)及大約多久會購買含糖飲料(有合作社，一星期一次 38%；無合作社，一星期 2-3 次 32%)和購買時會考慮品牌嘛?(有合作社，會 54%；無合作社，不會 60%)。

6. 結論與建議

6.1 結論

本研究依據統計結果，結論分析如下：

- (1) 本研究對象以台南縣 5 所國民小學高年級學生為主，其中新民國小與白河國小兩所校內設有合作社，內角、新泰及大竹國小等三所校內未設立合作社。學生男女人數平均，大多數孩童對於自己父母親之教育程度較不了解，約 33% 的父母親教育程度為高中職。父母親每月給予家中孩童的零用錢之多寡與孩童自行前往消費的行為有極大關係。每月零用錢約為 50~100 元，多數學童還同會將零用錢花費於飲食方面，又以含糖飲料為多數。
- (2) 依問卷統計，學校內設有合作社及無合作社與學童早餐搭配含糖飲料有極大關係，學校中有合作社的學童在於早上時段較少飲用含糖飲料，而是在晚上在於家中時較常飲用含糖飲料。
- (3) 依問卷統計，父母親及師長對學童飲用含糖飲料的限制不受學校有無設立合作社影響，很少限制(含不受限制)皆高達 60% 以上，顯示父母親及師長的態度在此方面是較不重視的。
- (4) 依問卷統計，在無合作社的學校，師長會以含糖飲料方式鼓勵學童良好表現，此一現象令

人擔憂，但卻是可立即改善的現象。

(5)學童接觸含糖飲料的年齡非常早，顯示父母親扮演極其重要角色。另外學童喜歡購買含糖飲料與街道上便利商店及冷飲店林立不無相關，而飲料頻率亦偏高的狀態。

(6)綜合問卷統計有、無設立合作社之相同點及相異點

相同點

項目	結果	說明
父母親會不會限制你喝含糖飲料	依資料顯示校園中有無合作社，家中父母依然很少限制(40%)學童喝含糖飲料。	校園中有無合作社與父母親是否限制孩童飲用含糖飲料並無極大之影響。
最常購買的飲料	依資料顯示學童最常購買含糖飲料約為(50%)以上。	校園中有無合作社與學童購買飲料的選擇無關係。
購買含糖飲料地點	依資料顯示約 50%學童都前往便利商店購買含糖飲料。	校園中有無合作社與學童購買地點並無差異，因學童居多都前往便利商店購買。

相異點

項目	結果		說明
	設立合作社	無設立合作社	
表現良好時師長會購買含糖飲料作為鼓勵嘛?	依資料顯示，有設立合作社之學校孩童以不會(70%)居多。	依資料顯示，無設立合作社之學校孩童以會(62%)居多。	師長對學童是否以含糖飲料的方式獎勵，顯示有、無合作社的學校型態有極大的差異。
一星期內最常喝的時間	有合作社之學童均以晚上(55%)在家飲用居多。	無合作社之學校學童均以早上(42%)在校時間居多。	學童每天飲用含糖飲料的時段顯示有、無合作社的學校型態有極大的差異。

6.2 建議

由本研究得知，孩童飲用含糖飲料的情況非常嚴重，尤其以年幼的學童而言，成長階段養成飲用含糖飲料的習慣，其日後的健康問題令人擔憂，提出建議如下，希望相關單位及每個人都能多注意，期待我們的下一代都能有個健康的身體。

(1)家長方面

- a、家長需要購買含糖飲料時，必須挑選低糖或無糖的飲料，不該讓自己的小孩飲用甜度過高的飲料。
- b、若家中家長的零用錢以買早餐為基準，每天給予孩童的零用錢應為 20~50 元為主，也應告知孩子大多含糖飲料是對身體健康有影響的。家長盡可能不給予零用錢而自行前往購買營養早餐給孩童食用。

(2)學校方面

- a、學校所嚴禁含糖飲料進入校園(含合作社及自動販賣機)，建立全校白開水及有營養價值的校園環境，並藉由集合宣導不要喝過甜的飲料。
- b、教師勿以購買含糖飲料的方式鼓勵表現良好的學童，並建議課堂上教授學生營養成分，

讓校醫說明喝過甜的含糖飲料，會導致什麼疾病，加深孩童的健康觀念。

c、學校可舉辦「喝白開水活動觀察與紀錄活動」，公開表揚喝白開水最多之學童。

(3)政府方面

a、政府限制飲料甜度的上限，如超過上限就必須處以罰金。

b、對飲料廣告設立規範，尤其針對學童最常收看時段，限制或禁止播放。

(4)媒體方面

新聞適時的報導喝過多甜度的含糖飲料可能會引起什麼病症。

6.3. 日後研究建議

(1)本研究目前只進行5所台南縣國小高年級學童為研究對象，以有、無設立合作社進行高年級學童含糖飲料的消費行為調查分析研究，希望未來能增加擴大研究範圍。

(2)本研究僅針對父母親態度、師長態度及設立合作社對學童飲用含糖飲料以表列之敘述統計方式陳列，將來宜以積、差相關係數分析及多因子迴歸分析，進行深入研究，以探求何者為最主要相關係數，以利相關人員共謀良策。

(3)本研究僅進行橫斷面的研究，日後可進行連續面的追蹤研究，以此五班學生為基礎，在其進入青少年探討含糖飲料的飲用是否有任何變化及其相關因素分析。

參考文獻

賴佳慧(2009)。專題製作。台北縣：龍騰文化。

李淑靜(2008)。國小六年級學童零食飲料消費狀況以及與父母和學校態度相關性之探討—以台南縣市為例。國立臺南大學/社會科教育學所。取自全國博碩士論文資訊網。

李坤霖(2004)。台中市國小高年級學童的含糖飲料飲用行為及其影響因素之研究。國立臺中師範學院環境教育研究所。取自全國博碩士論文資訊網。

薛凱文(2007)。台北市某國中學生之危害健康含糖飲料飲用行為及其影響因素。國立臺灣師範大學衛生教育研究所。取自全國博碩士論文資訊網。

行政院衛生署。2010年3月12日。取自

http://www.doh.gov.tw/CHT2006/other/ShowCopy.aspx.doc_no=73896&class_no=25

含糖飲料喝過量影響幼兒發育，茶飲危害更大。2010年3月15日。取自

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!ZV7C3b6BERwgJCwcBtxifw--/>