

二零零六年十一月十三日會議
討論文件

立法會衛生事務委員會

向學童提倡健康飲食習慣的工作進度報告

目的

本文件旨在匯報向學童提倡健康飲食習慣的工作進度。

背景

2. 為配合世界衛生組織的《飲食、身體活動與健康全球策略》，我們鼓勵市民改善飲食習慣。鑑於學童肥胖問題日益嚴重，協助學童自小養成及鞏固他們健康飲食習慣尤為重要。有見及此，在《二零零五年施政綱領》中，我們提出向學童提倡健康飲食習慣，以助預防各種與生活習慣有密切關係的疾病。政府當局曾於本年 1 月向委員會簡介有關措施的目的、方針和策略。在聽取委員會意見後，籌備工作相繼展開。新的具體措施名為「健康飲食在校園」運動，並已於本學年在全港小學全面推行。

工作詳情

3. 「健康飲食在校園」運動旨在改善學童的飲食習慣，讓他們得以健康成長，並提升學習效率。學校、家長、食物供應商以及整體社會均有責任培養學童健康飲食的習慣。我們透過跨界別協作推行這運動，衛生署已於 2005 年 12 月聯同教育統籌局、食物環境衛生署、香港電台、官立小學校長協會、香港資助小學校長會、津貼小學議會、家庭與學校合作事宜委員會、香港教育城、專業團體(包括香港營養學會、香港肥胖學會、香港心臟專科學院)及學術單位(包括香港中文大學醫學院健康教育及促進健康中心)組成督導委員會，為整個運動提供方向性的指導。直至 2006 年 10 月底，督導委員會已召開過五次會議，就在校內推動學童健康飲食釐定全面的策略、推行方式及評估方法。督導委員會亦透過其轄下的三個工作小組，分別就宣傳、教育及營造健康飲食校園環境三方面提供意見。為達到最佳的效果，衛生署透過以下幾方

面的工作推行「健康飲食在校園」運動：

- 研究及評估
- 教育及支援
- 營造有利環境
- 宣傳及倡導

研究及評估

4. 一項名為《小學推行健康飲食基線研究》的大型調查於2006年2至3月在44間小學進行，衛生署以問卷形式訪問了校方代表、9千多名小四及小五學生和他們的家長，回應率超過90%。

5. 調查發現約90%學童認識「健康飲食金字塔」內各種食物類別的進食比例，及懂得在不同的食物或飲品的配搭中選出較健康的種類。學童普遍對健康食物有良好認知，惟健康飲食的行為僅屬一般。

6. 調查又顯示在2006年年初，約70%的小學生由學校提供的午膳；而學校午膳的餐款中，超過60%包含那些在衛生署《小學午膳營養指引》中被列為「限制供應」或「強烈不鼓勵供應」的食品；另外，只有約40%的餐款提供足夠蔬菜。

7. 小食方面，由家中帶返或由學校小食部及售賣機供應的食品大部份是衛生署《小學小食營養指引》中被列為「限量選擇」及「少選為佳」的小食。調查發現，有62%的家長表示學童有帶小食回校的習慣，按被訪家長列舉的小食分類，當中87%屬不甚健康類別。至於在學校小食部及售賣機供應的小食，亦有87%屬不甚健康類別。雖然逾70%家長指出食物營養和新鮮程度是為子女提供小食的首要考慮因素，但有64%家長並不知悉子女在校內購買什麼小食。

8. 我們認為，校園環境缺乏富營養價值的食物供學童選擇會有礙學童建立良好的飲食態度和行為。事實上，要營造有利健康飲食的校園環境，必須由學校、家長及食物供應商三方共同努力。上述的基線研究結果有助衛生署釐訂運動的長遠策略及活動內容，亦會作為日後評估運動成效的依據。基於調查的結果，衛生署會致力透過持續的教育和宣傳工作，幫助學童和家長增加對健康飲食的認知，並改善他們一些錯誤的觀念和不良的飲食習慣；

另一方面，我們亦會與家長及校方合作，積極鼓勵食物供應商提供健康的餐款，並增加家長對選擇健康食物的知識，以營造一個更健康的飲食環境。調查報告書已向公眾發佈及寄予全港小學和相關團體以供參考。

教育及支援

9. 學校在塑造兒童和青少年飲食模式方面扮演重要的角色。為了豐富和鞏固兒童有關均衡飲食的知識，衛生署已完成製作一系列互動學習資源，供老師、家長、同學、食物供應商等使用；內容包括主題網站、互動遊戲、教材套、教學錄影帶，以及健康教育資料如海報、單張和展板。

10. 一項名為「校園至『營』特工」的家長教師培訓計劃亦已於本年 10 月展開。每間參加小學會派出兩位老師及兩位家長接受營養知識的培訓和學習監測校園健康飲食環境。培訓的重點是希望教導參加者掌握簡易和實用的工具，以監察學校膳食的營養價值，並根據監察數據適時及客觀地與飯盒供應商及小食部營運者溝通及商討。培訓計劃的目標是按《小學午膳營養指引》及《小學小食營養指引》的要求，為學童提供更健康的選擇。當完成培訓後，每間參與的小學須於 2006/07 學年內，籌辦不少於兩項以健康飲食為主題的活動項目，當中須以監察校內飲食環境的措施作為首選項目。此培訓計劃強調學校、家長及食品供應商三方面的溝通和合作，並透過年內衛生署提供的外展專業支援(包括視察學校的飲食環境和審閱學校呈交用以促進健康飲食為主題的項目計劃書，並提出意見)，以協助家長及老師共同參與制定校園健康飲食政策和措施。

營造有利環境

11. 衛生署於 2006 年 3 月及 6 月向所有小學、家教會、午膳供應商、小食部等分別發出《小學午膳營養指引》及《小學小食營養指引》，作為小學學童每日所需營養的重要參考。衛生署更為午膳供應商前線人員編制實用手冊，闡釋《小學午膳營養指引》的原則、要點及應用，並特設簡介會講解。衛生署一直與食物供應商保持緊密聯繫，就如何為學童提供健康、美味及有營養的午膳和小食定期交流意見。

宣傳與倡導

12. 在宣傳推廣方面，衛生署先後舉辦五場記者招待會，推介《小學午膳營養指引》及《小學小食營養指引》、《學校膳食供應商實用手冊》和多項以校為本並配合運動主題的活動，並發表了《小學推行健康飲食基線研究》結果。

13. 兩套關於健康小食及健康午膳的電視宣傳短片及電台宣傳聲帶已於 2006 年 7 至 8 月間啟播，目的在於提高公眾人士對學童均衡飲食的關注及認識。衛生署亦同時安排傳媒機構廣泛報導「健康飲食在校園」運動並作多方面探討。至今採訪活動的數目已超過 50 次。

14. 另外，衛生署亦針對不同界別舉辦多場簡報會，對象包括營養專業人士、家長教師會聯會、非政府機構和志願團體、校長會成員、區議會及其屬會、公眾人士等，目的在於倡導校園建立和支持健康飲食文化。至今已舉辦超過 25 場簡報會。

15. 為進一步宣傳及推廣校園健康飲食文化，衛生署於 2006/07 學年推出一連串以校為本的活動：

- 10 月展開聯校口號設計和電子心意卡創作比賽
- 11 月展開健康午膳廚神大比併
- 明年 4 月舉行「生果日」

16. 另外，衛生署正計劃於明年 1 月和 6 月透過大型宣傳活動激勵各界積極參與及嘉許表現出色的機構和人士。

日後的工作

17. 要成功推動培養學童自幼養成健康飲食習慣，實在有賴社會各界人士的緊密合作和支持，持續不斷地在社區層面推動健康的飲食文化。衛生署會按上述工作策略繼續提倡學童健康飲食，亦會不時監察各持分者的參與情況，有需要時亦會調整工作策略；衛生署會於 2006/07 學年完結時進行評估研究，以便全面檢討各項工作的成效。

徵詢意見

18. 請委員閱覽本文件的內容，並歡迎提出意見。

衛生福利及食物局
衛生署
二零零六年十一月