

民生國小五年級學生對速食的看法之現況

研究者:高瑀希

指導老師:王璽歲

壹、研究動機

每次我鋼琴課時，我有時會買速食吃，當媽媽下去買速食時，隊伍都大排長龍，那時我就很好奇，既然店裡有這麼多人，而且大人小孩都有，我現在就讀的民生國小五年級應該也有很多人愛吃，剛好五年級資優班要做專題研究，我就想透過這個機會來了解民生國小五年級學生對速食的看法之現況。

貳、研究目的與研究問題

一、研究目的

了解民生國小五年級學生對速食的看法之現況。

二、研究問題

- (一)民生國小五年級學生喜歡哪一家品牌的速食？
- (二)民生國小五年級學生多久吃一次速食？
- (三)民生國小五年級學生是如何吃到速食？
- (四)民生國小五年級學生吃速食的習慣？
- (五)民生國小五年級學生吃速食的感受？

參、文獻探討

根據青少年飲食問題與建議(蔡淑芳, 93)的研究指出，青少年應該要吃營養且健康的飲食，包括低脂肪、低膽固醇和低糖，還必須要吃有蛋白質的食物，以及天天吃蔬果的習慣。就小學生目前的飲食而言，楊蘭宇(108)的獨立研究報告指出，民生國小對營養午餐的接受度比民權國小對營養午餐得接受度還要高，而賴心慧(108)針對甜食的研究則顯示甜食對五年級學生而言，是滿受歡迎的。

速食現在為常見的食物類型之一，維基百科的資料中，最早的速食店是美國的白城堡，當時一個漢堡是五美分(大約台幣15元)。後來白城堡在漢堡肉餅上弄了五個小洞，這樣可以讓它熟得更快，製作的時間也縮短了。因為速度快，所以也產生了更多的競爭業者。速食其實有分兩個品種，東方速食和西方速食，而東方速食和西方速食其實不一樣，東方速食的製作流程很複雜，廚師會做超級無敵久，才會上菜。西方速食正好相反。

希望做了這個研究後，可以了解民生國小五年級學生對速食的看法之現況。也可以了解其他人是不是和我一樣愛吃速食。

肆、研究方法與步驟

本研究採用問卷調查法，以民生國小五年級學生對速食的看法為主題，研究對象為民生國小五年級學生。

一、研究對象

本研究母群體為民生國小五年級學生，採分層便利抽樣法，從臺北市立民生國小五年級各班中由老師隨機選取2男2女作為樣本，合計40人。

二、研究工具

本研究所採用之研究工具包含問卷以及統計工具兩部分，以下分兩部分說明。

(一)問卷

本研究問卷採自編問卷設計，問卷設計過程包含三個部分：問卷初稿、專家效度與預試。以下分項說明之。

1.問卷初稿

依照研究問題之內容，閱讀文獻後設計20題問題，經過與指導老師討論後刪去一題，合計共19題，皆為單選題19題。

2.專家效度

邀請健康中心護理師、教師劉淑慧協助修正問卷，討論後刪去兩題，合計共17題。

3.預試

採用便利抽樣法，由資優班同學從五年三班中選出三人，協助進行預試。再根據問卷填寫情形修改問卷敘述方式與相關內容。

(二)統計方式

本問卷統計方式採用試算表進行分析，採用百分比進行比較，並依此繪製圓餅圖。

三、研究步驟

(一)問卷初稿

於民國111年完成問卷初稿設計，並根據研究問題和問卷題目編制架構圖，以此調整問題結構與順序。

(二)專家效度

根據研究問題和問卷題目編制專家效度表格，於民國111年邀請健康中心護理師、劉淑慧兩位老師協助修改問卷。於民國112年回收問卷，彙整專家建議後與指導老師討論問題修正後完成問卷。

(三)問卷預試

於民國111年邀請3位五年三班同學至資優班填寫問卷，並根據填寫情形以及同學反饋修正問卷。

(四)問卷發放

於民國112年發下通知單告知五年級導師問卷填寫時間，獲得導師同意後於民國112年邀請五年級各班老師選取的2男2女共40人至電腦教室B填寫google表單。

(五)問卷回收

問卷發放共40份，回收40份，回收率為100%。

(六)結果統計

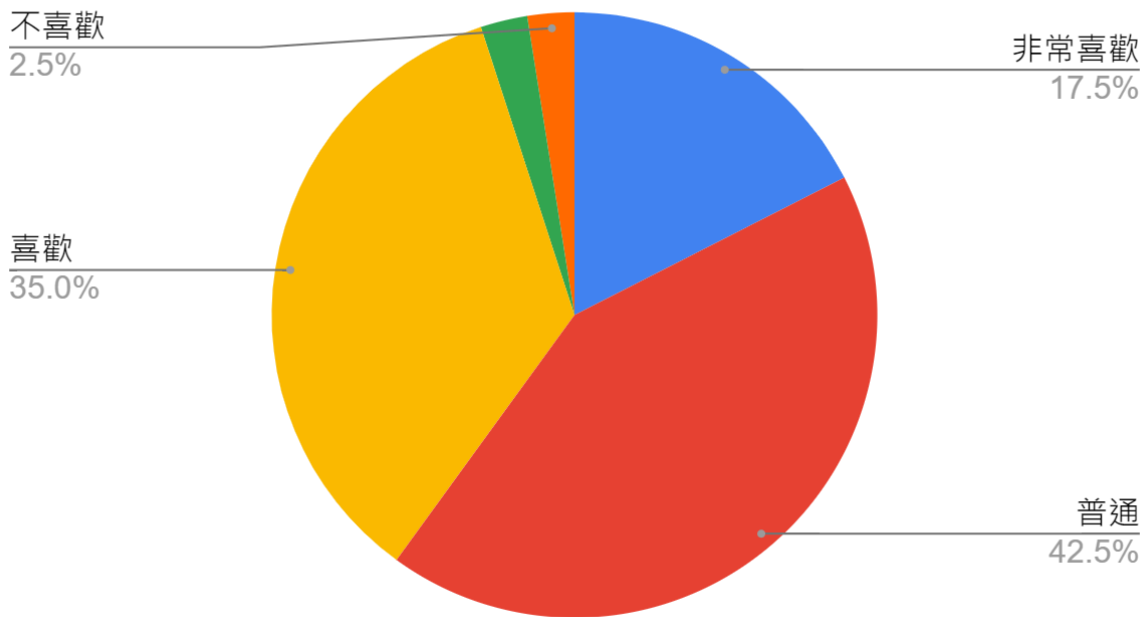
先刪除重複填寫問卷以及填答方式錯誤之問卷，獲得有效問卷40份，有效問卷率為100%。利用google表單匯出試算表，並以此製作圓餅圖。

伍、研究結果

一、請問您喜歡吃速食嗎

根據調查結果，有17.5%的學生非常喜歡，有35.0%的學生喜歡，有42.5%的學生普通，有2.5%的學生不喜歡，剩下的則有2.5%非常不喜歡。

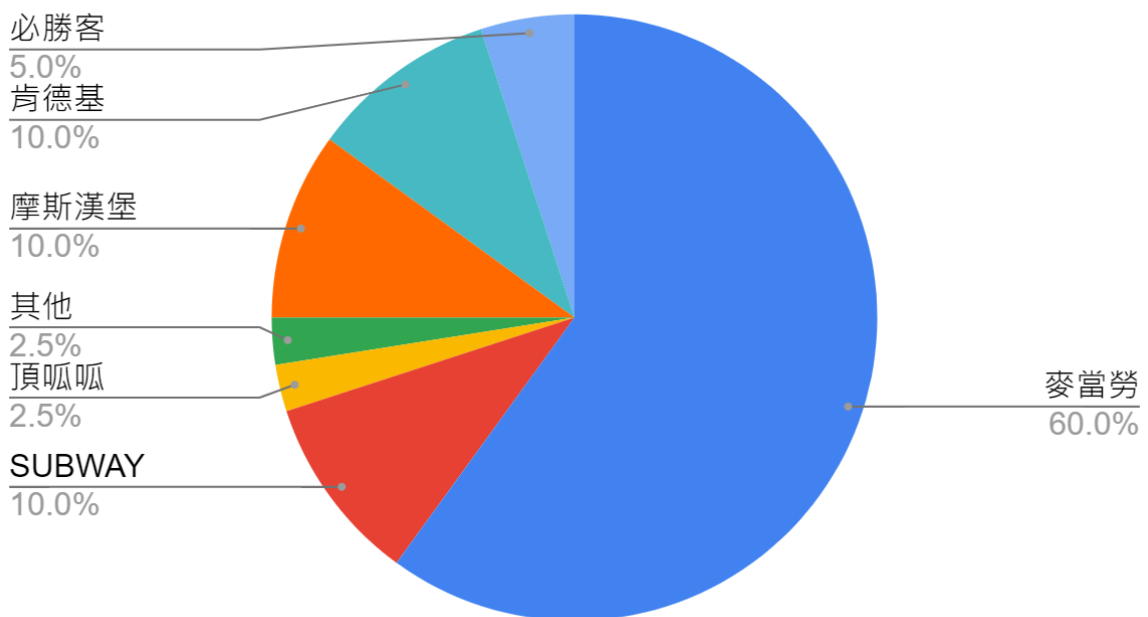
1. 請問您喜歡吃速食嗎？



二、請問您最喜歡吃哪一家的速食？

根據調查結果，有60.0%的學生最喜歡麥當勞，有10.0%的學生最喜歡摩斯漢堡，有10.0%的學生最喜歡肯德基，有10.0%的人最喜歡SUBWAY，有5.0%的學生最喜歡必勝客，有2.5%的學生最喜歡頂呱呱，有2.5%的學生選擇其他。

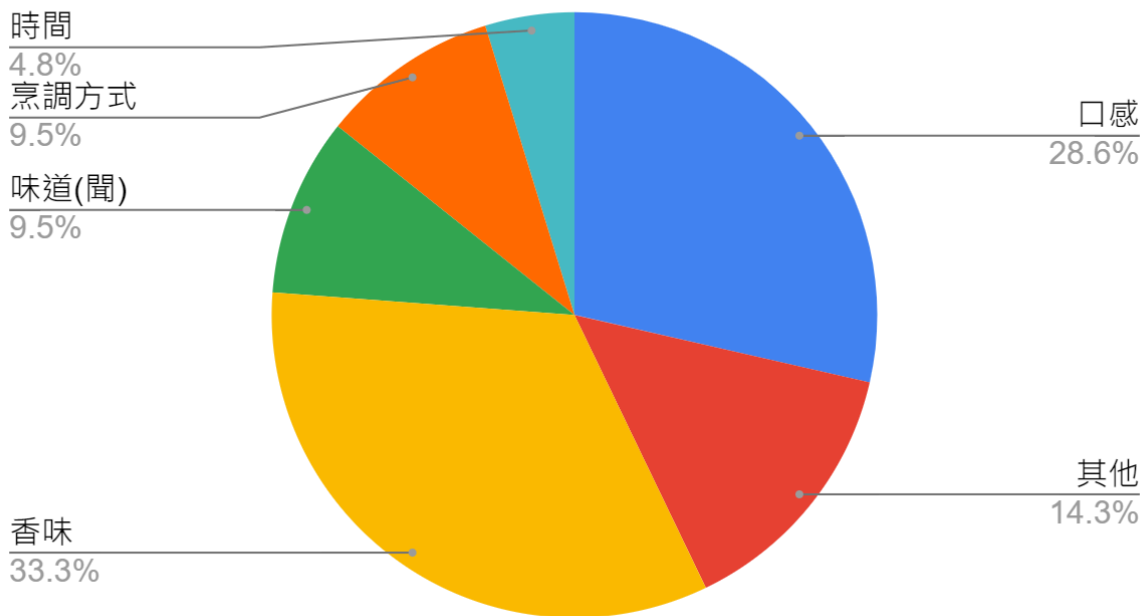
2. 請問您最喜歡吃哪一家的速食？



三、請問您為什麼喜歡吃速食？

根據調查結果，非常喜歡和喜歡吃速食的學生共21人中，有28.6%的學生是因為喜歡香味，有28.6%的學生是因為喜歡口感，有9.5%的學生是因為喜歡味道(聞)，有9.5%的學生是因為喜歡烹調方式，有4.8%的學生是因為喜歡時間，有14.3%的學生選擇其他。

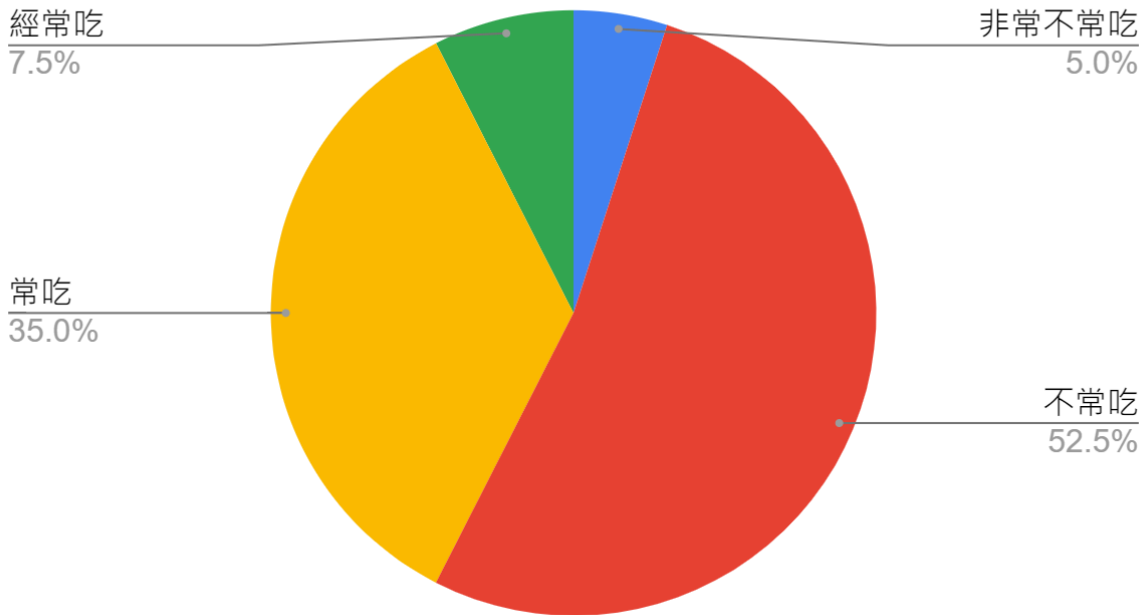
3.請問您為什麼喜歡吃速食？



四、請問您經常吃速食嗎？

根據調查結果，有7.5%的學生經常吃，有35.0%的學生常吃，有52.5%的學生不常吃，有5.0%的學生非常不常吃。

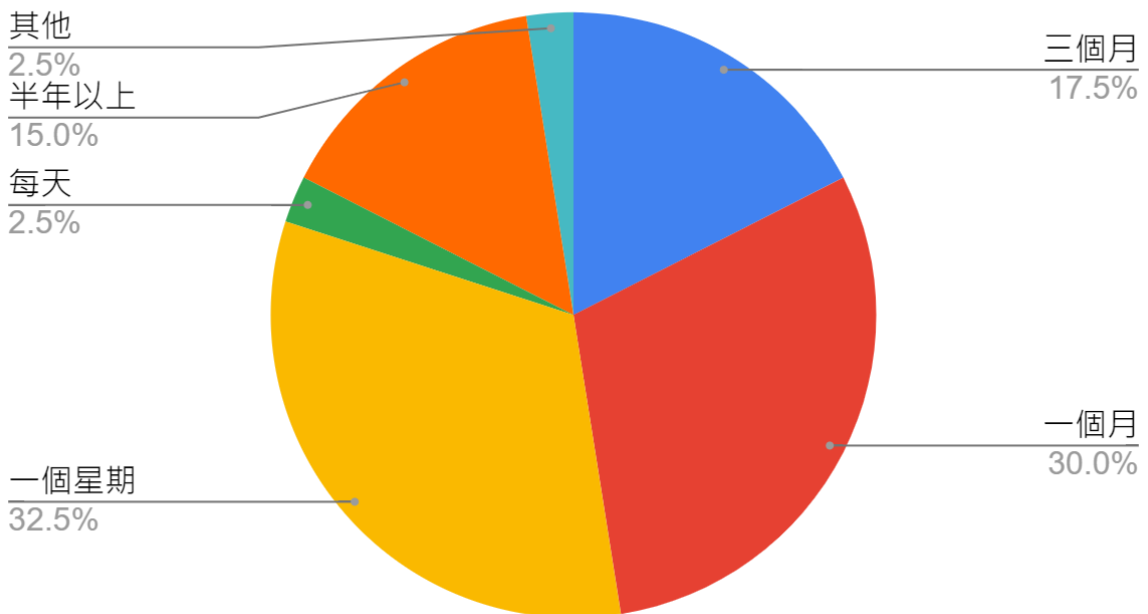
4. 請問您常吃速食嗎？



五、請問您多久吃一次速食？

根據調查結果，有2.5%的學生是每天吃，有32.5%的學生是一個星期吃一次，有30.0%的學生是一個月吃一次，有17.5%的學生是三個月吃一次，有15.0%的學生是半年以上吃一次，有2.5%的學生選擇其他。

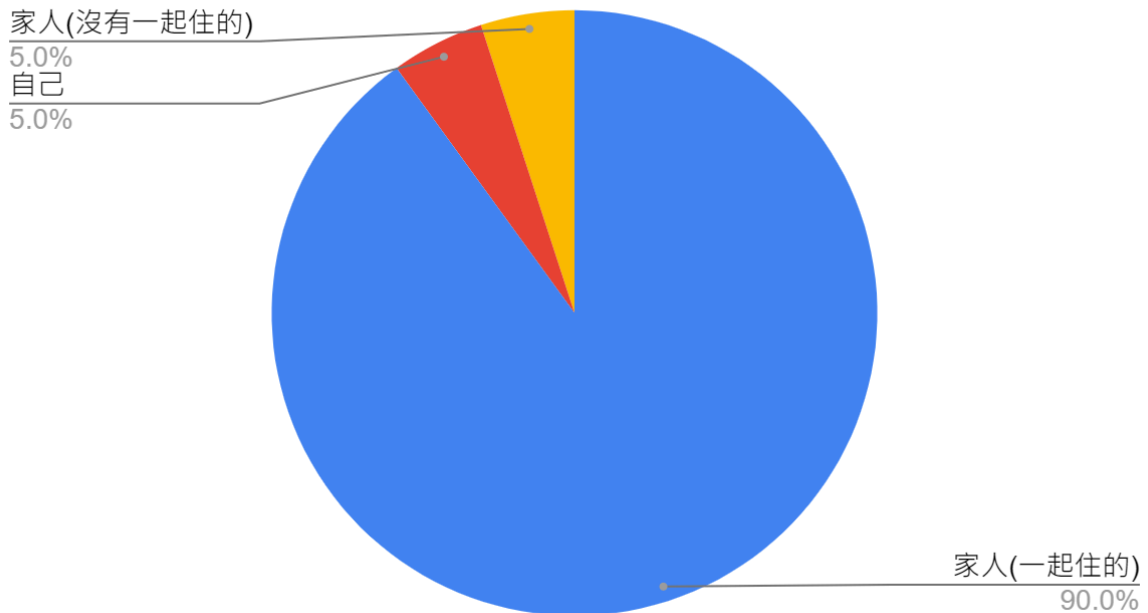
5. 請問您多久吃一次速食？



六、請問您最近一次吃的速食是誰付錢的？

根據調查結果:有90.0%的學生是家人(一起住的)付錢的, 有5.0%的學生是家人(沒有一起住的)付錢的, 有5.0%的學生自己付錢的。

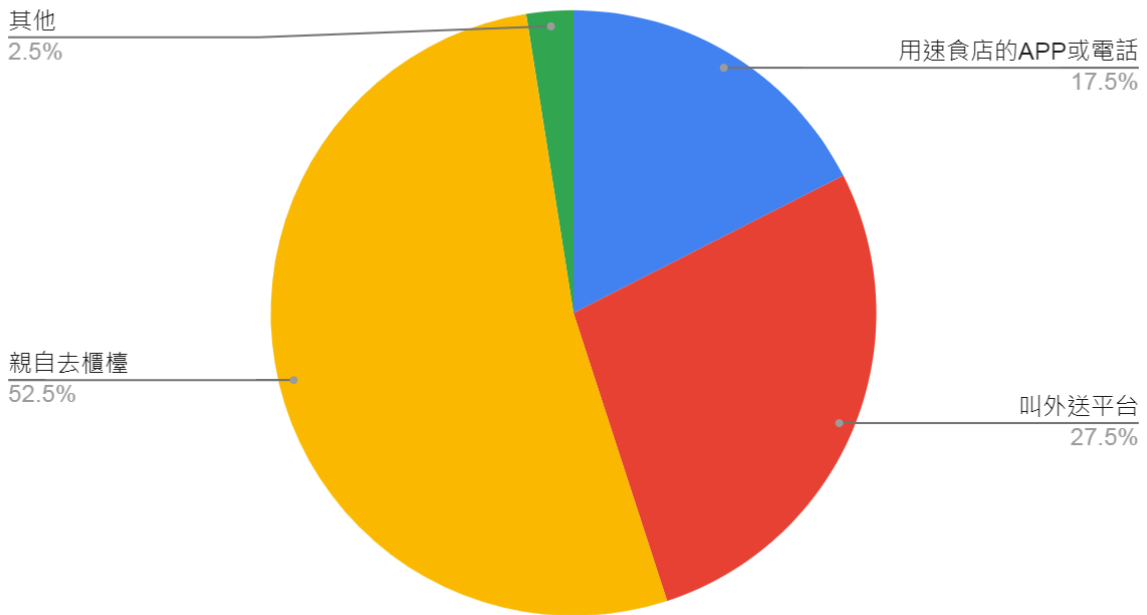
6.請問您最近一次吃的速食是誰付錢的？



七、請問您最近一次吃速食是如何點餐呢？

根據調查結果, 有52.5%的學生是親自去櫃檯點餐, 有27.5%學生是叫外送平台點餐, 有17.5%的學生是用速食店的APP或電話點餐, 有2.5%的學生選擇其他。

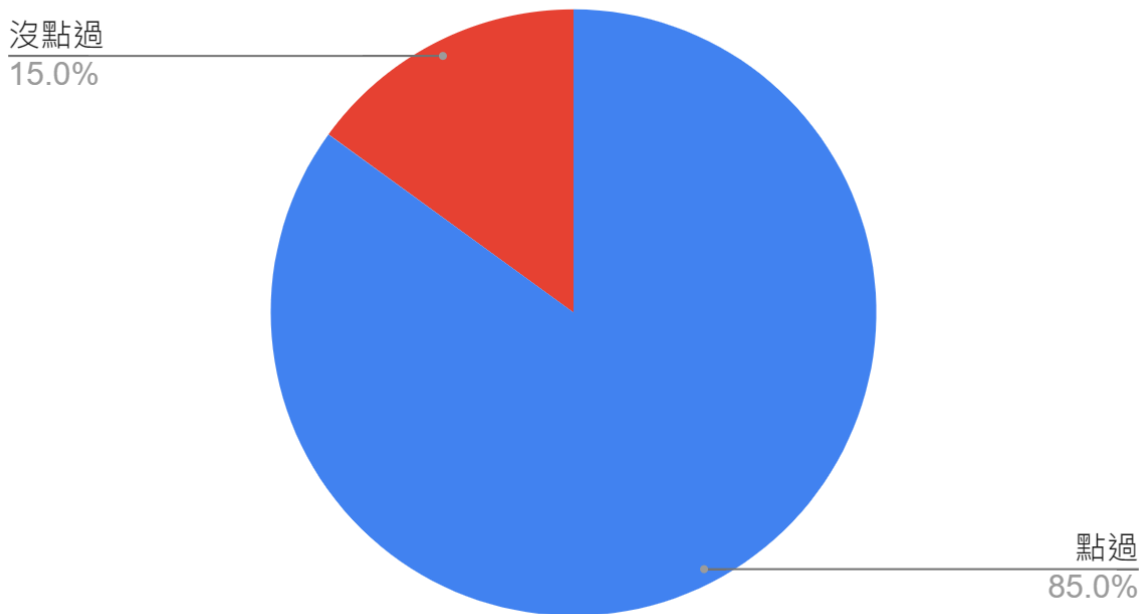
7.請問您最近一次吃速食是如何點餐的呢?



八、請問您曾經點過速食店套餐嗎?

根據調查結果, 有85.5%的學生點過速食店套餐, 有15.0%的學生沒點過速食店套餐。

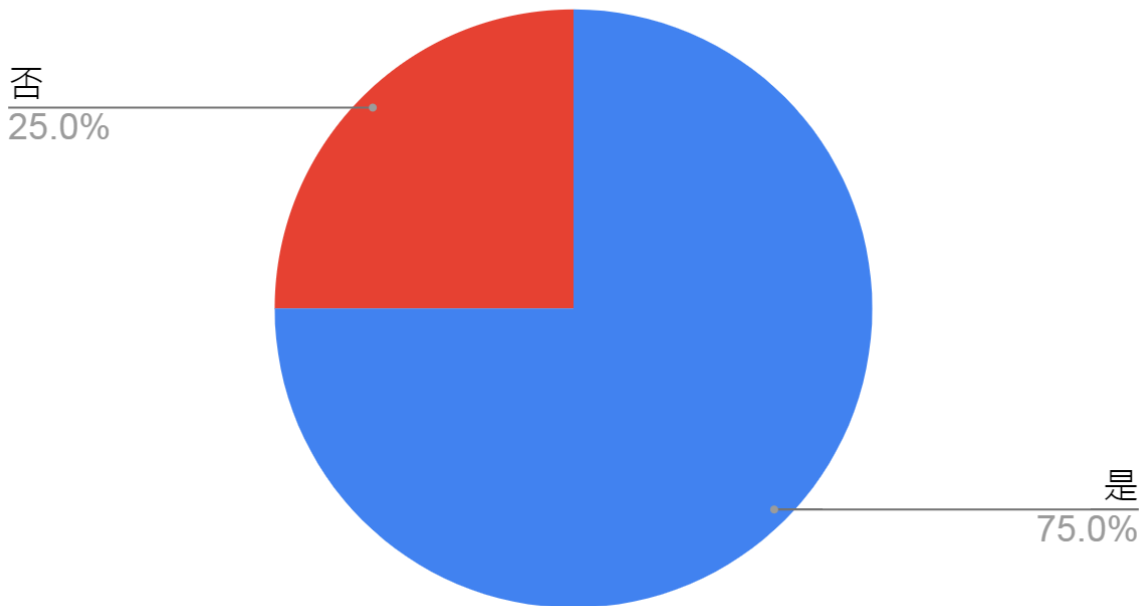
8.請問您曾經點過速食店套餐嗎?



九、請問您吃速食時通常會搭飲品嗎?

根據調查結果，有75.0%的學生會搭配飲品，有25.0%的學生不會搭配飲品。

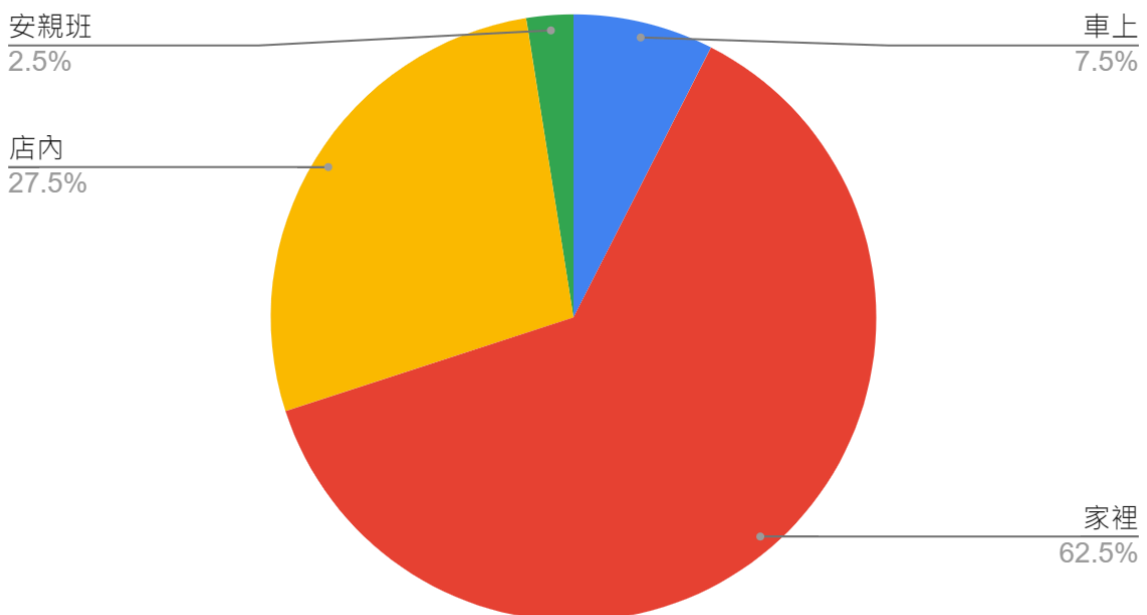
9.請問您吃速食通常會搭配飲品嗎？



十、請問您最近一次在哪裡吃速食？

根據調查結果，有62.5%的學生最近一次吃速食是在家裡吃的，有27.5%的學生最近一次吃速食是在店內吃的，有7.5%的學生最近一次吃速食是在車上吃的，有2.5%的學生最近一次吃速食是在安親班吃的。

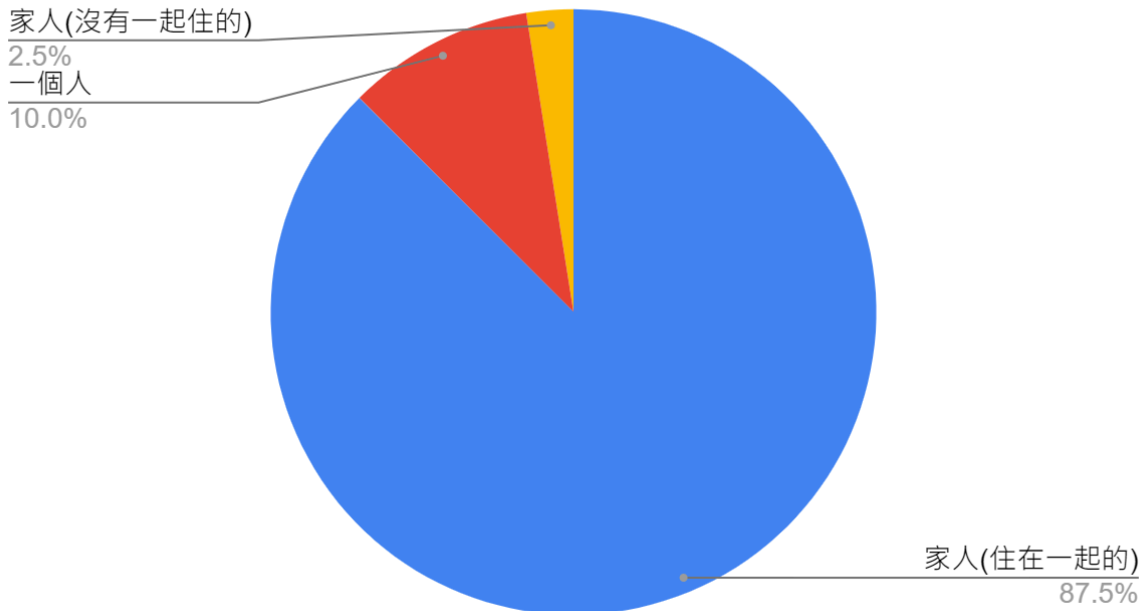
10.請問您最近一次在哪裡吃速食？



十一、請問您通常會和誰吃？

根據調查結果，有87.5%的學生是和家人(住在一起的)一起吃的，有10.0%的學生是自己一個人吃的，有2.5%的學生是和家人(沒有一起住的)一起吃的。

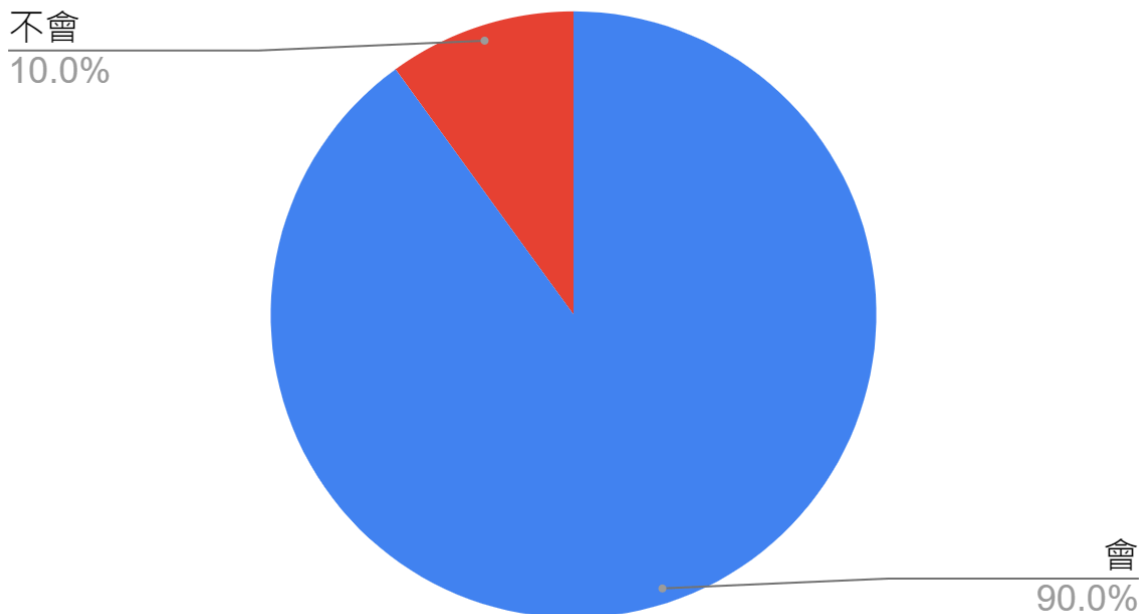
11.請問您通常會和誰吃？



十二、請問您吃速食時通常都會吃完嗎？

根據調查結果，有90.0%的學生通常都會吃完，有10.0%的學生通常都不會吃完。

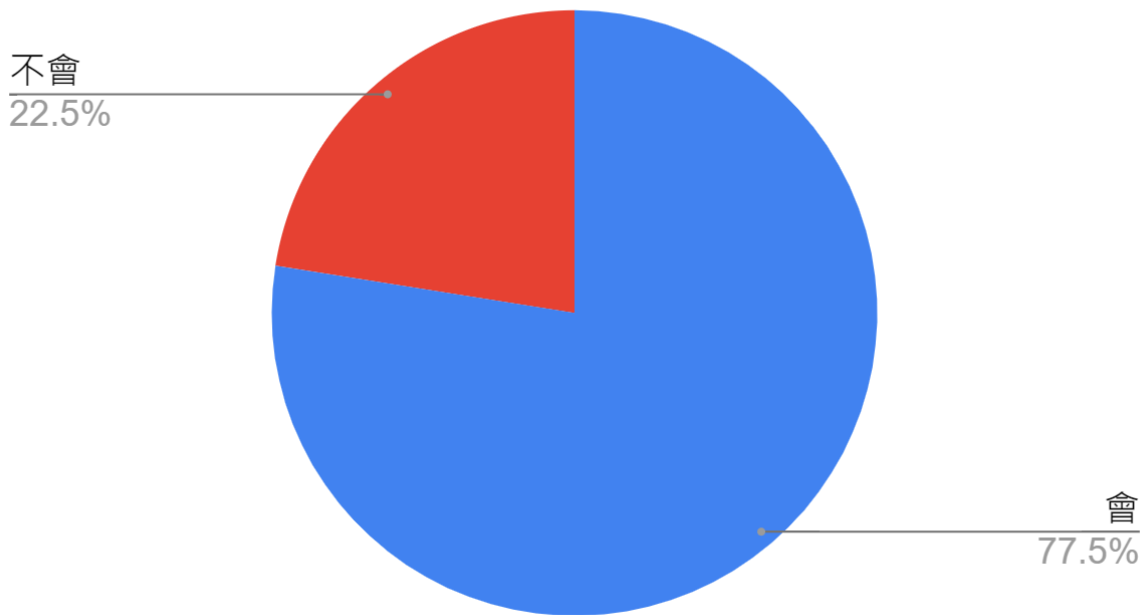
12.請問您吃速食時通常都會吃完嗎？



十三、您吃速食時通常會說話嗎？

根據調查結果，有77.5%的學生通常會說話，有22.5%的學生通常不會說話。

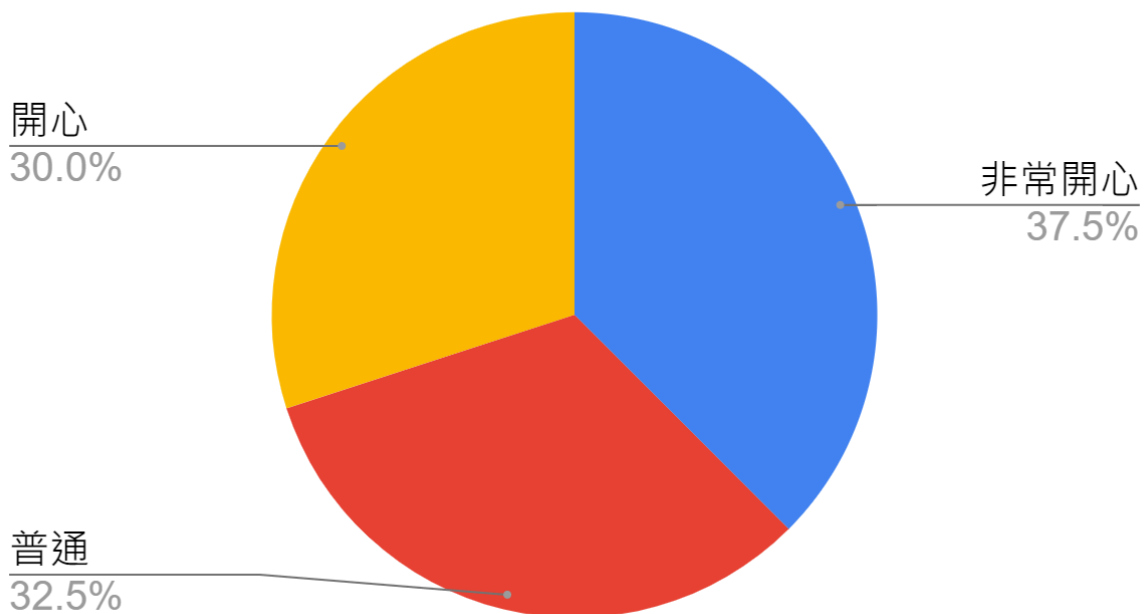
13.您吃速食時通常會說話嗎？



十四、吃速食時請問您是開心的嗎？

根據調查結果，有37.5%的學生在速食時心情覺得非常開心，有32.5%的學生在吃速食時心情覺得普通，有30.0%的學生心情覺得開心。

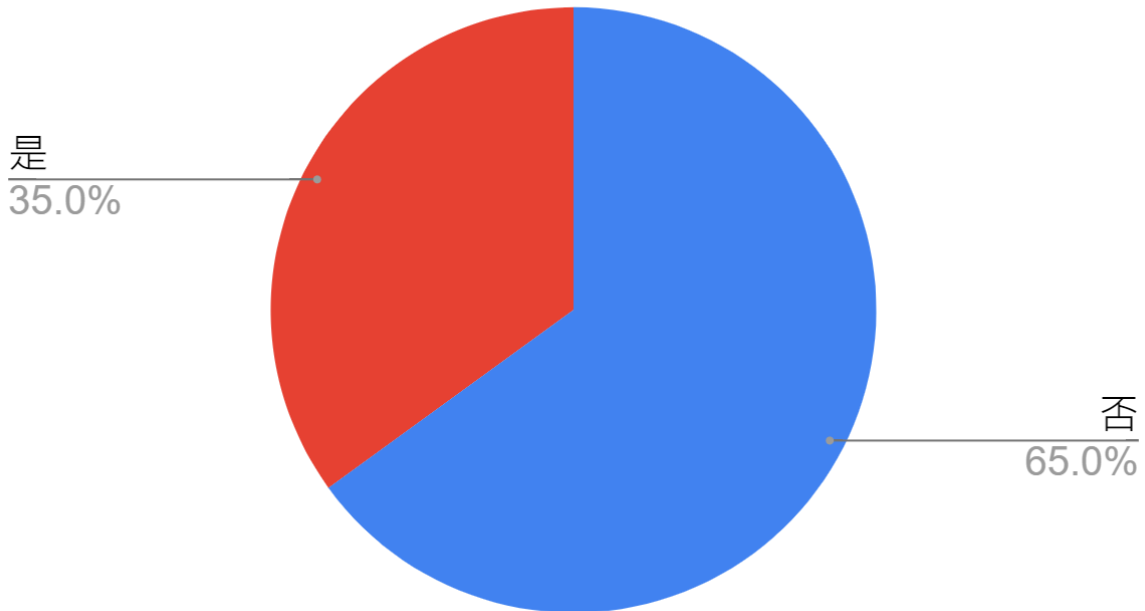
14.吃速食時請問您是開心的嗎？



十五、請問您吃速食的時候感覺自己吃的很多嗎？

根據調查結果，有35.0%的學生感覺自己吃的量很多，有65.0%的學生覺得自己吃的量不多。

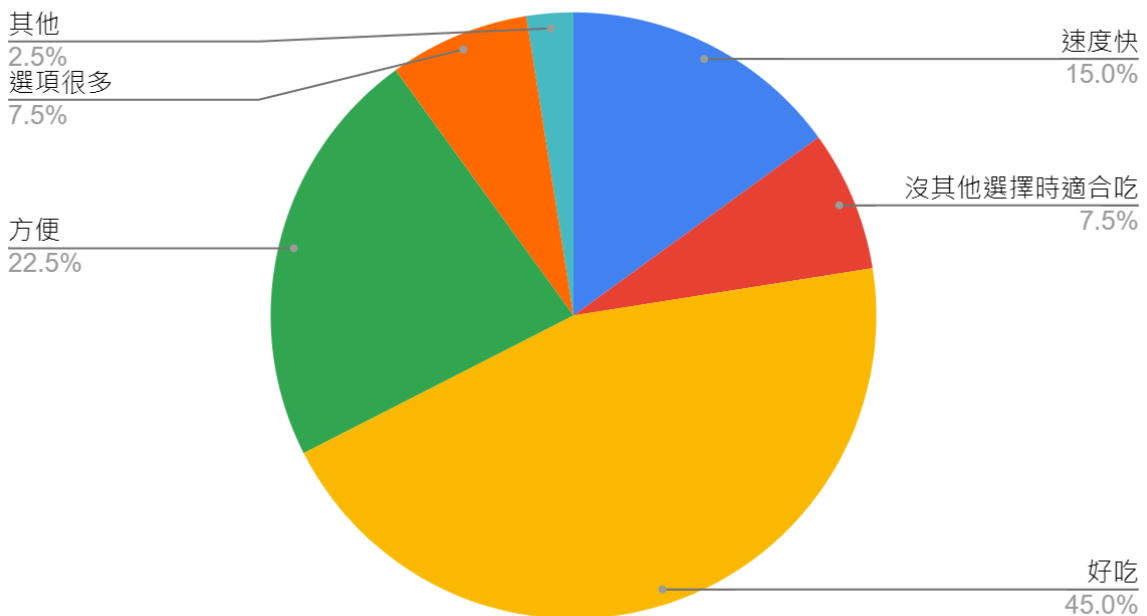
15.請問您吃速食的時候感覺自己吃的很多嗎？



十六、您覺得速食有什麼優點？

根據調查結果，有45.0%的學生覺得好吃，有22.5%的學生覺得方便，有15.0%的學生覺得速度快，有7.5%的學生覺得選項很多，有7.5%的學生覺得沒其他選擇時適合吃，有2.5%的學生選擇其他。

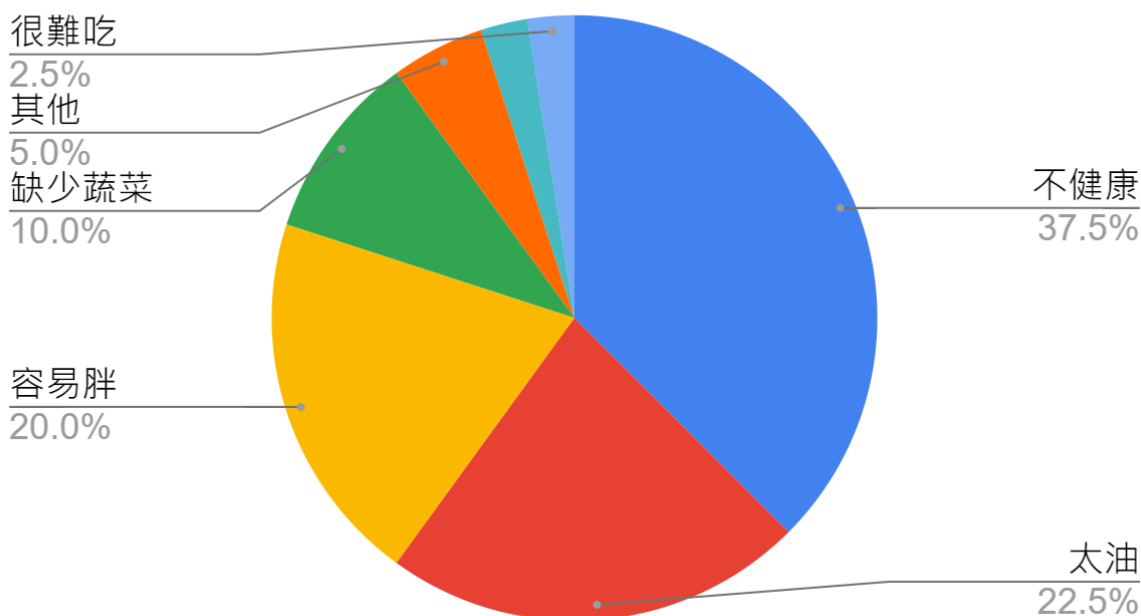
16.您覺得速食有什麼優點？



十七、您覺得速食有什麼優點？

根據調查結果，有37.5%的學生覺得吃速食不健康，有22.5%的學生覺得速食太油，有20.0%的學生覺得吃速食容易胖，有10.0%的學生覺得速食缺少蔬菜，有2.5%的學生覺得速食很難吃，有5.0%的學生選擇其他。

17.您覺得速食有什麼缺點？



陸、研究結論

根據研究目的與研究結果探討民生國小五年級學生對速食的看法之現況

一、民生國小五年級學生喜歡哪一家品牌的速食？

根據問卷統計結果顯示，可以發現民生國小五年級學生大多是普通喜歡吃速食，且有一半以上的學生都是喜歡吃麥當勞，原因大部分是因為喜歡它的香味。

二、民生國小五年級學生多久吃一次速食？

根據問卷統計結果顯示，可以發現民生國小五年級學生大多不常吃速食，且大部分是一個星期吃一次。

從以上的比較可以發現，大多數的學生認為一周吃速食一次並不算是常常吃。

三、民生國小五年級學生是如何吃到速食？

根據問卷統計結果顯示，可以發現民生國小五年級學生買速食時大多都是一起住的家人付錢，且大部分是親自去櫃檯點餐。

四、民生國小五年級學生吃速食的習慣？

根據問卷統計結果顯示，可以發現民生國小五年級學生大多都點過套餐，吃速食時多數學生會搭配飲品，最近一次吃速食的地點大部分都是在家裡，且大多都是和住在一起的家人一起吃，吃速食時多數學生都會吃完，也通常會說話。

五、民生國小五年級學生吃速食的感受？

根據問卷統計結果，可以發現民生國小五年級學生吃速食時大多都非常開心，大部分都覺得自己吃的不多，且多數學生認為速食的優點是好吃，缺點是不健康。

柒、心得與建議

一、對於研究結果的心得

我覺得這個研究結果幾乎都跟我預測的結果差不多，但是有一題讓我覺得非常奇怪，在第四題的研究結果顯示民生國小五年級學生大多不常吃速食，可是在第五題的研究結果顯示民生國小五年級學生大部分是一個星期吃一次速食，看來民生國小五年級學生認為一個星期吃一次速食並不算常吃。

二、對於報告的心得

我覺得做這個報告非常的累也非常花時間，除了要做正式報告外，還要做問卷、架構圖、專家效度，光是做這些就要花大約30堂課了，還要做報告PPT，做完後還要給老師檢查，總結下來大約就要花45堂課了，而且過程非常的勞累，在做報告的期間，常常不知不覺就會想放棄。

三、對於未來學弟妹做報告的建議

我覺得可以多參考學長姐的獨立研究，了解整個報告的格式，如果在學校沒有完成該做的進度，回家一定要做，要不然可能會來不及，還有建議做一些比較熱門的主題，例如：營養午餐，這樣會有比較多的資料可以參考。

參考資料

1、楊蘭宇(108)。臺北市松山區民生國民小學。北市民生國小和民權國小六年級同學對營養午餐看法的調查研究

http://myhome.msps.tp.edu.tw/myhome2/gift/project/31graduate/idpd/idpd_1/%E6%A5%8A%E8%98%AD%E5%AE%87.pdf

2、賴心慧(108)。臺北市松山區民生國民小學。五年級學生對甜食的看法及習慣調查研究。

<http://myhome.msps.tp.edu.tw/myhome2/gift/project/31graduate/project/project1/%E8%B3%B4%E5%BF%83%E5%BD%97.pdf>

3、維基百科(2011)。維基百科, 自由的百科全書。速食。

<https://zh.m.wikipedia.org/zh-tw/%E5%BF%AB%E9%A4%90>

4、蔡淑芳(82)。私立中華醫事學院食品營養系。青少年飲食問題與建議。

<https://www.hpa.gov.tw/File/Attach/921/%E9%9D%92%E5%B0%91%E5%B9%B4%E9%A3%B2%E9%A3%9F%E5%95%8F%E9%A1%8C%E8%88%87%E5%BB%BA%E8%AD%B0.pdf>