

第 4 章

衛生署
教育局
康樂及文化事務署

小學生健康生活方式

這項帳目審查是根據政府帳目委員會主席在一九九八年二月十一日提交臨時立法會的一套準則進行。這套準則由政府帳目委員會及審計署署長雙方議定，並已為香港特別行政區政府接納。

《審計署署長第五十二號報告書》共有七章，全部載於審計署網頁(網址：<http://www.aud.gov.hk>)。

香港
灣仔
告士打道 7 號
入境事務大樓 26 樓
審計署

電話：(852) 2829 4210
傳真：(852) 2824 2087
電郵：enquiry@aud.gov.hk

小學生健康生活方式

目 錄

	段數
第1部分：引言	1.1
背景	1.2 – 1.11
帳目審查	1.12 – 1.13
審計署的整體意見及建議	1.14 – 1.15
當局的整體回應	1.16 – 1.19
鳴謝	1.20
第2部分：學校遵從健康飲食指引的情況	2.1
衛生署發出的健康飲食指引	2.2 – 2.4
教育局發出的學校膳食指引	2.5
學校遵從各項指引的情況	2.6
審計署的意見及建議	2.7 – 2.41
當局的回應	2.42 – 2.44
第3部分：推行校園健康飲食計劃	3.1
“校園至「營」特工計劃”的推行情況	3.2 – 3.4
審計署的意見及建議	3.5 – 3.16
當局的回應	3.17
在「健康飲食在校園」網站分享經驗	3.18
審計署的意見及建議	3.19 – 3.20
當局的回應	3.21
第4部分：學生健康服務	4.1
學生健康服務提供的服務	4.2 – 4.4
審計署的意見及建議	4.5 – 4.13
當局的回應	4.14
第5部分：向小學生推廣體能活動	5.1
體能活動對兒童的重要性	5.2 – 5.3
學校體育及體能活動	5.4 – 5.5
審計署的意見及建議	5.6 – 5.14
當局的回應	5.15
學校體育推廣計劃	5.16
審計署的意見及建議	5.17 – 5.21
當局的回應	5.22 – 5.23

	段數
第 6 部分：推行其他支援措施	6.1
社區資源	6.2
審計署的意見及建議	6.3 – 6.5
當局的回應	6.6
監察及評估	6.7 – 6.9
審計署的意見及建議	6.10 – 6.16
當局的回應	6.17 – 6.18

	頁數
附錄	
A：香港兒童身高別體重圖表	49
B：衛生署就午膳質素發出的指引	50
C：綠燈、黃燈及紅燈小食的例子	51 – 53
D：學生健康服務中心提供的服務	54
E：世界衛生組織建議的表現指標例子	55
F：「健康飲食在校園」運動下所舉辦活動的過程／成果統計數字例子	56

第1部分：引言

1.1 本部分闡述這項審查的背景，並概述審查目的及範圍。

背景

兒童的健康成長及發展

1.2 兒童是社會未來的主人翁，確保他們健康成長及發展是所有社會的首要關注事項。據世界衛生組織 (世衛) 表示，與營養相關的兒童健康問題，日漸成為引致嚴重疾病的主要原因。

1.3 雖然營養不良是發展中國家的主要問題，但過重和肥胖 (註 1——以下統稱為“肥胖”，而過重／肥胖兒童則統稱為“肥胖”兒童) 問題在很多已發展國家卻達到相當普遍的程度。肥胖不僅對公眾健康構成威脅，而且亦對經濟造成重大影響。世衛在二零零零年的報告指出，肥胖問題對多個已發展國家所造成的直接經濟損失，介乎總醫護開支的 2% 至 7% 之間。

1.4 據衛生署表示，香港的肥胖問題未如已發展國家 (例如美國) 般嚴重。不過，衛生署發現本港中小學生肥胖的普遍程度正逐步上升，而小學生的肥胖問題較中學生嚴重。

童年期肥胖

1.5 據衛生署表示，熱量的攝取及消耗若是失衡，便會導致肥胖。當熱量攝取長時間高於消耗，肥胖問題才會出現。衛生署的資料顯示本港小學生的肥胖情況有上升趨勢 (註 2)，由 1997/98 學年 (註 3) 的 16.4% 增至 2007/08 學年的 21.3% (見圖一)。2007/08 學年錄得的肥胖甄別率為 21.3%，表示該學年內每五名小學生便有一名屬於肥胖。

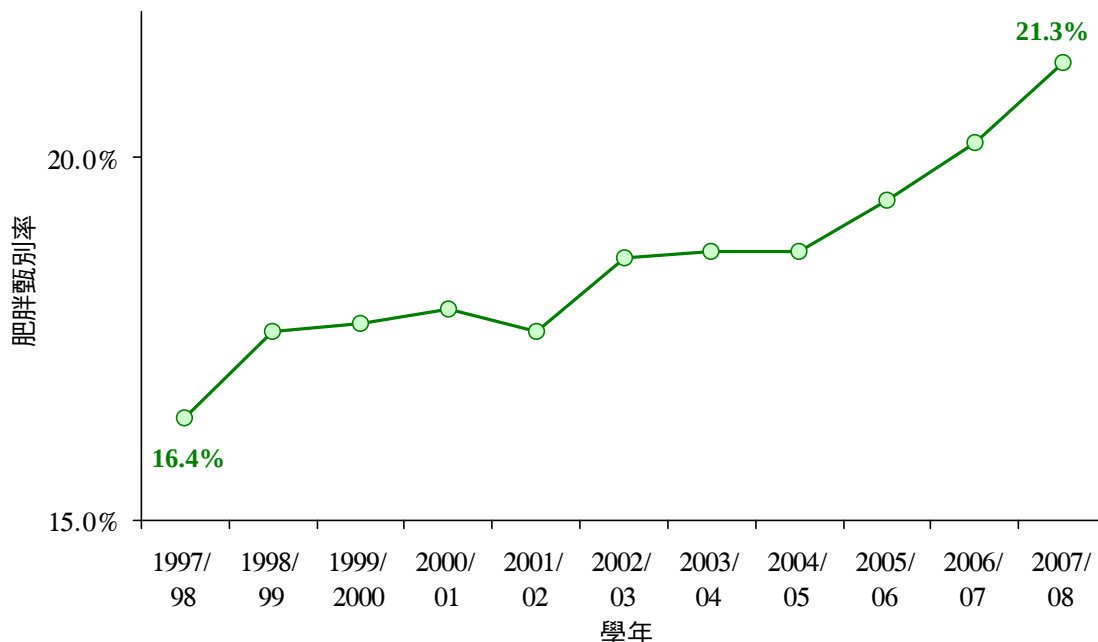
註 1：過重是指體重異常偏高，多出來的體重可以是來自骨骼、肌肉、脂肪組織或水分的重量，而肥胖則是指身體儲存過量脂肪，達致健康有可能受損的程度。

註 2：與世衛建議使用的方法一樣，衛生署對童年期肥胖的定義是體重大於性別及身高相同的兒童體重中位數的 120%。舉例來說，如多名身高 153 厘米的男童的體重中位數為 42 公斤，則一名身高 153 厘米而體重超過 50.4 公斤 (即 42 公斤 × 120%) 的男童會被界定為過重。衛生署製訂了香港兒童身高別體重圖表 (見附錄 A)。常用以量度成人肥胖的體重指數並不能直接應用於兒童。

註 3：除另有說明外，下文提及的所有年份都是指學年，由九月的首天開始。

圖一

小學生肥胖情況的上升趨勢



資料來源：衛生署的記錄

1.6 衛生署亦發現童年期肥胖對公眾健康構成的威脅不斷增加，亦對社會造成沉重的經濟負擔。心血管疾病的風險因素(例如血壓上升和耐胰島素性)有所增加，以及過早出現糖尿病，也與童年期肥胖有關。童年期肥胖亦可引致阻塞性睡眠窒息症及骨科併發症。肥胖兒童傾向在成年期持續肥胖。衛生署亦指出**健康飲食**和**定期進行體能活動**是兩項有助預防童年期肥胖的生活方式。

衛生署提出的健康飲食措施

1.7 政府當局在《二零零五年施政報告》中表示，會向學童提倡健康飲食習慣(**健康飲食措施**)，以助公眾預防各種與生活習慣有密切關係的疾病。二零零六年一月，衛生署向立法會衛生事務委員會匯報以下健康飲食措施的要點：

- (a) **肥胖是香港首要的公共衛生課題。**衛生署與本地一所大學合作進行的人口住戶健康調查顯示，約 40% 的市民屬過重／肥胖。根據衛生署學生健康服務的資料，小學生的肥胖情況有上升趨勢(見第 1.5 段)。正如世界各地一樣，這個現象都是由靜態的生活方式和健康的飲食習慣結合而成的。不健康飲食習慣，是指進食含高動物脂肪和蛋白質、經提煉的碳水化合物和糖的食物，以及缺少蔬果；

- (b) 除應繼續現時在社區提倡健康飲食習慣的健康教育工作外，應將力量集中在小學生上，因為兒童從小培養這種習慣，成效較大。兒童從小養成的健康飲食習慣，有很大機會會在長大成人後持續下去；
- (c) 為控制童年期肥胖的問題，政府當局需要從各方面增強及深化力度，即：
 - (i) 提高學童、教師、家長及公眾對健康飲食的重要性的認知；
 - (ii) 加強小學生對健康飲食的知識、態度和實踐；及
 - (iii) 在校園和社會營造一個支持健康飲食的環境；
- (d) 為推行健康飲食措施，有關當局會採用跨界別緊密協作的伙伴合作形式，邀請政府部門、學校職員、學童、家長、食物供應商、專業團體及學術界參與；及
- (e) 學校在塑造兒童和青少年飲食模式方面可扮演更重要的角色。學校是傳授知識、培養價值觀和推動實踐的地方。由於兒童長時間留在學校，部分更在校內進食午膳，因此學校是提倡健康飲食習慣的理想地方。

1.8 二零零五年十二月，衛生署成立督導委員會(註4)，為學校的健康飲食運動(名為「健康飲食在校園」運動)提供方向性的指導。衛生署自2006/07學年起，在全港小學推行該項運動。這項運動的主要目的是提高大眾對兒童健康飲食的認知及關注，並營造有助在學校及社會提倡健康飲食的環境。衛生署認為，向小學生提倡健康飲食，可有助對抗童年期肥胖和減低兒童患上非傳染病的風險。

1.9 據衛生署表示，該項運動是參照世衛的“飲食、身體活動與健康全球戰略”(世衛健康戰略)、本地及海外經驗，以及就各小學的營養環境在二零零六年年初所進行的學校問卷調查結果而制訂的。這項運動包括五個策略性方向，即“結盟”、“宣傳和倡導”、“教育與培訓”、“改善環境”和“研究及評估”。主要成果包括：

- (a) 向小學管理人員發出衛生署健康飲食指引，訂明學校午膳及小食的食物規定，以加強食物的營養質素；並提供指引、舉辦簡介會及工作坊的形式為午膳供應商提供培訓及支援；

註4：督導委員會由衛生署、教育局、食物環境衛生署、香港電台和各教育及專業團體的代表組成。督導委員會已制定全面的策略，以推動學校的健康飲食運動。

- (b) 在小學推行“校園至「營」特工計劃”，讓教師及家長培養學童的健康飲食習慣。同時亦為沒有參與該計劃的學校、校本制服團體及非政府機構在社區舉辦類似的培訓活動；
- (c) 舉辦各種宣傳及倡導活動 (註 5)，推廣校園健康飲食文化；及
- (d) 為這項運動設立專題網站，向學校傳遞健康飲食資訊。

1.10 二零零八年一月，衛生署就這項運動進行評估研究 (衛生署的研究——註 6)。衛生署的研究顯示，這項運動令學生、家長及學校更加注意健康飲食的重要性，並有助營造有利健康飲食的校園環境。二零零九年二月，衛生署告知立法會有關事務委員會，為加強及延續培養兒童飲食習慣的效果，衛生署認為有需要採用針對人生不同階段需要的模式 (註 7) 來加強向新生至 12 歲的兒童推廣健康飲食。衛生署會繼續監察學童飲食習慣的改變及童年期肥胖情況的趨勢。

學生健康及體能活動計劃

1.11 政府當局完全認同在校園內增加學童體能活動量的重要性，因此推行多項以學校為本的健康及體能活動計劃。計劃主要包括：

- (a) 自 1995/96 學年起，衛生署學生健康服務為學生提供免費體格檢驗、健康教育及輔導服務；
- (b) 教育局已把教授健康飲食納入學校課程內，並一直在學童的體育技能發展方面提供協助。舉例來說，在小學常識科課程內教授健康飲食的知識及正確態度，並建議學校分配體育課的課時為每年總課時的 5% 至 8%；及
- (c) 自二零零一年起，康樂及文化事務署 (康文署) 與教育局合作推行**學校體育推廣計劃**，為就讀中小學和特殊學校的兒童及青少年提供體育訓練及相關資訊。

註 5：活動包括製作教育資料、播放電視宣傳片及電台宣傳聲帶、向學校和其他相關人士 (例如家長教師會、午膳供應商及區議會) 進行探訪和作出簡介、舉辦研討會及記者招待會，以及推行各項學校為本活動。

註 6：衛生署的研究涵蓋 51 間小學，向超過 11 000 名小四、小五學生及其家長發出問卷。

註 7：衛生署表示會推行措施，如加強向家長提供有關餵哺嬰兒的支援，與學前教育界合作，建立更有利培養健康生活習慣的學習環境。

帳目審查

1.12 鑑於童年期肥胖情況有上升趨勢，審計署最近進行了一項審查，審視各項為小學生培養更健康生活方式的學校為本計劃。這項審查涵蓋以下範疇：

- (a) 學校遵從健康飲食指引的情況 (第 2 部分)；
- (b) 推行校園健康飲食計劃 (第 3 部分)；
- (c) 學生健康服務 (第 4 部分)；
- (d) 向小學生推廣體能活動 (第 5 部分)；及
- (e) 推行其他支援措施 (第 6 部分)。

1.13 為研究小學飲食及體能活動的安排，並收集他們對政府的學校為本健康推廣計劃的意見，審計署在二零零八年年底探訪過 6 間小學 (隨機抽選)，並進行學校問卷調查 (審計調查)。二零零八年十二月初，審計署向 517 間學校 (註8) 分發問卷。截止二零零九年一月底，當中 426 間 (82%) 對這項審計調查作出回應。

審計署的整體意見及建議

1.14 政府當局致力將預防童年期肥胖訂作長遠目標。衛生署、教育局及康文署已制訂健康飲食措施及推廣體能活動，朝正確方向逐步邁進。為有效預防童年期肥胖及協助小學生建立更健康的生活方式，各政府部門及相關人士 (包括學校及家長) 均須不斷同心協力。

1.15 有關各方在合作時需要高度協調和承擔，尤其是當各有不同須優先處理的項目時。審計署建議衛生署署長、教育局局長和康樂及文化事務署署長應齊心協力，互相緊密支援，以期在長遠而言協助小學生建立更健康的生活方式。

當局的整體回應

1.16 衛生署署長接納審計署對其提出的建議。他表示會與教育局局長、康樂及文化事務署署長和其他各相關人士更緊密合作，向小學生推廣更健康的生活方式。

註 8：這項審計調查涵蓋所有主流官立及資助小學，以及在直接資助計劃下獲教育局資助的小學。

1.17 教育局局長感謝審計署進行是次調查，並接納審計署就培養小學生建立更健康生活方式提出的建議。他表示，教育局會繼續支持衛生署及康文署向小學生推廣健康飲食及體能活動。

1.18 康樂及文化事務署署長亦同意審計署的建議。

1.19 食物及衛生局局長歡迎是次帳目審查就政府當局推廣健康飲食及體能活動的工作提供有用的意見及建議。他表示：

- (a) 食物及衛生局支持衛生署推行措施，與相關各方更緊密合作向小學生推廣更健康的生活方式；
- (b) 二零零八年十月，衛生署發表《促進健康：香港非傳染病防控策略框架》的文件。該文件載列預防及控制香港非傳染病的遠景、目標及策略方針。其後，成立了由食物及衛生局局長本人擔任主席的防控非傳染病督導委員會，負責督導非傳染病防控工作的方向，並監督推行的進度。此外，亦成立了處理飲食及體能活動的工作小組，負責就制訂、推行和評估本港健康飲食及體能活動推廣的工作計劃提出建議；及
- (c) 是次帳目審查的意見及建議對上述督導委員會及工作小組的工作具有很大的參考作用。

鳴謝

1.20 在帳目審查期間，得到衛生署、教育局及康文署的人員充分合作，審計署謹此致謝。此外，學校校長在完成審計問卷上通力合作，還提供寶貴建議／意見，審計署亦在此致謝。

第2部分：學校遵從健康飲食指引的情況

2.1 本部分探討小學遵從衛生署在「健康飲食在校園」運動(見第1.9(a)段)下發出的健康飲食指引的情況，並審視教育局所發出用以補充衛生署指引的學校膳食指引。

衛生署發出的健康飲食指引

2.2 自二零零六年起，衛生署向小學發出以下有關健康飲食的指引資料：

- (a) 有關學校應如何制定健康飲食政策的指引；
- (b) 《小學生午膳營養指引》(《衛生署午膳指引》)及《小學生小食營養指引》(《衛生署小食指引》)。前者旨在確保學童能夠進食營養均衡的學校午膳，以供正常發育及發展所需；而後者則協助食物部營運商、家長及學校管理人員為學童提供合適的健康小食及飲品。《衛生署小食指引》亦涵蓋校內售賣機出售的小食及飲品；及
- (c) 有關監察學校午膳營養質素的清單。

2.3 學校遵從衛生署的指引純屬自願性質。衛生署通過各種途徑，包括說服學校、建立伙伴關係、進行推廣及教育工作，鼓勵學校遵從有關指引。

2.4 據衛生署表示，在籌劃及推行指引資料的過程中，衛生署人員通過通信、會面、學校探訪及舉行簡介會，與相關人士(例如校長及辦學機構)進行溝通。由二零零六年五月至二零零八年八月，衛生署為相關各方進行了逾390次探訪及舉行簡介會。

教育局發出的學校膳食指引

2.5 在衛生署的要求下，教育局自二零零七年年年初起向學校發出通告及指引(教育局指引)，要求學校遵從衛生署的健康飲食指引。教育局的學校膳食安排指引載有以下規定：

- (a) **校園健康飲食政策** 鼓勵各學校制定促進學生健康的膳食政策，並建議學校參考衛生署的指引，定期檢討政策的推行，以及持續監察健康膳食的安排，以便午膳供應商能適時採取改善措施；

- (b) **為學生供應午膳** 學校只可與持有食物製造廠牌照並得到食物環境衛生署 (食環署) 認可的午膳供應商簽訂有關供應午膳飯盒的合約 (註 9)；及
- (c) **在學校食物部或學校售賣機出售的小食** 學校應考慮所出售小食的營養價值，並參考衛生署的選擇健康小食指導原則及指引。

學校遵從各項指引的情況

2.6 審計署通過學校探訪和進行審計調查，審視各小學遵從衛生署及教育局的指引的情況 (見第 1.13 段及註 10)，並曾就下列方面進行探討：

- (a) 制定校園健康飲食政策 (見第 2.7 及 2.8 段)；
- (b) 遵從《衛生署午膳指引》的情況 (見第 2.9 至 2.16 段)；
- (c) 對校內午膳營養質素的監察 (見第 2.17 至 2.20 段)；
- (d) 遵從《衛生署小食指引》的情況 (見第 2.21 至 2.32 段)；
- (e) 衛生署遇到的挑戰 (見第 2.33 至 2.36 段)；及
- (f) 遵從教育局的持牌午膳供應商指引的情況 (見第 2.37 至 2.39 段)。

審計署的意見及建議

制定校園健康飲食政策

2.7 在審計調查中，學校被問及有否制定並以文件記錄校園健康飲食政策。有 423 間學校對此問題作出回應，當中：

- (a) 119 間 (28%) 學校表示已制定並以文件記錄校園健康飲食政策；
- (b) 171 間 (40%) 表示有訂立校園健康飲食政策，但沒有以文件記錄；及
- (c) 133 間 (32%) 未有制定任何政策。

註 9：根據《食物業規例》(第 132X 章) 第 31 條，任何人士如有意配製或製造食物在食物業處所以外出售，必須向食環署申領食物製造廠牌照。食物製造廠持牌人如欲供應午膳飯盒，必須得到食環署的批准，並須遵從有關規管存放膳食、運送膳食所用的車輛、飯盒及資料記錄的附帶發牌條件。

註 10：在審視學校午膳及小食的營養程度時，審計署徵詢了衛生署營養師的專業意見。

2.8 審計調查顯示，過半數學校未能提供校園健康飲食政策的文件記錄。衛生署有需要與教育局加強合作，大力鼓勵學校制定並以文件記錄健康飲食政策。

遵從《衛生署午膳指引》的情況

2.9 《衛生署午膳指引》包括兩個組成部分——食物分量的指引和食物質量的指引。

2.10 《衛生署午膳指引》對食物分量的要求 根據《衛生署午膳指引》，學校每天午膳所提供五穀類（例如飯麵）、蔬菜和肉類佔飯盒容量的比例應是“3：2：1”。此外，每天應提供最少1份蔬菜（例如85克煮熟的葉菜或80克煮熟的菇類），以及每天最少 $\frac{1}{2}$ 份水果（例如65克橙或34克香蕉），或每週最少 $2\frac{1}{2}$ 份水果。

2.11 審計署探訪過6間學校，審視學校午膳供應商多天提供的午膳，以查明學校遵從《衛生署午膳指引》對食物分量的要求的程度。審計署發現，學校在遵從指引方面的程度各異，而且沒有學校能夠完全遵從指引的要求（見表一）。

表一

遵從《衛生署午膳指引》對食物分量的要求

對食物分量的要求	學校					
	A	B	C	D	E	F
五穀類、蔬菜和肉類的比例為“3：2：1”	x	x	x	x	x	x
最少1份蔬菜	✓	✓	x	✓	x	x
每天最少 $\frac{1}{2}$ 份水果或每週最少 $2\frac{1}{2}$ 份水果	✓	✓	x	x	x	x

說明： ✓ 學校符合要求
x 學校不符合要求

資料來源：學校探訪及審計署的分析

2.12 照片一至四顯示不符合“3：2：1”比例要求的午膳例子(根據審計署的學校探訪資料)。

照片一至四

不符合“3：2：1”比例要求的午膳

一



肉類過多而且
比例幾乎是1：1：1

二



飯和蔬菜過少

三



肉類過多而蔬菜過少

四



蔬菜過少

資料來源：審計署拍攝的照片

2.13 《衛生署午膳指引》對食物質量的要求 根據《衛生署午膳指引》對食物質量的要求，學校：

- (a) 不應於每週超過兩個上課天，提供含“限制供應的食品”的午膳(例如炒飯／麵及雞翼)；及
- (b) 不應提供含“強烈不鼓勵供應的食品”的午膳(例如炸薯條和炸豬扒)。

更多的例子見附錄B。

2.14 審計署根據15間學校(6間經審計署探訪的學校，另9間從交回審計調查問卷的學校中隨機抽選)所提供二零零八年十月的午膳餐單，審視學校遵從《衛生署午膳指引》對食物質量的要求的情況。審計署發現，只有一間學校能夠完全符合第2.13段所述的食物質量要求。至於其他14間學校，審計署發現他們全部有在每週超過兩個上課天提供含“限制供應的食品”的午膳。在二零零八年十月，這些學校曾有一至四次不遵從《衛生署午膳指引》。此外，這些學校中，有13間曾提供含“強烈不鼓勵供應的食品”的午膳。詳情載於表二。

表二

不遵從《衛生署午膳指引》對食物質量的要求
(二零零八年十月)

不遵從的次數 (週數)	每週超過 兩個上課天提供含 “限制供應的食品”的午膳 (學校數目)	含“強烈 不鼓勵供應的食品” 的午膳 (學校數目)
1	4	4
2	2	8
3	4	1
4	4	—
總計	14 (註)	13

資料來源：學校探訪及審計調查

註：有四間學校在其中一週的全部五個上課天提供含“限制供應的食品”的午膳。

2.15 照片五至八顯示學校提供含“限制供應的食品”的午膳例子。

照片五至八

含“限制供應的食品”的午膳

五



炒麵

六



有醬汁的焗麵

七



雞腿連皮

八



墨魚丸及火腿包

資料來源：審計署拍攝的照片

2.16 審計署認為衛生署及教育局有需要更大力鼓勵學校遵從《衛生署午膳指引》，尤應提醒學校避免經常提供含“限制供應的食品”及／或“強烈不鼓勵供應的食品”的午膳。

對校內午膳營養質素的監察

2.17 衛生署已建議學校使用清單(見第 2.2(c) 段)來監察午膳供應商所提供午膳的營養質素。建議的監察程序包括以下步驟：

- (a) 揀選一個月的五個上課天(最好是連續的)進行午膳評估；
- (b) 檢視在上文(a)段所述五個上課天每日所供應的午膳食物；

- (c) 評估所供應的午膳是否符合《衛生署午膳指引》的要求(例如“3:2:1”的比例和不提供“強烈不鼓勵供應的食品”);
- (d) 以文件記錄在上文(c)段所述的監察結果,以便向午膳供應商反映意見;及
- (e) 與午膳供應商商討所供應午膳的營養質素。

衛生署已把這些監察程序及有關清單上載「健康飲食在校園」網站,方便學校參考及應用。

2.18 在審計調查中,學校被問及有否使用清單來監察學校午膳的營養質素。有380間學校對此問題作出回應,當中:

- 83間(22%)曾使用清單來監察學校午膳的營養質素,並保存監察結果的記錄。
- 90間(24%)表示曾使用清單,但並無保存任何記錄。
- 140間(37%)表示沒有使用清單,但曾根據自訂的方法(例如邀請家長品嚐有關午膳和給予意見)來監察學校午膳的營養質素。
- 67間(17%)並無監察學校午膳的營養質素。

2.19 在審計調查中,學校被問及對有關清單有何意見。有350間學校對此問題作出回應,當中198間(57%)表示在使用清單時遇到困難。其主要困難如下:

- 教師沒有這方面的專業知識,以及未獲提供足夠培訓以監察學校午膳的營養質素。
- 監察程序過於複雜。
- 學校沒有時間進行監察。

2.20 協助學校克服在監察學校午膳營養質素方面遇到的困難,可使學校更加遵從《衛生署午膳指引》的要求。審計署認為,衛生署有需要探討學校所遇到的困難,並向他們提供所需的支援(例如培訓及建議)。就此,審計署認為衛生署到學校探訪可有助更深入了解學校所面對的問題,並評估學校所採用的監察方法是否有效。此外,衛生署及教育局應鼓勵學校以文件記錄監察午膳的工作,以便進行檢討。

遵從《衛生署小食指引》的情況

2.21 根據小食(包括食品和飲料)的營養價值及其對健康構成的影響，《衛生署小食指引》把小食分為三個類別：

- (a) **綠燈小食(即宜多選擇的小食)** 這類小食含有豐富營養素(例如膳食纖維、礦物質及維他命)，同時又含較少脂肪、添加的糖鹽。應鼓勵在學校食物部以最細小的包裝出售這些小食；
- (b) **黃燈小食(即限量選擇的小食)** 儘管這類小食含有一定的營養價值，但同時亦含有中等份量的脂肪、添加的糖或鹽。不應在校內大量供應這類小食，或將其放於當眼或方便接觸的地點讓學童容易選購，並建議學童一星期內不應進食這類小食超過兩次；及
- (c) **紅燈小食(即少選為佳的小食)** 這類小食營養價值較低，但脂肪和添加的糖鹽含量偏高。強烈不鼓勵在校園出售這類小食。這類小食亦不應攜帶返校或在學校食物部出售。

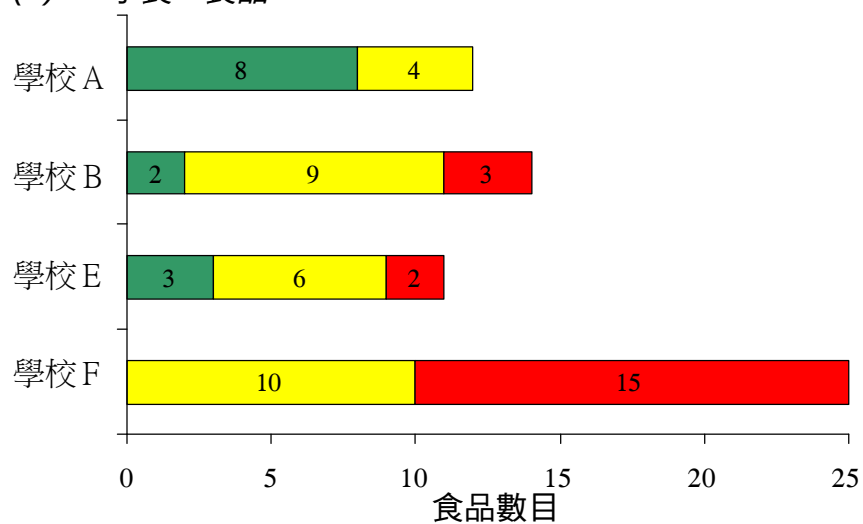
綠燈、黃燈及紅燈小食的例子載於附錄 C。

2.22 **在學校食物部出售的小食** 審計署曾審視在四間受訪學校食物部出售的小食(其餘兩間受訪的學校，即學校 C 及學校 D 並無設有食物部)。審計署的審查結果載於圖二。

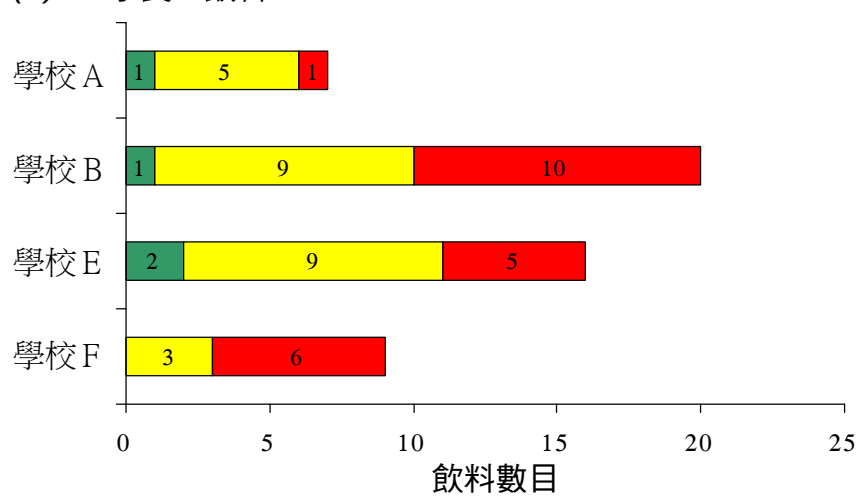
圖二

學校食物部出售的小食

(A) 小食：食品



(B) 小食：飲料



說明：

- 綠燈小食
- 黃燈小食
- 紅燈小食

資料來源：學校探訪及審計署的分析

2.23 圖二顯示：

- (a) 除學校 A 外，學校 B 及 E 只有少量綠燈小食出售，而學校 F 則沒有綠燈小食出售；
- (b) 在學校 F，紅燈小食在所有出售的食品及飲料中分別佔 60% 及 67%；及
- (c) 在學校 B，紅燈小食在所有出售的飲料中佔 50%。

2.24 照片九至十一顯示在受訪學校出售的部分紅燈小食例子。

照片九至十一

在學校出售的紅燈小食

九



油炸食物

十



薯片

十一



高糖飲品

資料來源：審計署拍攝的照片

2.25 **學生較喜歡的食物** 衛生署在二零零六年年初進行調查 (見第1.9段)，曾要求學生指出他們較喜歡的食物。約50%受訪學生喜歡不健康的食物 (例如雪糕和熱狗)。

2.26 為確定《衛生署小食指引》自二零零六年發出以來，學生在食物喜好方面有多大改變，審計調查收集學校提供在二零零八年十月校內食物部三種最暢銷小食的資料。根據 15 間學校 (從交回審計調查問卷的學校中隨機抽選) 所提供的資料，得出結果如下：

表三

學校食物部三種最暢銷的小食

小食	數目	百分率
綠燈小食	——	——
黃燈小食	25	56%
紅燈小食	20	44%
總計	45	100%

資料來源：審計調查

2.27 如表三所示，最暢銷小食全非綠燈小食，而當中黃燈小食及紅燈小食分別佔 56% 及 44%。換言之，學生仍較喜歡不健康的食物。

2.28 照片十二至十四顯示 15 間學校三種最暢銷的小食例子，全為紅燈小食。

照片十二至十四

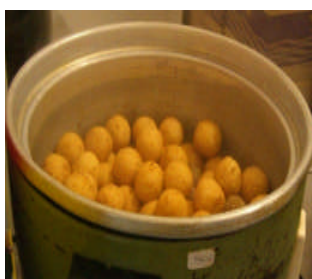
學校最暢銷的小食

十二



含高添加糖分的糖果

十三



炸魚蛋

十四



含添加鹽糖的魚乾

資料來源：審計署拍攝的照片

2.29 **學校售賣機出售的小食** 審計署發現：

- (a) 兩間受訪學校 (註 11) 的售賣機出售的綠燈小食數目有限，而大部分出售的是紅燈小食；及
- (b) 在 30 間受審視學校 (從交回審計調查問卷的學校中隨機抽選) 的售賣機出售的小食中，三種最暢銷的小食只有1%是綠燈小食，而黃燈小食和紅燈小食分別佔 46% 和 53% 。

2.30 **在校內推廣小食** 根據《衛生署小食指引》，學校管理人員和食物部營運商不應允許在校內進行推廣黃燈及紅燈小食的活動，包括食品公司舉辦的活動及在校內當眼處 (例如學校售賣機) 展示小食品牌名稱。

2.31 審計署留意到在 6 間受訪學校中，有 2 間學校允許在校內推廣黃燈／紅燈小食，詳情如下。

在校內進行黃燈／紅燈小食推廣活動

在學校售賣機展示小食品牌名稱

學校 A 的售賣機展示了一款紅燈小食的品牌名稱。

優惠卡推廣

一間餅店於 2008/09 學年在學校 E 推廣優惠卡。約有 900 名學生申請，購買雪芳蛋糕和奶油蛋糕時可獲折扣優待。根據《衛生署小食指引》，雪芳蛋糕和奶油蛋糕分別屬於黃燈和紅燈小食。

資料來源：學校記錄

2.32 審計署認為衛生署有需要聯同教育局更大力鼓勵學校遵從《衛生署小食指引》，並提醒學校在食物部及／或售賣機提供更多綠燈小食，以取代紅燈小食。

註 11：6 間受訪學校中，只有 2 間設有售賣機，其中 1 間學校設有食品及飲料售賣機，另 1 間則只設有飲料售賣機。

衛生署遇到的挑戰

2.33 二零零九年二月，衛生署告知審計署：

- (a) 衛生署在推行健康飲食指引時遇到以下挑戰：
 - (i) 部分學校可能不想或不大積極與家長及午膳供應商合作以確保安排健康的學校膳食；
 - (ii) 部分學校可能不大願意分配人手來監督有關工作；
 - (iii) 部分學校所採用挑選午膳供應商的方法可能無助推廣健康飲食；
 - (iv) 部分家長及學童尚未準備好接受較健康的膳食；及
 - (v) 學校及午膳供應商有時表示，家長反對及學童抗拒較健康的食物，對為飲食作出較正面的改變造成障礙；及
- (b) 在監察午膳質素方面，一些在學校察覺到的障礙包括工作繁重、需具備專業飲食知識，以及實際上難以找到一羣固定而又受過使用有關清單基本訓練的人員及家長來定期進行監察程序(審計調查有同樣的結果——見第 2.19 段)。

2.34 審計署明白到衛生署在推行健康飲食指引時會遇到挑戰。鑑於有關指引有助培養校園健康飲食環境，衛生署有需要更大力協助學校實施有關指引。

2.35 審計署知道衛生署獨力未必有足夠資源監察學校遵從衛生署健康飲食指引的情況。就此，衛生署或可考慮尋求教育局的協助，因為教育局與學校之間已設有完善的溝通網絡。舉例來說，教育局的區域教育服務處可為在推行健康飲食指引方面有困難的學校提供意見及支援。

2.36 在二零零六年一月的立法會有關事務委員會的會議上(見第 1.7 段)，食物及衛生局表示，假如所有其他措施(包括健康飲食措施——見第 1.7 至 1.10 段)也未能控制童年期肥胖的問題，政府當局會考慮推行強制性措施。鑑於政府當局承諾把預防童年期肥胖作為長遠目標，審計署認為衛生署有需要持續檢討小學遵從健康飲食指引的情況(例如通過學校調查)，以及推行強制性措施的需要。

遵從教育局有關午膳供應商指引的情況

2.37 根據教育局的指引，學校的午膳供應商必須持有由食環署發出的食物製造廠牌照，並獲批准供應午膳飯盒（見第 2.5(b) 段）。學校應要求午膳供應商提供牌照文件，以供檢查。

2.38 根據在審計調查中收到的學校回應，審計署發現有41名午膳供應商為學校提供午膳。審計署隨機抽選了10名午膳供應商，並將其資料與獲食環署批准供應午膳飯盒的持牌食物製造廠的名單核對。在該10名被抽查的午膳供應商中，審計署發現其中2名供應商有不符合規定的情況，詳情如下：

午膳供應商未持有為學校供應午膳飯盒的牌照

二零零九年一月，審計署未能在獲食環署批准供應午膳飯盒的持牌食物製造廠名單上找到兩名學校午膳供應商的名字。因此，審計署要求學校提供其午膳供應商的食物製造廠牌照副本，結果：

- 一間學校只能提供其午膳供應商的普通食肆牌照（註）；及
- 另一間學校提供了其午膳供應商的食物製造廠牌照，但該牌照只批准配製及售賣壽司和刺身。

審計署的意見

這兩名午膳供應商看來並未持有為學校供應午膳飯盒的牌照。

資料來源：學校記錄

註：普通食肆牌照由食環署向涉及出售膳食或非瓶裝的不含酒精飲品供人在其處所內進食或飲用的食物業發出。

2.39 教育局有需要諮詢食環署，以查明有關的兩名午膳供應商是否一直在未持有適當牌照的情況下經營，並在有需要時採取適當的補救行動。此外，應提醒學校根據教育局指引進行查核，以確保其午膳供應商是獲食環署批准供應午膳飯盒的持牌食物製造廠。

審計署的建議

2.40 審計署建議衛生署署長應與教育局局長合作：

制定校園健康飲食政策

- (a) 使衛生署／教育局更大力鼓勵學校制定並以文件記錄健康飲食政策；

遵從《衛生署午膳指引》及《衛生署小食指引》的情況

- (b) 更大力推動學校遵從《衛生署午膳指引》及《衛生署小食指引》；
- (c) 提醒學校避免經常提供含“限制供應的食品”及／或“強烈不鼓勵供應的食品”的午膳，並在校內食物部及／或售賣機提供更多綠燈小食，以取代紅燈小食；

對校內午膳營養質素的監察

- (d) 探討學校在監察午膳營養質素方面所遇到的困難，並向他們提供所需的支援及協助(包括在適當時探訪學校)；
- (e) 鼓勵學校以文件記錄監察工作，以便進行檢討；

衛生署遇到的挑戰

- (f) 考慮尋求教育局協助，為在推行健康飲食指引方面有困難的學校提供意見及支援；及
- (g) 持續檢討是否有需要推行強制性措施，以控制童年期肥胖的問題。

2.41 審計署亦建議教育局局長應：

遵從教育局有關午膳供應商指引的情況

- (a) 查明第2.39段所述的兩名午膳供應商是否一直在未持有適當牌照的情況下經營，並在有需要時採取適當的補救行動；及
- (b) 提醒學校根據教育局指引進行查核，以確保午膳供應商是獲批准供應午膳飯盒的持牌食物製造廠。

當局的回應

2.42 衛生署署長接納審計署的建議。他表示會與教育局局長合作，鼓勵、推動、加強和支持小學制定校園健康飲食政策，採用《衛生署午膳指引》及《衛生署小食指引》，以及監察在學校供應的食物的營養質素。

2.43 教育局局長同意審計署的建議。

2.44 食物環境衛生署署長表示食環署會對有關的兩名午膳供應商進行調查，如有足夠證據證明他們違反發牌條件，食環署會採取執法行動。

第3部分：推行校園健康飲食計劃

3.1 本部分探討在「健康飲食在校園」運動下學校推行校園至「營」特工計劃的情況。

“校園至「營」特工計劃”的推行情況

3.2 衛生署自 2006/07 學年起推行校園至「營」特工計劃(見第 1.9(b) 段)。該計劃包括一個培訓計劃及一個活動計劃，旨在通過衛生署提供的培訓及支援，加強教師和家長的信心及能力，以便在校園培養健康飲食環境，並藉此培養學生的健康飲食習慣。所有小學均獲邀以自願性質參加校園至「營」特工計劃。參與該學年計劃的學校均稱為“至「營」學校”。

3.3 校園至「營」特工計劃按學年推行。在每個學年開始前，所有學校均會獲邀參與校園至「營」特工計劃(註 12)。每間參與校園至「營」特工計劃的學校均須完成以下的培訓及活動計劃：

- (a) **培訓計劃** 每間學校應最少調派兩名教師、家長或其他學校人員參加由衛生署舉辦有關營養知識的培訓課程，以監察校園飲食環境的情況。這些培訓課程的目的如下：
 - (i) 讓學校掌握有關工具，以監察學校膳食及小食的營養價值；
 - (ii) 讓學校能與午膳供應商及食物部營運商就食物營養價值進行溝通及磋商；及
 - (iii) 提升學校能力，讓其可根據《衛生署午膳指引》及《衛生署小食指引》，提供更健康的食物給學童選擇(見第 2.2(b)段)；及
- (b) **活動計劃** 學校應在該學年最少舉辦兩次推廣健康飲食的校園活動(見照片十五至十八)，而當中最少有一項活動與制定／實施學校健康飲食政策有關。

註 12：學校通常在學年開始時參與／再次參與校園至「營」特工計劃。然而，他們可在該學年內隨時退出計劃。過往曾參與計劃的學校可考慮在下一學年或未來任何一年再次參與計劃。

照片十五至十八

推廣健康飲食的校園活動例子

十五



水果日

十六



學習如何選擇健康食物

十七



為家長舉辦健康飲食
培訓工作坊

十八



健康小食製作比賽

資料來源：衛生署的網站

3.4 據衛生署表示，有些小學致力為校園飲食環境帶來正面改變，並希望得到衛生署的協助及支援，校園至「營」特工計劃就是希望加強對這些小學提供的支援。學校申請參與該計劃時，衛生署會要求校長全力支持推廣健康飲食，因為沒有校長的支持與協助，該計劃是不能對校園飲食環境帶來結構性的改善。

審計署的意見及建議

學校參與校園至「營」特工計劃

3.5 在審計調查中，至「營」學校被問及該計劃是否有助培養學生的健康飲食習慣。大部分回答此問題的學校(207間學校中的174間，即84%)認為計劃有用／非常有用。表四顯示自計劃推出以來，至「營」學校數目每年均有增

加，但計劃的整體參與率仍然偏低(在 2008/09 學年，截至二零零八年十二月的參與率為 33%)。

表四

至「營」學校數目
(2006/07 至 2008/09 學年)

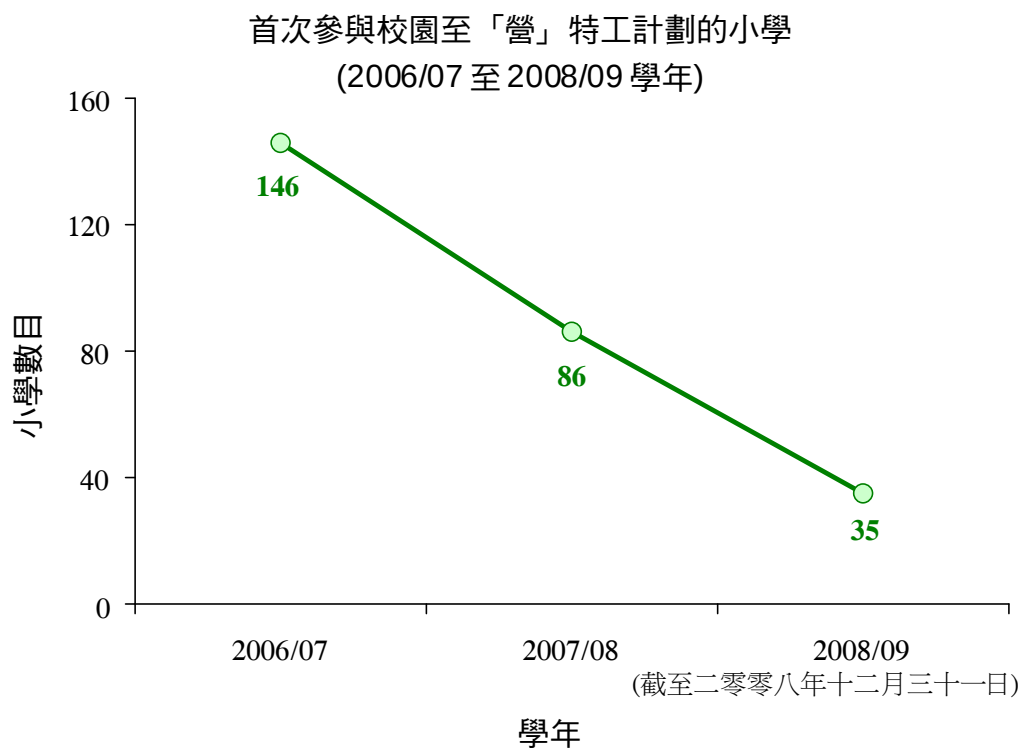
學年	小學數目 (註) (a)	至「營」 學校數目 (b)	學校參與率 (c)=(b)/(a) × 100%
2006/07	725	146	20%
2007/08	688	203	30%
2008/09 (截至二零零八年十二月 三十一日)	658	219	33%

資料來源：衛生署的記錄及審計署的分析

註：根據衛生署的記錄，小學包括官立小學、資助小學、直接資助計劃小學、特殊小學及私立小學。

3.6 審計署的分析顯示 2006/07 至 2008/09 學年的三年間，約 60% 小學 (658 間中的 394 間) 從未參與校園至「營」特工計劃。此外，首次參與校園至「營」特工計劃的小學數目逐年減少(見圖三)。在 2008/09 學年，只有 35 間學校新參與校園至「營」特工計劃。

圖三



資料來源：衛生署的記錄及審計署的分析

3.7 在審計調查中，還未參與校園至「營」特工計劃的學校被問及不參與計劃的理由。常見的理由包括：

- 學校已訂定本身的健康飲食活動／措施。
- 參加校園至「營」特工計劃會帶來很多額外工作。
- 缺乏人手。
- 健康飲食活動在校內不受歡迎。
- 學校的學科已包含校園至「營」特工計劃的內容。

資料來源：審計調查

3.8 由於學校教職員因同時處理不同事務而分身不暇，一些學校未必會把肥胖問題列作須優先處理的事務，這是可以理解的。然而，鑑於小學生肥胖情況有上升趨勢，學校須不斷努力培養校園健康飲食環境。根據還未參與校園至「營」特工計劃的學校在審計調查中提供的資料(見第 3.7 段)，審計署認為衛生署有需要在諮詢教育局後，設法鼓勵這些學校參與校園至「營」特工計劃。

探訪至「營」學校

3.9 衛生署曾派醫生、護士、營養師和健康推廣人員到至「營」學校提供支援。支援工作包括舉辦營養工作坊、出版校園至「營」特工計劃特工手冊、利用社區／網站資源，以及定期以電話、電郵及通訊形式與學校聯絡，視乎個別學校的需要而定。如有需要，當局會進行學校探訪，以加強彼此的關係，及向學校提供意見，為他們在促進健康飲食方面的工作提供支援。

3.10 據衛生署表示，探訪至「營」學校並非強制性的，如遇下列情況，便不會進行學校探訪：

- (a) 未能聯絡至「營」學校；或
- (b) 學校拒絕衛生署探訪；或
- (c) 學校需要衛生署極少或最低限度的支援，或已通過其他途徑獲得支援(例如從「健康飲食在校園」網站下載資料)。

衛生署已探訪大部分 2007/08 學年的至「營」學校(203 間中的 138 間，即 68%)，但仍有 65 間(32%) 至「營」學校未獲探訪。

3.11 由於進行學校探訪可讓衛生署人員觀察學校的飲食環境，並就有關學校健康飲食的事宜提供互動支援，因此衛生署宜盡量安排前往迄今仍未獲探訪的至「營」學校進行探訪。至於最初拒絕衛生署探訪的學校，一名衛生署人員把其經驗告知審計署，在再三聯絡這些學校並說服校方這些探訪能有助他們解決問題後，這些學校會變得較為樂意接受探訪。

至「營」嘉許機制

3.12 衛生署設立至「營」嘉許機制，以推動及嘉許致力參與校園至「營」特工計劃的小學。

3.13 衛生署採用計分制來評估至「營」學校的表現。計分制考慮的因素計有至「營」學校舉辦健康飲食活動的數目、性質、規模及時間。舉例來說，推行衛生署健康飲食指引的學校得分較高，但學校如只舉辦一次過推廣活動，不足

以持續改善學校的飲食環境，因此得分便會較低。在計分制下得分較高的學校會獲頒發獎項(金／銀／銅獎)及嘉許信。

3.14 審計署探訪過的六間學校中，三間為至「營」學校。審計署留意到，雖然這些學校有時並未完全遵從衛生署健康飲食指引，但是在 2007/08 學年曾獲頒發金獎。以下是一例子。

不遵從衛生署健康飲食指引

有一間審計署曾到訪的至「營」學校在2006/07學年及2007/08學年分別舉辦12項及10項健康飲食活動，因而獲獎。然而，審計署留意到，這間學校曾把“強烈不鼓勵供應的食品”列入午膳餐單，亦在食物部出售紅燈小食。

資料來源：學校記錄

3.15 審計署認為衛生署應與教育局合作，加深至「營」學校對至「營」嘉許機制的運作的認識，以及鼓勵他們盡量遵從衛生署健康飲食指引。

審計署的建議

3.16 審計署建議衛生署署長應：

- (a) 在諮詢教育局局長後，制訂措施鼓勵更多學校參與校園至「營」特工計劃；
- (b) 盡量安排前往未獲探訪的至「營」學校進行探訪；及
- (c) 考慮與教育局局長合作，加深至「營」學校對至「營」嘉許機制的運作的認識，以及鼓勵他們盡量遵從衛生署健康飲食指引。

當局的回應

3.17 衛生署署長及教育局局長接納審計署的建議。

在「健康飲食在校園」網站分享經驗

3.18 自 2006/07 學年起，衛生署設立「健康飲食在校園」運動網站(見第 1.9(d) 段)。此網站是向至「營」學校和還未參與校園至「營」特工計劃的學校傳遞健康飲食資訊的有用工具。衛生署邀請學校提供有關健康飲食活動的照片

及資料，致力豐富網站的內容。此外，為促進經驗分享，衛生署在網站載列自願就健康飲食各方面提供意見和資訊的學校詳細聯絡資料(名字及電話號碼)，這些方面包括：

- 制定健康飲食政策
- 實施健康飲食政策
- 實施《衛生署午膳指引》
- 實施午膳監察
- 實施《衛生署小食指引》
- 實施小食監察
- 應用“如何選擇午膳供應商”工具

審計署的意見及建議

3.19 為提高學校的興趣，審計署認為衛生署有需要考慮加入以下資料，使網站的經驗分享內容更豐富。舉例來說：

- (a) 學校推廣健康飲食的成功故事(有需要時可連照片)；及
- (b) 教師／家長／學童等就學童改變飲食習慣或採取更健康生活方式後的得益撰寫的文章。

審計署的建議

3.20 審計署建議衛生署署長應與教育局局長合作，致力使「健康飲食在校園」網站上有關經驗分享的內容更豐富。

當局的回應

3.21 衛生署署長及教育局局長接納審計署的建議。

第4部分：學生健康服務

4.1 本部分探討衛生署學生健康服務在體重管理方面提供的服務。

學生健康服務提供的服務

4.2 學生健康服務的目標是促進和保持中小學生的健康，確保他們能夠充分發揮健康潛能，在教育體系中得到最大的裨益。學生健康服務為學生提供兩類免費健康服務：

- (a) **以中心為本的服務** 這項服務由分布全港的12個學生健康服務中心及3個健康評估中心為中小學生提供。學生健康服務中心主要為學生作出每年的健康評估(學生健康服務中心所提供的服務見附錄D)，而健康評估中心則主要跟進由學生健康服務中心轉介的學生健康問題；及
- (b) **以學校為本的服務** 這項服務只為中學生提供。學生健康服務會安排到學校(已向學生健康服務預約有關服務的學校)探訪，為這些學校的學生提供心理教育及輔導，包括生活基本技巧訓練(例如壓力處理及個人價值觀)，以及與青少年有關的專題講座(例如健康飲食及性教育)。

4.3 中小學生可以自願形式，通過就讀的學校或直接在學生健康服務中心報名參加健康評估(註13)。為小學生安排的有關體重管理的健康評估包括：

- (a) 為學生量度體重及身高(見照片十九及二十)；及

註13：每個學年開始時，學生健康服務通過學校向學生派發小冊子，邀請他們參加健康評估。

照片十九及二十

學生健康服務中心為學生量度體重及身高

十九



二十



資料來源：衛生署的記錄

- (b) 為學生提供飲食和運動方面的意見。學生健康服務中心視乎學生的健康評估結果，或在有需要時把學生轉介至健康評估中心的營養師聽取意見，又或至醫院管理局轄下診所／醫院的專科醫生接受治療 (註 14)。

4.4 在 2007/08 學年，全港 384 837 名小學生中，317 368 名 (82.5%) 已參加健康評估。在這 317 368 名學生中：

- (a) 67 612 名 (21.3%) 學生屬肥胖 (見第 1.5 段)；及
- (b) 3 999 名 (1.3%) 學生有消瘦問題。據衛生署表示，這個情況通常是由習慣性偏食及／或進食緩慢所致。

註 14：除肥胖問題外，學生健康服務中心亦可能發現學生有消瘦問題 (例如體重低於按身高別體重的中位數的 80%—見附錄 A)。學生健康服務中心的醫生會先確定學生消瘦的根本原因，並視乎情況，把學生轉介至營養師／專科醫生。

審計署的意見及建議

為小學提供學生肥胖資料

4.5 學生健康服務設有資料庫，備存向在各學生健康服務中心參加健康評估的個別學生 (中小學) 收集所得的健康資料。這些健康資料包括：

- (a) 學生的健康問題 (例如學生的肥胖問題)；及
- (b) 學生的生活方式特點 (例如他們的飲食及運動習慣)。

如學校提出要求，學生健康服務會向學校提供該校學生的健康概況，以便學校監察其學生的肥胖問題。

4.6 在 2005/06 至 2008/09 學年 (截至二零零九年二月)，學生健康服務曾向一間私立小學提供該校學生的健康概況 (包括肥胖資料)。除這間學校外，學生健康服務在期內並無接到其他小學提出類似的要求。不過，審計調查發現，大部分學校認為學生健康服務收集所得的學生肥胖資料有用，詳情如下：

- 在審計調查中，學校被問及他們自 2005/06 學年以來曾否向學生健康服務中心查詢學生肥胖資料，以及中心備存的學生肥胖資料 (例如個別學校的肥胖甄別率) 對學校處理學生肥胖問題是否有用。
- 有 425 間學校作出回應，他們均表示未曾向中心查詢學生肥胖資料，當中 337 間 (79%) 更表示不知道有這項提供資料的服務。
- 有 421 間學校作出回應，322 間 (76%) 認為，學校肥胖甄別率及個別學校的肥胖甄別率排名 (註) 等資料，有助他們了解學生的肥胖情況，從而籌劃制訂改善措施／跟進行動。
- 有些學校認為，可披露的學生肥胖資料亦應包括個別肥胖學生的身分，以及他們的肥胖程度。

註：關於學校肥胖甄別率排名，大部分學校 (67%) 認為只披露個別學校的排名已經足夠。

4.7 由於學生健康服務收集所得的學生肥胖資料對個別學校非常有用 (例如可用於籌劃以學校為本的預防肥胖計劃)，學生健康服務或可考慮通知各學校可在需要時索取這些資料。學生健康服務亦可審慎考慮是否適宜定期向學校發放學生肥胖資料。

為小學生提供健康評估服務

4.8 如第 1.5 及 4.4 段所述，在 2007/08 學年，全港小學生的肥胖甄別率為 21.3%，而全港學生參加學生健康服務中心的健康評估比率則為 82.5%。然而，審計署從衛生署的記錄中留意到，在 2007/08 學年，在所有 741 間小學（註 15）中，356 間（48%）的學生參加健康評估比率低於 82.5% 的全港平均比率，而 356 間小學當中，50 間的學生參加健康評估比率更低於 50%（見表五）。由於參加健康評估比率偏低，有些未參加健康評估的學生的肥胖問題或不被發現。

表五

學生參加健康評估比率低於 50%
(2007/08 學年)

學生參加比率	學校數目
0% 至 < 10%	9
10% 至 < 20%	5
20% 至 < 30%	8
30% 至 < 40%	12
40% 至 < 50%	16
總計	50

資料來源：衛生署的記錄

4.9 為了向肥胖學童提供及時援助，審計署認為，衛生署有需要與教育局和小學合作，鼓勵學生參加健康評估。具體而言，衛生署有需要找出和聯絡那些學生參加健康評估比率偏低的小學，以期為這些小學提供援助。

舉辦健康講座及運動班

4.10 **舉辦健康講座** 學生健康服務中心定期為家長、學生和教師舉辦與均衡飲食和控制體重有關的健康講座，內容包括健康與體重的關係，以及肥胖學生

註 15：為切合學生健康服務的用途，衛生署使用有別於教育局的方法來計算小學數目。結果，在 2007/08 學年，衛生署的記錄有 741 間小學，而教育局的記錄則只為 688 間。

改善體重的方法。學生健康服務中心通常通過在學校和學生健康服務中心展示海報及在“youth.gov.hk”網站(註 16)作出宣布，為這些講座進行宣傳。在 2007/08 學年，全港 12 個學生健康服務中心中，只有 6 個(港島 2 個、九龍 1 個及新界 3 個)曾舉辦健康講座。

4.11 **舉辦運動班** 自二零零八年七月起，學生健康服務中心亦為過重的學生舉辦運動班。審計署的調查發現，在二零零八年七月至二零零九年一月期間，12 個學生健康服務中心中，只有 4 個(九龍 3 個及新界 1 個)曾舉辦運動班。港島的學生健康服務中心並無舉辦運動班。

4.12 審計署認為，衛生署有需要在不同的學生健康服務中心舉辦健康講座及運動班，方便學生、家長及教師參加。

審計署的建議

4.13 審計署建議衛生署署長應：

為小學提供學生肥胖資料

- (a) 通知各學校可在需要時索取學生肥胖資料；
- (b) 審慎考慮是否適宜定期向學校發放學生肥胖資料；

為小學生提供健康評估服務

- (c) 與教育局局長及小學合作，鼓勵學生參加健康評估；
- (d) 找出和聯絡那些學生參加健康評估比率偏低的小學，以期為這些小學提供援助；及

舉辦健康講座及運動班

- (e) 在不同的學生健康服務中心舉辦健康講座及運動班，方便學生、家長及教師參加。

當局的回應

4.14 衛生署署長及教育局局長接納審計署的建議。

註 16：“Youth.gov.hk”是一個為 15 至 24 歲青年人提供網上服務的一站式政府入門網站，旨在協助青年人與主流社會建立緊密連繫和過健康愉快的生活。

第5部分：向小學生推廣體能活動

5.1 本部分探討政府當局向小學生推廣體能活動的措施。

體能活動對兒童的重要性

5.2 據世衛表示，在整个人生過程中，除健康飲食外，適量體能活動亦是促進和保持良好健康的主要因素。由於體能活動是熱量消耗的一個主要決定因素，因此是平衡熱量和控制體重的根本所在。此外，進行體能活動亦可減低例如患上冠心病和糖尿病的健康風險。世衛建議人一生應保持適量的體能活動。

5.3 衛生署在二零零五年發表的《正視肥胖問題：肥胖的成因、現況與預防措施》報告中指出：

- (a) 香港大部分市民的生活方式都是多坐少動。一項在二零零一年進行的調查發現，本港的兒童相比其他已發展國家的兒童較少做運動；
- (b) 另一項在二零零三年進行的調查發現，只有 33% 兒童選擇在課餘時間做運動；及
- (c) 有力證據顯示，體育科校本計劃有效提高學生的體能活動量和強健體魄。

學校體育及體能活動

5.4 教育局負責監察教育計劃的推行，包括編訂學校課程和保證學校教育的質素。二零零二年，教育局發出《體育學習領域課程指引(小一至中三)》。該份《課程指引》載列以下主導原則：

- (a) **宗旨** 體育課程旨在幫助學生：
 - (i) 學習體育技能，獲取體育知識；
 - (ii) 養成正面的價值觀和態度，從而建立積極、活躍及健康的生活方式；及
 - (iii) 通過積極活躍的生活方式，促進身體健康，提升體適能和身體的協調能力；及
- (b) **體育課的課時** 體育是所有學生皆享有的基本學習經歷。建議中小學分配體育課的課時為總課時的 5% 至 8%。

5.5 教育局亦通過下列途徑，支援學校發展體育活動：

- (a) 提供津貼以購買體育用具及租用服務，以推廣體育聯課活動；
- (b) 與其他政府部門及機構合作，安排優先讓學校免費或以優惠費用使用公共運動設施；及
- (c) 與非政府機構籌辦大型的體育發展計劃，例如“學校體適能獎勵計劃”、“學校舞蹈節”、“跳繩強心計劃”及校際運動比賽等。

審計署的意見及建議

體育課的課時

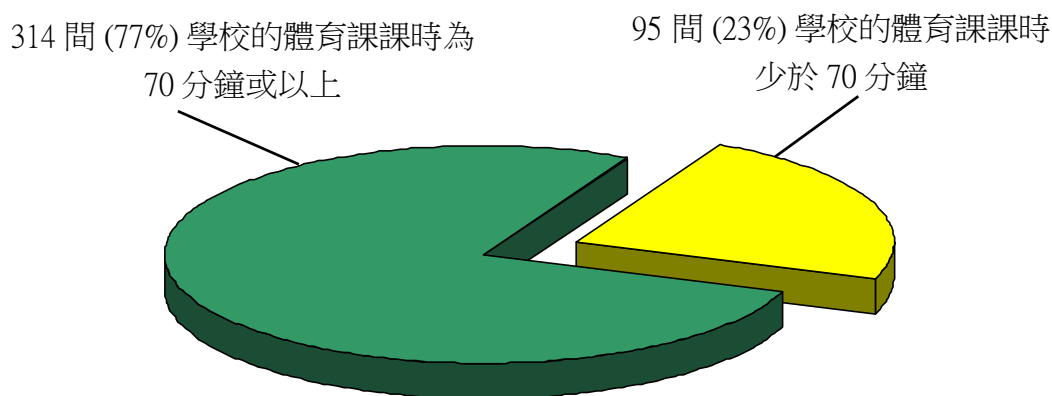
5.6 根據課程發展議會(註 17)擬訂的教育局《課程指引》，建議學校應最少把 5% 的課時進行體育課(即每星期約 70 分鐘——註 18)。審計署通過審計調查，獲得有關學校在 2008/09 學年每星期體育課課時的資料。審計署的分析發現，大部分學校小一至小六學生每星期的體育課課時相若。為說明有關情況，現把小四學生的調查結果載於圖四。圖中可見在 409 間作出回應的學校中，95 間 (23%) 分配予體育課的課時少於 70 分鐘。這些學校的體育課課時由 40 至 65 分鐘不等。其餘 314 間 (77%) 作出回應的學校所分配的體育課課時，則由 70 至 120 分鐘不等。

註 17：課程發展議會是由香港特別行政區行政長官委任的諮詢組織，旨在就有關本地學校制度的課程發展事宜向政府提供意見。

註 18：根據所建議每學年 792 小時的課時(由課程發展議會提出，供學校進行學校整體課程規劃時作參考之用)，並假設一個學年有 35 星期，則 5% 的課時約為每星期 70 分鐘(即 $792 \times 60 \text{ 分鐘} \div 35 \text{ 星期} \times 5\%$)。然而，有些學校的實際總課時並非 792 小時，因此體育課課時未必等於每星期 70 分鐘。

圖四

小四學生體育課課時的調查結果
(2008/09 學年)



資料來源：審計調查

5.7 審計署明白到有些學校因為有眾多事務須優先處理，因此或會分配較少課時予體育課。衛生署在二零零五年的報告中表示，有各種方法可增加學童的體能活動，包括在上體育課時增加學生的體能活動劇烈程度，以及舉辦更多課外活動。二零零九年年初，教育局告知審計署：

- (a) 除課時長短外，活動次數、劇烈程度及活動的類別對培養學生經常做運動的生活方式同樣重要；
- (b) 學習體育活動並不局限於正常的體育課。有關方面已鼓勵學生參加與體育有關的課外活動的體能活動；及
- (c) 幾乎所有小學均有為校內各級學生提供各式各樣與體育有關的課外活動，包括康文署、教育局及各體育協會舉辦的大型體育活動，以及由個別學校舉辦的其他活動（例如健體日及環校跑）。在 2007/08 學年，這些大型活動的參加人數高達 113 萬人。

課外活動

5.8 至於在 2007/08 學年由個別學校舉辦的與體育有關的課外活動，審計署通過審計調查向小學索取這方面的資料。所得的回應顯示：

- (a) 在 426 間作出回應的學校中，418 間 (98%) 曾參加校外體育運動比賽；
- (b) 364 間 (85%) 小學曾舉辦校內陸運會；及

(c) 58間 (14%) 小學曾舉辦校內水運會。

5.9 這些課外活動為學生提供更多機會保持體能。然而，審計署從教育局得悉，課外活動應與體育課相輔相成，而非取代體育課，因為有組織課堂所教授的體育課程設有特定的學習目標。因此，鼓勵學校保持動力，舉辦與體育有關的課外活動，以及按照《課程指引》的建議分配足夠的體育課課時，亦是同樣重要。

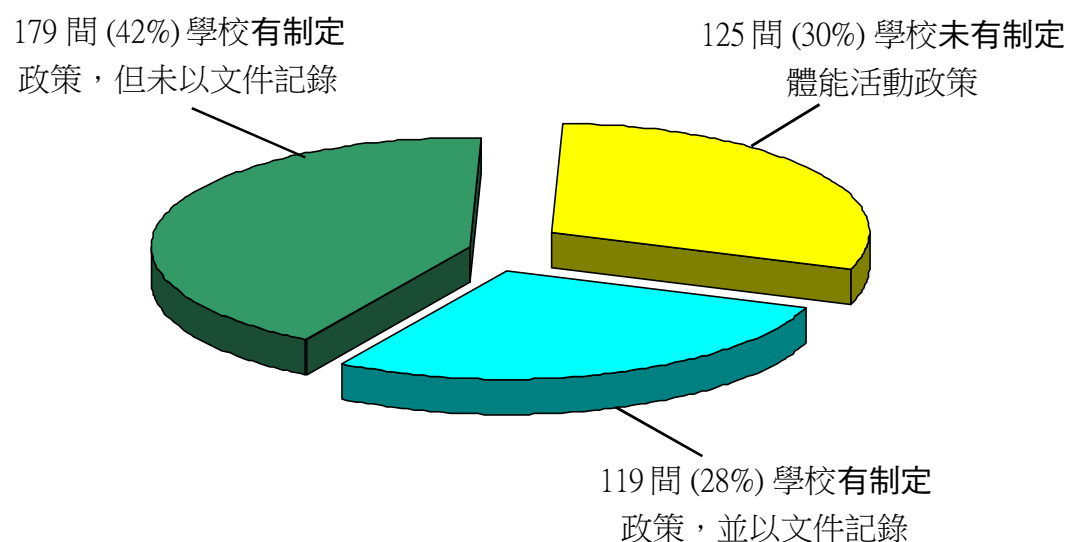
學校的體能活動政策

5.10 根據衛生署的有關學校應如何制定健康飲食政策的指引 (見第 2.2(a) 段)，除健康飲食政策外，學校亦應考慮就體能活動制定政策。衛生署的指引進一步建議，學校應以文件記錄有關政策，包括清楚明確的目標、行動計劃及基本原則，並讓相關各方 (包括教師、家長及學生) 知悉有關政策。

5.11 在審計調查中，學校被問及有否制定體能活動的政策。學校的回應顯示，30% 的小學仍未制定任何體能活動政策。圖五顯示有關調查結果。

圖五

小學體能活動政策的調查結果 (二零零八年十一月三十日)



資料來源：審計調查

5.12 受調查的學校中，有 30% 的學校未有制定任何體能活動政策，顯示當局有需要更努力推廣這方面的工作。當局應找出這些學校未有制定體能活動政

策的原因，以期採取具體措施協助他們。至於有制定政策但未以文件記錄的小學(42%)，則有需要提醒他們以文件記錄並讓相關人士知悉有關政策。

5.13 二零零九年二月，教育局通知審計署，體能活動政策的形式亦可以是一項詳細的體育課程計劃，學校會獲鼓勵制訂這項計劃。有關計劃會把學生參與體育活動視為其中重要一環。此外，如能讓家長參與推行計劃，則更為理想，因為他們的支持有助加強學生的體能活動。

審計署的建議

5.14 審計署建議教育局局長應：

體育課的課時

- (a) 鼓勵小學按照《課程指引》的建議，分配足夠的體育課課時；
- (b) 就如何有效使用課時以改善學生學習的情況，向學校提供專業意見，並分享相關的優良方法；

課外活動

- (c) 鼓勵小學為學生舉辦更多與體育有關的課外活動；

學校的體能活動政策

- (d) 與衛生署署長合作，鼓勵小學制定有關體能活動的學校政策／課程計劃；及
- (e) 提醒學校以文件記錄學校政策／課程計劃，並讓相關人士知悉有關政策。

當局的回應

5.15 教育局局長同意審計署的建議。

學校體育推廣計劃

5.16 康文署於二零零一年推出學校體育推廣計劃，旨在鼓勵學生在課餘時間參與體育活動。學校體育推廣計劃由康文署、教育局、體育總會及本地兩間大學聯合舉辦。學校體育推廣計劃會配合學校的日常運作，編排各項活動，讓學

生在課餘時間和學校環境中參與活動。學校體育推廣計劃包括以下為小學生而設的七項附屬計劃：

- (a) **運動獎勵計劃** 計劃包括兩項附屬計劃，即“sportACT 獎勵計劃”及“sportFIT 獎勵計劃”。“sportACT 獎勵計劃”的主要目的，是通過學校鼓勵學生恒常地參與體育活動，使之成為生活習慣。根據計劃，學生須記錄所進行的體育活動，而達致目標的學生將會獲頒證書，作為表揚。“sportFIT 獎勵計劃”則對同時達到“sportACT 獎勵計劃”及教育局的學校體適能獎勵計劃的獲獎要求的學生，作出進一步嘉許；
- (b) **運動教育計劃** 計劃旨在為學生提供與運動相關的最新資訊。活動包括運動示範、運動場地參觀及運動展覽等；
- (c) **簡易運動計劃** 計劃旨在訓練小學生正確掌握不同運動的基礎技術，藉以提高小學生對體育運動的興趣及自信心；
- (d) **外展教練計劃** 計劃旨在培養學生對參與各項體育運動的持續興趣和提升個人技術水平。由體育總會派出的教練會為學生在校內進行體育訓練及協助學校為各項體育運動成立校隊；
- (e) **聯校專項訓練計劃** 計劃旨在為有運動潛能的學生提供訓練機會。他們會由有關體育總會委派的資深教練作更高層次的技術培訓；及
- (f) **運動章別獎勵計劃** 計劃旨在提升學生參與體育培訓的興趣。計劃以一套循序漸進的考核標準，測試學生在所選運動項目(例如籃球及乒乓球)上的技術水平。當學生達到既定的水平，便可獲頒獎章及證書。

有興趣參與學校體育推廣計劃的學校須擬備活動計劃，並向康文署提交申請。

審計署的意見及建議

學校對學校體育推廣計劃的認識

5.17 審計署在審計調查中，就學校對為小學生而設的學校體育推廣計劃下的七項附屬計劃的認識程度，向學校索取資料。所得的回應顯示：

- (a) 在作出回應的學校中，421 間 (99%) 認識學校體育推廣計劃下的附屬計劃；及

- (b) 5 間 (1%) 對學校體育推廣計劃下的附屬計劃全不認識。

學校參與學校體育推廣計劃的情況

5.18 審計調查亦就 421 間學校 (見第 5.17(a) 段) 在 2007/08 學年參與學校體育推廣計劃的程度，向學校索取資料。根據所得的 411 份回應顯示：

- (a) 320 間 (78%) 小學曾參與學校體育推廣計劃下的附屬計劃中一項或多項計劃；及
- (b) 91 間 (22%) 小學未曾參與學校體育推廣計劃下的附屬計劃中任何一項計劃。

5.19 關於學校不參與學校體育推廣計劃的理由，康文署告知審計署，他們曾在二零零六年就此進行調查。根據調查結果顯示，主要理由如下：

- (a) 部分學校已自行聘請導師，或已調派人手為學生進行體育訓練 (53%)；
- (b) 學校體育推廣計劃的體育訓練計劃未能配合部分學校的時間表 (51%)；
- (c) 部分學校校舍的體育設施不足 (40%)；
- (d) 部分學生未能負擔計劃所需費用 (36%)；及
- (e) 部分學校獲得的資助不足 (31%)。

5.20 鑑於上述調查結果，康文署推行了以下措施：

- (a) 增加探訪學校的次數，並進一步推廣學校體育推廣計劃，例如在學校運動日／開放日設置推廣櫃台；
- (b) 加強在學校推廣運動獎勵計劃，通過舉辦更多講座／研討會，鼓勵學生定期參與體育活動，並藉設立獎項對他們參與活動／取得佳績作出表揚；
- (c) 鼓勵學校通過康樂場地免費使用計劃 (註 19)，使用康文署的體育設施；及

註 19：康文署轄下部分康樂及體育設施可免費供給合資格的機構 (例如學校及受資助的非政府機構) 使用。

- (d) 通過康文署網站及通訊，提供更多渠道向學校發放體育消息及活動資訊，並簡化學校體育推廣計劃的報名手續，以提高報名率。

康文署亦表示，推行上述措施後，學校參與學校體育推廣計劃的比率，由 2005–06 財政年度的 70% 增至 2008–09 財政年度的 85%。

審計署的建議

5.21 審計署建議康樂及文化事務署署長，在教育局的支持下(如有需要)，應繼續致力進一步提高學校參與學校體育推廣計劃的比率。

當局的回應

5.22 康樂及文化事務署署長同意審計署的建議。他表示，康文署會繼續採用推廣策略，在 2009–10 財政年度把學校參與學校體育推廣計劃的比率進一步提高至 90%。

5.23 教育局局長亦同意審計署的建議。

第6部分：推行其他支援措施

6.1 本部分探討推行其他措施以支援政府處理童年期肥胖問題的情況。

社區資源

6.2 除政府部門外，亦有一些非政府機構在香港積極推廣健康飲食。與這些非政府機構合作，有助為兒童營造一個健康飲食的環境。以下是社區為本計劃的一些例子：

- (a) **有關營養和健康的研討會及推廣活動** 自二零零一年起，香港中文大學醫學院健康教育及促進健康中心展開“香港健康學校獎勵計劃”，在校園環境推廣健康。其他機構(例如基督教聯合那打素社康服務和聖雅各福群會社區營養服務及教育中心)亦為學校舉辦健康講座及健康推廣的運動；
- (b) **提供資助** 香港心臟專科學院特別為參與校園至「營」特工計劃的學校成立基金，以資助這些學校的健康飲食活動。除作出資助外，該學院多年來亦為學童舉辦“跳繩強心計劃”；及
- (c) **其他社區為本健康飲食計劃** 衛生署已修訂校園至「營」特工計劃，以便在社區層面推行。衛生署與致力促進兒童及青少年健康飲食的非政府機構合作，推行健康飲食大使培訓計劃。衛生署為非政府機構人員及義工提供培訓，而非政府機構則在接受培訓後，在組織活動、招募大使、安排場地及進行支援健康飲食活動方面作出貢獻。香港童軍總會及香港女童軍總會亦與衛生署合作，為幼童軍及小女童軍制訂健康飲食大使計劃。

審計署的意見及建議

6.3 衛生署完全認同非政府機構可在培養學童健康飲食習慣方面作出貢獻。衛生署已在校園至「營」特工計劃特工手冊中及「健康飲食在校園」網站內，加入可為學校提供健康教育資源支援的非政府機構聯絡資料。通過審計調查，審計署獲得有關學校參加在校園至「營」特工計劃特工手冊中載列的非政府機構所舉辦健康推廣活動的資料。

6.4 調查結果顯示，在 423 間作出回應的學校當中，只有 171 間 (40%) 在二零零六年九月一日至二零零八年十一月三十日期間，曾參加非政府機構舉辦的健康推廣活動，而有 252 間 (60%) 未曾使用非政府機構所提供的任何資源支援，反映這些珍貴的社區資源未有被充分利用。衛生署有需要進一步推廣非政府機構所提供的健康教育資源支援。

審計署的建議

6.5 審計署建議衛生署署長應與教育局局長合作，鼓勵學校考慮使用非政府機構的健康推廣服務。

當局的回應

6.6 衛生署署長及教育局局長接納審計署的建議。

監察及評估

6.7 根據世衛健康戰略(見第 1.9 段)，世衛建議各地政府應：

- (a) 制訂和實施戰略，通過健康飲食和體能活動促進個人和社區健康；及
- (b) 加強用以監察和評估實施戰略的架構。就此，各地政府有需要訂明：
 - (i) 宗旨和目標；
 - (ii) 實現這些宗旨和目標的切實可行時間表；及
 - (iii) 可衡量的過程和成果指標，使能準確監察。

6.8 為協助各地政府監察就推廣健康飲食和體能活動而進行的活動的進展，世衛於二零零八年發表一份文件，題為“飲食、身體活動與健康全球戰略：監測和評價實施情況的框架”(世衛監察框架)。根據世衛監察框架，世衛提出三類指標(見表六)。

表六

指標的類別

指標類別	目的
過程指標	指標用以衡量轉變過程的進展，用於查明事情如何完成，而非導致的結果。
成果指標	指標用以衡量過程導致出現的成果或產品。
成效指標	指標用以衡量行動最終的成效。這些或會是短期的成效(例如增長的知識)和中期的成效(例如行為的改變)。

資料來源：世衛監察框架

6.9 世衛監察框架進一步訂明該三類指標應分為以下兩組：

- (a) **核心指標** 包括最關鍵的項目，在資源及能力許可的情況下，應視為必須達到的最低標準。“中小學分配體能活動的總課時”屬建議的核心成果指標之一，而“肥胖兒童所佔人口百分率”則屬核心成效指標的例子(詳情見附錄 E)；及
- (b) **擴展指標** 包括有助設立更全面及資料更詳盡的監察及評估制度的指標。“學校供餐符合飲食準則的學校百分率”屬擴展成果指標之一。

審計署的意見及建議

表現資料

6.10 如第 1.8 至 1.11 段所述，衛生署、教育局及康文署多年來一直推行多項以學校為本的計劃，在校園推廣健康飲食及體能活動。為衡量推行這些計劃的進展，決策局／部門已在其管制人員報告中或網站內列出以下的表現資料：

- (a) 康文署在其管制人員報告中列出在學校體育推廣計劃下舉辦的多項活動，以及其兩項表現目標的達標程度，即一項與參與學校體育推廣計劃的學校百分率有關，而另一項則與參與學校體育推廣計劃的學生人數有關；

- (b) 衛生署在其管制人員報告中列出參加學生健康服務的小學生人數，但並無列明有關「健康飲食在校園」運動的具體目標／指標。然而，衛生署列出了所舉辦的所有健康教育活動的參加人數，以及訓練健康大使這個整體目標的達標程度等資料，兩者皆包括「健康飲食在校園」運動相關的資料；及
- (c) 教育局在其網站公布香港學生體適能狀況的調查結果(包括他們的身高、體重、肌肉強度及持久力)。

6.11 **有需要讓公眾更容易查閱表現資料** 除管制人員報告中所列資料外，衛生署曾就其「健康飲食在校園」運動所取得的成績編製了過程／成果統計數字(例如學校參與率——詳情見附錄 F)及小學生肥胖比率。衛生署在向相關各方(例如學校、區議會及立法會有關事務委員會)報告這項運動的進展時，亦不時提供一些重要的統計數字。同樣，教育局亦根據衛生署的“處於可接受體重範圍的學生百分率”的統計數字提供有關資料，以便學校在學校發展與問責的架構下，自行作出評估。為增加透明度和加強向市民問責，有需要讓公眾更容易查閱這些編製的表現統計數字(例如在管制人員報告中及／或網站內列出)。

6.12 **有需要訂立更多表現指標** 如把衛生署和教育局目前編製的表現指標(供其管制人員報告、網站及內部使用)與世衛所建議的指標比較，便會發現尚須訂立更多指標，以監察政府在推廣健康生活方面的進展(見第 6.9 段)。

6.13 **有需要訂立表現目標** 在二零零六年一月的立法會有關事務委員會的會議上(見第 1.7 段)，政府當局被問到有否為衡量向學童提倡健康飲食的新措施的成效訂下目標，例如中小學生的肥胖百分率。政府當局回答時表示，肥胖學童比率可予減低的程度，不僅取決於該項以學校環境為目標的新措施是否成功，同時也取決於其他因素，例如學童在家中的飲食習慣及社會的整體飲食文化等。審計署理解在這方面訂立表現目標頗為複雜，但海外和本港近年的發展(見下文)均顯示訂立這類目標，是可予探討的：

- (a) 二零零七年，英國政府訂立長遠目標，在二零二零年前把過重／肥胖兒童的比率降低至二零零零年的水平；
- (b) 二零零八年的世衛監察框架建議把“肥胖兒童所佔人口百分率”作為監察有關推廣健康飲食及體能活動的進展的核心成效指標之一(見第 6.9(a) 段)；及
- (c) 根據政務司司長辦公室效率促進組在二零零零年發出的《衡量服務表現實用指引》，政府當局擬盡可能訂定目標，因為目標可使

期望更加清晰，推動員工提升服務表現，並加強問責。效率促進組在二零零八年七月發出的《衡量服務表現》指引更指出，成效指標對計劃的整體管理十分重要，雖然不能直接控制計劃的成效，可是也應作出匯報。這類成效指標可作為交代服務表現的途徑，而非作為使某一部門為成效承擔責任的工具。

研究及評估

6.14 根據世衛健康戰略，除監察工作外，世衛亦建議各地政府把資源投放於研究及評估工作上，以期制定更完善的戰略。為更加了解兒童肥胖問題及導致問題的根本因素，以及評估各項介入措施的成效，衛生署在二零零六至二零零八年期間進行了 13 項研究項目，包括就學生及家長的知識、態度及習慣進行質與量的研究，以及有關校園至「營」特工計劃及制定衛生署健康飲食指引的意見調查。

6.15 雖然衛生署在本港進行的上述研究項目為其提供了有用的資料，亦有需要留意海外的發展及做法。舉例來說，世衛在二零零七年進行的國際食物政策研究發現，世界各地在監管推銷兒童食物方面出現了重大變化。全球很多消費者、健康及教師團體均要求對在學校推銷高卡路里及低營養的食物作出更多限制。結果制訂了多個新的監管計劃(部分屬法定性質，而部分則由食物業進行自我規管)。這些眾多的海外做法可作為香港在制定政策時的參考選擇。

審計署的建議

6.16 審計署建議衛生署署長應：

- (a) 在諮詢教育局局長後，訂立更多表現指標，例如世衛建議的指標，以衡量政府向小學生推廣健康飲食及體能活動的措施的效率及成效；
- (b) 與教育局局長一同考慮在管制人員報告中及／或網站內列出定期編製但未曾公布的表現統計數字；
- (c) 參考海外經驗以訂立適當的表現目標來監察處理童年期肥胖問題的進展；及
- (d) 就推廣健康飲食及體能活動進行研究項目時，留意海外的有關發展及做法。

當局的回應

6.17 衛生署署長接納審計署的建議。

6.18 教育局局長表示，教育局會與衛生署共用資料，以便衛生署在適當情況下發表全面的相關表現統計數字。

附錄 A
(參閱第 1.5 段註 2 及
第 4.3(b) 段註 14)

香港兒童身高別體重圖表

身高 (厘米)	身高別體重 (男童)		身高別體重 (女童)	
	中位數 (公斤)	中位數 × 120% (公斤)	中位數 (公斤)	中位數 × 120% (公斤)
91	12.9	15.5	12.9	15.5
93	13.4	16.1	13.4	16.0
95	13.9	16.6	13.8	16.6
97	14.3	17.2	14.2	17.1
99	14.8	17.8	14.7	17.6
101	15.4	18.4	15.2	18.2
103	15.9	19.1	15.6	18.8
105	16.4	19.7	16.1	19.4
107	17.0	20.4	16.7	20.0
109	17.6	21.2	17.2	20.7
111	18.3	21.9	17.8	21.4
113	19.0	22.8	18.4	22.1
115	19.7	23.6	19.1	22.9
117	20.4	24.5	19.8	23.8
119	21.2	25.5	20.6	24.7
121	22.1	26.5	21.4	25.7
123	22.9	27.5	22.3	26.7
125	23.9	28.6	23.2	27.9
127	24.8	29.8	24.2	29.1
129	25.9	31.0	25.3	30.4
131	26.9	32.3	26.5	31.7
133	28.1	33.7	27.7	33.2
135	29.2	35.1	29.0	34.8
137	30.5	36.6	30.3	36.4
139	31.8	38.1	31.8	38.1
141	33.1	39.7	33.3	39.9
143	34.5	41.3	34.8	41.8
145	35.9	43.1	36.5	43.7
147	37.4	44.8	38.1	45.7
149	38.9	46.6	39.8	47.8
151	40.4	48.5	41.6	49.9
153	42.0	50.4	43.3	52.0
155	43.6	52.3	45.1	54.1
157	45.2	54.3	46.9	56.2
159	46.9	56.2	48.6	58.3
161	48.5	58.2	50.3	60.4
163	50.2	60.2	51.9	62.3
165	51.9	62.2	53.5	64.2
167	53.5	64.2	—	—
169	55.1	66.1	—	—
171	56.7	68.0	—	—
173	58.2	69.8	—	—
175	59.6	71.6	—	—

資料來源：衛生署的記錄

附錄 B
(參閱第 2.13 段)

衛生署就午膳質素發出的指引

種類	例子
“限制供應的食品”	
(a) 添加了脂肪、油分、醬汁或芡汁的五穀類	炒飯／麵、有醬汁的焗飯／麵
(b) 脂肪比例較高的肉類及連皮的禽肉	牛腩、排骨、雞翼、雞腿、其他連皮的禽肉
(c) 全脂奶品類	全脂牛奶、全脂芝士、全脂乳酪
(d) 加工或醃製的肉類、蛋類及蔬菜類食品	叉燒、煙肉、火腿、香腸、午餐肉、素肉、雪菜、酸瓜
(e) 高鹽分或高脂肪醬汁或芡汁 (建議不要採用這類醬汁或芡汁，即使採用，應把醬汁或芡汁與五穀類食物分開供應)	使用全脂奶品類或高鹽分調味料 (例如全脂芝士、淡奶、腐乳、豆瓣醬、蠔油) 所製成的醬汁或芡汁
“強烈不鼓勵供應的食品”	
(a) 油炸食物	炸薯條、炸豬扒、炸雞翼或雞腿、油炸點心 (例如春卷、咖喱角)
(b) 添加了動物脂肪或飽和脂肪的食物	添加了豬油、雞脂、牛油、棕櫚油、椰油、椰子的食物 (例如椰汁咖喱、含有椰子製品的甜品、曲奇)
(c) 添加了反式脂肪的食物	添加了氫化植物油或含反式脂肪的植物牛油、起酥油的食物，以及以上述油脂類為材料或烹調的煎炸和烘焙食物 (例如酥皮糕點)
(d) 添加糖分的甜品或飲料	雪糕、曲奇、芝士蛋糕、啫喱、汽水
(e) 鹽分極高的食品	鹹魚、鹹蛋

資料來源：衛生署的記錄

附錄 C
(參閱第 2.21 段)

綠燈、黃燈及紅燈小食的例子

食物類別	綠燈小食	黃燈小食	紅燈小食
食品			
五穀類	(a) 白麵包、全麥包，包括已添加果仁的全麥包和提子包 (b) 無糖或低糖的早餐穀麥或穀麥條 (c) 高纖維或純味餅乾和脆餅乾 (d) 水煮玉米或玉米粒 (e) 無糖或低糖的燕麥飲品	(a) 添加糖或加工蔬菜油的精製早餐穀麥(例如可可米及糖霜玉米片) (b) 純味海綿蛋糕	(a) 朱古力餅或夾心餅乾 (b) 忌廉包、蛋糕 (c) 朱古力鬆餅、酥皮餡餅、曲奇 (d) 即食麵 (e) 炸薯條、炸蕃薯 (f) 薯片和脆條
蔬菜類	(a) 新鮮蔬菜(例如青瓜、甘筍、車厘茄) (b) 田園沙律(僅加少量沙律醬或以低脂原味乳酪代替沙律醬)	(a) 醃菜或醃製蔬菜、加鹽紫菜	(a) 加入全脂沙律醬的沙律

附錄 C
(續)
(參閱第 2.21 段)

食物類別	綠燈小食	黃燈小食	紅燈小食
水果類	(a) 新鮮水果 (b) 無添加糖的乾果 (例如杏脯肉、西梅乾、提子乾) (c) 焗乾果片 (例如蘋果片) (d) 水果盤或水果沙律 (不加或含少量沙律醬) (e) 無加糖的新鮮榨製果汁、100% 純天然果汁	(a) 加糖乾果或糖漿浸的水果罐頭(即使不連糖漿進食) (b) 高糖果汁	(a) 糖漿浸的水果罐頭 (連糖漿進食)
肉類、豆類、果仁類	(a) 無加鹽礦泉水浸罐頭吞拿魚(以供製作三文治)，或新鮮瘦肉 (例如牛肉、雞胸肉、火雞片) (b) 水煮蛋 (c) 沒有添加糖的豆腐花 (d) 無糖或低糖豆奶 (e) 非鹽焗的果仁或豆類 (例如杏仁、花生、腰果、青豆)	(a) 雞翼 (b) 火腿、煙肉及香腸 (c) 煎餃子或蒸餃 (d) 魚蓉燒賣、魚蛋 (e) 鹽焗果仁和豆類 (f) 加糖豆腐花 (g) 高糖豆奶	(a) 所有油炸食物 (例如炸雞翼、炸魚柳) (b) 牛肉乾或豬肉乾

附錄 C
(續)
(參閱第 2.21 段)

食物類別	綠燈小食	黃燈小食	紅燈小食
奶類食品	(a) 低脂或脫脂奶 (b) 低脂乳酪或芝士 (例如無添加糖的純味乳酪或鮮果乳酪、車打芝士)	(a) 全脂奶、乳酪和芝士	(a) 雪糕、雪條
高油分、高糖及高鹽分食物			(a) 醬汁 (例如咖喱汁、黑椒汁、豉油) (b) 糖果類 (例如糖、朱古力)
飲料			
奶類飲品	低脂奶、脫脂奶	低脂朱古力奶、低脂乳酪	—
豆奶	低糖豆奶、低糖燕麥飲品	高糖豆奶	—
果汁	100% 純天然果汁	高糖果汁 (糖分不屬包裝上首兩項成分的飲料)	紙包飲料、椰奶 (糖分屬包裝上首兩項成分的飲料)
涼茶	—	低糖涼茶	高糖涼茶
其他	—	乳酸飲料	茶、咖啡、奶茶、運動飲品、三合一即溶飲品

資料來源：衛生署的記錄

學生健康服務中心提供的服務

學生健康服務中心為學生提供以下種類的服務：

- (a) 健康評估計劃包括：
 - (i) 病歷記錄；
 - (ii) 身體檢查，包括青春期發育檢查；
 - (iii) 量度體重、身高及血壓；
 - (iv) 視覺、聽覺及脊柱弧度測試；
 - (v) 免疫接種核對及注射疫苗；
 - (vi) 心理健康評估；
 - (vii) 化驗；及
 - (viii) 治療；
- (b) 個別輔導及團體健康教育；
- (c) 轉介被發現有健康問題的學生給專科醫生治療；
- (d) 對有特殊健康問題的學生個案作出跟進；及
- (e) 提供兒童健康記錄。

資料來源：衛生署的記錄

世界衛生組織建議的表現指標例子

過程及成果指標

核心指標

- 具有側重於健康飲食及體能活動的健康教育課程標準
- 國家教育課程內每年以健康飲食及體能活動為重點的健康教育課程節數的總數目
- 中小學分配體能活動的總課時
- 監察學童身高及體重的學校百分率
- 具有國家學校食物政策
- 具有關於體能活動及／或體育課的國家學校政策

擴展指標

- 具有學校食物政策的學校百分率
- 學校供餐符合飲食準則的學校百分率
- 提供健康食物給學生選擇的學校百分率
- 限制供應高脂、高鹽、高糖食物及售賣機的學校百分率
- 提供蔬果計劃的學校百分率
- 公布體能活動學校政策的學校百分率
- 利用社區康樂設施的學校百分率

成效指標

核心指標

- 肥胖兒童所佔人口百分率
- 知道健康飲食及體能活動有益健康的學生百分率

擴展指標

- 步行上學的學生百分率

資料來源：世衛的網站

附錄 F
(參閱第 6.11 段)

「健康飲食在校園」運動下所舉辦活動的過程／成果統計數字例子

活動	2006/07 學年	2007/08 學年
最少參加一項「健康飲食在校園」運動下的活動的小學數目 (百分率)	445 (67%)	482 (77%)
「健康飲食在校園」網站所錄得的點擊次數	1 530 萬	1 740 萬
校園至「營」特工計劃		
• 參加營養培訓工作坊的學校數目	146	203
• 向香港心臟專科學院的校園健康飲食促進基金申請資助的學校數目	38	79
傳媒訪問		
• 電視	18	8
• 電台	18	13
為營養專業人士、校長會及午膳供應商等相關人士舉行簡介會	39	24
進行探訪		
• 學校	245	65
• 辦學團體	0	24

資料來源：衛生署的記錄