

2012 年《康健雜誌》健康城市大調查 哪個城市最不容易讓人生病？

嘉義市、台北市、宜蘭縣、台南市與高雄市 獲 5 片銀杏葉肯定

新竹市、台中市、桃園縣 健康現況最佳

嘉義市、台北市民 健康行動力最強

台北市、花蓮縣、新北市、台東縣 居住環境最健康

嘉義縣、澎湖縣、台東縣、宜蘭縣 推動健康最賣力

【8/30（四）新聞稿・敬請協助發佈】

過去半個世紀，台灣人的平均壽命增加近 14 歲，今年則是 6 年來，國人平均壽命首度「開倒車」。世界衛生組織（WHO）發現，生活環境健康與否，是影響人們生不生病、壽命增減最重要的因素，因此，創造一個健康、不容易讓人生病的城市，將是全世界都要面對的重要課題，也是台灣每個地方父母官多放心力的重點。

《康健雜誌》「2012 年健康城市大調查」，透過「健康現況」、「生活型態」、「友善環境」與「政策執行」4 大面向共 31 項主客觀指標，評選「最不容易讓人生病的城市」，希望能提醒縣市政府掌握自身的優勢、扭轉劣勢，讓民眾更健康。結果顯示，五片銀杏葉城市包括嘉義市、台北市、宜蘭縣、台南市、高雄市，屏東縣、雲林縣、南投縣、基隆市則僅有一片銀杏葉，還需要再努力（表 1）。

縣市政府推動衛生保健政策與健康環境營造的效果或許不會馬上顯現，卻會逐漸累積、厚植實力。本次獲得五片銀杏葉的縣市中，例如嘉義市曾連續六年獲國民健康局考核第 1 名。台南市和高雄市都在合併後展現正面力量，在過去基礎再加上合併後的更多資源，在評比的四大面向都有中上成績，其中「施政滿意度」面向，台南市、高雄市更分居全國一、二名，可見施政成效頗受民眾肯定。

台北市除了市民的健康現況位居全國第 4 名外，友善環境面向則位居榜首，生活型態面向也僅次於嘉義市，唯有政策執行面向的名次僅 17 名，深究其原因，可能是因為都會區較難挨家挨戶宣導，且市民也習慣自行安排健檢，因此成人與老人健檢率都是全國最低；此外，民眾對於首長推動衛生保健政策的滿意度，僅位居全國第 15 名。

另一個獲得五片銀杏葉的城市是宜蘭縣，在政策執行與生活型態兩大面向分

別為第 2 名、第 4 名，成績亮眼，例如宜蘭縣的成人與老人健檢率都是全國第 1 名，也有超過六成的民眾在看病前後有洗手習慣，比率位居第 4 名。

● **健康現況** 新竹市、台中市、桃園縣最佳 (表 2)

在「健康現況」方面，新竹市、台中市、桃園縣都獲得五片銀杏葉肯定，居民身心狀況最優。例如根據衛生署資料顯示，在肺結核、腸病毒重症、流感併發症等三項最常見的傳染病，澎湖縣的發生率都是全國最低；台東縣、花蓮縣則偏高，排名幾乎都是敬陪末座。

除了傳染病，新竹市、台中市、桃園縣、新北市居民的慢性病死亡率普遍較低，而花蓮縣、台東縣、屏東縣、嘉義縣、雲林縣、南投縣、苗栗縣與澎湖縣居民則受慢性病影響較大。

工作、財務煩心 台北市民壓力最大

除了生理層面，心理狀態也會影響健康。2011 年各縣市自殺死亡率，基隆市、花蓮縣、南投縣都超過兩成；另外，除了澎湖、金門與連江三個離島縣市外，全國其他縣市都有超過兩成的民眾「總是或經常感到壓力」，尤以台北市為最 (38.2%)。

進一步分析國人最主要的壓力來源，工作 (35.6%) 與財務 (33.1%) 佔最大比例，接下來才是家庭關係 (8.5%)、健康 (3.9%) 與人際關係 (1.2%) (表 3)，為了民眾的身心健康，縣市政府應正視壓力所帶來的負面影響。

● **生活型態** 嘉義市、台北市民 健康行動力最強 (表 4)

在「生活型態」方面，獲得五片銀杏葉的城市為嘉義市和台北市。不過全國竟不到兩成 (18%) 的民眾每天能夠攝取三份蔬菜及兩份水果，最低的基隆市僅 14%，最高的嘉義市也只有 20.5%，顯示各縣市還有很大的努力空間。

僅四成民眾每次看病前、後有洗手

預防疾病最基本的就是要常洗手，不過調查顯示僅有四成民眾「每次」看病前、後都會洗手，就算加入「經常」洗手的人，也只有五～六成 (表 5)。醫院的電梯按鈕或扶手、飲水機、門把等處都可能被病人接觸過，進醫院前、離開醫院後都應該洗手。

在規律運動的人口比率方面，各縣市政府雖積極響應中央打造台灣成為「運動島」的目標，且台東縣、嘉義市、澎湖縣、台北市、宜蘭縣的規律運動人口均已超過三成，但整體而言，國人沒有規律運動的人口仍高達 72.2%，各縣市還有很大的努力空間。

吸菸率緩降、嚼檳率激增

基隆市、花蓮縣、台東縣、新北市仍是全台吸菸率最高的四個縣市。10 年來，台灣整體吸菸率逐漸下降，但相較於 2009 年，許多縣市的吸菸率不降反升，增加幅度最大的是台東縣、澎湖縣，約增加 3~4 個百分點。

國人嚼食檳榔盛行率也比過去高，包括嘉義、屏東、花蓮、台東四縣的嚼檳率已直逼吸菸率，其中，澎湖縣的嚼檳人口增加率多達 298%，新竹市也有 122%，地方政府應提高警覺。

● **友善環境** 台北市、花蓮縣、新北市、台東縣 居住環境最健康

(表 6)

在「友善環境」方面，獲得五片銀杏葉的城市為台北市、花蓮縣、新北市與台東縣。

居住環境是否衛生、健康，最基本也最貼近生活的檢查標準就是公共場所的洗手設施是否完備。本次特別調查各縣市民眾認為外食場所、車站、診所出入口是否有完善的洗手設施，除了酒精或水龍頭外，還必須提供洗手乳、擦手紙或烘手機，結果發現，台南市的外食場所、診所洗手設施完備率都是全國最高，車站洗手設施完備率則是台北市居冠；而基隆市、新北市、南投縣與嘉義市還需要再加強。

七成外食場所未設洗手設備

值得注意的是，外食場所為民眾最常出入的地點，但全國平均洗手設施完備率（民眾回答「到處都有」與「多數地方有」的總和）卻僅有 25.8%，遠低於車站的 46.3%與診所的 52.3%，還有很大的進步空間（表 7）。

車站與診所原本就該百分之百設置完善的洗手設備，但實際上有做到的卻不到一半，仍無法讓人滿意，且民眾的洗手習慣也還需要再加強，例如竟然有 23.9%的民眾沒注意或不知道車站廁所有無完善的洗手設施。

全國污水處理率、山區自來水接管率都偏低

飲用水的品質和健康息息相關，如果自來水管線漏水，微生物就可能透過縫隙污染水質；調查發現，全國三分之二縣市的自來水接管率都超過九成，不過花蓮縣、台東縣、新竹縣、苗栗縣、南投縣、嘉義縣、屏東縣的自來水接管率卻不到九成，尤其屏東縣只有 45.18% 更是全國最低。

在污水處理率部份，目前僅有台北市達到 100%、新北市 98.69%，高雄市、新竹縣市、桃園縣與連江縣還有五成以上，其他縣市的污水處理率都低得可憐，最低的台東縣竟然只有 11.13%。

中央資源分配不均 工業縣市空氣污染難解決

在空氣污染方面，全國空氣品質最好的是花蓮縣，最差的是高雄市。空污和呼吸道、肺部疾病、癌症、心血管疾病等都有關聯，空氣污染較嚴重的縣市，多半是重工業聚集、資源較貧乏的城市，中央政府應該正視空氣污染風險與當地衛生需求，給予這些縣市更充分的人力及資源進行改善。

● **政策執行** 嘉義縣、澎湖縣、台東縣、宜蘭縣 推動健康最賣力

(表 8)

衛生局預算是推動健康相關政策的經費來源，台灣本島 19 個縣市，衛生局預算僅佔縣市政府總預算的 1~3%，甚至台中市、新竹市和新北市在衛生單位的預算連 1% 都不到。

高危險群流感疫苗接種率低

例如站在疫情爆發第一線的人員若沒做好防堵措施，感染很快就會蔓延，禽畜養殖等相關行業都屬於接觸病毒的高風險族群，但超過半數縣市的接種率低於全台平均 57.5%，屏東縣、台東縣、新北市更僅在 30% 上下，金門縣更連一成都不到。65 歲以上長者及幼兒的施打率也普遍偏低 (3~4 成)，僅醫事及防疫工作人員、國小一到四年級學童施打率達 7~8 成。

健康篩檢率不到五成，縣市政府還得多努力

全台健檢篩檢率普遍偏低，最低的台北市僅約 20%，最高的宜蘭縣也不超過 49%；其次，各項健康計劃應面面俱到，最忌顧此失彼，許多中南部縣市投入大部份人力、財力防堵登革熱疫情，但卻忽略癌症篩檢，以嘉義縣為例，雖然各項指標都不是最突出，不過多數都能兼顧，因此拿下政策面向第 1 名。

● 彌補健康不平等，中央責任大

彙整健康城市調查結果，《康健雜誌》建議，縣市政府可以利用行政單位間的行政成效競爭，作為往前邁進的動力，例如台北市就可以讓八個行政區進行競賽，以良性競爭的模式，提升最弱的衛生業務。

其次，中央一直以來多以各縣市人口數作為補助款的分配比例，看似合理卻忽略縣市間的不同需求及健康風險差異。以麥寮六輕為例，雲林縣污染嚴重，70 萬名雲林縣民可能得承擔 700 萬人的健康風險，但資源卻很匱乏，缺少人力、財力。

健康是「內政」，民眾已經看到健康的重要性，縣市政府必須先了解居民的健康現況與風險，才能集中資源改善，首長也應儘早正視這份殷切需求，擬定各項健康相關政策與計劃；想要打造「不容易讓人生病的城市」，中央政府妥善分配資源、以及地方首長支持並認真執行，兩者同等重要。

研究說明

2012 年康健雜誌縣市調查調查說明——民調部分

本項調查進行時間為 2012 年 7 月 12 日~8 月 13 日，總成功樣本數為 14,374 位。調查方法是以台閩地區做為調查母體進行分層隨機抽樣電話調查，為符合縣市代表性，各縣市需完訪樣本數依縣市人口數，從 500~1,004 個（*註）。當信心水準在 95%時，每個縣市的抽樣誤差為正負 4.4 至 3.1 個百分點，台閩地區的抽樣誤差為正負 0.8 個百分點。所有資料依性別、居住地區、年齡及教育程度進行統計代表性檢定與加權處理。

（調查執行：吳挺鋒、張巧旻、黃啟彰）

註：連江縣訪問 200 人，抽樣誤差為正負 6.9 個百分點。

銀杏葉給分方式

1. 官方統計數據由最好排到最差；問卷調查指標除施政滿意度取正向指標排序外，其餘指標皆以五分量表分數由最好排到最差。
2. 每項指標的排序，用固定組數（5 組）算出全距及組距，再將資料分組後給分，最好的給 5 分，接著依序是 4 分、3 分、2 分及 1 分。
3. 四大面向得分計算方式：將每個指標得分進行平均，依平均得分給予銀杏葉排名，最好為五片銀杏葉，最差為一片。
4. 總平均分數計算方式：將四大面向得分進行平均，依總平均分數給予銀杏葉排名，最好為五片銀杏葉，最差為一片。

表 1：最不容易讓人生病城市總排名

銀杏葉	縣市
5	嘉義市、台北市、宜蘭縣、台南市、高雄市
4	澎湖縣、彰化縣、新竹市、桃園縣
3	台東縣、台中市、嘉義縣
2	苗栗縣、花蓮縣、新北市、新竹縣
1	屏東縣、雲林縣、南投縣、基隆市

- 註：金門縣和連江縣因資料不全，不列入評比

表 2：健康現況

(指標包括：傳染病發生率、慢性病死亡率、自殺死亡率、自覺壓力指數)

銀杏葉	縣市
5	新竹市、台中市、桃園縣
4	台北市、新北市、新竹縣、嘉義市、高雄市、台南市、彰化縣
3	苗栗縣、宜蘭縣、澎湖縣、基隆市
2	屏東縣
1	南投縣、雲林縣、嘉義縣、台東縣、花蓮縣

- 資料來源：衛生署、疾管局 2011 年資料、《康健》健康城市調查

表 3：工作與財務是最大壓力源頭

項目	百分比	小計
工作	35.6%	68.7%
財務	33.1%	
其他	13.1%	
家庭關係	8.5%	
不知道／拒答	4.5%	
健康	3.9%	
人際關係	1.2%	

表 4：生活型態

(指標包括：規律運動人口比例、每日三蔬二果人口比例、2009~2011 年平均吸菸率、18 歲以上成年男性嚼檳率、看病前後洗手習慣)

銀杏葉	縣市
5	嘉義市、台北市
4	彰化縣、台南市、宜蘭縣
3	高雄市、澎湖縣
2	台中市、桃園縣、嘉義縣、屏東縣、台東縣、新竹市
1	苗栗縣、花蓮縣、新北市、南投縣、雲林縣、基隆市、新竹縣

- 資料來源：國健局、體委會 2011 年資料、《康健》健康城市調查
- 規律運動人口是針對平常有運動的民眾計算，如果運動狀況是：1.每週運動 3 次以上、2.每次運動 30 分鐘以上、3.運動時會流汗也會喘（60 歲以上民眾會流汗也納入計算）。以上三項皆符合者屬於規律運動

表 5：只有四成人每次看病前後都會洗手

請問您在看病前和看病後有用洗手乳或酒精性乾洗手液洗手，並用乾淨毛巾、紙巾擦乾或烘乾嗎？

項目	百分比	小計	
總是	41.9%	41.9%	60.1%
經常	18.2%		
偶爾	13.9%	58.1%	
很少	8.8%		
從來沒有	15.1%		
不知道	2.1%		

表 6：健康環境

(指標包括：運動環境滿意度、社區照顧關懷據點涵蓋率、洗手設備完備率、食品衛生抽驗不合格率、空氣品質危害指標、每萬人享有公園綠地面積、污水處理率、自來水接管率)

銀杏葉	縣市
5	台北市、花蓮縣、新北市、台東縣
4	澎湖縣、台南市、新竹市、宜蘭縣
3	高雄市、桃園縣、新竹縣
2	彰化縣、台中市、嘉義縣、基隆市、嘉義市
1	苗栗縣、南投縣、雲林縣、屏東縣

- 運動環境滿意度計算方式，是將民眾對：1.住家附近運動場所 足夠比例、2.公共運動場所設施滿意比例、3.公共運動場所交通便利比例，三者平均後即為運動環境滿意度

表 7：公共場所應 100%設有洗手設備，卻都沒做到

地點	有提供完整的洗手與擦乾設備比率
外食場所 (例如餐廳、速食店及便利商店)	25.8%
車站廁所 (例如捷運車站、火車站、客運車站等)	46.3%
診所 (例如出入口處)	52.3%

表 8：政策執行

(指標包括：衛生局預算比率、肺結核完治率、禽畜養殖防疫人員流感疫苗接種率、2011 年成人健檢篩檢率、2011 年老人健檢篩檢率、縣市長健康政策施政滿意度)

銀杏葉	縣市
5	嘉義縣、澎湖縣、台東縣、宜蘭縣
4	苗栗縣、高雄市、嘉義市、花蓮縣、雲林縣、台南市
3	桃園縣、南投縣、彰化縣、屏東縣
2	台中市、新竹市、台北市、新竹縣
1	基隆市、新北市

- 資料來源：各縣市、疾管局、國健局 2011 年資料、《康健》健康城市調查

更多調查結果，請見《康健雜誌》166 期 p.36-55

媒體朋友下載新聞稿，請至：<http://www.cw.com.tw/about/press.jsp>

新聞聯絡人：天下雜誌公共事務部吳倩慧，電話：2507-8627#197；0919-920-526