

看見婦女-苗栗縣 108 年婦女身心健康網路調查報告

苗栗縣政府辦理「苗栗縣 108 年婦女身心健康網路調查」，以 google 問卷方式調查本縣 15 歲以上女性，有關自我身心狀況檢視、自我運動情形檢視、對健康與醫療資訊的了解、對本縣健康與醫療資訊或議題的期待，截至調查截止時間(108 年 10 月 26 日)共計 906 名女性參與並完成問卷填答，後續將依據調查結果做為後續婦女健康促進相關政策與措施之規劃參考。

壹、問卷調查結果-基本資料分析

本次問卷含跨 15-70 歲以上女性，以 30-59 歲年齡層最多，共佔 76.8%。苗栗縣 18 鄉鎮女性皆有參與回饋，參與婦女有客家、閩南、原住民、新住民族群。並含跨各職業類別，其中以軍公教、家管、服務業及其他類別為主。

貳、問卷調查結果-問卷分析

- 一、55.5%婦女自評身體狀況良好、66.6%婦女自評心理狀況良好。
- 二、僅 29.1%婦女維持定期健康檢查的習慣。
- 三、婦女運動頻率與習慣，8 成以上婦女表示平時有運動。頻率以每週 1~2 次最多，運動時間最多的項目是「30 分鐘以上」有 54.6%。
- 四、多數婦女運動時段選擇在晚上占 37.2%、早上則有 23.6%，運動地點選擇以住家周遭近便性高、免費使用之場地為主（學校、家中、公園等）。
- 五、有近 15%的婦女是不運動的，影響其不運動的主因是因為多職的女性角色以致於沒有運動時間（50%）、生活壓力造成疲累感致使不想運動（46%），其次則是因為運動環境對女性不夠友善（8.1%）。可推測，婦女的各種角色、家務負擔，影響婦女的運動管理規劃，也因為這些壓力導致疲累感更不想運動。故，推展家務分工及女性照顧自我的觀念應持續進行。
- 六、獲取女性健康相關資訊方面，70.8%的婦女是藉由網路平台，44.2%婦女則會從家人、朋友那裡獲得相關資訊。值得注意的是，這兩種來源管道，具有不準確性及不真實性，特別是網路平台所傳閱的訊息許多是未經查證的容易影響個人判斷。
- 七、婦女關注的女性健康議題，前 5 多的依序為婦科問題（33.6%）-癌症（25.4%）-心血管疾病（24.8%）-肥胖問題（24.2%）-睡眠問題（23.1%）。
- 八、苗栗就醫環境、運動環境對女性友善程度近 5 成左右的婦女覺得感到普通。不好也不壞，可推測可能是婦女對女性友善環境的認知不清楚或者是多數婦女未特別關心這個議題，亦可能政府或相關單位應凸顯女性友善設施、措施，讓民眾有感。
- 九、婦女對苗栗女性就醫環境期待，前五名期待依序為，設有婦女專屬門診，針對女性生命週期給予不同健康諮詢（48.1%）-更具整合性的服務（39.1%）-心理健康具有更完善、人性化的服務（並非只是用藥）（34.8%）-看診空間的隱密性、安全感提升（30.2%）-更趨便利性的服務（29.9%）。

十、婦女對苗栗女性運動環境期待，前五名期待依序為，積極設置對女性便利性與多樣性的運動環境（60.5%）-運動環境的安全維護完善（52.9%）-安排具有地方女性需求的運動方案（38%）-環境的明亮度提升（36.3%）-建置平價收費之國民運動中心（28.4%）。