

國情統計通報

(第 106 號)

行政院主計總處

綜合統計處 (TEL: 23803436)

110 年 6 月 9 日

星期三

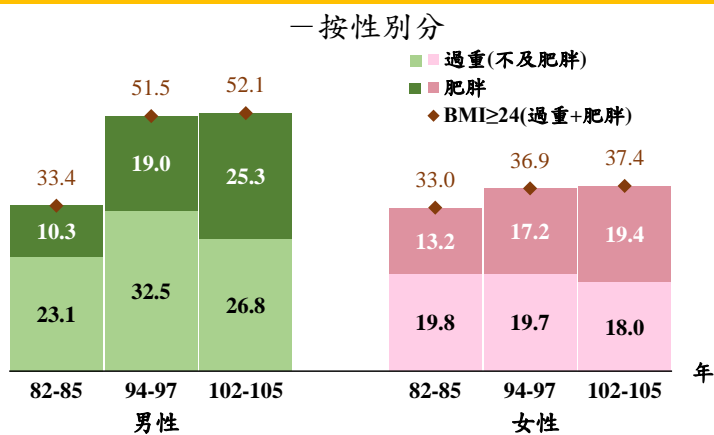
近年我國 19 歲以上成年男性過重及肥胖盛行率高於女性

一、依衛福部「國民營養健康狀況調查」最新週期統計，102-105 年我國 19 歲以上成年男性過重及肥胖^①盛行率^②為 52.1%，較女性高出 14.7 個百分點，男、女性較前次調查（94-97 年）分別增 0.6 及增 0.5 個百分點，較 20 年前（82-85 年）分別增 18.7 及增 4.4 個百分點，男性增幅遠高於女性；依過重（不及肥胖，簡稱過重）及肥胖觀察，102-105 年男、女性肥胖盛行率分別為 25.3% 及 19.4%，較 94-97 年分別增 6.3 及增 2.2 個百分點，由過重轉至肥胖之情形增加。

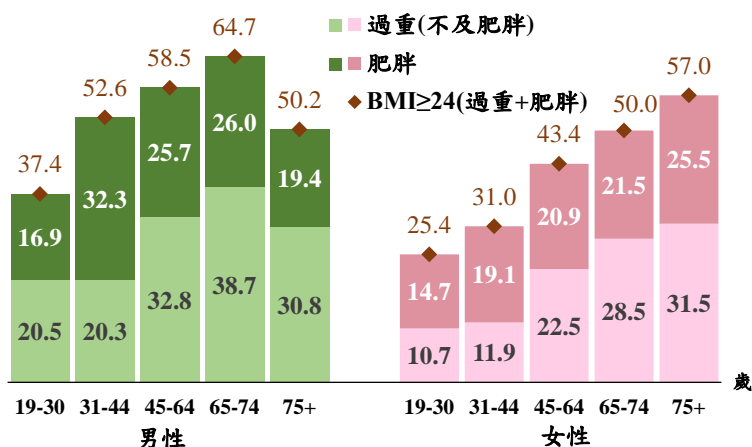
二、按性別與年齡別交叉觀察，102-105 年成人過重及肥胖盛行率大致隨年齡增長而增加，男性以 65-74 歲達 64.7% 最高，惟 75 歲以上降至 50.2%，男性 31 歲以上（女性則為 65 歲以上）平均每 2 人就有 1 人過重或肥胖；另肥胖盛行率男性以 31-44 歲 32.3% 最高，女性則以 75 歲以上 25.5% 最高。

三、依「國民健康訪問調查」最新統計，106 年我國 18 歲以上人口身體活動不足率^③47.3%，其中女性為 55.2%，較男性（39.0%）高出 16.2 個百分點；若按性別與年齡別交叉觀察，男性隨年齡增長而增加，且各年齡層均低於女性，女性除 50-64 歲（49.6%）近 5 成外，其餘年齡組均高於 5 成，相當於每 2 位 18 歲以上女性就有 1 位身體活動量不足；性別差距以 18-29 歲相差 26.0 個百分點最多，65 歲以上相差 6.8 個百分點最少。

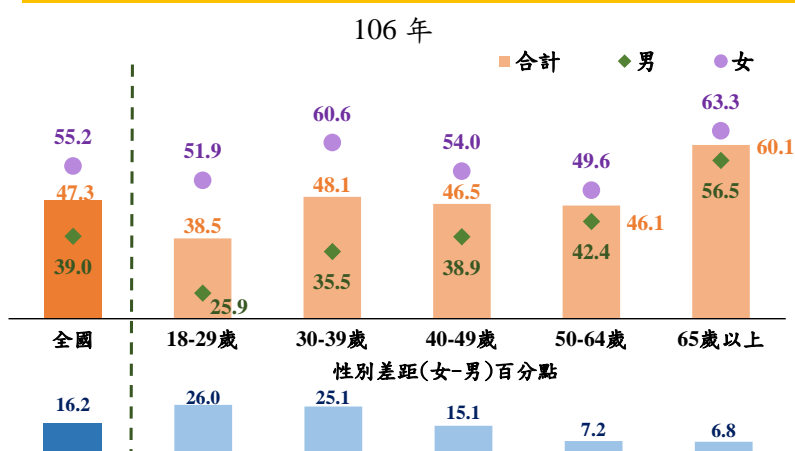
我國 19 歲以上成人過重及肥胖盛行率(%)



—按性別與年齡別分
102-105 年



18 歲以上人口身體活動不足率(%)—按性別與年齡別分



資料來源：衛生福利部。

附註：①我國身體質量指數 27>(BMI)≥24 為過重(不含肥胖)，BMI≥27 為肥胖。

②成人過重及肥胖盛行率係指成人過重及肥胖之人口占所有成人人口的百分比。

③身體活動不足率依世界衛生組織(WHO)定義，係指 18 歲以上成人每週進行可消耗身體能量的活動量(MET-minutes, METs)小於 600 分鐘者之比率(或相當於每週中等費力身體活動(如快步走)少於 150 分鐘或費力身體活動(如搬運、舉重)少於 75 分鐘)。

說明：本通報每週一至週五發行，並透過網際網路系統同步發送，網址：www.stat.gov.tw。