



綠田園基金
PRODUCE GREEN FOUNDATION

綠田園基金主辦



香港浸會大學
社區為本教學計劃協辦

香港青年聖誕食物消費 調查報告

二零零五年十二月

新界粉嶺鶴藪村 18 號

電話：2674 1190 傳真：2674 8077

電郵：info@producegreen.org.hk

網頁：<http://www.producegreen.org.hk>

註冊非牟利慈善團體

目錄

	頁
一、 撮要	2
二、 調查背景及目的	4
三、 調查方法	4
四、 結果及討論	5
五、 總結及建議	17
六、 附錄：問卷結果	19

《香港青年聖誕食物消費調查報告》

綠田園基金 2005 年 12 月

一、撮要

在聖誕期間舉行聖誕派對，享用聖誕大餐，已是香港人普遍的應節活動。在這段時間內，香港人消耗大量肉食、糕餅及糖果，同時亦倒掉大量剩餘食物。這種消費行為不單影響環境，亦對消費者的身體有害無益。年輕人是參加聖誕派對、吃聖誕餐最活躍的一群人，加上他們對食物營養的觀念估計較薄弱，故此，綠田園基金邀請到香港浸會大學社區為本教學計劃協辦是次調查，深入一點了解香港年輕人聖誕食物消費現況。

調查結果顯示：

1. 有 6 成半的被訪者預期今年會參加聖誕派對及/或會吃聖誕餐。
2. 平均每人出席 2.2 次聖誕派對及/或吃聖誕餐，較去年上升 15%。
3. 粗略估算，被訪者今年平均用於聖誕食物的費用為 542 元。
4. 聖誕食物中，被訪者多喜甜食及肉食，較不喜歡蔬菜。
5. 聖誕餐或聖誕派對中的食物，肉類及甜品多而蔬菜少，情況接近一個倒轉的食物金字塔。
6. 聖誕食物吃剩有相當份量，平均每次活動有 2.4 公斤。
7. 吃剩的食物中，主要是五穀、蔬菜和肉類。
8. 吃剩的食物，倒掉或由食肆處理的佔 5 成。
9. 超過 5 成的被訪者表示在吃聖誕餐及/或聖誕派對時的食量較平日多；約 7% 被訪者聖誕過後會出現消化系統毛病，其中 5 成多的人要求醫或吃藥。
10. 7 成被訪者知道何謂有機食物，但只有 17% 在擇聖誕食物時會以有機材料作選購條件，同時有 7 成被訪者認為有機食物的宣傳不足夠。

11. 絕大部分被訪者不知道聖誕食物的來源地，同時絕大部分被訪者在選購聖誕食物時不會考慮食物的來源地。
12. 有 7 成被訪者表示在選擇聖誕食品時，會和家人/朋友/同事商量。另外，差不多 5 成表示會受廣告影響。

我們建議：

1. 非常粗略的估計，今年年輕人的聖誕食物消費超過 7 億元；建議年輕人利用他們的消費改變市場的供應，藉此爭取日後有更多樣化、更綠色的選擇。
2. 目前的聖誕食物主要是肉食及甜食，情況接近一個倒轉的食物金字塔，與營養均衡膳食的原則背道而馳。年輕人應多留意「日日二加三」的建議，多吃蔬果。
3. 學校可藉聖誕活動，為同學提供更多有關訊息，讓他們對綠色飲食多加認識及關注。
4. 聖誕活動後有食物吃剩是相當普遍的現象，故建議預備食物時，小心計算參加者的食量及食物組合（特別是五穀類及肉類），盡量減少浪費。
5. 鼓勵參加者自備食物盒、食物袋，同時向參加者強調將食物帶回家是愛護地球的行為，好讓年輕人不會因為不好意思而拒絕帶食物回家，最後把食物浪費掉。
6. 約 7% 年輕人在聖誕活動後出現消化系統毛病，故歡慶之餘，宜有適當的節制，避免暴飲暴食至要延醫診治。
7. 選擇食物時，盡量選擇本地生產的有機食物。
8. 多參觀本地有機農場，多去本地「農墟」購物。
9. 學校多作消費者教育，讓年輕人作出明智的消費選擇。

二、 調查背景及目的

在聖誕期間舉行聖誕派對，享用聖誕大餐，已是香港人普遍的應節活動。在這段時間內，香港人消耗大量肉食、糕餅及糖果，同時亦倒掉大量剩餘食物。這種消費行為不單影響環境，亦對消費者的身體有害無益。

其中尤以年輕人估計是參加聖誕派對，吃聖誕餐最活躍的一群人，加上他們對食物營養的觀念估計較薄弱，故此，綠田園基金邀請到香港浸會大學社區為本教學計劃（Community Based Instruction Program）的陳凌教授、黃嘉兒小姐（項目研究及發展主任）、何佩芝小姐（項目研究助理），與及郭志雲同學、呂碧珊同學、古珊珊同學及黃軍同學協辦這個香港聖誕食物消費調查，協助設計問題、分發問卷，並進行數據分析。我們希望能藉這個調查：

- (1) 了解香港年輕人的聖誕飲食消費習慣；
- (2) 讓他們更關注飲食對自身、對環境的影響。

三、 調查方法

3.1 調查對象

本港 13-35 歲的年輕人，估計他們是活躍於參加聖誕派對及/或吃聖誕餐的一群。

3.2 抽樣方法

浸會大學服務學習計劃的同學選擇了一個免費的網上調查工具，進行網上問卷調查，亦將問卷的網頁放到公眾論壇上去讓更多人參與。

同時，他們亦採用雪球抽樣（Snowball Sampling）收集問卷。這是一種非概率抽樣方法，同學先選擇他們的同學、朋友及家人進行調查，調查之後，再請他們提供另外一些調查對象再進行調查。這一過程會繼續下去，形成一種滾雪球的效果。這方法可大大減低調查的成本，但由於是非概率抽樣，故不能計算抽樣誤差。

透過以上兩種方法，同學們共收集到 458 份問卷，其中成功問卷有 352 份。

3.3 調查日期

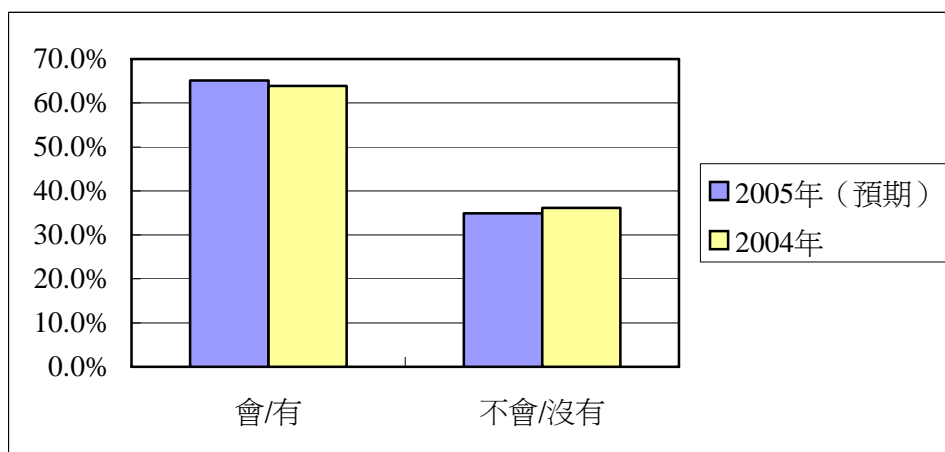
二零零五年十月至十一月。

四、 結果及評論

1. 有 6 成半的被訪者預期今年會參加聖誕派對及/或會吃聖誕餐。

調查結果顯示約 65% 的被訪者預期今年會參加聖誕派對及/或會吃聖誕餐，情況與去年的 64% 相若。

	吃聖誕餐及參加聖誕派對人數			
	2005 人數 (預期)	%	2004 人數	%
會/有	229	65.1%	225	63.9%
不會/沒有	123	34.9%	127	36.1%
總計	352	100.0%	352	100.0%

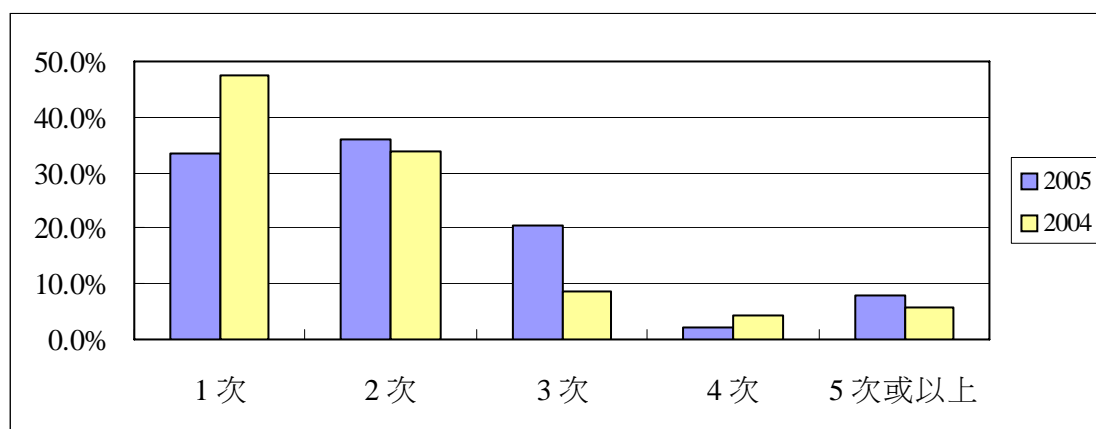


2. 平均每人出席 2.2 次聖誕派對及/或吃聖誕餐，較去年上升 15%。

表示預期今年會出席聖誕派對及/或吃聖誕餐的被訪者當中，有接近 7 成 (69.3%) 估計自己會參加 1-2 次的活動，平均計算，每人出席 2.2 次，與去年的 1.9 次比較，上升 15% (為方便計算，選擇「5 次或以上」者作 5 次計)。

	吃聖誕餐及參加聖誕派對次數			
	2005 年人數 (預期)	%	2004 年人數	%
1 次	76	33.3%	106	47.3%
2 次	82	36.0%	76	33.9%
3 次	47	20.6%	19	8.5%
4 次	5	2.2%	10	4.5%
5 次或以上	18	7.9%	13	5.8%
總計	228	100.0%	224	100.0%

	吃聖誕餐及參加聖誕派對平均次數		今年與去年比較
	2005 年 (預期)	2004 年	(%)
平均	2.2 次	1.9 次	+14.9%



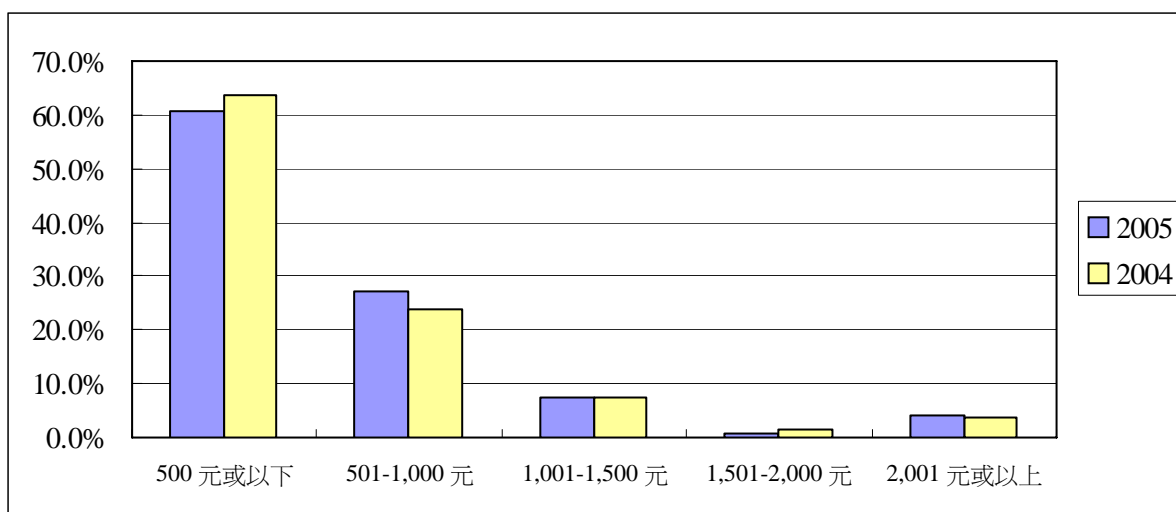
3. 粗略估算，被訪者今年平均用於聖誕食物的費用為 542 元。

調查顯示，6 成的被訪者估計自己今年用於聖誕餐及聖誕派對食物的費用為 500 元或以下，平均為 541.7 元，與去年的平均值 528.2 元相若。(為方便計算，選擇「500 元或以下」者作 250 元計，而「2,001 元或以上」者作 2,001 元計，其餘選擇均以平均數計算)。

根據政府統計處 2001 年人口普查的資料，香港 13-35 歲這一年齡組別的人口約有 200 多萬，若粗略地以其中 65% 會吃聖誕餐及/或參加聖誕派對，平均每人用 541.7 元計算，年輕人的聖誕食物將是一個超過 7 億元的市場。這樣龐大的市場，應可支持提供更多另類、綠色、健康的選擇予香港這一群的消費者。

	用於聖誕餐及聖誕派對食物的費用			
	2005 年 (預期)	%	2004 年	%
500 元或以下	139	60.7%	142	63.7%
501-1,000 元	62	27.1%	53	23.8%
1,001-1,500 元	17	7.4%	17	7.6%
1,501-2,000 元	2	0.9%	3	1.3%
2,001 元或以上	9	3.9%	8	3.6%
總計	229	100.0%	233	100.0%

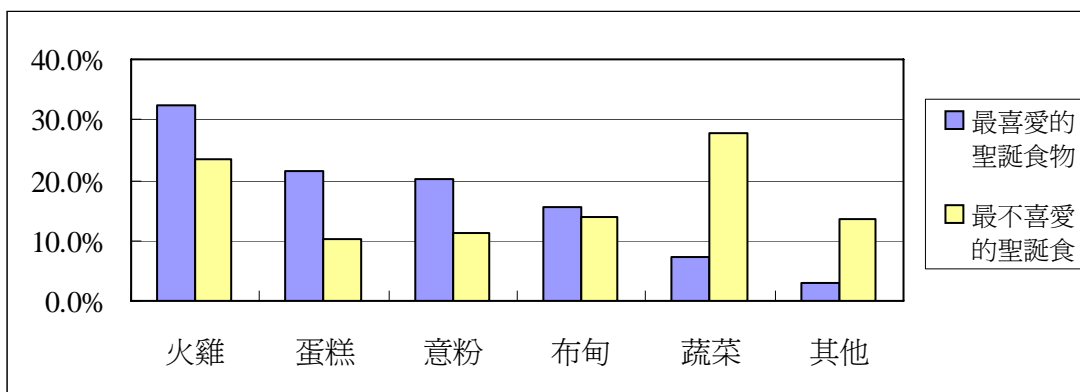
	用於聖誕餐及聖誕派對食物的平均費用	
	2005 年 (預期)	2004 年
平均	541.7 元	528.2 元



4. 聖誕食物中，被訪者多喜甜食及肉食，較不喜歡蔬菜。

被訪者中，最喜愛的聖誕食物為火雞（32%）、蛋糕（22%）、意粉（20%）及布甸（16%），而最少年輕人喜愛的是蔬菜，只有 7%。他們最不喜愛的聖誕食物為蔬菜（28%）、火雞（24%）、布甸（14%）、意粉（11%）及蛋糕（10%）。綜合來說，被訪者中有 3 成多喜歡甜食（喜歡蛋糕與布甸的合計有 37%），另 3 成多喜歡肉食，而蔬菜則是最少年輕人喜愛，亦是最多年輕人不喜愛的食物。

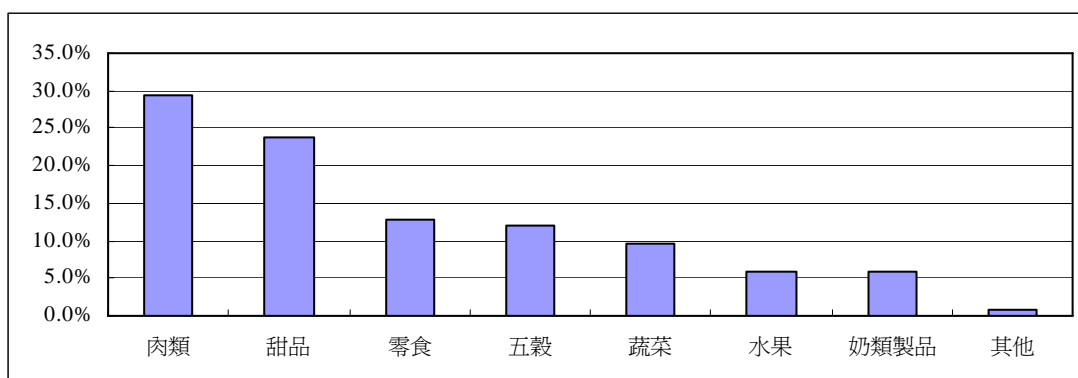
	最喜愛的聖誕食物		最不喜愛的聖誕食物	
	人數	%	人數	%
火雞	72	32.3%	51	23.6%
蛋糕	48	21.5%	22	10.2%
意粉	45	20.2%	24	11.1%
布甸	35	15.7%	30	13.9%
蔬菜	16	7.2%	60	27.8%
其他	7	3.1%	29	13.4%
總計	223	100.0%	216	100.0%



5. 聖誕餐或聖誕派對中的食物，肉類及甜品多而蔬菜少。

被訪者對聖誕食物的喜好，正好反映到他們預備的聖誕食物上。根據調查的結果顯示，被訪者的聖誕餐或聖誕派對食物主要有肉類（接近3成）及甜品（有2成多），然後是零食、五穀、蔬菜、水果、奶類製品及其他。

	人數	%
肉類	145	29.4%
甜品	117	23.7%
零食	63	12.8%
五穀	59	11.9%
蔬菜	48	9.7%
水果	29	5.9%
奶類製品	29	5.9%
其他	4	0.8%
總計	494	100.0%



當然，這個食物組合是根據被訪者的回憶所得出，可能與實際情況有出入，同時亦可能與被訪者的喜愛有一定的連繫，喜歡吃甜品的被訪者，很可能對活動中提供的甜品記憶較深。

但即使以籠統概略的觀念去看這個食物組合，亦很難說這是一頓營養均衡的膳食。根據一個簡單的食物金字塔的建議，一頓健康的膳食應包含足量的五穀類，多些蔬果，而肉、魚、奶、蛋、豆類只需適量攝取，油、鹽、糖則應減少食用。但被訪者食用的聖誕食物則有接近3成的肉類，2成多甜食，及不足1成的蔬菜，接近一個倒轉的食物金字塔。

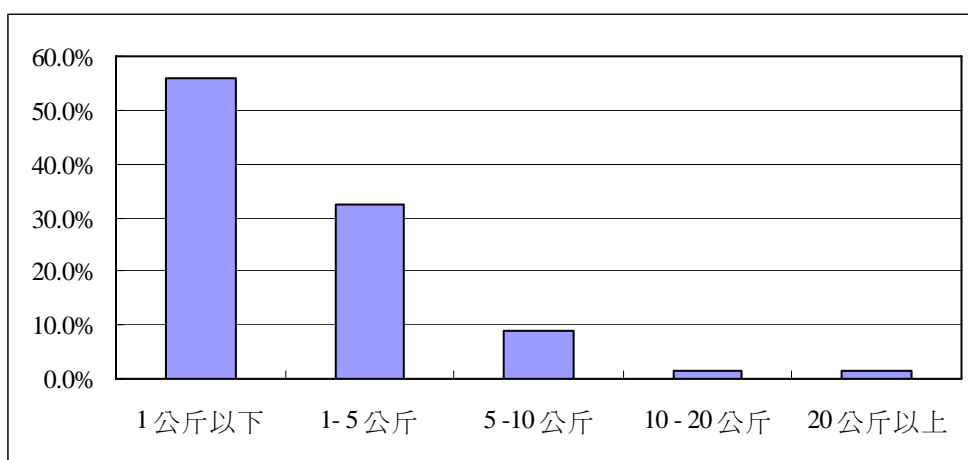
這種飲食組合，偶一為之相信大致影響不會嚴重，但如果成為飲食習慣，則能導致膳食中有過高的蛋白質、脂肪及糖，但膳食纖維分量卻偏低。不同的研究均顯示，足夠的蔬果有助預防多種主要疾病及健康問題，包括癌症（如腸胃道的癌症）、心臟病、中風、高血壓、糖尿病及肥胖等。

6. 聖誕食物吃剩多，粗略估計，平均每次活動有 2.4 公斤。

根據被訪者的觀察，他們去年出席的聖誕派對及/或聖誕餐中，有 56% 表示有 1 公斤以下的食物吃剩，粗略估算，平均每次活動吃剩 2.4 公斤的食物。（為方便計算，1 公斤以下者作 0.5 公斤計，20 公斤以上者以 20 公斤計，其他選擇以平均值計算）

如前所述，由於這個問題是邀請被訪者回憶去年的聖誕餐或聖誕派對中吃剩食物的多寡，並要將這個記憶量化，故容易出現誤差。但聖誕活動吃剩食物是普遍現象，希望負責預備食物的人士能在安排食物前細心衡量參加者的食量，盡量減少浪費。

	人數	%
1 公斤以下	123	55.9%
1-5 公斤	71	32.5%
5-10 公斤	20	9.1%
10-20 公斤	3	1.4%
20 公斤以上	3	1.4%
總計	220	100.0%



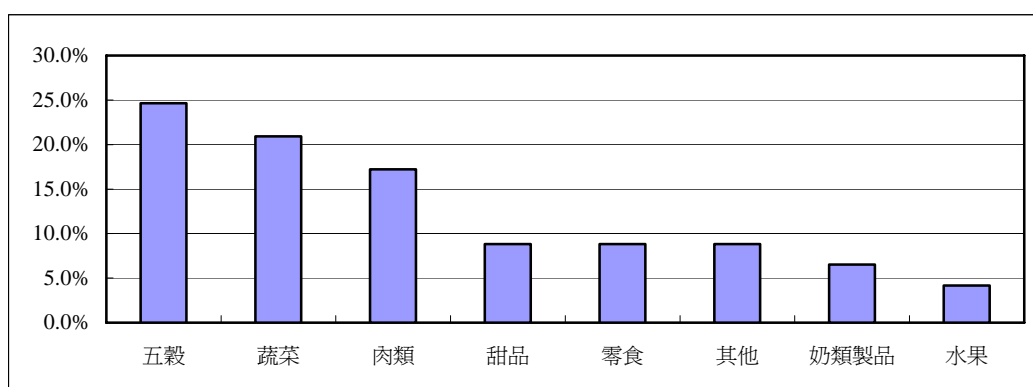
7. 吃剩的食物中，主要是五穀、蔬菜和肉類。

根據調查顯示，聖誕餐及/或聖誕派對中吃剩的食物，主要是五穀（25%）、蔬菜（21%）和肉食（17%）。

五穀剩得多，可能是負責預備食物的人士怕參加者吃不飽，故多點一些飯、麵、意粉等以便填肚。蔬菜吃剩，很可能與參加者較不喜歡吃蔬菜有關（可參閱前段第 4 點）。至於肉類也吃剩不少，則可能與肉食（特別是火雞）是聖誕食物的主題食物有關。

大家可能覺得聖誕節沒有火雞似乎不太像樣，而且又有 3 成多的被訪者表示喜愛肉食（可參閱前段第 4 點），故此安排食物時，選擇了較多的肉食，形成聖誕餐及聖誕派對的食物中有差不多 3 成是肉食（可參閱前段第 5 點），弄至吃不完，產生浪費。故希望負責預備食物人士在安排食物前，除了細心衡量參加者的食量外，更要留意食物組合，以免浪費。

	人數	%
五穀	53	24.7%
蔬菜	45	20.9%
肉類	37	17.2%
甜品	19	8.8%
零食	19	8.8%
其他	19	8.8%
奶類製品	14	6.5%
水果	9	4.2%
總計	215	100.0%

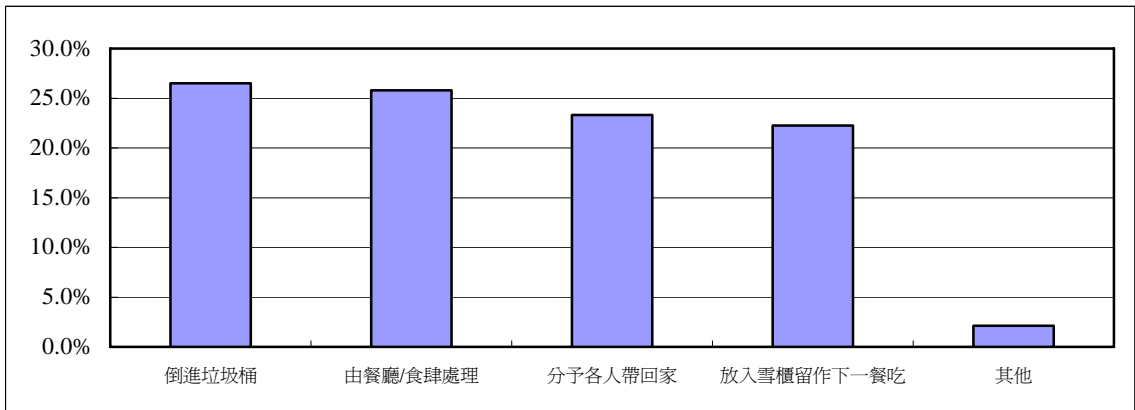


8. 吃剩的食物，有 5 成是倒掉或由食肆處理的。

根據調查結果，有 27% 的被訪者表示吃剩的食物會倒進垃圾桶，26% 會由餐廳/食肆處理。本來是可以食用的食物，在活動完結後卻要變成垃圾，這不單浪費資源，更會製造固體廢物，增加堆填區的負荷。最近，香港政府計劃推出都市固體廢物收費措施，計劃按垃圾的體積、種類和重量收費，務求通過「污者自付」的方式，讓市民共同分擔處理垃圾的費用。為免增加堆填區的負荷及日後自己的財政負荷，盡量準確點菜。

另外亦有 46% 的被訪者會將吃剩的食物分予各人帶回家或放入雪櫃留作下一餐吃。這種行為，十分值得其他年輕人多多學習。

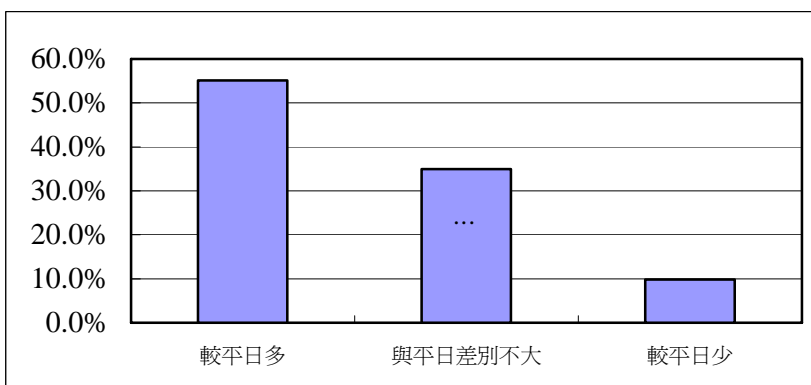
	人數	%
倒進垃圾桶	75	26.5%
由餐廳/食肆處理	73	25.8%
分予各人帶回家	66	23.3%
放入雪櫃留作下一餐吃	63	22.3%
其他	6	2.1%
總計	283	100.0%



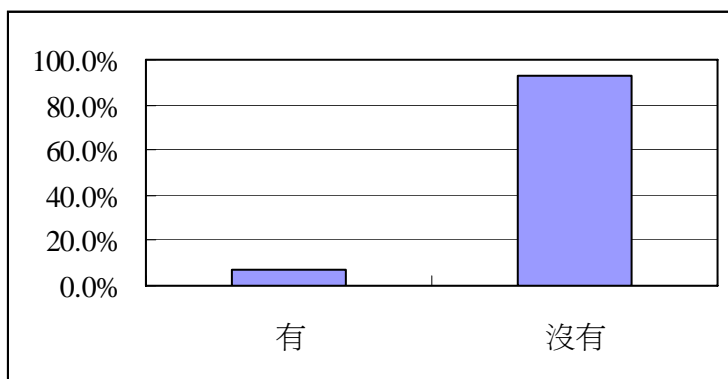
9. 超過 5 成的被訪者表示吃聖誕食物的食量較平日多，約 7% 被訪者會出現消化系統毛病，其中 5 成多的人要求醫或吃藥。

聖誕節是一個歡欣愉悅的節日，家人親友相聚，多吃點也是人之常情，但吃多至影響健康，更要延醫吃藥診治，卻是划不來的事。故歡慶之餘，宜有適當的節制，避免暴飲暴食。

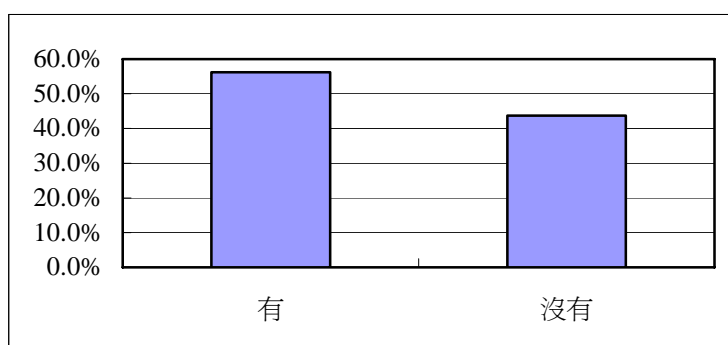
吃聖誕餐/參加派對時的食量與平日的分別		
	人數	%
較平日多	123	55.2%
與平日差別不大	78	35.0%
較平日少	22	9.9%
總計	223	100.0%



吃聖誕餐/參加派對後有否出現消化系統毛病		
	人數	%
有	16	7.3%
沒有	202	92.7%
總計	218	100.0%



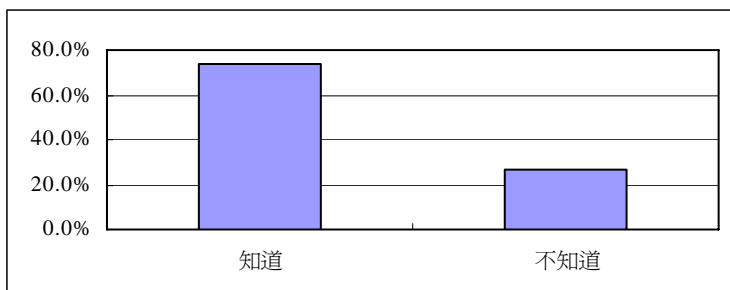
若出現消化系統毛病，有否求醫或吃藥		
	人數	%
有	9	56.3%
沒有	7	43.8%
總計	16	100.0%



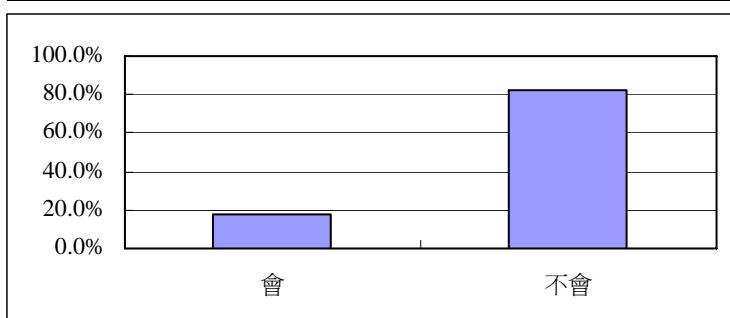
10. 7 成被訪者知道何謂有機食物，但只有 17%在擇聖誕食物時會以有機材料作選購條件，同時有 7 成被訪者認為有機食物的宣傳不足夠。

就本會所知，現在市面上供應的主流聖誕食物中，絕少有機產品，這可能是多數被訪者不考慮以有機材料作選購條件的其中一個原因。另一方面，消費者對有機產品認識不足，亦可能是影響他們的購物選擇。有 7 成被訪者認為有機食物的宣傳不足夠，顯示他們有興趣獲得有關有機產品進一步的資料，這是本會及其他推廣有機農業的團體應多作功夫的地方。

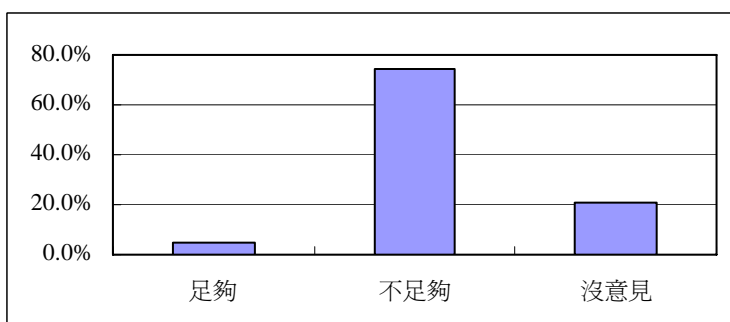
是否知道何謂有機食物		
	人數	%
知道	164	73.5%
不知道	59	26.5%
總計	223	100.0%



選擇聖誕食物時，會否以有機材料作選購條件		
	人數	%
會	28	17.4%
不會	133	82.6%
總計	161	100.0%



有機食品的宣傳是否足夠		
	人數	%
足夠	10	4.5%
不足夠	165	74.3%
沒意見	47	21.2%
總計	222	100.0%

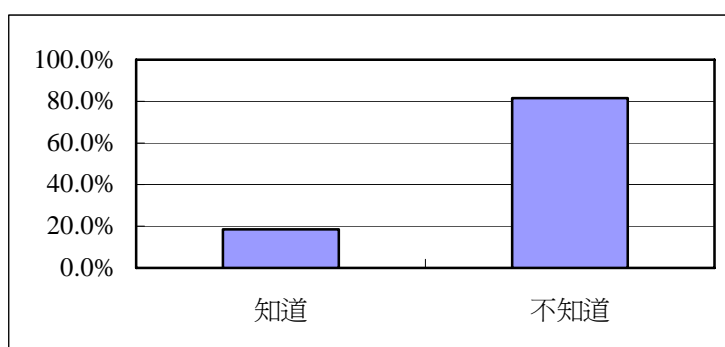


11. 絕大部分被訪者不知道聖誕食物的來源地，同時絕大部分被訪者在選購聖誕食物時不會考慮食物的來源地。

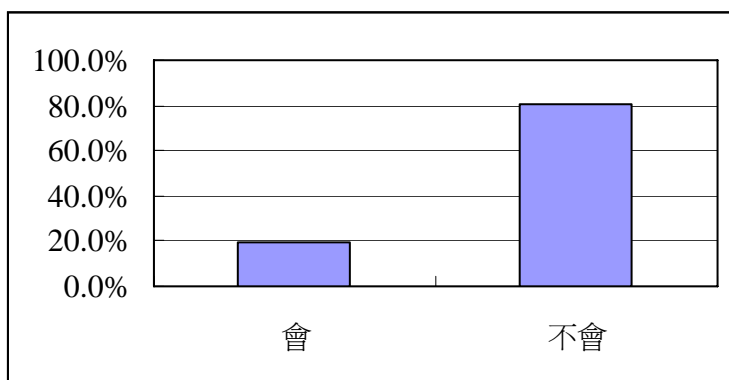
香港地狹人多，本土生產的食物，不足以滿足本地人口的需要，故此需要從外地入口糧食，這已成為我們對食物的常識。但不同地域入口的食物，需要經過不同運輸方法及運輸距離，對地球因而產生不同的環境影響。食物里程（由農地送到我們的餐桌的距離）越長，耗用的化石燃料越多，排放的溫室氣體亦越多，我們因而要付出越大的環境代價。故此，我們建議在有選擇的情況下，盡量選擇離我們最近的食物。另外，可以的話，盡量減少需要以空運運輸的產品，盡量選擇水運，其次是陸運的食物，因為以同一距離計算，空運所排放出的溫室氣體最多，其次是水運，然後是陸運。

不過話得說回來，現時食物供應商一般都沒有向消費者提供這方面的訊息，除非是爲了突顯某些食品的身價，如美國火雞、紐西蘭羊扒、澳洲生蠔等。在缺乏資料的情況下，消費者亦難以作出適合自己的選擇。只有當消費者的對食物來源地更關注，多向食物供應者查詢，他們才會爲消費者提供更多這方面的資訊。

	知否聖誕食物的來源地	
	人數	%
知道	39	18.5%
不知道	172	81.5%
總計	211	100.0%



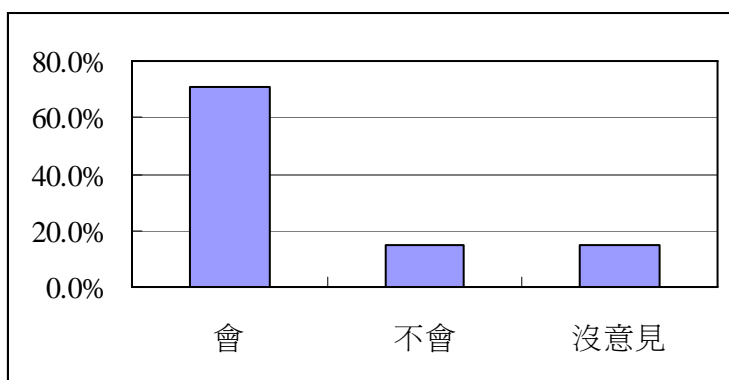
	選擇聖誕食物時會否以食物的來源地作考慮	
	人數	%
會	44	19.6%
不會	180	80.4%
總計	224	100.0%



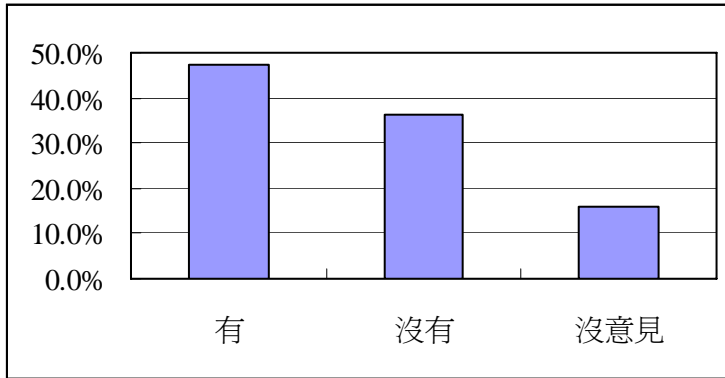
12. 有 7 成被訪者表示在選擇聖誕食品時，會和家人/朋友/同事商量，另外，差不多 5 成表示會受廣告影響。

聖誕是一個家人友好歡聚的節日，所以在選擇聖誕食品時，有 7 成的被訪者會和家人/朋友/同事商量。同時，聖誕食物是一個龐大的市場，各供應商為了獲得理想的銷售額，都會花費在廣告（包括電視、報紙、雜誌、公共交通工具、互聯網等等）上。廣告可以為消費者提供資訊，但消費者亦容易為五光十色，製作精美的廣告所影響，而未必能作出最明智的選擇。

在選擇聖誕食品時會否和家人/朋友/同事商量		
	人數	%
會	158	70.5%
不會	33	14.7%
沒意見	33	14.7%
總計	224	100.0%



選購聖誕食品時有否受廣告影響		
	人數	%
有	107	47.6%
沒有	82	36.4%
沒意見	36	16.0%
總計	225	100.0%



五、 總結及建議

1. 建議年輕人利用他們的消費力改變市場供應狀況，爭取日後有更多樣化、更綠色的選擇

非常粗略的估計，今年年輕人的聖誕食物消費超過 7 億元，這樣龐大的市場，應可支持提供更多綠色、健康的選擇予這一群的消費者。但問題重點是他們對綠色飲食有多認識，故建議年輕人多關心食物對自身及環境的影響，利用他們的消費模式改變市場的供應，以獲得更多樣化、更綠色的選擇。

2. 年輕人應多留意「日日二加三」的建議，多吃蔬果

目前的聖誕食物主要是肉食及甜食，情況接近一個倒轉的食物金字塔，並非一頓營養均衡的膳食，估計這與消費者的個人喜好有關。建議年輕人多留意日日二加三的飲食建議，每天多吃蔬果；同時，可以選擇用生果沙律來代替甜品。

3. 學校可藉聖誕活動，為同學提供更多綠色飲食訊息

雖然一年一度的聖誕節，偶爾為慶祝而肆意飲食亦不為過，但學校方面，亦可藉這個一年一度的活動，向同學多提供這有關指導及資訊，多加指引，讓他們對綠色飲食多加關注。

4. 預備食物時，小心計算參加者的食量及食物組合盡量減少浪費

聖誕活動後有食物吃剩是相當普遍的現象，粗略地估算，平均每次年輕人的聖誕活動後有 2.4 公斤的食物吃剩。故建議負責預備食物者最好能在安排食物前細心衡量參加者的食量及食物的組合，不要為怕參加者吃不飽而預備過多的飯、麵、意粉等澱粉質食物，亦不要為應節而安排太多的火雞等肉食，以免最後吃剩而浪費。

5. 鼓勵參加者自備食物盒、食物袋，以減少浪費

為方便參加者將吃剩的食物帶回家，我們建議主辦活動人士於活動前多鼓勵參加者自備食物盒、食物袋，多強調將食物帶回家是愛護地球的行為，好讓年輕人不會因為不好意思而拒絕帶食物回家，最後把食物浪費掉。

6. 約 7%年輕人在聖誕活動後出現消化系統毛病。故歡慶之餘，宜有適當的節制，避免暴飲暴食至要延醫診治。

超過 5 成的被訪者表示在吃聖誕餐及/或聖誕派量較平日多，約 7% 被訪者會出現消化系統毛病，其中 5 成多的人要求醫或吃藥。聖誕節是一個歡欣愉悅的節日，家人親友相聚，多吃一點固然是人之常情，但進食過量以至影響健康，更要延醫吃藥診治，卻是划不來的事。故歡慶之餘，宜有適當的節制，避免暴飲暴食。

7. 選擇食物時，盡量選擇本地生產的有機食物

本地生產的有機食物由於「食物里程」(由農地送到我們的餐桌的距離)較短，所以特別新鮮，耗用在運輸上的能源較少，產生的溫室氣體亦得以大減。故建議盡可能選擇本地生產的有機食物。不過，由於現時食物供應商一般都沒有向消費者提供這方面的訊息，消費者亦難以作出適合自己的選擇。只有當消費者的對食物來源地更關注，多向食物供應者查詢，他們才會為消費者提供更多這方面的資訊。

8. 多參觀本地有機農場，多去本地「農墟」購物

本地有約 60 個有機農場，不少都歡迎外界參觀。另外，香港有 2 個本地「農墟」，售賣本地有機農場的農產品，年輕人可多去這些農墟購物，與有機農民直接對話，多了解本地有機生產情況。

9. 學校多作消費者教育，讓年輕人作出明智的消費選擇

有 5 成多的年輕人在選擇聖誕食物時，會受廣告影響。廣告可以為消費者提供資訊，但消費者亦容易為五光十色，製作精美的廣告所影響，而未必能作出最明智的選擇。故學校可多提供消費者教育，讓年輕人多了解廣告，以作出明智的消費選擇。

六、 附錄：問卷結果

1. 你預期今年會否吃聖誕餐／參加聖誕派對？（包括慶祝聖誕的自助餐、飲食及學校或公司聚會）

	人數	%
會	229	65.1%
不會	123	34.9%
總計	352	100.0%

2. 你預期今年你個人會出席多少次的聖誕餐及/或派對？

	人數	%
1 次	76	33.3%
2 次	82	36.0%
3 次	47	20.6%
4 次	5	2.2%
5 次或以上	18	7.9%
總計	228	100.0%

3. 你預期今年你個人用於所有聖誕餐及派對的食物上，一共是多少錢？

	人數	%
500 元或以下	139	60.7%
501-1,000 元	62	27.1%
1,001-1,500 元	17	7.4%
1,501-2,000 元	2	0.9%
2,001 元或以上	9	3.9%
總計	229	100.0%

4. 你去年有沒有吃聖誕餐／參加聖誕派對？

	人數	%
有	225	63.9%
沒有	127	36.1%
總計	352	100.0%

5. 你去年共吃了多少次聖誕餐／參加聖誕派對？

	人數	%
1 次	106	47.3%
2 次	76	33.9%
3 次	19	8.5%
4 次	10	4.5%
5 次或以上	13	5.8%
總計	224	100.0%

6. 你去年用於聖誕餐／派對總共有多少錢？

	人數	%
500 元或以下	142	63.7%
501-1,000 元	53	23.8%
1,001-1,500 元	17	7.6%
1,501-2,000 元	3	1.3%
2,001 元或以上	8	3.6%
總計	223	100.0%

7. 你參加這些聖誕聚餐／派對的原因？（可選多項）

	人數	%
自發舉辦或參與	112	39.9%
學校或公司舉辦	41	14.6%
朋友邀請	117	41.6%
不自願	2	0.7%
其他	9	3.2%
總計	281	100.0%

8. 你最喜愛的聖誕食物是甚麼？

	人數	%
火雞	72	32.3%
布甸	35	15.7%
意粉	45	20.2%

蛋糕	48	21.5%
蔬菜	16	7.2%
其他	7	3.1%
總計	223	100.0%

9. 你最不喜愛的聖誕食物是甚麼？

	人數	%
火雞	51	23.6%
布甸	30	13.9%
意粉	24	11.1%
蛋糕	22	10.2%
蔬菜	60	27.8%
其他	29	13.4%
總計	216	100.0%

10. 你去年出席聖誕餐／派對的所吃的食物類別是甚麼？（可選多項）

	人數	%
派對食物	122	33.3%
中式食品	39	10.7%
西式食品	137	37.4%
小食	63	17.2%
其他	5	1.4%
總計	366	100.0%

11. 你去年的聖誕餐／派對，食物的主要種類是甚麼？（可選多項）

	人數	%
五穀	59	11.9%
蔬菜	48	9.7%
水果	29	5.9%
肉類	145	29.4%
甜品	117	23.7%
奶類製品	29	5.9%
零食	63	12.8%

其他	4	0.8%
總計	494	100.0%

12. 根據觀察，去年主要吃剩的食物種類是甚麼？

	人數	%
五穀	53	24.7%
蔬菜	45	20.9%
水果	9	4.2%
肉類	37	17.2%
甜品	19	8.8%
奶類製品	14	6.5%
零食	19	8.8%
其他	19	8.8%
總計	215	100.0%

13. 根據你的觀察及估計，去年你出席的所有聖誕餐及/或派對，合共吃剩多少食物？

	人數	%
1 公斤以下	123	55.9%
1-5 公斤	71	32.5%
5-10 公斤	20	9.1%
10-20 公斤	3	1.4%
20 公斤以上	3	1.4%
總計	220	100.0%

14. 承上題，吃剩的食物會怎樣處理（可選多項）？

	人數	%
由餐廳/食肆處理	73	25.8%
倒進垃圾桶	75	26.5%
分子各人帶回家	66	23.3%
放入雪櫃留作下一餐吃	63	22.3%
其他	6	2.1%
總計	283	100.0%

15. 根據去年的經驗，你吃聖誕餐／參加派對時的食量與平日是否有別？

	人數	%
較平日少	22	9.9%
較平日多	123	55.2%
與平日差別不大	78	35.0%
總計	223	100.0%

16. 根據去年的經驗，你有沒有於吃聖誕餐／參加派對後出現消化系統毛病？

	人數	%
有	16	7.3%
沒有	202	92.7%
總計	218	100.0%

17. 承上題，如有出現消化系統毛病，有否求醫或吃藥？

	人數	%
有	9	56.3%
沒有	7	43.8%
總計	16	100.0%

18. 承上題，如有求醫或吃藥，所需費用（包括醫及藥）多少？

	人數	%
100 元或以下	3	33.3%
101-200 元	5	55.6%
201-300 元	0	0.0%
301-400 元	0	0.0%
401-500 元	0	0.0%
501 元或以上	1	11.1%
總計	9	100.0%

19. 你知不知道何謂有機食物嗎？

	人數	%
知道	164	73.5%
不知道	59	26.5%
總計	223	100.0%

20. 選擇聖誕餐／派對的食物時，你會否以有機材料作選購條件？

	人數	%
會	28	17.4%
不會	133	82.6%
總計	161	100.0%

21. 你知不知道聖誕餐／派對食物的來源地？

	人數	%
知道	39	18.5%
不知道	172	81.5%
總計	211	100.0%

22. 選擇聖誕餐／派對的食物時，你會否以食物的來源地作考慮？

	人數	%
會	44	19.6%
不會	180	80.4%
總計	224	100.0%

23. 在選擇聖誕食品時，你有和你的家人／朋友／同事商量嗎？

	人數	%
會	158	70.5%
不會	33	14.7%
沒意見	33	14.7%
總計	224	100.0%

24. 在選購聖誕食品時，你的消費決定有否受到廣告（包括電視、報紙、雜誌、公共交通工具、互聯網等等）影響？

	人數	%
有	107	47.6%
沒有	82	36.4%
沒意見	36	16.0%
總計	225	100.0%

25. 你認為坊間對有機食品的宣傳足夠嗎？

	人數	%
足夠	10	4.5%
不足夠	165	74.3%
沒意見	47	21.2%
總計	222	100.0%

個人資料

26. 年齡

	人數	%
13-22	264	75.0
23-35	88	25.0
總計	352	100.0%

27. 性別

	人數	%
男	236	67.0%
女	116	33.0%
總計	352	100.0%

28. 居住地區

	人數	%
中西區	15	4.3%
東區	9	2.6%
南區	8	2.3%
灣仔	5	1.4%
九龍城	18	5.1%
油尖旺	62	17.6%
深水土步	38	10.8%
黃大仙	25	7.1%
觀塘	44	12.5%
大埔	15	4.3%
屯門	16	4.5%
元朗	7	2.0%
北區	13	3.7%
西貢	10	2.8%
沙田	28	8.0%
荃灣	16	4.5%
葵青	20	5.7%
離島	3	0.9%
總計	352	100.0%

29. 職業

	人數	%
經理及行政人員	7	2.0%
專業人員	16	4.5%
輔助專業人員	3	0.9%
文員	19	5.4%
服務工作	10	2.8%
非技術人員	3	0.9%
商店銷售人員	8	2.3%
農務、禽畜、林木及漁業工人	0	0.0%
機台、機械操作員或裝備員	7	2.0%
工藝及有關人員	1	0.3%
退休人士	0	0.0%
家庭主婦/夫	0	0.3%
學生	265	75.3%

其他	12	3.4%
總計	352	100.0%

30. 教育程度

	人數	%
小學或以下	0	0.0%
中學	144	40.9%
預科	36	10.2%
大專或以上	172	48.9%
總計	352	100.0%

31. 每月收入

	人數	%
5,000 元或以下	258	73.3%
5,001-10,000 元	33	9.4%
10,001-15,000 元	26	7.4%
15,001-20,000 元	16	4.5%
20,001 元以上	19	5.4%
總計	352	100.0%