

高科技男性工程師身體活動測量工具效度探討

徐金鋒, 陳麗華, 鍾福啟, 趙高政, 曾明郎

體育室

人文社會學院

jml@chu.edu.tw

摘要

近幾年台灣以高科技產業品揚名國際，使得高科技產業員工獲得優渥薪資及獎金，但是在這高薪資背後必須接受長時間工作與技術快速改變的工作壓力；根據新竹科學園區員工診所統計，30歲以上之高科技從業人員身體健檢查資料分析結果，近四成高科技從業人員有心血管危險因子(體重、總膽固醇和血壓異於正常值)，其中男性從業人員狀況比女性嚴重。因此，本研究嘗試探討台灣國際身體活動量表(IPAQ)自填長版與修正式台灣體能活動量表(MOSPA)之效度，並以加速度計Actical作為效標，對高科技男性工程師身體活動測量的適用性，有助於給予增加身體活動之建議，促進身體健康。經過研究分析發現：修正式MOSPA身體活動量表與Actical達低度相關($r = 0.46$)；而IPAQ身體活動量表與Actical未具顯著關係。修正式MOSPA身體活動量表效標關聯效度雖不高，但其操作簡單，可收集高科技男性工程師長期身體活動能量消耗情況，且符合經濟效益，適合大規模測量使用。

關鍵字：能量消耗、效標關聯效度、台灣體能活動量表、台灣國際身體活動量表、加速度計