

107 年「全國國中小學營養午餐碘鹽涵蓋率普查」調查說明

及加碘鹽辨識方法

107.3.15

一、碘是人體必需營養素之一，缺碘可能造成人類腦部傷害及體力與智商降低，對國家經濟生產及競爭力將造成嚴重影響，依據本署

「2014-2017 國民營養健康狀況變遷調查」結果，我國 7 歲以上整體碘營養狀況僅達世界衛生組織建議充足標準之下限。碘營養狀況的改善並非一蹴可幾，需藉國家長期持續實施碘營養政策以維持，國民健康署除積極傳播民眾使用加碘鹽，亦持續監測國人碘營養狀況。

二、世界衛生組織「國家防治缺碘永續計畫指標 (Indicators of the sustainable elimination of IDD)」指出，國家碘營養狀況監測指標應包括碘鹽使用涵蓋率監測及尿液碘濃度監測，又學生的健康即為國家未來競爭力之基礎，國民健康署前以 106 年 3 月 16 日國健社字第 1060200300 號函請教育部國民及學前教育署協助轉請各地方政府教育局（處）協助，調查所轄國民中小學 106 年營養午餐使用加碘食鹽狀況，鑒於學校營養午餐為國中小學生每日重要飲食來源，應將營養午餐碘鹽涵蓋率納入例行碘鹽涵蓋率監測項目，爰 107 年亦請協助本調查，共同為學生營養健康狀況把關。

三、敬請各地方政府教育局（處），協助調查 107 年轄內公、私立國小及國中營養午餐碘鹽使用情形，填於附件，於 107 年 4 月 30 日前以電子郵件逕復國民健康署承辦人信箱（ivanhoe1789@hpa.gov.tw）。

四、加碘鹽辨識方法如下，亦可由國民健康署肥胖防治網網站「聰明吃 > 聰明吃小撇步 > 健康烹調小祕方 > 食用加碘鹽的重要性及選購之辨識方法.pdf」（網址：

<https://obesity.hpa.gov.tw/TC/CookContent.aspx?id=3&chk=e34dbdea-5f6d-4e40-a2f4-8c3a99021817>) 查詢。

五、碘營養重要性可參考 107 年版學童期 1-2 年級及 3-6 年級營養單張

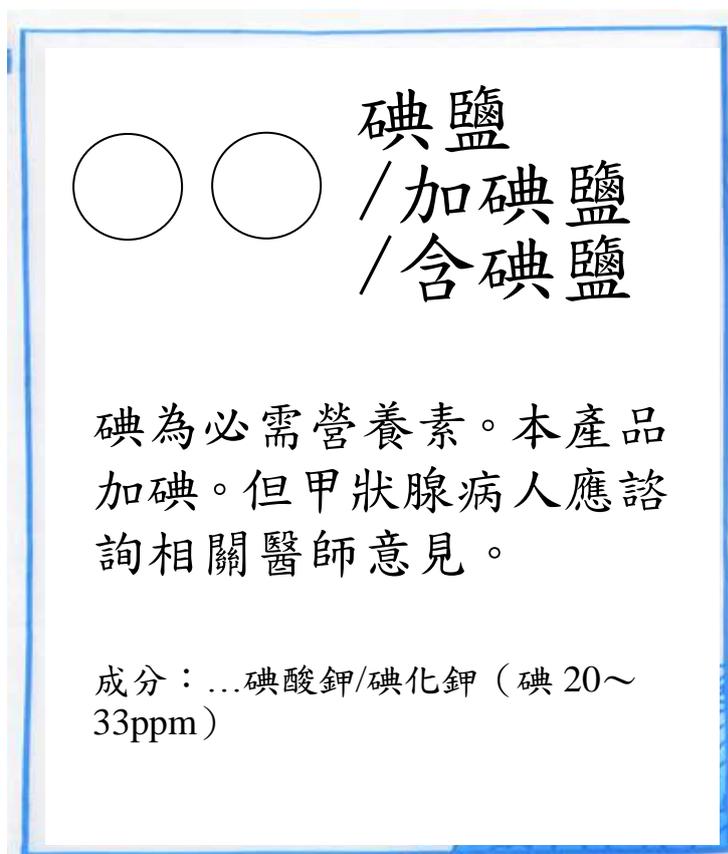
與手冊、每日飲食指南及國民飲食指標（網址：
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=170>）。

加碘鹽辨識方法

我國自民國 56 年實施全國食鹽加碘政策，但 93 年開放自由進口後，鹽品種類增多，目前市面上食鹽多為未加碘鹽。依 106 年 7 月 1 日起實施之「包裝食用鹽品之碘標示規定」，添加碘化鉀或碘酸鉀的包裝食用鹽品，其品名、醒語及營養標示應依下列規定辦理：

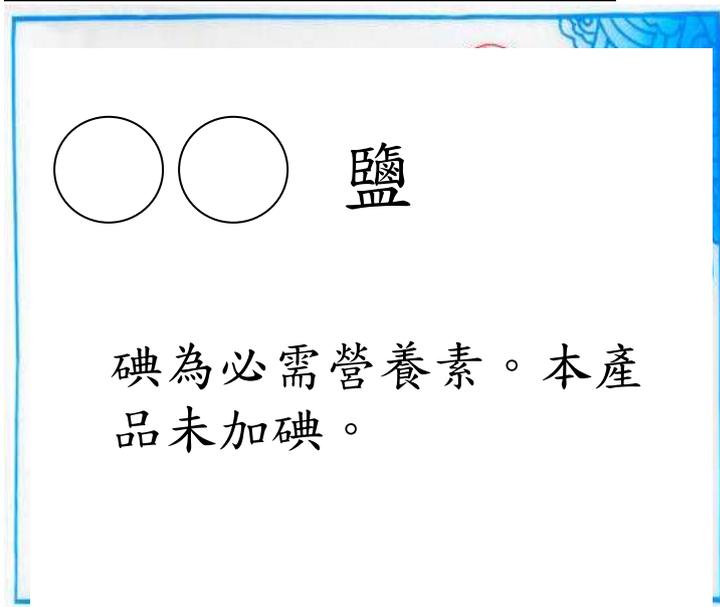
- 一、品名應以「碘鹽」、「含碘鹽」或「加碘鹽」命名。
- 二、應註明「碘為必需營養素。本產品加碘。但甲狀腺病人應諮詢相關醫師意見。」醒語字樣。
- 三、食品成分標示含有「碘酸鉀」或「碘化鉀」，並標示產品之總碘含量。

圖示（加碘鹽）106.7.1 後製造



1. 品名：○○碘鹽/加碘鹽/含碘鹽
2. 加碘鹽醒語：「碘為必需營養素。本產品加碘。但甲狀腺病人應諮詢相關醫師意見。」
3. 成分與濃度標示：成分標示含碘酸鉀/碘化鉀，並標示鹽品總碘含量。

圖示 (未加碘鹽) 106.7.1 後製造



*未加碘鹽醒語：「碘為必需營養素。本產品未加碘。」

106年7月1日前製造

例 1：台鹽特級精鹽(24kg)

標示含碘酸鉀



例 2：台鹽高級精鹽(24kg)

標示含碘酸鉀



例 3：台鹽高級精鹽(1kg)

標示「加碘」



例 4：台鹽普通精鹽(25kg)

未加碘鹽

