

南台科技大學

餐旅管理系

畢業專題報告

顏色對食慾的影響兼論性別及生理狀態
調節效果

指導教授：林美蘭 助理教授

學生：邱寶慧 499M0037

莊貴琳 499M0040

蘇彥存 499M0071

陳慧芳 499M0906

中華民國 一百零二年 十二月 二十七

摘要

中國五千年悠久文化孕育出華人美食特色，也讓台灣餐飲產業比起其他國家競爭激烈，現今對於美食的標準似乎也更加嚴苛了。中國美食講究色香味俱全，成為美食的第一步必須了解食物所呈現顏色的吸引力。在整體的消費經驗中，從我們吃的及喝的食物所裝盛的容器也可以影響我們對不同食物及飲料的知覺。過去研究顯示，在生理上的視覺感知外，在心裡以及情緒影響上，也會因為個人的喜好而影響對色彩的感受。人們第一印象中以視覺刺激 37% 所占比例最高，因此顏色所代表的意義，對人們有很大的影響。近年來新聞都紛紛報導藍色有抑制食慾的效果、可幫助減肥，藍色讓大腦反射出冷靜的感覺，讓「想吃的衝動」相對減少；國外研究發現若將測試者最喜歡的食物染成藍色，就算維持相同口味，也會瞬間胃口全失，由此可知，顏色跟食慾是相對關係的。本研究計劃目的將過去研究探討於餐盤、容器與外包裝上以顏色增進食慾之研究，應用於食品顏色是否對食慾產生影響；並深入討論個人不同的生理狀態是否對顏色與食慾之間產生行為變化，或是強化的作用。本研究以兩個實驗室實驗測試個人是否因巧克力所呈現的顏色而影響進食的數量。實驗一，採用 2 (性別：男性 vs. 女性) × 6 (顏色：藍 vs. 紅 vs. 黃 vs. 棕 vs. 橘 vs. 綠) 受試者組間設計，測試男性與女性對巧克力會不會因顏色而影響食慾。實驗二，也是採用二因子(生理狀態：飢餓 vs. 飽食) × (顏色：紅 vs. 藍) 受試者間設計，測試當個人處於飢餓與飽食狀態時，食用巧克力會不會因顏色刺激食慾或減少食慾。研究結果將有助於產業實務應用及促使此一領域研究更加完整。

關鍵字：巧克力喜好、性別、顏色、飢餓、食慾