

## 由「肉彈甜心」引發的思考：

### 探討公共空間對肥胖者的間接歧視

#### 一、前言

在臺灣，我們到服飾店逛街，店裡的假人模特皆又高又瘦，架上的衣服尺碼雖然以 S、M、L 依序列出，但依舊是「主流」認定的均碼，大碼女孩和男孩則必須到特定的店舖才有機會買到合身的服飾。不過，衣服是日常必需品，儘管現在走在路上就能看到許多間服飾店，為何他們還是必須自行尋找其他管道才能買到合適的衣物？

肉彈甜心，是由 Amy（林昱君）和馬力（謝莉君）在 2015 年成立的團隊，致力於打破「胖」的印象，創團宣言為：「用身體將美麗框架擠歪！」2016 年 5 月，他們在社群發布了兩人並肩坐在三人捷運座位的照片，藉此討論公共空間分配，提到自己會在公共空間下意識的「收納」自己，看到電梯只剩一人的空間，絕對不會走進去；在捷運或公車上，大部分時候並不會坐下；坐飛機時只能盡量選擇走道的位置，看著身旁乘客縮著身體，總是感到抱歉，因為自己無法調整這些座位的大小，所以只能檢討自己。若是換個角度想，身為經營者，當然會希望在有限的空間做到最大的運用，所以較高的人只能縮起腳，較矮的人需要努力踮起腳尖才能勾到行李架，而輪椅使用者有時候只能被迫放棄搭乘一些交通工具，較胖的人也只能縮在角落盡量避免自己影響到其他乘客。他們認為，在這個「大家都能使用」的空間，是否可以再設計的「體貼」一點。貼文一出，肉彈甜心瞬間受到許多人的關注，人們逐漸發現在平常不過的生活，對少數人來說卻會造成困擾，不過更多的人並非真正想與他們討論空間設計的問題，大多數留言者皆認為：「問題不在空間，而是你們該減肥！」收到了許多謾罵。

肉彈甜心在無盡的謾罵聲中，於 2021 年解散，雖然不再一起以肉彈甜心的稱號為肥胖者發聲，但宣告會在各自的崗位上繼續對抗體重歧視。他們因為體重歧視發展出團體，卻也因體重歧視引退社群，體重歧視如此顯而易見，卻也不為大眾察覺，如隨處可見的服飾店卻幾乎找不到大尺碼男女適合的尺寸、捷運上找不到適合的座位等。我們並未想過歧視或忽略某群體，但此群體卻擁有被忽視或不舒服的感受，其實可能已構成「間接歧視」。

根據歐盟反歧視指令中，以反種族歧視指令（RL 2000/43/EG）第 2 條第 2 項

第 b 款為例，「間接歧視」係指一形式上中性的規範、標準或程序，雖然理論上可能適用於任何人，但使用結果卻對特定群體者產生特別不利的效果。<sup>1</sup>而此註釋可延伸到肥胖身上，代表一空間表面上對任何人無任何歧視，但在實際使用後產生了歧視肥胖者的效果。

當將肥胖歧視與間接歧視連結後，我們或許就不再只是旁觀者，不會因為沒有說出那些刺耳的言論而能夠與歧視撇清關係，或許我們都是助長歧視的那一方，只是我們不自知。此種歧視很難被發現，但一旦發現了便有解決的可能，為了讓更多人關注此議題，我想以肉彈甜心的貼文出發，研究臺灣的公共空間，意即任何人都可以進出的空間，是否對肥胖者產生了間接歧視。

## （一） 文獻回顧

臺灣為何對身材有如此「高」的要求？其實其中隱含了許多面向，包括從小家中灌輸的觀念導致，馬力和 Amy 便是從小就被家人體醒自己太胖了需要減肥，所以得出「胖，是不應該存在的」的觀念；包括同儕言語上的攻擊導致，更甚者則會遭受霸凌；包括職場上的處處碰壁或同儕間的輿論等。但這些原因的根本，其實應該歸於「肥胖汙名」的概念。

當然，過度肥胖確實影響健康，肥胖的原因也因人而異，絕大多數為個人歸因，但也有因為疾病藥物、遺傳或族群文化種種無法避免的原因存在，所以「減肥」一詞並非貶抑，若根據肥胖者自身狀況評估後認為需要減肥，「減肥」是能夠幫助肥胖者的一項方法。但大多數肥胖者感受到不適的原因在於，許多人未考慮他們的感受便妄下「減肥」的結論，他們受到根深蒂固的「肥胖汙名」的影響，先入為主認為肥胖等於不好，是不應該存在的，所以勸肥胖者減肥，表面好意，實則對肥胖者造成困擾。

最早有關肥胖汙名的研究指出，人們對於肥胖者的刻板印象是懶惰、心智能力較低、缺乏自制力。<sup>2</sup>人們認為肥胖者應該為自己的肥胖負責，導致他們覺得肥胖的成因都須歸究於肥胖者本身。基於這種認知，家長不希望小孩遭受霸凌，所以灌輸肥胖是不好之觀念，而孩童還未有歧視的概念，所以任意對身旁較肥胖的同儕指手畫腳，使肥胖兒童產生自卑感。《學童體形與霸凌行為相關性研究》指

---

<sup>1</sup> 陳靜慧，〈歐洲人權法院及歐洲法院對於間接歧視概念之適用與實踐〉，《憲法解釋之理論與實務》，第 9 輯，2017 年 4 月，頁 385。

<sup>2</sup> Allon, N., 1982, The stigma of overweight in everyday life. In B. B. Wolman & S. DeBerry (Eds.), Psychological aspects of obesity: A handbook (pp. 130-174). New York: Van Nostrand Reinhold.

出，體重過重或肥胖的學生較容易遭受霸凌，<sup>3</sup>可見人們最早就能在學生時期接收到肥胖汙名的概念。

出了社會，肥胖汙名造成的影響未經教育程度提升而減少，「看得見」的體型差異與 BMI 皆會影響一人的就業情形。根據《專業領域、肥胖與就業》和《超越身體質量指數：體型對就業的影響》之研究，不論性別，肥胖對就業會有負面的影響，<sup>4</sup>但肥胖並不能代表一人的能力展現，所以歸根究底還是人們對肥胖的刻板印象所導致，根據前面所述，肥胖經常會讓人聯想到懶惰等不利於工作的想像，此種肥胖汙名影響了面試官的判斷，導致肥胖求職者求職成功的比例降低。

綜上所述，肥胖汙名可視為肥胖歧視的主要原因，肥胖者本可以過著各自獨立的生活，但卻因肥胖汙名受到許多異樣眼光，在這種情況下，肥胖已非個人的事，而牽扯到了眾人。這使「肥胖」在社會中逐漸等同於「錯誤」，若肥胖真是一種錯，那就不應該存在，則捷運沒有肥胖者適合的座位、買衣服時找不到適合的尺寸就變得合理了。因此，當肥胖深受肥胖汙名所擾，便很難使人發現肥胖者在生活中受到的諸多困難。

看《彩色糖衣下的歧視－淺談間接歧視之判斷標準》，其所探討的間接歧視主要是針對性別、種族上的歧視，<sup>5</sup>鮮少有文獻針對肥胖者在公共空間上探討間接歧視，所以我認為此題很值得研究。

根據上述，針對肥胖歧視，過去的研究多為顯著的歧視，如遭受霸凌、工作升遷不易等，並研究歧視的發生緣由和受歧視者或歧視者的心理狀況，針對那些不易發現的歧視並未深入挖掘。再者，間接歧視中，也未有針對公共空間的設計做探討的研究，在閱讀肉彈甜心的文章後，我欲利用公共空間設計為主軸，探討「間接歧視」和「肥胖歧視」的關聯性，使人們發現生活中那些對肥胖者微小且不易發覺的歧視，並加以思考如何使社會更加多元包容。

## 二、發現公共空間與肥胖障礙的現象

臺灣的服飾店尺寸通常都無法符合肥胖者的需求。Youtuber 佳沁在影片中提到，平常很難在服飾店買到適合自己的衣服，所以最後演變成只要問店員這件衣

---

<sup>3</sup>洪文綺、黃淑貞，〈學童體形與霸凌行為相關性研究〉，《健康促進暨衛生教育雜誌》，第 39 期，2015 年 6 月，頁 33。

<sup>4</sup>吳偉銘，《專業領域、肥胖與就業》，淡大產業經濟學系碩士班碩士論文，2009 年 6 月，頁 52；吳婉鈺，《超越身體質量指數：體型對就業的影響》，淡大產業經濟學系碩士班碩士論文，2014 年 6 月，頁 59。

<sup>5</sup>張柏涵，〈彩色糖衣下的歧視－淺談間接歧視之判斷標準〉，《萬國法律》，第 213 期，2017 年 2 月，頁 30。

服是否有最大件，而回答為否時，就會直接離開店鋪。<sup>6</sup>此外，林梵謹的受訪者孫家偉也提到：「在一般尺碼的服飾店很難找到合身的剪裁。衣服穿起來都變成嘻哈風，買褲子時，腰圍夠大，褲管卻太長，而有些褲子站著合腿，卻沒辦法坐下。」不過大尺碼服飾店也不一定能完全考量到所有肥胖族群，受訪者吳冠潔表示：「台灣服飾的銷售市場上，只包容孕婦和中年人可以肥胖，大尺碼專賣店的風格老氣，服務客群狹隘。」可見想追求年輕人穿搭樣式的肥胖者，在傳統大尺碼服飾店的選擇很有限，加上大尺碼服飾所用之布料成本相較一般衣物會較多，所以價格上其實也較貴。根據受訪者張凱鈞所言，一般 T-shirt 在服飾店的價位落在 290 至 390 臺幣之間，而大尺碼服飾卻要價 900 至 1000 元臺幣，整整有三倍價差。<sup>7</sup>

肥胖者在穿衣的問題上面常常被視為個人歸因，但根據上述，服飾，是市場提供給個人選擇的產品，所以也可以歸類在公共的範疇。

一位肥胖者，蔡培元，在他的碩士論文中提到，「每次進電梯的時候我都有一種奇異的感覺，特別是人多的時候。」他時常擔心電梯會不會因為超重而警報響起，所以當時若他是在電梯外面，通常都會直接放棄進去，若是在電梯內的話，都會感覺自己占了別的名額。當時他那台電梯標示：載重 12 人，限重 800 公斤，所以每個人平均只能有 66.67 公斤，理所當然蔡培元會覺得自己占了別人的位子，因為他的體重是平均的兩倍。而此「占了別人的名額」的想像，也讓他每次站在電梯中都會有被監視的感受。

若延伸到安全方面，林梵謹也提到了安全帶為肥胖者帶來的困擾。當因為肥胖而繫不上安全帶時，可能會導致生命危險。在網路論壇上，有網友提到自己體重破百繫不上安全帶，且之前坐過國際線班機，因為繫不上有跟空姐反映，空姐卻表示那就算了，而因為當時沒有概念，所以網友沒有進一步詢問是否有延長帶。<sup>8</sup>許多網友紛紛回覆「這樣非常危險」、「應該要有延長帶才對」。安全帶在危急時刻可以保住大家一命，而肥胖者卻失去了保命的權利。

最後，來到更具公共性的大眾運輸方面，肉彈甜心透過臉書社群的發聲，成功引起大眾對公共空間設計的關注。然而，多數人卻將注意力集中在「肥胖者應該減肥而不是抱怨」，這可能源於他們對肥胖的固有偏見，或者他們尚未意識到不僅是肉彈甜心的捷運座位，臺灣其他公共空間對肥胖者也存在同樣不貼心的情況。在這一節中，我希望著重指出，不僅肉彈甜心提出的捷運座位，肥胖者在臺灣多處公共空間都可能遇到相似的問題。

肉彈甜心於 2016 年 5 月於臉書社群平台發布了有關捷運公共空間的貼文，

---

<sup>6</sup>佳沁，”《肉肉女孩的困擾》當個有自信的胖子吧！” Youtube，閃亮胖時代，2018 年 5 月 25 號，瀏覽日期：2024 年 1 月 3 號，<https://www.youtube.com/watch?v=Qy3SJFf7iok>。

<sup>7</sup>林梵謹，《胖子之大，何處可容身？胖身體在胖監視下的身分斡旋》。

<sup>8</sup>批批踢實業坊，瀏覽日期：2024 年 1 月 10 號，網址：<https://www.ptt.cc/bbs/Aviation/M.1439451587.A.EC0.html>。

內容主要希望與大家討論這個「大家都可以用」的空間其實還是存在著不體貼，貼文附上的照片為兩人並肩坐在三人座的捷運座位上，他們認為既然為公共空間，是否應該要考慮到更多群體的需求，根據照片，很顯然他們需要原座位大小的 1.3 倍才能真正坐得舒適且不影響到他人，所以她們試圖藉著社群和大家討論公共空間規劃仍有改善的可能，不過她們的文字並未得到太多迴響，更多的人較在乎另一個問題：「為何她們能夠多占半個位置？」會產生此問題，前提為一個人只享有一個捷運座位的權利。捷運座位設計雖然不是一個一個的座位，但椅子上有小突起，直接劃分了每個人「應該」佔有的區域，此種劃分方式也間接反映出肥胖者佔有多於一個的座位是不合理的，但是真是如此嗎？

「障礙」並不一定會使生活帶來困擾，端看人們是否將社會建構成不利障礙者的樣貌。在現今社會中，肥胖並非一種障礙，你不會因為肥胖而得到身心障礙證明，不過，非障礙者也有機會被社會找麻煩。雖然那則貼文底下多數為抨擊肉彈甜心的留言，但也有人附和道：「我的體重不算真的非常肉（70~75 公斤），不過搭公共運輸時還是會害怕佔到別人的位置，會把自己縮小，有時自己跟其他人中間空了一個位置，有人想過來坐，又看幾眼後放棄，就會有種正在被譴責的感覺。」

不只捷運，公車亦然，在尖峰時段公車人潮洶湧，常常會需要人擠人搭乘，肥胖者在此情況下更是顯得侷促，若是站在門口處，可能會擋到上下車的動線；在中間時，又會因為體型，在人多的地方不好移動而錯失下車時機，或影響到其他乘客。根據林梵謹的研究，<sup>9</sup>他採訪了許多受肥胖歧視困擾的肥胖者，幾乎所有受訪者在大眾運輸上皆碰到同樣的問題，他們努力將自己縮小，或是乾脆不就坐，有些人也漸漸討厭搭乘大眾運輸，改成騎機車或開車。

統整上述案例，如電梯、安全帶和大眾運輸此種公共空間，他們是企業、政府或社會應該為大眾提供「安全」，而非審美，的保障，但有時候卻會遺漏掉特定族群，甚至可能對其造成生命危險。這些案例凸顯了，社會預設的觀念容易忽略某些群體而為公共性價值帶來損害，就如同第一個案例提到的服飾店問題，我們預設了顧客的身型尺寸、預設了肥胖群體的年齡分布，導致一些肥胖者無法得到應該享有的權利。所以接下來我將會針對這些案例進行分析，分析這些公共空間對肥胖者的不公平，是否已構成對其的間接歧視，或者為其他何種歧視型態。

### 三、分析公共空間對肥胖者的歧視

---

<sup>9</sup>林梵謹，《胖子之大，何處可容身？胖身體在胖監視下的身分斡旋》，臺大新聞研究所碩士論文，2019 年 1 月。

根據上節，我們了解到大眾運輸的設計著實困擾著肥胖群體，他們沒辦法享有一般體型者所擁有的乘車體驗，只能盡可能限縮自己的使用範圍，或是遭人詬病。不只大眾運輸，臺灣的其他公共空間亦使肥胖群體備受困擾，而本節，便是要分析他們所遇到的困境是否已構成對肥胖者群體の間接歧視，或是其他歧視型態。本題的「間接歧視」代表一看似中性的空間，理論上適用於所有人，但肥胖群體在使用上卻感到被排斥，或造成非常不利的效果。

從上一節可以發現，肉彈甜心提到的捷運問題和蔡培元提到的電梯問題，都指出一個想法—占用了別人的空間。肉彈甜心貼文底下的留言質疑為何她們能「多占一個位置」，而蔡培元在電梯人較多時會冒出「我因為肥胖而多占了別人的名額」之想法，可見台灣的公共空間傾向將一空間劃分個人區域，舉凡捷運座位中間的突起和電梯的載重標示。

臺北捷運座椅尺寸及設計並沒有公開資訊，但截至 111 年北捷統計的旅客滿意度調查，「列車搭乘感受」中 c-3 項「列車空間舒適程度」的滿意度逐年提高，111 年甚至高達 94.7%，<sup>10</sup>可見多數人並不會覺得捷運座椅需要多做調整或有什麼不妥之處。但這也是問題所在，臺北捷運公司根據滿意度調查確認座椅設計的舒適度，並因應法規要求設置了「博愛座」與「輪椅區」，再後來，為了提升服務品質，更是在營運後陸續增加「親子友善區」、「自行車停放區」、「行李區」及「夜間安心候車區」等精進措施，<sup>11</sup>此空間積極考慮到許多不同族群與不同需求，理論上應該適用於所有人，但肥胖者在使用後依然感受到不適，他們因為這既定的座位寬度不利於自己的身形，所以最後選擇站立，間接失去乘坐的權利，這便可視為間接歧視。

而蔡培元所提及的電梯，電梯的出現，使行動不便或不利於走樓梯的人可以自由地上下樓，在按鈕部分，調整了輪椅者可以不費力按到的高度，電梯內部的樓層按鈕也附上點字標示，使視覺障礙者能辨識樓層位置。這些設計使電梯空間中性化，任何人搭乘應該都不是問題，但肥胖者乘坐時，卻因為載重標示認為自己擠壓到他人空間，深怕他人批評，陷於「他人眼光」的泥沼之中。肥胖者在成長過程中，因肥胖而成為同儕的攻擊對象，導致他們的自我認同低落，<sup>12</sup>長期的自卑加上此類公共空間劃分了個人區域，進而使肥胖者容易產生「我多占了一個位置」的想法，上述兩情況其實可以被視為肥胖歧視與空間中的間接歧視之結合，

---

<sup>10</sup> 臺北大眾捷運股份有限公司，〈政府資訊公開〉，瀏覽日期：2024 年 1 月 6 號，網址：<https://www.metro.taipei/cp.aspx?n=15E6C317ECC9654A>。

<sup>11</sup> 臺北大眾捷運股份有限公司，〈旅客服務〉，瀏覽日期：2024 年 1 月 6 號，網址：<https://www.metro.taipei/News.aspx?n=C0EB9D07B84907D9&sms=07FD8B85332F8262>。

<sup>12</sup> 侯堂盛、林晉榮，〈兒童與青少年肥胖對生活品質影響之探討〉，《嘉大體育健康休閒期刊》，2006 年 12 月，第 5 期，頁 10；范麗娟，〈重視身體意象之社會建構對於服務肥胖少年之實務意涵〉，《學校衛生》，2004 年 6 月，第 44 期，頁 101。

又稱為多重歧視。<sup>13</sup>

在安全帶問題方面，安全帶一直被視為保護大眾生命危險的救命工具。以上節例子來看，飛機雖說是失事率極低的大眾運輸工具，但安全帶可說是在飛機內最能直接保護大眾的工具，在飛機於地面滑行、起飛、降落或遭遇亂流時都能派上用場。此種看似所有人都能使用的保命工具，肥胖者卻因為肥胖而無法正常使用，必須自行向空服人員反映，還可能像此例當事人一樣被忽略，導致飛行全程都沒繫安全帶，這將嚴重影響肥胖者的安全，危害到其權益，可以歸類於間接歧視。

最後，上一節提到了服飾店的問題。衣服，是生活的必需品，臺灣街上服飾店比比皆是，百貨公司也幾乎每層樓都有販賣服飾的店面。現今社會中時尚風格千變萬化，多元化的設計也隨處可見，吸引著不同背景和體型的顧客，不過，肥胖者可能在這些店裡還是難以找到適合自己的衣服。儘管店家普遍提供多樣化的選擇，但在尺寸方面仍存在著一些限制，使得肥胖者需要花另外的時間找尋其他服飾店。但就算找到了大尺碼服飾店，情況就會好轉嗎？可能不盡然。許多大尺碼服飾店預設了顧客年齡，所賣的衣服風格較老氣，導致年輕肥胖者到了大尺碼服飾店也很難找到喜歡的衣服。

肥胖者在玲朗滿目的服飾店中失去了選擇的權利，就如 Youtuber 佳沁所言，若在詢問後確認了這家店沒有飾和他的衣服時，便會直接離去，甚至到了大尺碼服飾店也不見得能找到適合的衣服，肥胖者在反覆尋找的過程中可能會感到被忽視或排斥，這種情況其實已對肥胖者構成間接歧視。且可能強化社會對於體型的刻板印象，使肥胖者感到在時尚界中被邊緣化。

綜上所述，肥胖者在臺灣的公共空間中面臨著許多挑戰。儘管這些空間設計看似滿足了各種需求，但實際上仍然存在使肥胖者不適的情況。本文探討的間接歧視主要針對在公共空間上，例如捷運座椅的寬度、電梯的載重標示、飛機的安全帶尺寸，以及服飾店對大尺碼的限制。這些情況不僅影響了肥胖者的使用權利，更加强了社會對體型的刻板印象，使他們感受到被忽視、排斥，進而產生自卑和對自身價值的懷疑。

而此種現象不只影響到他們的個人感受，更擴及到社會對肥胖者的觀感。比如服飾店對大尺碼的限制，可能使得肥胖者在工作場合難以找到適合的職業服裝進而影響到自身形象和在職場中的表現，造成大眾對於肥胖者的誤解更深，「肥胖汙名」或「肥胖歧視」的現象更加嚴重。因此，對肥胖者的間接歧視不僅僅是個人層面的問題，更構成了社會中體型多元性被忽視的社會問題。

---

<sup>13</sup> 由於多種且獨立併行的歧視理由，導致歧視加深或加重的情形。出處：Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR). 2016. General comment No.3 on Article 6 – women and girls with disabilities. [Online]. [Date accessed]. Available from: <https://www.ohchr.org/en/documents/general-comments-and-recommendations/general-comment-no3-article-6-women-and-girl>.

#### 四、結語

本文以肉彈甜心為研究對象，聚焦於其臉書社群的一則貼文—討論公共空間是否真正顧及到所有群體—進行研究，分析臺灣的公共空間規劃對肥胖者的間接歧視。在前行研究中，間接歧視的文獻鮮少或幾乎沒有針對公共空間的研究，且根據肥胖歧視的文獻，多為歧視對肥胖者的影響以及發生成因等，並未將肥胖歧視與間接歧視合併討論，所以本文欲彌補前行研究的不足，望透過此研究讓更多人重視到肥胖者所受的歧視不僅指表面上能看到的，更多的是眼睛所看不見的間接歧視。

本研究討論的案例並未盡可能包含各種公共空間的類型，也未細分「公共空間」的類型差異，如公共性程度的差異，抽象與具體的差異等等，而這些討論不但可以更細緻理解肥胖者在公共空間遭受到的間接歧視，也可以透過不同空間的性質，更加深入了解間接歧視的成因與造成影響的面貌。這些都有賴未來進一步的討論。且本文僅指提出問題所在，雖然發現問題便是解決問題的一大步，但希望未來能夠從此方向出發，探討如何消弭社會對肥胖的汙名現象，使大家對「肥胖」失去負面感受。



## 引用文獻

### 中文引用文獻

1. 吳偉銘,《專業領域、肥胖與就業》,淡大產業經濟學系碩士班碩士論文,2009年6月。
2. 吳婉鈺,《超越身體質量指數:體型對就業的影響》,淡大產業經濟學系碩士班碩士論文,2014年6月。
3. 佳沁,“《肉肉女孩的困擾》當個有自信的胖子吧!” Youtube,閃亮胖時代,2018年5月25號,瀏覽日期:2024年1月3號,網址:<https://www.youtube.com/watch?v=Qy3SJFf7iok>。
4. 林梵謹,《胖子之大,何處可容身?胖身體在胖監視下的身分斡旋》,臺大新聞研究所碩士論文,2019年1月。
5. 侯堂盛、林晉榮,〈兒童與青少年肥胖對生活品質影響之探討〉,《嘉大體育健康休閒期刊》,2006年12月,第5期,頁10-18。
6. 洪文綺、黃淑貞,〈學童體形與霸凌行為相關性研究〉,《健康促進暨衛生教育雜誌》,第39期,2015年6月,頁19-38。
7. 范麗娟,〈重視身體意象之社會建構對於服務肥胖少年之實務意涵〉,《學校衛生》,2004年6月,第44期,頁99-107。
8. 張柏涵,〈彩色糖衣下的歧視 – 淺談間接歧視之判斷標準〉,《萬國法律》,第213期,2017年2月,頁30-44。
9. 陳靜慧,〈歐洲人權法院及歐洲法院對於間接歧視概念之適用與實踐〉,《憲法解釋之理論與實務》,第9輯,2017年4月,頁385-436。
10. 黃曉伊、蔡盈修,〈大專院校境外學生對微歧視社會覺知與社會文化適應之研究〉,《台灣健康照顧研究學刊》,第23期,2021年1月,頁52-103。
11. 臺北大眾捷運股份有限公司, , 瀏覽日期:2024年1月6日,網址:<https://www.metro.taipei/Default.aspx>。
12. 蔡培元,〈我愛我的胖子身——一個胖子的身體敘事〉,《文化研究月報》,第91期,2009年4月,頁49-62。

### 英文引用文獻

1. Allon, N., 1982, The stigma of overweight in everyday life. In B. B. Wolman & S. DeBerry (Eds.), Psychological aspects of obesity: A handbook (pp. 130-174). New York: Van Nostrand Reinhold.
2. Office of the High Commissioner for Human Rights (OHCHR). 2016. General comment No.3 on Article 6 – women and girls with disabilities. [Online]. [Date accessed]. Available from: <https://www.ohchr.org/en/documents/general->

comments-and-recommendations/general-comment-no3-article-6-women-and-girl.