

高雄市岡山區前峰國民小學 108 年度健康促進學校執行成果

活動名稱	108 學年度-教職員-均衡飲食概念		
執行日期	108. 12. 05		
執行地點	本校視聽教室		
所屬議題	<input type="checkbox"/> 健康體位 <input type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input type="checkbox"/> 菸檳防制 <input type="checkbox"/> 健康體適能 <input type="checkbox"/> 正確用藥 <input checked="" type="checkbox"/> 其他執行目標 <u>健康飲食</u>		
執行方式	1. 時間:2019/12/05 2. 地點:班級教室 3. 由本校營養師主講 4. 參加對象:本校全體教職員 5. 參加人數:75 人		
執行內容	1. 六大類食物基本概念複習。 2. 午餐打菜吃出健康及打菜份量的重要性。 3. 十大死亡原因與飲食之相關性。 4. 天天五蔬果對人體的好處。		
活動照片			
執行成效	成效良好, 老師獲益良多		