

**臺南市 107 學年度月津國民小學結合衛生單位、社區、民間團體
辦理健康促進活動成果表**

活動名稱	均衡飲食宣導		
執行時間	108 年 01 月 15 日 下午 01:30~02:10		
活動內容	邀請營新醫院營養師向學生說明，如何選擇正餐、點心、飲品、活動，讓均衡飲食、每天運動維持身體健康。		
佐證資料(照片及計畫)			
			
說明：營新醫院營養師進行健康體位宣導	說明：營新醫院營養師說明正餐要如何選		
			
說明：營新醫院營養師說明飲品要如何選	說明：營新醫院營養師說明點心要如何選		
			
說明：營養師說明肥胖對身體不良影響	說明：透過均衡飲食、每天運動維持健康		

