

# 臺南市 106 學年度第 1 學期「健康吃·快樂動」飲食營養教育增能研習計畫

## 一、緣起：

根據衛福部「2012 年台灣國小學童營養健康狀況變遷調查」指出，7-12 歲的國小學童過重盛行率為 14.22%，肥胖盛行率則為 11.46%。體位不良的原因除飲食習慣不良、運動量不足、生活習慣不佳之外，飲食營養知識與態度的影響也是相當重要。

本局與董氏基金會合作推動「健康吃·快樂動」飲食營養教育計畫，結合「健康促進學校計畫」，將「健康吃快樂動」教學活動融入國小教學課程，並搭配衛福部國健署「校園周邊健康飲食輔導示範計畫」，建立兒童正確飲食營養觀念與培養良好飲食習慣。

「健康吃·快樂動」宣導活動於 106 學年度正式啟動(計畫期程:106 學年度至 107 學年度)，請本市各國小配合執行，由董氏基金會提供學校文宣品、教材等資源，透過學校將正確飲食觀念融入課程教學，進行相關教育活動。為配合計畫執行，特辦理培訓活動，讓與會人員了解計畫內容執行項目與工作內容，透過持續性的飲食教育宣導，讓兒童擁有正確飲食與運動觀念，進而培養良好飲食行為。

## 二、目的：

- (一)透過專業培訓，建構學校整體健康飲食支持性環境、提升教師營養教育知能。
- (二)培養與會人員建立兒童正確飲食營養觀念與培養兒童良好飲食習慣之知能。

## 三、辦理單位：

- (一)主辦單位：臺南市政府教育局 董氏基金會
- (二)承辦單位：臺南市永康區大灣國小

四、時間：106 年 8 月 15 日(星期二)上午 8 時 30 分至 12 時

五、地點：臺南市永康區大灣國小菁英館(臺南市永康區大灣路 283 號)

## 六、參加對象：

- (一)本市各國小健康促進學校業務承辦人員 1 人(務必報名參加)
- (二)本市校園營養師、護理師、國小 2、3 年級教師、午餐執行秘書(自由報名參加)。

## 七、課程：

時間	課程主題	講師
8:30-9:00	報到	承辦學校團隊
9:00-9:10	開場致詞	教育局/董氏基金會
9:10-10:40	過去計畫成果分享 本學期學校配合事項說明	董氏基金會
	「健康吃·快樂動」活動重點報告 1	

10:40-10:50	休息時間	
10:50-11:40	「健康吃·快樂動」活動重點報告 2	董氏基金會
11:40-12:00	討論時間、活動 Q&A	教育局/董氏基金會

八、報名方式：

(一)請本市各國小務必指派 1 人報名參加，並請核予公（差）假登記。

(二)請參加人員於 106 年 8 月 10 日(星期四)前逕至教育局資訊中心學習護照系統報名(請選取大灣國小)，公務人員部分請至公務人員終身學習護照系統報名，全程參與人員核發研習時數 3 小時。

九、獎勵：承辦學校有功人員依「臺南市立高級中等以下學校教職員獎懲案件作業規定」敘獎。

十、為響應環保，請參與人員自備環保杯並鼓勵共乘與會。