

臺南市 114 學年度新南國民小學健康促進學校成果

4-2-1 學校具備支持環境的永續性作為

佐證資料



洗米洗菜水回收再利用



洗米洗菜水回收再利用



張貼節約用水告示



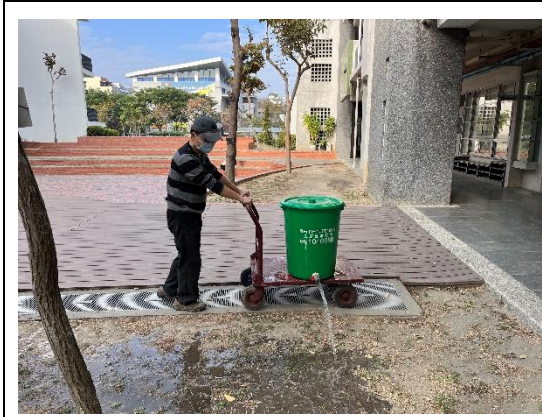
雨水回收撲滿



節水期間減少廁所使用隔間



加裝省水沖水裝置



飲水機廢水回收再利用



廢電池回收兌換摸彩券



廢電池回收兌換摸彩券



廢電池回收摸彩活動



廢電池回收摸彩活動



廢電池回收摸彩活動



全校期末大掃除回收



全校期末大掃除回收



背面紙回收再利用



背面紙回收再利用



飲水機廢水回收再利用



飲水機廢水回收再利用



結合美勞課-養樂多空瓶創意小燈籠



結合美勞課-養樂多空瓶創意小燈籠



校內研習使用桶裝茶飲



校內研習使用桶裝茶飲

**114年度綠色採購金額統計表**  
**臺南市安平區新南國民小學 (3.95.9.10-0) 暨所屬單位 採購環境保護產品金額統計**  
**114年 全年 (1月至12月)**

單位：新臺幣

查詢範圍：3.95.9.10-0本單位及所屬單位 (共2個機關)

查詢結果：

**採購資料分析 (統計至2026/01/18 23:59)**

附表1所有項目採購環保標章產品總金額： 595,619.0	機關綠色採購指定採購項目 達成度： 100.00% <a href="#">檢視比率計算方式</a>	60.0分	原始分數：72.0分 (備註：此成績僅供參考；最後評核成績與評分等第級距，以環境部最後公告為準。)
附表1所有項目採購總金額： 595,619.0			
附表2所有項目採購綠色產品總金額： 24,949.0	非指定採購項目之綠色採購 達成度： 4.19% <a href="#">檢視比率計算方式</a>	12.0分	
附表1所有項目採購環保標章產品總金額： 595,619.0			

總項目	產品類別	綠色採購項目	採購明細					總採購金額
			第一類產品		第二類產品	第三類/其他產品	非環保產品	
			金額(1)	百分比=(1)/(5)	金額(2)	金額(3)	金額(4)	
47項指定項目	資源回收產品類	1.衛生用紙*	-	-%	-	-	-	-
		2.使用再生紙之紙製文具及書寫用紙*	-	-%	-	-	-	-
		3.使用回收紙之包裝用品	-	-%	-	-	-	-
		4.回收再利用碳粉匣*	-	-%	-	-	-	-
		5.回收再生紡織品	-	-%	-	-	-	-
		6.回收再生塑膠品及橡膠品	-	-%	-	-	-	-
		7.再生塑膠薄膜製品	-	-%	-	-	-	-
清潔產品類	8.家用清潔劑	-	-%	-	-	-	-	
	9.肌膚毛髮清潔劑	-	-%	-	-	-	-	
資訊產品類	10.電腦主機*	73,482.0	100.0%	-	-	-	73,482.0	
	11.桌上型個人電腦*	-	-%	-	-	-	-	
	12.顯示器*	21,990.0	100.0%	-	-	-	21,990.0	
	13.列印機*	4,393.0	100.0%	-	-	-	4,393.0	
	14.筆記型電腦*	-	-%	-	-	-	-	
	15.原生碳粉匣	6,238.0	100.0%	-	-	-	6,238.0	
	16.影像輸出裝置*	-	-%	-	-	-	-	
	17.掃描器	-	-%	-	-	-	-	
家電產品類	18.可攜式投影機	-	-%	-	-	-	-	
	19.電冰箱*	-	-%	-	-	-	-	
	20.冷氣機*	364,296.0	100.0%	-	-	-	364,296.0	
	21.洗衣機*	-	-%	-	-	-	-	
	22.除濕機*	-	-%	-	-	-	-	
	23.電風扇	-	-%	-	-	-	-	

省水產品類	24.兩段式省水馬桶*	-	-%	-	-	-	-
	25.省水龍頭及其器材配件	-	-%	-	-	-	-
省電產品類	26.飲水供應機	125,220.0	100.0%	-	-	-	125,220.0
	27.貯備型電開水器	-	-%	-	-	-	-
	28.發光二極體(LED)燈泡	-	-%	-	-	-	-
	29.發光二極體(LED)道路照明燈具	-	-%	-	-	-	-
	30.室內照明燈具	-	-%	-	-	-	-
(OA)辦公室用具產品類	31.辦公室用紙*	-	-%	-	-	-	-
	32.數位複印機版紙	-	-%	-	-	-	-
	33.電動碎紙機	-	-%	-	-	-	-
	34.油墨	-	-%	-	-	-	-
有機資材類	35.堆肥*	-	-%	-	-	-	-
	36.塑膠類藥用輸液容器	-	-%	-	-	-	-
建材類	37.塗料	-	-%	-	-	-	-
	38.窯燒類資源化建材	-	-%	-	-	-	-
	39.非窯燒類資源化建材	-	-%	-	-	-	-
	40.塑膠類管材	-	-%	-	-	-	-
日常用品類	41.電動機車	-	-%	-	-	-	-
	42.機車	-	-%	-	-	-	-
	43.小汽車	-	-%	-	-	-	-
	44.床墊	-	-%	-	-	-	-
	45.滅火器	-	-%	-	-	-	-
工業類	46.乾式變壓器	-	-%	-	-	-	-
	47.配電用變壓器	-	-%	-	-	-	-
小計	(A)595,619.0	100.0%	(B)-	(C)-	(D)-	595,619.0	
48~176項之綠色產品	(E)24,949.0	100.0%	(F)-	(G)-	-	24,949.0	

備註：

- 1) 第一類=環保標章產品
- 2) 第二類=第二類環境保護產品
- 3) 第三類/其他產品=節能標章、省水標章、綠建材標章及碳足跡減量標籤等綠色產品

114年度「機關綠色採購指定採購項目達成度」(占60分)			
指定項目統計	金額	「機關綠色採購指定採購項目達成度」得分=[A/(A+B+C+D)] x 60分	
第一類產品(A)	595,619.0	$\frac{\text{附表1所有項目採購環保標章產品總金額}}{\text{附表1所有項目採購總金額}} \times 60分 =$	60.0分
第二類產品(B)	-		
第三類/其他產品(C)	-		
非環保產品(D)	-		
		$\frac{595,619.0}{595,619.0} \times 60分 =$	

114年度「非指定採購項目之綠色採購達成度」(占20分)			
附件2所有項目統計	金額	得分=[(B+C+E+F+G)/(A)] x 100%x20分/7%	
48-176項之第一類產品(E)	24,949.0	$\frac{\text{附表2所有項目採購綠色產品總金額}}{\text{附表1所有項目採購環保標章產品總金額}} \times 100\% \times 20分 / 7\% =$	12.0分
48-176項之第二類產品(F)	-		
48-176項之第三類/其他產品(G)	-		

填報人：陳啟宏 審核

機關首長

填報人聯絡電話：06-(06)2973363#741#741 民國115年6月12日編製



主 編：魏萬能（校長）

執行編輯：許博勳（執行秘書）

出版日期：中華民國115年04月01日

供應人數：1611 人

食譜設計：楊馨玲（營養師）

### 115年04月臺南市安平區新南國民小學午餐食譜

NO	日期	星期	主食	主菜	副食一	蔬菜	湯	水果	主食 (份)	豆魚 蛋肉 (份)	蔬菜 (份)	油脂 (份)	水果 (份)	乳品 (份)
								乳飲品						
1	4月1日	三	米飯	麻油肉片	炸蔬菜總匯	紅藜地瓜葉	南瓜豆漿湯	水果	4.7	1.8	1	2.5	2	0
2	4月2日	四	麵食	大油麵配料	油翅小腿	披薩		乳飲品	6.5	1.3	0.4	2.1	0	1
3	4月7日	二	地瓜飯	海帶結燒肉	芹菜花枝	豆薯香腸片	山藥香菇雞湯	水果	4.6	2	1	2	2	0
4	4月8日	三	麵食	榨菜肉絲乾麵	滷油豆腐/滷蛋	素炒空心菜	紫菜黃豆芽湯	水果	6	2	1	2	2	0
5	4月9日	四	糙米飯	鹽水雞	黃瓜花片	肉燥大陸妹	鹹湯圓	豆漿	4.7	1.7	1.5	2	0	1
6	4月10日	五	米飯	芋香粥	草莓吐司	菜豆豆干			7	1	0.5	2	0	0
7	4月13日	一	紫米飯	粉蒸肉	銀芽雞絲	豆包胡蘿蔔	牛蒡養生雞湯		4.6	1.5	1.1	2	0	0
8	4月14日	二	糙米飯	沙茶炒魚丁	蕃茄炒蛋	山藥花椰菜	關東煮湯	水果	4.5	2	1.1	2.1	2	0
9	4月15日	三	麵食	炒烏龍麵配料	燒賣	涼拌海帶芽	黃瓜魚丸湯	水果	5.5	1.1	0.7	2.1	2	0
10	4月16日	四	五穀飯	素咖哩	糖醋豆包	青江黑珍珠菇	素麻油四寶湯	乳飲品	4.6	1.1	1	2.1	0	1
11	4月17日	五	米飯	蘑菇雞柳	油菜肉片	鹹蛋絲瓜	冬瓜鮮魚湯		4.6	2	1.5	2	0	0
12	4月20日	一	米飯	雞肉鮮菇燉飯	歐姆蛋	腰果花椰	紅咖哩海鮮湯	水果	4.7	2	1.1	2.1	2	0
13	4月21日	二	芝麻飯	龍眼燒雞	高麗菜寬粉	水蓮豆芽	紫菜蛋花湯	水果	4.5	1.8	2	2	2	0
14	4月22日	三	麵食	鴨肉羹麵	煎餃	蒜香四季豆		乳飲品	6	1.5	0.5	2	0	1
15	4月23日	四	小米紅藜飯	糖醋魚丁	栗子白菜	肉燥大陸妹	酸菜豬肚湯		4.5	1.5	1.7	2	0	0
16	4月24日	五	糙米飯	蔞瓜肉醬	蕃茄豆腐	青江珊瑚	人蔘雞湯		4.5	2	1.2	2	0	0
17	4月27日	一	五穀飯	鳳梨甜椒雞丁	糖醋百頁	莧菜吻仔魚	金針肉絲湯	水果	4.6	2	1.2	2	2	0
18	4月28日	二	米飯	十錦蛋炒飯配料	炸雞腿	有機空心菜	薑絲下水湯	乳飲品	5.1	2	1	2.5	0	1
19	4月29日	三	麵食	涼麵配料	千層豆干	丁香花生	味噌豆腐湯	水果	6	1.5	0.5	2.2	2	0
20	4月30日	四	糙米飯	豆酥魚丁	桂筍絞肉	薑炒尼龍白菜	三色湯		4.6	2	1	2	0	0



主 編：魏萬能（校長）  
 執行編輯：許博勳（執行秘書）  
 出版日期：中華民國115年05月01日  
 供應人數：1610 人  
 食譜設計：楊馨玲（營養師）

### 115年05月臺南市安平區新南國民小學午餐食譜

NO	日期	星期	主食	主菜	副食一	蔬菜	湯	水果		蛋類 (份)	蔬菜 (份)	油類 (份)	水果 (份)	乳品 (份)	
								乳飲品	水果 (份)						
1	5月4日	一	小米紅藜飯	豉汁排骨	五味茼蒿	地瓜茶地瓜	芥菜干貝雞湯			4.5	2	1.1	2	0	0
2	5月5日	二	米飯	塔香雞丁	醋溜白菜	韭菜銀芽	梅筍軟骨湯	水果		4.5	2.1	1.2	2	2	0
3	5月6日	三	米粉	芋頭米粉湯料	麥克雞塊	調味毛豆莢		水果		5.5	1.9	0.4	3	2	0
4	5月7日	四	米飯	素麻油炒飯	糖醋麵腸	藍炒尼龍白菜	素泡菜豆腐湯	豆漿		4.5	2	1	2	0	1
5	5月8日	五	五穀飯	鳳梨魚肚	胡蘿蔔炒蛋	有機小松菜	金針肉絲湯			4.5	2	1.1	2	0	0
6	5月11日	一	芝麻飯	時蔬蒸嫩雞	黃瓜花片	水蓮黃豆芽	豆薯龍骨湯	乳飲品		4.5	2	1.1	2	0	1
7	5月12日	二	糙米飯	皮蛋絞肉	丁香豆乾花生	菇菊青江	綠豆地瓜湯	水果		5.1	1.8	1	2	2	0
8	5月13日	三	鍋燒意麵	花枝意麵配料	小肉包	蒜炒海帶根	紫菜餛飩湯	水果		6.8	1.8	0.6	2	2	0
9	5月14日	四	糙米飯	義式香料魚	桂筍絞肉	蒜炒大陸妹	茶壺湯			4.4	2.1	1.1	2	0	0
10	5月15日	五	芝麻飯	蕃茄豆腐(素)	南瓜玉米蝦仁	高麗菜寬粉	素當歸湯			4.6	1.9	1.1	2	0	0
11	5月18日	一	五穀飯	麻油肉片	筍白筍炒小捲	韭菜豆乾片	豆薯蛋花湯	水果		4.5	2.1	1.2	2	2	0
12	5月19日	二	米飯	梅干滷肉	筍乾油豆腐	青江白珍菇	瓜子雞湯			4.5	2	1.1	2	0	0
13	5月20日	三	麵疙瘩	十錦蔬菜湯麵配料	地瓜薯條	海帶干絲		水果		5.5	1.2	0.6	3	2	0
14	5月21日	四	芝麻飯	蘑菇雞柳	油菜德腸	絲瓜麵線	鴨肉冬粉湯	乳飲品		4.5	2.1	1.2	2	0	1
15	5月22日	五	米飯	雞絲滑蛋粥	花生麵筋	芝麻菜豆				5.5	1.3	0.5	2	0	0
16	5月25日	一	米飯	海帶結燒肉	黃瓜花片	腰果蔬菜	牛蒡養生雞湯	乳飲品		4.5	2.1	1.2	2	0	1
17	5月26日	二	小米紅藜飯	宮保雞丁	桂筍肉絲	莧菜叻仔魚	黃瓜魚丸湯	水果		4.5	1.9	1.1	2	2	0
18	5月27日	三	白麵線	花生豬腳	鳳梨豆乾	素炒空心菜	關東煮湯	水果		4.6	2.1	1	2	2	0
19	5月28日	四	糙米飯	素麻婆豆腐	胡蘿蔔炒蛋	竹筍沙拉	紫菜黃豆芽湯			4.5	1.8	1	2	0	0
20	5月29日	五	米飯	蒲燒鯛魚	螞蟻上樹	地瓜菜玉米	香菇雞湯			4.6	1.8	1.1	2	0	0

臺南市安平區新南國小 2026年4月16日 午餐

供餐型態

供應商/學校選擇



主食  
五穀飯



主菜  
素咖哩



副菜  
糖醋豆包



蔬菜  
青江黑珍珠菇



湯品  
素麻油四寶湯



附餐  
優酪乳

臺南市安平區新南國小 2026年5月7日 午餐

供餐型態

供應商/學校選擇



主食  
米飯



主菜  
素麻油炒飯



副菜  
糖醋麵腸



蔬菜  
薑炒尼龍白菜



湯品  
素泡菜豆腐湯



附餐  
豆漿

臺南市政府所屬各級學校115年05月份使用在地食材情形調查一覽表

學校名稱：新南國小

總供餐人數(含供應他校人數)：1610人/天

(一)蔬菜類

蔬菜類當月份總採購量(Kg)	蔬菜類當月份總採購金額(元)(A)	在地蔬菜當月份總採購量(Kg)	在地蔬菜當月份總採購金額(元)(B)	在地食材比例(B/A)(採四捨五入至小數1位)	蔬菜類在地食材採購是否達成15%(是或否)	蔬菜類在地食材採購無法達成15%原因及困難	蔬菜及水果類在地食材採購無法達成15%改善措施
3,565	386,891	943	61,705	16.0%	是		

填報人：楊翠玲

午餐秘書：

許博勛

主任：

林姿蓉

校長：

魏萬能

備註：

1. 104年度起，學校午餐在地食材之採購量須達總採購量百分之十五以上。
2. 所謂在地食材係指台南地區生產供應之食材。
3. 漁類：如本市所生產之虱目魚、台灣鯛等，如非本市漁民養殖則不列入。
4. 肉類：CAS冷凍食品，無法辨識其產地來源者，不列入在地食材。
5. 橘色欄位(在地食材名稱、標籤號、農名資料等)非必填，由學校依需求自行刪減。
6. 請填報資料前，先利用本表格填寫，並經校長呈核蓋章確認後，才可依據呈核內容資料做線上填報。【請提供呈核過的PDF檔-需校長核過章的文件】
7. 表格請自行增刪。

臺南市政府所屬各級學校115年05月份使用在地食材情形調查一覽表

學校名稱：新南國小

總供餐人數(含供應他校人數)：1609人/天

(二)水果類

水果類當月份總採購量(Kg)	水果類當月份總採購金額(元)(A)	在地水果當月份總採購量(Kg)	在地水果當月份總採購金額(元)(B)	在地食材比例(B/A)(採四捨五入至小數1位)	水果類在地食材採購是否達成15%(是或否)	水果類在地食材採購無法達成15%原因及困難
1400.52	105087	1193.12	78658	74.9%	是	

填報人：

楊翠玲

午餐秘書：

許博勛

主任：

林姿蓉

校長：

魏萬能

備註：

1. 104年度起，學校午餐在地食材之採購量須達總採購量百分之十五以上。
2. 所謂在地食材係指台南地區生產供應之食材。
3. 漁類：如本市所生產之虱目魚、台灣鯛等，如非本市漁民養殖則不列入。
4. 肉類：CAS冷凍食品，無法辨識其產地來源者，不列入在地食材。
5. 橘色欄位(在地食材名稱、標籤號、農名資料等)非必填，由學校依需求自行刪減。
6. 請填報資料前，先利用本表格填寫，並經校長呈核蓋章確認後，才可依據呈核內容資料做線上填報。【請提供呈核過的PDF檔-需校長核過章的文件】
7. 表格請自行增刪。

臺南市政府所屬各級學校115年04月份使用在地食材情形調查一覽表

學校名稱：新南國小

總供餐人數(含供應他校人數)：1610人/天

(一)蔬菜類

蔬菜類當月份總採購量(Kg)	蔬菜類當月份總採購金額(元)(A)	在地蔬菜當月份總採購量(Kg)	在地蔬菜當月份總採購金額(元)(B)	在地食材比例(B/A)(採四捨五入至小數1位)	蔬菜類在地食材採購是否達成15%(是或否)	蔬菜類在地食材採購無法達成15%原因及困難	蔬菜及水果類在地食材採購無法達成15%改善措施
4,046	367,829	1,021	64,140	17.4%			

填報人：營養師楊瑩玲

午餐秘書：

許博勳

主任：

林姿蓉

校長：

魏萬能

備註：

1. 104年度起，學校午餐在地食材之採購量須達總採購量百分之十五以上。
2. 所謂在地食材係指台南地區生產供應之食材。
3. 漁類：如本市所生產之虱目魚、台灣鯛等，如非本市漁民養殖則不列入。
4. 肉類：CAS冷凍食品，無法辨識其產地來源者，不列入在地食材。
5. 橘色欄位(在地食材名稱、標籤號、農名資料等)非必填，由學校依需求自行刪減。
6. 請填報資料前，先利用本表格填寫，並經校長呈核蓋章確認後，才可依據呈核內容資料做線上填報。【請提供呈核過的PDF檔-需校長核過章的文件】
7. 表格請自行增刪。

臺南市政府所屬各級學校115年04月份使用在地食材情形調查一覽表

學校名稱：新南國小

總供餐人數(含供應他校人數)：1610人/天

(二)水果類

水果類當月份總採購量(Kg)	水果類當月份總採購金額(元)(A)	在地水果當月份總採購量(Kg)	在地水果當月份總採購金額(元)(B)	在地食材比例(B/A)(採四捨五入至小數1位)	水果類在地食材採購是否達成15%(是或否)	水果類在地食材採購無法達成15%原因及困難
1511.9	112755	1027	53899	47.8%	是	

填報人：營養師楊瑩玲

午餐秘書：

許博勳

主任：

林姿蓉

校長：

魏萬能

備註：

1. 104年度起，學校午餐在地食材之採購量須達總採購量百分之十五以上。
2. 所謂在地食材係指台南地區生產供應之食材。
3. 漁類：如本市所生產之虱目魚、台灣鯛等，如非本市漁民養殖則不列入。
4. 肉類：CAS冷凍食品，無法辨識其產地來源者，不列入在地食材。
5. 橘色欄位(在地食材名稱、標籤號、農名資料等)非必填，由學校依需求自行刪減。
6. 請填報資料前，先利用本表格填寫，並經校長呈核蓋章確認後，才可依據呈核內容資料做線上填報。【請提供呈核過的PDF檔-需校長核過章的文件】
7. 表格請自行增刪。

114年學年度臺南市國小校園空地經營自給農園成果表

辦理學校	臺南市安平區新南國民小學			
聯絡資料	聯絡人	閻芊樺	e-Mail	chiyuki1027@hnps. tn. edu. tw
	聯絡電話	2973363#733	地址	臺南市安平區怡平路6號
施作方式	<input checked="" type="checkbox"/> 一般農耕 <input type="checkbox"/> 栽培箱 <input type="checkbox"/> 魚菜共生 <input type="checkbox"/> 水耕 <input type="checkbox"/> 其他：                 (請說明)			
執行期程	114年 8 月 1 日 至 115 年 7 月 31 日			
建置地點、支援人力及運用之資源	建置地點：學校廚房南側空地 種植作物：茄子、空心菜、茼蒿、莧菜、小番茄、絲瓜、大陸妹、菠菜、四季豆、九層塔、瓠瓜、秋葵、辣椒、地瓜葉、蔥、向日葵、波斯菊、少量香草、甘蔗。 種植面積：36 坪 支援人力：學務處、總務處、自然領域教師群、班級導師、學校營養師、校內志工團。 結合單位：無			
公開性 成果發表說明	一、透過專業人員指導、學校志工與老師的引導，帶領孩子開墾整地，讓孩子親自播種，體會農夫的辛苦，學校午餐廚房也會將採收的作物加入營養午餐，學生能了解食物得來不易的道理，進而珍惜餐桌上的美味佳餚。 二、藉由校園空地自給農園推動計畫，全校師生皆有機會申請屬於自己的開心農場，讓師生體驗種菜的樂趣，透過植物成長的過程，了解生命的奧妙。 三、學校網頁連結： <a href="https://www.hnps. tn. edu. tw/modules/tad_web/page. php?WebID=100&amp;PageID=411">https://www.hnps. tn. edu. tw/modules/tad_web/page. php?WebID=100&amp;PageID=411</a>			

<p>執行成果 及效益</p>	<p>一、邀請本校志工團內的專業人員協助開墾，由學生親自播種澆灌，體驗農夫的辛勞。</p> <p>二、學生能觀察作物的成長過程，了解食物得來不易，應該要好好珍惜，把食物吃光光，進而達到午餐剩食率降低的目的。</p> <p>三、搭配飲食教育、餐前五分鐘等，鼓勵學生多吃蔬菜、均衡飲食。</p> <p>四、部分作物採收後會交由廚房協助烹飪，變成美味營養的午餐，學生吃到自己種植的作物會更加珍惜。</p>
<p>農場後續管理 維護方式</p>	<p>一、 結合自然課程：三年級《認識植物》、《種菜好好玩》、五年級《認識植物的繁殖》、六年級《地球的生態與環境》</p> <p>二、 場地交由志工、學校老師持續維護與運用，目前仍持續栽種茄子、小番茄、秋葵、地瓜葉等作物，未來也會配合廚房實際需求種植青蔥等。</p>

執行成果照片



說明：學生嘗試整地與除草

說明：學生種下空心菜種子



說明：志工協助整理農園環境



說明：大廚種植多種香草



說明：學生噴灑辣椒水，天然防蟲



說明：學生於自然課到農園觀察植物



說明：學生到農園觀察並記錄



說明：學生幫絲瓜澆水



說明：學生採收空心菜



說明：學生採收大陸妹



說明：學生採收大陸妹



說明：收穫滿滿真開心

### 臺南市新南國小飲食教育課程施行成果

飲食教育	執行時間	參與對象	參與人數
	114 學年度上下學期	一～六年級學生	654
課程說明：本校營養師每學期皆會安排不同主題之飲食教育課程入班進行，其中包含認識六大類食物、均衡飲食、補充鈣質等相關知識，學生也能透過實際操作的小遊戲加深印象，漸漸培養健康飲食的好習慣！			
活動照片			
			
營養師講解每日 3 蔬 2 果		營養師以營養午餐菜單舉例說明	

飲食教育與健 康體位講座	執行時間	參與對象	參與人數
	3.31	體位過中之學生	25

課程說明：此講座之目的，讓學生了解體位與體重的概念，並指導學生身體質量指數(BMI)的計算方式，同時希望學生能了解均衡飲食對身體健康有好處，並了解到維持體位適中的重要性，且能將相關的觀念分享給家人。

活動照片



營養師說明體重與體位的概念



營養師說明 BMI 的計算方法



以圖示說明體位適中的重要性



學生有獎徵答

食魚飲食教育	執行時間	參與對象	參與人數
	10.14	六年四班	27
課程說明：帶領學生認識台南在地食材-虱目魚，透過講師介紹，並指導「吃魚七大招」步驟，由學生親自體驗，多數學生皆能順利完成，將魚刺成功挑除。			
活動照片			
			
講師講解吃魚 7 步驟	學生自行體驗吃魚 7 步驟		
			
學生自行體驗吃魚 7 步驟	成功將魚刺分離啦		