

## 新竹市 106 學年度營養健康講座實施計畫

### 壹、目的：

藉由此研習增強教職員工及家長對食物與營養了解，讓家人能攝取更健康的食物，控制理想體重，讓家人更健康。

### 貳、辦理單位：

主辦單位：新竹市民富國小總務處午餐中心及學務處

### 參、辦理時間： 107 年 5 月 02 日（星期三）14：00~15：30

### 肆、講 題：健康減重一起享瘦

### 伍、研習地點：民富國小視聽教室

講 師：張淑花營養師

### 陸、參加人員：學校教職員工、學生家長

### 柒、報名日期及方式：

一、即日起請至新竹市教育網研習護照系統或公務人員終身學習系統填報相關資料。

二、把報名表由學生送回午餐中心

### 捌、預期效益：透過研習增強健康飲食知能，期望能推廣至學生養成良好健康飲食習慣維持標準體重，促進健康。