

105 年度健康促進學校計畫--「健康促進・TCU」活動照片



【享瘦真健康，全校來 Walking】校園健走集點

105. 03. 08-105. 04. 15



利用手持看板拍照打卡、增加活動曝光率，也提醒大家健走的好處、或是多白喝水等等。

105. 03. 08-105. 04. 15



【每日一萬步，健康有保固】天天運動尚蓋健康利用時下流行的 APP 計步軟體，鼓勵不愛運動的同學，逐步累計每日一萬步，達到運動效果。

105. 03. 08-105. 05. 31



【預防代謝症候群】教育海報展

105. 04. 25-05. 06



【過五關 斬肥油】闖關遊戲-你泡糖了嗎?

105. 04. 26-27



【過五關 斬肥油】闖關遊戲-誰比我更愛動!

105. 04. 26-27



【實踐 3D 健康生活・打擊代謝症候群】講座

105. 04. 28



第 1 個 Do- *Do Control*-腰圍測量。

105. 04. 28



第 2 個 Do- Do Healthy Diet - 健康飲食。

105. 05. 19



第 3 個 Do- Do Exercise - 咱們來做運動。

105. 05. 02



「運動 GO(顧)健康」校園運動團體競賽-有氧

105. 03. 11-05. 11



「運動 GO(顧)健康」校園運動團體競賽-瑜珈

105. 03. 11-05. 10



「運動 GO(顧)健康」-後測三分鐘登階
105. 03. 11-05. 10



養成定期監測體重、腰圍、血壓，對自身的健康負責。 105. 03. 11-05. 10



【蔬食 GO 健康】主廚大賽
105. 05. 19



【蔬食 GO 健康】主廚大賽
105. 05. 19



無菸校園環境營造
全年不定期更新



菸害防制教育宣導講座
104/09/09、104/10/16



【校園傳染病防治】教育海報展

105. 03. 15-04. 15



結核病簡易自我篩檢-填寫情形

105. 03. 15-04. 15



【校園傳染病防治衛教】講座

105. 04. 15



願健康來抽獎-我中獎囉!!

105. 04. 15



【愛「之」行動，從尊重開始】拍照打卡分享訊息，以行動支持防治愛滋病。

104. 12. 01-11



104. 12. 01-11



【愛滋防治教育宣導】海報展

104.12.01-11



【大學生“壁咚”之前準備好了嗎？】愛滋病防治講座

104.12.01



【打開潘朵拉的盒子：幸?!不幸?!危險情人】性別健康講座

104.12.04



【有了關愛，歧視不在：關懷愛滋與去除歧視】校園宣導講座

105.04.13



【身體力行 FUN 學營】宣導安全性行為

104.09.11/花蓮體育中學



【健康存摺】您申請了嗎？

105.05.12