

## 100 學年健康體位宣導成果

活動名稱	健康體位宣導	
活動時間	100 學年第一學期	
		
說明：召集學生說明此次內容	說明：護理師說明欲辦理的活動	
		
說明：每週監測體重	說明：每週監測體重	
		
說明：針對過重者希望藉由運動來控制體重	說明：體重過者藉由飲食均衡來維持健康體位	

## 100 學年健康體位宣導成果

活動名稱	健康體位宣導
活動時間	100 學年第一學期
	
說明：同學們看看這一週是否有達成目標喔	說明：換我囉~看看自己是不是有達成
	
說明：加油喔	說明：認真記錄自己的體重