

## 苗栗縣 104 年度學校環境品質提升-健康促進學校訪視

### 健康飲食課程

校名：南埔國小

#### 一、實施概況

活動日期	參加對象	參加人數	推動方式簡介（條列式）
五穀根莖好 活力	六年級	21	1. 認識五穀根莖各種食物 2. 了解提供身體能量的食物有哪些 3. 能從食品中辨識哪些是五穀根莖類食物

#### 二、活動照片



說明：由陳彥淇老師上課。



說明：解釋五穀根莖類的營養成份。



說明：學生專心聽講。



說明：身體需要哪些營養？