

# 改善學童體重過輕、過重專業成長研習會

跟著專家的腳步

吃出孩童健康的未來

歡迎導師及家長  
帶小朋友一同參加

- 時間：106年1月24日（星期二）
- 地點：花蓮縣衛生局大禮堂
- 地址：花蓮縣花蓮市新興路200號
- 報名網址：<https://goo.gl/4Cg7wy>

時間	活動內容
9:00 – 9:30	報到
9:30 – 9:40	開幕式、長官致詞 教育部國民及學前教育署長官
9:40 – 10:30	運動及營養的黃金交叉：吃對動好，學童生長沒煩惱 主講人：花蓮門諾醫院營養科 鍾慧珍 主任
10:40 – 11:30	飲食及科技的結合：利用現代科技讓飲食不再是過往雲煙 主講人：好食課 創辦人 林世航 營養師
11:30 – 12:00	綜合討論
12:00 – 13:30	午餐
13:30 – 14:20	選對方法輕鬆保持健康體位：體重管理經驗分享 主講人：C&C Studio營養師實驗廚房創辦人 陳芊穎 營養師
14:30 – 15:20	飲食中的甜蜜陷阱：糖分攝取與學童成長專論 主講人：臺北醫學大學附設醫院小兒部小兒遺傳科 楊晨 主任
15:30 – 16:20	從校園到家庭：如何實現真正的健康飲食 主講人：臺北醫學大學營養學院 謝榮鴻 副院長
16:20 – 17:00	綜合討論
17:00 ~	賦歸

