

## 學校健康飲食營養教育影片觀摩會—環遊均衡飲食之旅

(文/ 學生事務及校園安全組洪暉婷提供)

教育部國民及學前教育署今(6)日與雲林縣政府合作，辦理 107 年學校健康飲食營養教育影片觀摩會活動，邀請各縣市政府教育局處代表共襄觀摩「均衡飲食金國王環遊旅程」影片應用，活動現場由營養師示範結合影片與學童遊戲互動，學生反應熱烈，達到寓教於樂的效果。

國教署表示，臺灣兒童體位呈現兩極化，根據 2012 年國民營養健康狀況變遷調查，指出過輕、過重與肥胖比率約占總兒童人口數近五成，除影響兒童之成長發育，對學習、情緒亦會造成深遠影響，有鑑於此，國教署委託財團法人董氏基金會辦理健康飲食系列主題營養教育教學方案計畫，並製作「均衡飲食金國王的環遊旅程」健康飲食營養教育影片及說明手冊，以國小學生為對象，協助老師與營養師進行校園健康飲食營養教學時搭配使用。

觀摩會場並有雲林縣公誠國小等 12 所學校師生，展示雲林各校特色之「食農教育」、「四章一 Q」、「蔬食教育」、「麵食中心」及「在地食材」等主題執行成果，展現營養教育、學校午餐及食農教育從產地到餐桌一系列觀念。雲林縣政府為讓學校午餐資訊透明化，提升供餐品質，自 106 學年度起配合中央政策，學校應優先採用國產可追溯生鮮食材（四章一 Q），並透過教育部校園食材登錄平臺，讓家長了解每日學校午餐食材來源等資訊，部分學校更結合當地農特產、社區營造特色等，發展出獨具特色之食農教育，讓學生實際體驗，引導學生對於「食」的重視。

國教署表示，兒童於國小階段除重視德、智、體、群、美等五育的均衡發展，健康飲食教育須從小扎根，期望透過本次健康飲食營養教育影片觀摩會，以活潑趣味的動畫影片及教學互動，融入學校正式課程與其他非正式課程中，讓營養觀念淺顯易懂且趣味化。從小建立兒童的正確飲食認知與態度，養成健康飲食生活型態，奠定一生的健康基礎。

「均衡飲食金國王環遊旅程」影片及說明手冊可至教育部國教署學生事務及校園安全組學校衛生科網頁下載運用（網址：<http://203.68.64.40/six/main/hsub5.htm>）。