

用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

台灣好新聞

1.7k 人追蹤

追蹤

記者陳華興 / 桃園報導 2019年7月8日 下午 04:47

留言

LINE

f

✉



長庚科技大學推動教育部「大專校院健康促進學校計畫」已邁入第12年。今年翻轉過往模式，首次以「減法人生」為主要健康促進理念，以減少不健康的生活型態為挑戰目標。活動設計引起師生共鳴，參與程度及成績突破以往！

衛生保健組宋素卿組長8日分享表示：「本年度以超商集點的概念打造出「健康促進集點GO」，參與活動並完成挑戰的師生，可憑點數參加『水果樂』、『骰子樂』、『彈珠樂』、『夾夾樂』等不同抽獎活動，不僅促進健康，又能享受得獎樂趣！」



樓迎統校長參加夾夾樂抽獎活動

健康促進集點分為個人組及團體組。學生事務處王文進教官不僅耳提面命、敦促隊友要多運動，自己更是早晚快走與跑步，注意飲食，體重甩掉8.5公斤，體脂下降15.9%。教學與發展資源中心黃翠媛主任帶頭參加活動，只要同仁減重或減脂超過主任，主任便額外加碼「請吃大餐」，保健營養系則是推出「健康珍饈便當」，讓師生享受美味之餘，更能兼顧養身。

宋素圓組長進一步指出，為期8週的活動，242位過重師生共減重308.3公斤，參加健走活動的381位師生，創下1.3億步的佳績，相當於環繞59圈台灣海岸線、1.68圈地球赤道的距離，再加上師生熱情響應「走樓梯不搭電梯」活動，352位參與師生共走了超過11萬層的校園步梯，相當於爬了1,115棟的台北101大樓！



健康促進集點GO得獎師生

長庚科技大學校長樓迎統開心的說：「我自己集點集得很辛苦，又擔心會變成豬隊友，所以我都不敢懈怠。透過這個活動，可以一步步引導師生重視健康，啟動健康行為，進而實踐健康的生活型態。」

學務長劉杏元則感性地說：「雖然活動已經結束，但健康促進的精神及態度仍在繼續。活動的過程，讓我看到跨處室、跨科系、跨班級、各種不同師生組合相聚在一起，為健康而努力，這才是在校園推廣健康促進理念最棒的果實！」

更多新聞推薦

- 交通尖峰時段貨車裝卸貨違停亂象多 北市警將加強取締

**Yahoo奇摩新聞APP**
全台灣 **No.1** 最多人使用







相關內容

- 彰化學童最健康 勇奪全國特優獎
- 學生蛀牙近視肥胖比率 都呈下降趨勢
- 健康促進學校計畫 嘉縣蟬聯五連霸
- 弘光科大東協廣場辦健康促進活動 移工闖關學保健及...
- 新勢里醫療小管家揭牌 醫養合一銀髮長者服務
- 新竹市連三年獲教育部列優等縣市
- 嘉基推動健康促進與國際醫療有一套 榮獲雙料大獎
- 健康促進學校計畫奏效 蛀牙近視肥胖比率下降
- 全運會資格賽 選手展身手
- 推動健康促進學校有成 南市多所學校獲獎
- 中醫師獨家公佈：睡前喝一物，當天排除「巨便」瘦到尖叫 齊木源 Sponsored

成為第一個留言的人

登入後即可張貼留言。

用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

尋夢新聞LINE@每日推播熱門推薦文章，趣聞不漏接♥

加入LINE好友

UB 聯邦銀行 聯邦賴點卡 就想賴著你



海外消費 3%
國內消費 2%
以上皆為 LINE POINTS 回饋

原圖出處：卷小娘與柯柯 109/7/31號

立即申辦 ▶

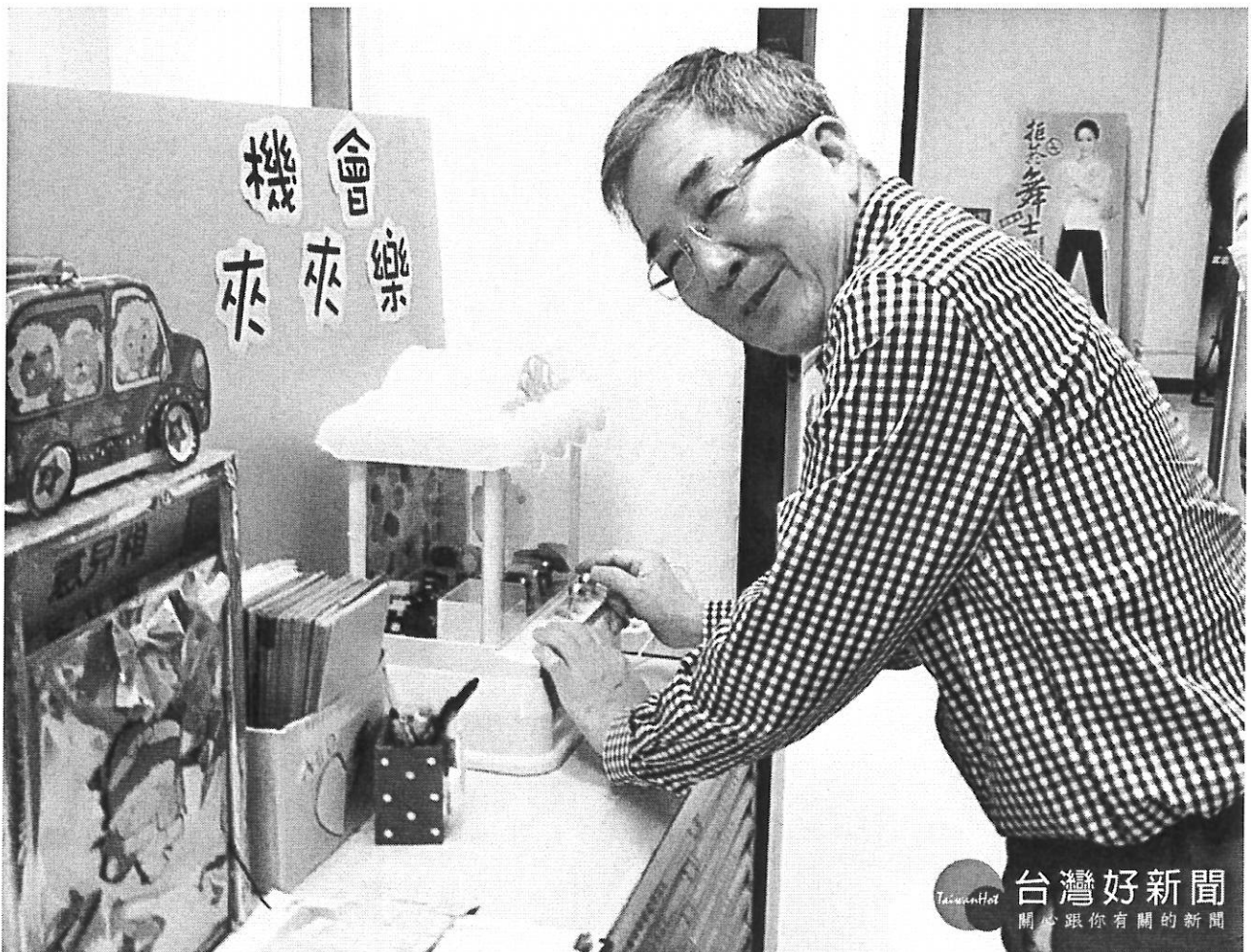
謹慎理財 信用至上



用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

長庚科技大學推動教育部「大專校院健康促進學校計畫」已邁入第12年。今年翻轉過往模式，首次以「減法人生」為主要健康促進理念，以減少不健康的生活型態為挑戰目標。活動設計引起師生共鳴，參與程度及成績突破以往！

衛生保健組宋素卿組長8日分享表示：「本年度以超商集點的概念打造出「健康促進集點GO」，參與活動並完成挑戰的師生，可憑點數參加『水果樂』、『骰子樂』、『彈珠樂』、『夾夾樂』等不同抽獎活動，不僅促進健康，又能享受得獎的樂趣！」



樓迎統校長參加夾夾樂抽獎活動

健康促進集點分為個人組及團體組。學生事務處王文進教官不僅耳提面命、敦促隊友要多運動，自己更是早晚快走與跑步，注意飲食，體重甩掉8.5公斤，體脂下降15.9%。教學與發展資源中心黃翠媛主任帶頭參加活動，只要同仁減重或減脂超過主任，主任便額外加碼「請吃大餐」。保健營養系則是推出「健康珍飽便當」，讓師生享受美味之餘，更能兼顧養身。



宋素卿組長進一步指出，為期8週的活動，242位過重師生共減重308.3公斤。參加健走活動的381位師生，創下1.3億步的佳績，相當於環繞59圈台灣海岸線、1.68圈地球赤道的距離。再加上師生熱情響應「走樓梯不搭電梯」活動，352位參與師生共走了超過11萬層的校園步梯，相當於爬了1,115棟的台北101大樓！



健康促進集點GO得獎師生

長庚科技大學校長樓迎統開心的說：「我自己集點集得很辛苦，又擔心會變成豬隊友，所以我都不敢懈怠。透過這個活動，可以一步步引導師生重視健康，?動健康行為，進而實踐健康的生活型態。」

學務長劉杏元則感性地說：「雖然活動已經結束，但健康促進的精神及態度仍在繼續。活動的過程，讓我看到跨處室、跨科系、跨班級、各種不同師生組合相聚在一起，為健康而努力，這才是在校園推廣健康促進理念最棒的果實！」



本文來源：[台灣好新聞](https://ek21.com/news/taiwanhot/13323/)

您也可能喜歡這些文章

PChome 新聞

找新聞

首頁 政治 社會 財經 科技 國際 大陸 健康 娛樂 體育 生活 消費 新手 旅遊 房產

Honda CR-V首賣

MAZDA 3限量首賣

反送中對台灣產生的效應

快訊 ▶ 即時 08:00 《用九柑仔店》8/16暖心上檔 林哲熹為詮釋

新聞 生活

2019-07-08 17:12:41 記者陳華興 / 桃園報導

用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

記者陳華興 / 桃園報導



長庚科技大學推動教育部「大專校院健康促進學校計畫」已邁入第12年。今年翻轉過往模式，首次以「減法人生」為主要健康促進理念，以減少不健康的生活型態為挑戰目標。活動設計引起師生共鳴，參與程度及成績突破以往！

衛生保健組宋素卿組長8日分享表示：「本年度以超商集點的概念打造出「健康促進集點GO」，參與活動並完成挑戰的師生，可憑點數參加『水果樂』、『骰子樂』、『彈珠樂』、『夾夾樂』等不同抽獎活動，不僅促進健康，又能享受得獎的樂趣！」



樓迎統校長參加夾夾樂抽獎活動

健康促進集點分為個人組及團體組。學生事務處王文進教官不僅耳提面命、敦促隊友要多運動，自己更是早晚快走與跑步，注意飲食，體重甩掉8.5公斤，體脂下降15.9%。教學與發展資源中心黃翠媛主任帶頭參加活動，只要同仁減重或減脂超過主任，主任便額外加碼「請吃大餐」。保健營養系則是推出「健康珍飽便當」，讓師生享受美味之餘，更能兼顧養身。

宋素卿組長進一步指出，為期8週的活動，242位過重師生共減重308.3公斤。參加健走活動的381位師生，創下1.3億步的佳績，相當於環繞59圈台灣海岸線、1.68圈地球赤道的距離。再加上師生熱情響應「走樓梯不搭電梯」活動，352位參與師生共走了超過11萬層的校園步梯，相當於爬了1,115棟的台北101大樓！



健康促進集點GO得獎師生

長庚科技大學校長樓迎統開心的說：「我自己集點集得很辛苦，又擔心會變成豬隊友，所以我都不敢懈怠。透過這個活動，可以一步步引導師生重視健康，?動健康行為，進而實踐健康的生活型態。」

學務長劉杏元則感性地說：「雖然活動已經結束，但健康促進的精神及態度仍在繼續。活動的過程，讓我看到跨處室、跨科系、跨班級、各種不同師生組合相聚在一起，為健康而努力，這才是在校園推廣健康促進理念最棒的果實！」

新聞關鍵字：台北101、教育部

台北101：台北101 (TAIPEI 101) 是位於中華民國臺北市信義區的摩天大樓，樓高509.2公尺 (1,671英尺)，地上樓層共有101層、另有地下5層，總樓地板面積37萬4千平方公尺，由李祖原聯合建築師事務所設計、KTRT團隊建造，於1999年動工，2004年12月31日完工啟用。 ...更多

新聞來源：台灣好新聞

[更多生活新聞 »](#)

用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

記者陳華興 / 桃園報導 凭 2019-07-08 16:47



用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

長庚科技大學推動教育部「大專校院健康促進學校計畫」已邁入第12年。今年翻轉過往模式，首次以「減法人生」為主要健康促進理念，以減少不健康的生活型態為挑戰目標。活動設計引起師生共鳴，參與程度及成績突破以往！

衛生保健組宋素卿組長8日分享表示：「本年度以超商集點的概念打造出「健康促進集點GO」，參與活動並完成挑戰的師生，可憑點數參加『水果樂』、『骰子樂』、『彈珠樂』、『夾夾樂』等不同抽獎活動，不僅促進健康，又能享受?獎的樂趣！」

增



樓迎統校長參加夾夾樂抽獎活動

健康促進集點分為個人組及團體組。學生事務處王文進教官不僅耳提面命、敦促隊友要多運動，自己更是早晚快走與跑步，注意飲食，體重甩掉8.5公斤，體脂下降15.9%。教學與發展資源中心黃翠媛主任帶頭參加活動，只要同仁減重或減脂超過主任，主任便額外加碼「請吃大餐」。保健營養系則是推出「健康珍飽便當」，讓師生享受美味之餘，更能兼顧養身。

宋素卿組長進一步指出，為期8週的活動，242位過重師生共減重308.3公斤。參加健走活動的381位師生，創下1.3億步的佳績，相當於環繞59圈台灣海岸線、1.68圈地球赤道的距離。再加上師生熱情響應「走樓梯不搭電梯」活動，352位參與師生共走了超過11萬層的校園步梯，相當於爬了1,115棟的台北101大樓！



健康促進集點GO得獎師生

長庚科技大學校長樓迎統開心的說：「我自己集點集得很辛苦，又擔心會變成豬隊友，所以我都不敢懈怠。透過這個活動，可以一步步引導師生重視健康，?動健康行為，進而實踐健康的生活型態。」

學務長劉杏元則感性地說：「雖然活動已經結束，但健康促進的精神及態度仍在繼續。活動的過程，讓我看到跨處室、跨科系、跨班級、各種不同師生組合相聚在一起，為健康而努力，這才是在校園推廣健康促進理念最棒的果實！」

會員專屬 / 看台股擂台台主廖祥安分析台股趨勢 08:15

用減法取代加法 長庚科大師生樂活集點趣

2019-07-08 17:25 經濟日報 曹松清

讚 131

分享



教資中心主任黃翠媛帶頭激勵單位同仁參與健康促進活動。長庚科大/提供



校長樓迎統參加夾夾樂抽獎活動。長庚科大/提供

長庚科技大學推動教育部「大專校院健康促進學校計畫」已邁入第12年。今年翻轉過往模式，首次以「減法人生」為主要健康促進理念，以減少不健康的生活型態為挑戰目標。活動設計引起師生共鳴，參與程度及成績突破以往。

長庚科技大學衛生保健組組長宋素卿分享，「本年度以超商集點的概念打造出『健康促進集點GO』，參與活動並完成挑戰的師生，可憑點數參加『水果樂』、『骰子樂』、『彈珠樂』、『夾夾樂』等不同抽獎活動，不僅促進健康，又能享受兌獎的樂趣！」

健康促進集點分為個人組及團體組。學生事務處教官王文進不僅耳提面命、敦促隊友要多運動，自己更是早晚快走與跑步，注意飲食，體重甩掉8.5公斤，體脂下降15.9%。教學與發展資源中心主任黃翠媛帶頭參加活動，只要同仁減重或減脂超過主任，主任便額外加碼「請吃大餐」。保健營養系則是推出「健康珍飽便當」，讓師生享受美味之餘，更能兼顧養身。

組長宋素卿進一步指出，為期8週的活動，242位過重師生共減重308.3公斤。參加健走活動的381位師生，創下1.3億步的佳績，相當於環繞59圈台灣海岸線、1.68圈地球赤道的距離。再加上師生熱情響應「走樓梯不搭電梯」活動，352位參與師生共走了超過11萬層的校園步梯，相當於爬了1,115棟的台北101大樓。

長庚科技大學校長樓迎統開心的說：「我自己集點集得很辛苦，又擔心會變成豬隊友，所以我都不敢懈怠。透過這個活動，可以一步步引導師生重視健康，啟動健康行為，進而實踐健康的生活型態。」

學務長劉杏元則感性地說：「雖然活動已經結束，但健康促進的精神及態度仍在繼續。活動的過程，讓我看到跨處室、跨科系、跨班級、各種不同師生組合相聚在一起，為健康而努力，這才是在校園推廣健康促進理念最棒的果實！」



歷經8週健康促進集點GO活動，抽到大獎的教職員生。長庚科大/提供

相關新聞

文化大學進修學士班 工作同時進修完成學位

專業與跨域並進 東海大學讓學生躍升未來人才

世新大學全媒體大樓啟用

中原大學榮獲「雙第一」的肯定與殊榮！

文化大學跨領域學習規劃 增強就業競爭機會