

113 學年度第 1 學期學務處衛保組成果報告

日期：第六週

113 年 10 月 21 日-11 月 22 日 多喝水活動

同學報到



掃碼報名活動



測量體脂



領取水壺



日期：113 年 10 月 21 日-11 月 22 日

地點：衛保組

主題：多喝水活動

主席：康念慈 組長

參加人數：60 人

活動成果：舉辦多喝水活動，為了讓現代人意識自己水分補充不足，和攝取太多含糖飲料及不正常的作息，讓自己的新陳代謝變得逐漸緩慢，許多的疾病都會開始出現，我們先藉由一個月的改變，看見身體好的變化，也讓大家深有感觸，多喝水可以讓身心都變得清爽許多。