

112 學年度第 1 學期學務處衛保組成果報告

週次:第十一週

2023/11/27 健康週

同學報名	活動過程
	
活動過程	活動過程
	
<p>日期： 2023/11/27 112 年 11 月 27 日~112 年 12 月 1 日 中午 12 點~中午 1 點</p> <p>地點： 衛保組前廣場</p> <p>主題： 健康週</p> <p>主席： 康念慈 組長</p> <p>參與人員： 120 人</p> <p>活動成果： 在現今匆忙的生活中，常常會忽略運動的重要性，運動可以減少憂鬱更快樂、強化肌肉骨骼、保護皮膚、延緩老化、改善大腦功能以及降低罹患慢性病風險，利用這次健康週活動讓繁忙的大家能在中午休息時間來參加我們的活動，讓自己的身體動起來。</p>	