宜蘭縣99年度四結國民小學蔬食（學生）推動成果報告

壹、 實施計畫

如何減緩溫室氣體之排放，已成為每個人的責任，本校除了重視營 養午餐的品質外，推行「週一蔬食日」，更能把「吃蔬減碳愛地球」的理念以實際行動帶進學校現場。「少吃肉，讓地球降溫！」使節能減碳的概念落實在生活中，讓保護地球不再是只是口號，改變飲食習慣，轉為朝向無肉無奶的植物性飲食而是日常生活中的習慣，完成愛護大地的情操。

貳、計畫目標：

養成全校教、職員工、學生。，多吃蔬食的飲食習慣，進而促進健康。

參、辦理單位

一、主辦單位：午餐推動小組

二、承辦單位：總務處

三、協辦單位:學務組

肆、實施期程：

一、時間:99年6月7日起，每月第一週星期一。

二、地點:各班教室。

三、對象:全體教職員工生

四、方式:

1.九十九學年度上學期每月第一週星期一供應蔬食午餐

2.九十九學年度下學期每週星期一供應蔬食午餐

伍、執行策略行動方案

(一)營養均衡：廣推健康概念，革新學童飲食慣有樣態。

(二)創意推動：舉辦菜單、教案設計，從小培養對「健康」的認知。

(三)終身踐行：飲食發端校園學生，擴及家庭成員，內化生活習慣。

陸、預期成效

一、製發宣導海報，多吃素食少吃肉，蔬食取代素食，推廣「一週一日蔬食日」理念。

二、舉辦「週一蔬食日」教案設計活動，融入班級教學。

參、活動紀錄（照片花絮）

圖片說明：99 年 8 月 22 日班親會簽到簿

圖片說明：宣導喝水的好處

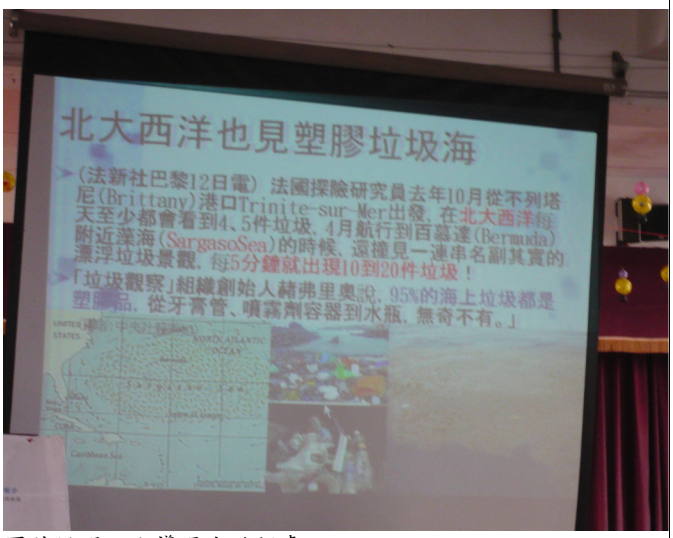
圖片說明：宣導喝水的好處

圖片說明：宣導喝水的好處

肆、相關佐證資料（教材、海報、宣導單張……）

圖片說明：99 年 8 月 22 日班親會簽到簿

圖片說明：宣導喝水的好處

	
圖片說明：宣導喝水的好處	圖片說明：宣導喝水的好處