

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                    | 活動名稱                   | 活動內容   | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用 | 參加對象                                | 辦理單位                          | 聯絡人    | 電話號碼(含區<br>碼)    | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)  |
|----|-----|--------------|----------------|-----------------------|------------------------|--|---------------|---------|---------|--------------|------------|-------------------------------------|-------------------------------|--------|------------------|---|
| 1  | 基隆市 | 基隆市          | 信義區            | 衛生福利部基隆醫院營養室          | 暑期親子體重控制健康營            | 1.正確的營養知識及觀念<br>2.相關體能活動<br>3.健康飲食的挑選  | 20人           | 1050701 | 1050831 | 不收費          |            | 高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加           | 衛生福利部基隆醫院                     | 李琳蕙小姐  | 02-24292525轉2892 | 1.活動對象為18歲以下。<br>2.活動日期及詳細內容依本院網頁公告為主。  |
| 2  | 基隆市 | 基隆市          | 暖暖區            | 醫療財團法人臺灣區煤礦業基金會臺灣礦工醫院 | 活力1824!動滋!夏令營          | 1.認識食物分類與營養素 2.營養標示與 3.了解自我需求 4.帶動唱  | 10人           | 1050705 | 1050731 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)皆可參加                       | 醫療財團法人臺灣區煤礦業基金會臺灣礦工醫院         | 簡孝娟營養師 | 02-24573533      | 1.活動對象為12歲以下。<br>3.活動時間及方式依公告為主。  |
| 3  | 臺北市 | 臺北市          | 北投區            | 台北市立關渡醫院員工餐廳          | 「大手牽小手，輕盈一夏」親子健康體位夏令營  | 1.了解肥胖與疾病的關係 2.教導正確的飲食觀 3.如何達到有效的運動  | 20人           | 1050706 | 1050810 | 不收費          |            | 國民中學                                | 臺北市立關渡醫院                      | 許秋萍    | 02-28587000轉2164 | 1.兒童年齡9-12歲 2.BMI>=19 3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與，以上，需有其家長至少一位參與活動。  |
| 4  | 臺北市 | 臺北市          | 大安區            | 仁愛院區醫療大樓12樓會議室        | 「食在健康，快樂一夏」親子健康體位宣導活動  | 1.親子律動互動遊戲<br>2.健康飲食小講堂<br>3.DIY動手做健康點心  | 30人,15組       | 1050702 | 1050730 | 不收費          |            | 國民小學一至三年級                           | 臺北市立聯合醫院仁愛院區                  | 李佳容護理師 | 02-27093600轉3598 | 1.活動日期依本院招生公告為主。<br>2.活動對象：國小一至三年級學童，及其家長至少一位陪同，BMI過重或過輕者可優先錄取。<br>3.可選擇單堂報名，單堂報名組數低於5組(10人)不開課，上限為15組(30人)。<br>4.聯絡人：李佳容護理師(電話02-27093600轉                         |
| 5  | 臺北市 | 臺北市          | 士林區            | 臺北市立聯合醫院陽明院區9樓會議室     | 親子體重控制健康營              | 1.減重課程<br>2.運動課程<br>3.點心DIY  | 20人           | 1050716 | 1050730 | 不收費          |            | 國民小學                                | 臺北市立聯合醫院陽明院區                  | 葉雪萍護理師 | 02-28389167      | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：學童上課須有成年親屬陪同。招生對象為國小五年級以上。BMI過重者優先錄取<br>4.1位家長至多陪同2位學童<br>5.參加對象限制：主要開放親子參加，若名額有剩則開放一般社區民眾參與。  |
| 6  | 臺北市 | 臺北市          | 中山區            | 馬偕紀念醫院福音樓B2餐廳         | 親子健康減重夏令營              | 1.運動課程<br>2.認識食物分類<br>3.健康低油烹調方式介紹<br>4.我可以吃多少?<br>5.食物代換介紹<br>6.外食與市售食品介紹             | 30人           | 1050820 | 1050910 | 不收費          |            | 國民中學、國民小學皆可參加                       | 財團法人臺灣基督長老教會馬偕紀念社會事業基金會馬偕紀念醫院 | 許碧惠營養師 | 02-25433535轉2026 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：國小四年級到國中二年級學童及其家長至少一位參與活動。國中小學童BMI≥同年齡85%或家長BMI≥26。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：許碧惠營養師(電話02-25433535轉2026)<br>5.參加對象限制：限學童及其家長報名參加 |
| 7  | 臺北市 | 臺北市          | 中正區            | 婦幼院區第二醫療大樓8樓會議室       | 親子攜手用油顧健康『暑期親子體重控制夏令營』 | 1.營養課程-健康減重新觀念、食物熱量、減重菜單指導<br>2.運動課程-有氧知識及動作<br>3.減重心得分享                               | 25人           | 1050806 | 1050827 | 不收費          |            | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 臺北市聯合醫院和平婦幼院區                 | 翁雪珊小姐  | 02-23889595轉8419 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：<br>(1)年齡介於6-64歲之間(孕婦除外)<br>(2)體位符合以下標準<br>A.18-64歲BMI大於24kg/m2<br>B.6-17歲依衛生署兒童及青少年體位標準屬過重或肥胖者<br>3.聯絡人23889595*8419 翁雪珊小姐              |
| 8  | 臺北市 | 臺北市          | 士林區            | 台北市至善老人安養護中心一樓大教室     | 健康一夏                   | 規律正確身體活動知識及健康低熱量飲食   | 50            | 1050731 | 1050831 | 不收費          |            | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 臺北市至善老人安養護中心                  | 吳孟恬    | 02-2883-2666*616 |   |
| 9  | 臺北市 | 臺北市          | 南港區            | 忠孝院區10樓大禮堂            | 親子律動GOGOGO             | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康飲食資訊<br>3.親子律動課程  | 20人           | 1050702 | 1050716 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)                           | 臺北市立聯合醫院忠孝院區                  | 周珊珊小姐  | 02-27861288轉6688 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：周小姐(電話02-27861288轉6688)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加                                 |
| 10 | 新北市 | 新北市          | 三峽區            | 中園國小(暫訂)              | 親子減重夏令營                | 透過親子共同闖關活動方式舉辦親子營隊，將健康體位、飲食營養、熱量控制以及相關知識等融合，協助建立健康飲食與規律運動等認知，並於闖關過程中達到運動目的，以推廣健康體位之概念。 | 50人           | 1050711 | 1050830 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)                           | 行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院            | 黃家琪    | 02-26723456轉8718 |   |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                         | 活動名稱             | 活動內容   | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用 | 參加對象                                | 辦理單位                  | 聯絡人   | 電話號碼(含區<br>碼)          | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)   |
|----|-----|--------------|----------------|----------------------------|------------------|--|---------------|---------|---------|--------------|------------|-------------------------------------|-----------------------|-------|------------------------|--|
| 11 | 新北市 | 新北市          | 新店區            | 耕莘醫院A棟10樓大禮堂               | 親子健康成長營          | 活動內容以維持健康體位為主，包括：健康飲食、親子律動，另外加入：菸酒檳榔防制、居家安全等學童健康議題，培養學童健康生活概念。 | 20組親子         | 1050702 | 1050703 | 收費           | 200元       | 國民小學(含以下)                           | 天主教耕莘醫療財團法人耕莘醫院       | 張小姐   | 02-22193391轉67260      | 國小1至4年級學生、及其家長共同參與   |
| 12 | 新北市 | 新北市          | 新莊區            | 生療養院九樓院史館                  | 親子夏令營            | 如何營養攝取.如何正確運動.親子關係建立   | 30人           | 1050701 | 1050831 | 不收費          |            | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 衛生福利部樂生療養院            | 謝雅竹   | 02-82006600分機2523或2505 |  |
| 13 | 新北市 | 新北市          | 淡水區            | 竹圍國小                       | 竹圍國小親子體重控制夏令營計畫書 | 為期五天 飲食與運動課程   | 60人           | 1050718 | 1050722 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)                           | 財團法人基督教長老教會馬偕紀念醫院淡水分院 | 田容禎   | 02-28094664轉2160       | 限在校生   |
| 14 | 新北市 | 新北市          | 雙溪區            | 雙溪區衛生所                     | 享(瘦)人生~相約來減重     | 透過專業營養師教導減重飲食原則及運動老師講解在家簡易運動原則,讓炎炎夏日的大眾(享瘦一夏)                  | 30人           | 1050613 | 1050907 | 不收費          |            | 體重過重者皆可                             | 新北市雙溪區衛生所             | 練淑梅   | 02-24931210            |  |
| 15 | 桃園市 | 桃園市          | 中壢區            | 中壢天晟醫院國際會議廳                | 小小華陀營            | 1.健康飲食課程<br>2.體重與健康課程<br>3.親子健康點心製作                            | 40人           | 1050708 | 1050708 | 收費           | 1000元      | 國民小學(含以下)                           | 天成醫療社團法人天晟醫院          | 羅宥斌   | 03-4629292轉1494        | 實際活動內容依本單位公告為主。  |
| 16 | 桃園市 | 桃園市          | 桃園區            | 敏盛綜合醫院20樓演講廳               | 暑期親子健康減重班        | 1.親子健康飲食課程與DIY活動<br>2.親子有氧及肌耐力運動<br>3.健康飲食闖關遊戲                 | 50人           | 1050706 | 1050907 | 不收費          |            | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加                  | 敏盛綜合醫院                | 劉小姐   | 03-3179599轉7322        | 1.活動對象:社區民眾、敏盛員工及家屬(夫妻、親子檔皆可),BMI>20; 國中小學依青少年體重標準過重者。<br>2.聯絡人:03-3179599轉7322劉小姐   |
| 17 | 桃園市 | 桃園市          | 平鎮區            | 歷新醫院地下一樓韻律教室               | 歷新親子夏令營          | 1.體適能訓練  | 30人           | 1050710 | 1050910 | 不收費          |            | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 歷新醫院                  | 劉淑慧   | 03-2641318             |  |
| 18 | 新竹市 | 新竹市          | 北區             | 新竹市北區東大路三段357巷6號2樓(康樂里集會所) | 暑期親子健康體位班        | 安排運動教練指導安全有趣運動、透過互動教學軟體與教具，教導學童如何跟食物做朋友，在生活中培養正確飲食習慣           | 20組(40人)      | 1050702 | 1050826 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)                           | 國軍新竹地區醫院附設民眾診療服務處     | 林護理師  | 03-5348181分機325640     | 活動日期及內容依本院網頁公告為主   |
| 19 | 新竹縣 | 新竹縣          | 竹東鎮            | 上館國小                       | 親子健康減重夏令營        | 1.親子健康飲食課程<br>2.運動課程   | 50人           | 1050806 | 1050806 | 不收費          |            | 國民小學(含以下)                           | 國立臺灣大學醫學院附設醫院竹東分院     | 郭小姐   | 03-5943248-1123        | 1.活動內容依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡9-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：郭小姐(電話03-5943248轉1123)                               |
| 20 | 新竹縣 | 新竹縣          | 關西鎮            | 培靈醫療社團法人關西醫院1樓大會議室         | 親子健康減重夏令營        | 1.減重課程<br>2.運動課程<br>3.低卡餐介紹                                    | 30人           | 1050802 | 1050830 | 不收費          |            | 國民中學                                | 培靈關西醫院                | 黃冠達先生 | 03-5476399轉1115        | 1:參加對象：培靈醫療社團法人關西醫院員工暨眷屬、社區民眾BMI≥20；BMI≥20之國中、國小中高年級學童(10歲以上)；依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者(BMI≥24)。<br>2:聯絡人：03-5476399轉1115 黃冠達先生。            |
| 21 | 新竹縣 | 新竹縣          | 芎林鄉            | 保順養護中心一樓活動大廳               | 體重控制親子健康講座       | 1.促進健康之正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.健康知識闖關遊戲                   | 30人           | 1050807 | 1050807 | 不收費          |            | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加                  | 財團法人新竹縣私立保順養護中心       | 黃文邦先生 | 03-5922299             | 1.活動日期、時間依本中心公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-15歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：黃文邦先生(電話 03-5922299轉黃文邦)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加 |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                  | 活動名稱                   | 活動內容  | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期                | 結束日期                | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用                               | 參加對象                                | 辦理單位             | 聯絡人    | 電話號碼(含區<br>碼)     | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>校外生、年齡限制】等等)  |
|----|-----|--------------|----------------|---------------------|------------------------|---|---------------|---------------------|---------------------|--------------|--|-------------------------------------|------------------|--------|-------------------|---|
| 22 | 苗栗縣 | 苗栗縣          | 苗栗市            | 碧英門診大樓9樓            | 大千親子健康管理夏令營            | 1.建立健康管理概念<br>2.健康知識闖關遊戲<br>3.認識體位課程<br>4.親子健康飲食DIY課程                               | 20人           | 1050722             | 1050722             | 不收費          |  | 國民小學(含以下)                           | 大千綜合醫院           | 林宛儒小姐  | 037-357125轉43006  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>1.活動對象：國小5年級以下及其家屬<br>2.聯絡人：林小姐(037-357125轉43006)   |
| 23 | 臺中市 | 臺中市          | 梧棲區            | 童綜合醫院安康樓1樓、沙鹿悍龍運動空間 | 「大小朋友Body享瘦」體重控制親子健康講座 | 1.親子飲食課程、闖關遊戲<br>2.親子有氧課程   | 30人           | 1050716/<br>1050827 | 1050716/<br>1050827 | 不收費          |  | 七歲(含)以上學童偕同家長至少一位共同參加               | 童綜合醫療社團法人童綜合醫院   | 蔡小姐    | 04-26581919轉4205  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>3.聯絡人：蔡小姐(電話04-26581919轉4205)<br>4.主辦單位保留活動變動權，請依網頁公告為主  |
| 24 | 臺中市 | 臺中市          | 西區             | 臺中醫院健促大樓9樓第4、5會議室   | 「大腳丫小腳丫一起遊戲輕鬆吃」親子健康活動  | 1.健康講座及遊戲(食物對對碰、小小品味師...等)<br>2.周邊巡禮(營養標示及熱量宣導)<br>3.實做課程                           | 8組親子(一大一小為1組) | 1050714             | 1050715             | 不收費          |  | 國民小學(含以下)                           | 衛生福利部臺中醫院        | 李姿嫻營養師 | 04-22294411轉3331  | 1.活動日期：105/07/14~07/15<br>2.活動對象：忠孝國小合作，及對外宣傳，僅收8組親子，歡迎有肥胖困擾或對健康飲食有興趣之家庭<br>3.聯絡人：李姿嫻營養師(電話：04-22294411轉3331)<br>4.注意事項：因有戶外巡禮，一定需有大人陪同                           |
| 25 | 臺中市 | 臺中市          | 西屯區            | 臺中榮民總醫院 員工健康運動中心    | 105年健康減重班招生            | 1.認識食物六大類<br>2.低熱量食物範例及運用<br>3.肥胖和三高疾病的罹患風險<br>4.認識食品標示<br>5.外食食物之選擇<br>6.餐廳用餐的點菜技巧 | 30人           | 1050709             | 1050924             | 收費           | 上課費用：3800元/人、本院員工、家屬、舊生以及2人以上同行優惠3500元/人 | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 臺中榮民醫院           | 陳怡如營養師 | 04-23592525轉2601  | 1.活動日期：7/9~9/24<br>2.活動對象：三高(高血壓、高血糖、高血脂)且體重過重具減重意願者。<br>3.歡迎體重過重的親子們共同報名參加。<br>4.聯絡人：陳怡如 營養師 04-23592525分機2601<br>5.參加對象限制：成人體重過重，身體質量指數(BMI)26以上。小朋友9-18歲體重過重者。 |
| 26 | 臺中市 | 臺中市          | 太平區            | 賢德醫院地下一樓會議室         | 健康吃,快樂動,輕鬆控制體重         | 正確健康減重觀念，知道六大類食物與營養素學童怎麼吃才能長高?夏天如何清涼消暑? 我的健康食物:飲食紅綠燈(闖關遊戲)                          | 40人           | 1050820             | 1050820             | 不收費          |  | 國民小學(含以下)                           | 賢德醫院             | 洪瑾小姐   | 04-22732551轉109分機 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.聯絡人：洪瑾小姐(電話04-22732551轉109)   |
| 27 | 臺中市 | 臺中市          | 北屯區            | 北屯國小(暫定，依實際公告為主)    | 體位控制班                  | 1.建立正確營養知識和飲食習慣<br>2.培養運動習慣，達到健康的體魄和活力<br>3.提供健康創意衛教系列團康活動。                         | 60人           | 1050907             | 1050928             | 不收費          |  | 國民小學(含以下)                           | 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院 | 林柏豪先生  | 04-36060666轉3593  | 1.活動日期依本院或學校網頁公告為主。<br>2.活動對象：北屯國小學童(暫定，以實際公告為主)。<br>3.聯絡人：林柏豪先生(電話04-36060666轉3593)<br>4.參加對象限制：學童、學童家長及在校師生<br>5.每週一次   |
| 28 | 臺中市 | 臺中市          | 北屯區            | 華穗護理之家4樓會議室         | 從小就健康-體重控制親子健康講座       | 1.均衡飲食怎麼吃<br>2.動一動,快樂又健康<br>3.闖關遊戲  | 20人           | 1050821             | 1050821             | 不收費          |  | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 華穗護理之家           | 詹意焄小姐  | 04-2247-1888      | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：詹意焄小姐(電話04-2247-1888)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加                                 |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點             | 活動名稱                         | 活動內容  | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用 | 參加對象      | 辦理單位                   | 聯絡人     | 電話號碼(含區<br>碼)    | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校內、開放<br>外校生、年齡限制】等等)   |
|----|-----|--------------|----------------|----------------|------------------------------|---|---------------|---------|---------|--------------|------------|-----------|------------------------|---------|------------------|--|
| 29 | 彰化縣 | 彰化縣          | 彰化市            | 彰化基督教醫院 體重管理中心 | 「拒絕肥胖種子，我不要當小胖」<br>體重控制健康夏令營 | 1.認識自己的身體<br>2.正確飲食小學堂<br>2.健康有氧動起來<br>3.成果發表   | 12個           | 1050704 | 1050731 | 收費           | 3650元      | 國民小學(含以下) | 彰化基督教醫療財團法人<br>彰化基督教醫院 | 婁慈庭 營養師 | 04-7238595轉4192  | 1.實際活動日期依本單位公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲國小學童及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.參加對象限制：學童及學童家長<br>5.聯絡電話：074-7238595#4191-4193<br>婁慈庭營養師、黃宇靖個管師 |
| 30 | 彰化縣 | 彰化縣          | 鹿港鎮            | 鹿港基督教醫院2樓禮拜堂   | 暑期親子體重管理小學堂                  | 1.健康知識分組競賽<br>2.DIY健康餐點和點心<br>3.親子運動挑戰賽   | 20人           | 1050813 | 1050813 | 收費           | 每組200元     | 國民小學(含以下) | 彰化基督教醫療財團法人<br>鹿港基督教醫院 | 健康促進中心  | 04-7779595轉7988  | 1:參加對象：國小一至六年級(含應屆)，採親子報名參加，每組二人(1學童+1家長)，預計招收10組。<br>2:聯絡人：04-7779595 轉7988 健康促進中心。   |
| 31 | 彰化縣 | 彰化縣          | 鹿港鎮            | 鹿港基督教醫院5樓禮拜堂   | 「大手拉小手，健康跟著走」<br>體重控制親子健康講座  | 1.親子健康均衡飲食知識介紹<br>2.健康知識闖關遊戲  | 30人           | 1050710 | 1050815 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 彰化基督教醫療財團法人<br>鹿港基督教醫院 | 劉明悅小姐   | 04-7789595轉1013  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：劉明悅小姐(電話04-7789595轉1013)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加               |
| 32 | 彰化縣 | 彰化縣          | 員林市            | 彰基物流中心2樓       | 迎向健康「親子健康體位」活動               | 1.教導正確體位概念<br>2.認識六大類食物<br>3.運動的好處/闖關遊戲<br>4.DIY夏令健康飲品  | 30人           | 1050729 | 1050729 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 彰化基督教醫療財團法人<br>員林基督教醫院 | 余采眉 護理師 | 04-8381456轉2088  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：國小升4-6年級，30人<br>每位學童可由1名(20~65歲)家長陪同參與<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：余采眉 護理師(電話04-8381456轉2088)                     |
| 33 | 彰化縣 | 彰化縣          | 彰化市            | 彰化秀傳醫院健康休閒中心   | 親子健康減重講座                     | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.運動課程  | 20人           | 1050723 | 1050910 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 秀傳醫療社團法人秀傳紀念醫院         | 黃景筠小姐   | 04-7256166轉85601 | 1.實際活動日期依本院公告日期為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：黃景筠小姐(電話04-7256166轉85601)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加            |
| 34 | 彰化縣 | 彰化縣          | 彰化市            | 彰濱秀傳人文藝術館      | 親子健康減重講座                     | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.運動課程  | 20人           | 1050713 | 1050831 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院       | 黃淑君小姐   | 04-7813888轉70202 | 1.實際活動日期依本院公告日期為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：黃淑君小姐(電話04-7813888轉70202)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加            |
| 35 | 彰化縣 | 彰化縣          | 埔心鄉            | 衛生福利部彰化醫院院區    | 「大手拉小手，一童來健康」<br>體重控制親子健康講座  | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.輕鬆與有氧活動<br>4.使民眾能知悉醫院各類人員工作內容，引發學童對於醫療工作的興趣。  | 50人           | 1050716 | 1050716 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 衛生福利部彰化醫院              | 傅中勇先生   | 04-829-8686#7106 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：傅中勇先生(電話04-8298686轉7106)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加               |
| 36 | 雲林縣 | 雲林縣          | 西螺鎮            | 醫院醫療大樓6F會議室    | 我家寶貝健康體位養成營養祕笈親子夏令營          | 1.肥胖對身體健康的壞處以繪本說故事方式呈現<br>2.養育學童活力健康營養使用說明書<br>3.我是健康烹飪大廚<br>4.給身體共舞補給細胞活氣<br>5.認識大自然彩虹蔬果的神奇營養素<br>6.親子一起動手DIY製作我的活力下午茶<br>7.我家寶貝健康食譜營養最ing | 40人           | 1050820 | 1050820 | 不收費          |            | 國民小學(含以下) | 彰化基督教醫療財團法人<br>雲林基督教醫院 | 陳佳妤     | 05-5871111轉2954  | 1.年齡9-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>2.學童家長及社區民眾皆可參加。   |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                                    | 活動名稱                   | 活動內容   | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用  | 參加對象                      | 辦理單位                      | 聯絡人         | 電話號碼(含區<br>碼)    | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)   |
|----|-----|--------------|----------------|---------------------------------------|------------------------|--|---------------|---------|---------|--------------|---|---------------------------|---------------------------|-------------|------------------|--|
| 37 | 雲林縣 | 雲林縣          | 虎尾鎮            | 天主教若瑟醫院 11樓 第二會議室                     | 親子健康減重夏令營              | 1.第一場:報到填寫營養前測及測量體重、體脂肪；由營養師與運動講師教導大家認識飲食紅綠燈，藉由學習正確烹調方式、食材的選擇、熱量的攝取等，結合運動達到健康減重自我管理的成效。<br>2.第二場:填寫營養後測及測量體重、體脂肪；除搭配營養師與運動講師針對飲食營養再衛教外，並鼓勵學員們分享減重經驗，再由講師為學員的問題作導正，使其獲得正確資訊而可再延續其返家後之正確減重觀念及行為。 | 10-20人        | 1050709 | 1050806 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 天主教若瑟醫療財團法人若瑟醫院           | 黃久玲小姐       | 05-6337333轉2231  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：黃久玲小姐(05-6337333轉2231)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加                                       |
| 38 | 南投縣 | 南投縣          | 埔里鎮            | 臺中榮民總醫院埔里分院 圖書室2樓                     | 親子健康體重管理夏令營            | 1.健康操<br>2.親子健康低熱量飲食   | 7組            | 1050815 | 1050823 | 不收費          |   | 高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 台中榮民總醫院埔里分院               | 葉芳小姐        | 049-2990833轉1907 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡5-18歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：葉芳小姐(電話049-2990833轉1907)<br>5.參加對象限制：1.院內員工及家屬2.學童家長及社區民眾皆可參加                          |
| 39 | 南投縣 | 南投縣          | 埔里鎮            | 埔里基督教醫院七樓愛堂                           | 親子健康減重夏令營              | 1.減重課程<br>2.運動課程<br>3.低熱量點心製作  | 30人           | 1050707 | 1050728 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 埔基醫療財團法人埔里基督教醫院           | 陳淑慧護理長      | 049-2912151#5620 | 1.參加對象：醫院員工暨眷屬、國小3~6年級學生，體重生長區線>95以上及其家屬。<br>2.聯絡人：049-2912151#5620陳小姐   |
| 40 | 嘉義市 | 嘉義市          | 東區             | 戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院                      | 親子減重課程                 | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食   | 至少1場，<br>20人  | 1050712 | 1050712 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院          | 王先生         | 05-2765041       | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：王先生(電話05-2765041轉6174)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加                                       |
| 41 | 嘉義市 | 嘉義市          | 西區             | 台中榮總嘉義分院三樓第一會議室                       | 「樂活小尖兵」健康減重親子營         | 1.減重飲食<br>2.運動課程<br>3.健康餐食DIY  | 30人           | 1050802 | 1050802 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 臺中榮民總醫院嘉義分院               | 溫欣儀小姐或顏佩琪小姐 | 05-2359630轉1903  | 1.參加對象：對體重控制需求或有興趣者，年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>2.聯絡人：溫欣儀小姐或顏佩琪小姐(電話05-2359630轉1903)   |
| 42 | 嘉義市 | 嘉義市          | 東區             | 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 健康園區/健康促進教室 | 2016「享受輕盈」-暑期親子健康體重管理班 | (一)營養課程：<br>菜籃聰明購-健康採購、跟著節氣吃-當季食材、友善料理實踐教室-DIY、享受輕盈提案。<br>(二)有氣健康操：親子互動運動技巧、居家實用活力健康操。   | 20人           | 1050711 | 1050713 | 收費           | 300元(含旅遊平安險100萬、3天中餐、教材費)；若可配合全程參加，活動結束後分享一篇心得，可退回活動報名費用。 | 國民小學(含以下)                 | 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 | 陳嫻芳         | 05-2756000轉3301  | 1.活動相關內容若有異動，以本院公告為主。<br>2.參加對象：<br>(1)以年齡7-12歲體重過重或肥胖之學童及其家長至少一位參與活動為優先錄取，共計20位。<br>(2)可配合全程參加、定期測體重、體脂肪、腰圍為佳，活動結束後分享一篇心得。<br>(3)歡迎有體重控制需求之本院員工暨眷屬；或有興趣之學童家長及社區民眾，皆可參加。 |
| 43 | 嘉義市 | 嘉義市          | 東區             | 陽明醫院8樓會議室                             | 親子健康減重夏令營              | 1.聰明分類控制熱量：兒童食物紅綠燈。<br>2.減重多動動：建立及維持運動習慣<br>3.健康知識闖關遊戲<br>4.健康飲食製作樂趣多。   | 30人           | 1050715 | 1050826 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 陽明醫院                      | 李玉馨營養師      | 05-2252000*3328  | 報名資格：<br>1.BMI≥24兒童為報名優先考量<br>2.家族性肥胖者。<br>3.額滿為止<br>4.聯絡人：05-2252000轉3328 李玉馨營養師。   |
| 44 | 嘉義縣 | 嘉義縣          | 竹崎鄉            | 台中榮總灣橋分院二樓護理科教室                       | 「樂活小尖兵」健康減重親子營         | 1.減重飲食<br>2.運動課程<br>3.健康餐食DIY  | 30人           | 1050804 | 1050804 | 不收費          |   | 國民小學(含以下)                 | 台中榮民總醫院灣橋分院               | 黃素梅小姐或曾秀琴小姐 | 05-2791072轉7061  | 1.參加對象：對體重控制需求或有興趣者，年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>2.聯絡人：黃素玫小姐或曾秀琴小姐(05-2791072轉7061)   |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                              | 活動名稱                 | 活動內容  | 預計參與<br>人數/人次    | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用    | 參加對象                                | 辦理單位                  | 聯絡人                 | 電話號碼(含區<br>碼)    | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)   |
|----|-----|--------------|----------------|---------------------------------|----------------------|---|------------------|---------|---------|--------------|---------------|-------------------------------------|-----------------------|---------------------|------------------|--|
| 45 | 嘉義縣 | 嘉義縣          | 水上鄉            | 孝親護理之家1樓大廳                      | 「動ㄘ，動ㄘ、跳著，跳著」體重控制健康營 | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.帶動唱「妖怪手錶、洗手歌」                         | 50人              | 1050806 | 1050806 | 不收費          |               | 國民小學(含以下)                           | 孝親護理之家                | 潘志偉 主任              | 05-2683858#129   | 1.活動日期依本家網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：潘志偉 主任(電話05-2683858轉129)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參加 |
| 46 | 臺南市 | 臺南市          | 安南區            | 本院11樓國際會議廳                      | 親子健康減重動一動            | 1.減重課程<br>2.健康知識闖關遊戲<br>3.低卡餐介紹"  | 50人              | 1050729 | 1050729 | 不收費          |               | 國民小學(含以下)                           | 臺南市立安南醫院-委託中國醫藥大學興建經營 | 王麗瑩                 | 06-3553111-1480  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：年齡7-12歲及其家長至少一位一起參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：王麗瑩(電話06-3553111轉1480)<br>5.參加對象限制：學童家長為院內員工及志工  |
| 47 | 臺南市 | 臺南市          | 北區             | 國立成功大學醫學院附設醫院住院大樓地下一樓招標室        | 親子健康體重管理班            | 設計生動的課程及遊戲，搭配運動課程，教導學童體重管理知識及技巧，並藉由親子共同學習，加強學習效果，以建立正確的飲食觀念、健康身體及運動的概念。 | 30-40人(15-20對親子) | 1050716 | 1050820 | 收費           | 1200元         | 國民小學(含以下)                           | 國立成功大學醫學院附設醫院         | 國立成功大學醫學院附設醫院營養部賴慧珊 | 06-2353535轉2210  | 聯絡人：營養部賴慧珊。對象：限體重過重或肥胖之國小學童與一名父母陪同參與   |
| 48 | 臺南市 | 臺南市          | 仁德區            | 胸腔病院圖書館第二會議室                    | 親子暨成人窈窕健康減重班         | 課程內容包括6堂有氧運動課程、8堂減重課程及2次抽血檢查。   | 20人              | 1050707 | 1050825 | 收費           | 1000元         | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學皆可參加           | 衛生福利部胸腔病院             | 傅昭陽                 | 06-2705911轉3285  | BMI≥24以上者、年齡13-60歲、若有高血脂或高血糖亦可參加   |
| 49 | 臺南市 | 臺南市          | 仁德區            | 仁和國小禮堂                          | 愛從嘉出發                | 以學習安排時間的方法，讓親子透過遊戲與健康減重衛教活動互動過程中共同培養健康生活。                               | 60人              | 1050702 | 1050702 | 不收費          |               | 國民小學(含以下)                           | 衛生福利部嘉南療養院            | 沈淑華                 | 06-2795019轉1510  | 開放外校生(臺南市仁德區成功里之社區民眾)  |
| 50 | 高雄市 | 高雄市          | 三民區            | 高雄醫學大學附設中和紀念醫院啟川6樓第二講堂          | 胖胖的才可愛?!             | 1.淺談兒童及青少年肥胖2.兒童及青少年減重原則  | 100人             | 1050722 | 1050722 | 不收費          |               | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 財團法人私立高雄醫學大學附設中和紀念醫院  | 黃筱婕                 | 07-3121101轉5123  | 1.活動日期、時間依本院公告為主   |
| 51 | 高雄市 | 高雄市          | 左營區            | 高雄榮民總醫院1樓第2會議室                  | 暑期親子健康減重夏令營          | 1.營養講座 2.健康闖關遊戲 3.健康營養餐 4.親子律動  | 50-100人          | 1050730 | 1050730 | 收費           | 300元(活動結束後退還) | 國民小學(含以下)                           | 高雄榮民總醫院               | 楊小姐                 | 07-342-2121轉5309 | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.參與對象：國小孩童及家長，預估15~20組親子(約50-100人)，以BMI>24孩童為優先參與。<br>3.聯絡人：07-3422121轉5309 楊小姐                                 |
| 52 | 高雄市 | 高雄市          | 鳥松區            | 鳥松國小                            | 105年樂活親子體重控制夏令營      | 1.小兒肥胖疾病預防<br>2.親子健康飲食<br>3.健康操帶動跳<br>4.健康知識闖關遊戲                        | 40人              | 1050703 | 1050703 | 不收費          |               | 國民小學(含以下)                           | 長庚醫療財團法人高雄長庚紀念醫院      | 龔千琇                 | 07-7317123轉2023  | 1.活動對象：鳥松國小三至六年級學生及家長，且小朋友BMI≥19<br>2.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>3.聯絡人：龔千琇小姐(電話07-7317123轉2023)  |
| 53 | 高雄市 | 高雄市          | 小港區            | 高雄市立小港醫院(委託財團法人私立高雄醫學大學經營)4樓大禮堂 | 小學生健康生活營             | 涵蓋登革熱防治、健康飲食、體適能、兒童有氧、小小救護員、醫院參觀。                                       | 50人              | 1050721 | 1050722 | 收費           | 新台幣800元       | 國民小學(含以下)                           | 高雄市立小港醫院              | 鍾明姑                 | 07-8036783轉3429  |  |
| 54 | 高雄市 | 高雄市          | 苓雅區            | 阮綜合醫院10F禮堂                      | 暑期親子健康體重管理           | 暑期親子健康體重管理  | 30人              | 1050813 | 1050813 | 收費           | 300元          | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 阮綜合醫療財團法人阮綜合醫院        | 體重管理中心 許毓容營養師       | 07-3351121轉2100  | 活動日期及內容依本單位網頁公告為主。   |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                       | 活動名稱                         | 活動內容  | 預計參與<br>人數/人次     | 起始日期                            | 結束日期                            | 收費及不收<br>費用 | 活動報名<br>費用 | 參加對象  | 辦理單位                 | 聯絡人              | 電話號碼(含區<br>碼)                      | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)  |
|----|-----|--------------|----------------|--------------------------|------------------------------|---|-------------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------|------------|---|----------------------|------------------|------------------------------------|---|
| 55 | 高雄市 | 高雄市          | 燕巢區            | 義大癌治療醫院六樓第<br>六會議室       | 親子減重管理營                      | 1.健康飲食認知<br>2.有氧運動<br>3.親子動手做   | 20人               | 1050723                         | 1050724                         | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 義大醫療財團法人義大醫<br>院     | 歐倩瑋              | 07-615-0011轉2950                   | 1.活動日期依本院網頁公告為主<br>2.活動對象：年齡6-12歲學童及其家長(至少一<br>位)參與活動<br>3..歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與<br>4.聯絡人：歐倩瑋小姐(電話：07-615-0011轉<br>2950)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可陪<br>同參加    |
| 56 | 高雄市 | 高雄市          | 苓雅區            | 凱旋醫院地下室1樓 健康<br>餐廳 體適能廣場 | 暑期親子減重夏令營                    | 營養課程 烹調實操比賽 多種團體競賽活<br>動....  | 30人/班(3<br>班共90人) | 1050709                         | 1050806                         | 不收費         |            | 大專校院(含<br>以上)、高級<br>中等學校、國<br>民中學、國民<br>小學(含以<br>下)皆可參加 | 高雄市立凱旋醫院             | 林鑾珍 營養師          | 07-7513171轉2001                    | 1.幼童年齡未滿12歲需由家長陪同參加   |
| 57 | 高雄市 | 高雄市          | 燕巢區            | 燕巢靜和醫院活動室                | 「體重少一點，健康<br>多滿點」親子減重夏<br>令營 | 1.體重管理衛教講座<br>2.健康動一動<br>3.健康飲食新選擇  | 30人               | 1050701                         | 1050731                         | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 燕巢靜和醫療社團法人燕<br>巢靜和醫院 | 許雅菁 營養師          | 07-6156555轉147                     | 1.活動日期依本院公告為主。<br>2.活動對象：親子(年齡7-12歲及其家長至少一<br>位參與活動)，也歡迎有體重控制需求或有興<br>趣者踴躍參與。<br>3.聯絡人：許雅菁 營養師(電話07-6156555轉<br>147)                                      |
| 58 | 高雄市 | 高雄市          | 彌陀區            | 凜底山自然公園                  | 暑期親子健康減重夏<br>令營              | 暑期親子健康體重管理  | 20-30             | 1050716                         | 1050716                         | 不收費         |            | 大專校院(含<br>以上)、高級<br>中等學校、國<br>民中學、國民<br>小學(含以<br>下)皆可參加 | 國軍高雄總醫院岡山分院          | 社區醫學中心-<br>李麗婉   | 07-6250919轉1212                    | 1.活動日期、地點若有異動依本院公告為主<br>2.以院內員工子女   |
| 59 | 高雄市 | 高雄市          | 苓雅區            | 聖功醫院5樓大禮堂                | 暑期親子夏令營                      | 於7/9至8/13每週六下午1:30~3:30(7/23改<br>7/24早上9:00~11:00)，共計六堂課，每堂<br>兩小時，由聖功醫院家醫科醫師、營養<br>師、復健師及護理師擔任講師，將專業知<br>識及正確活動體位與高應大體適能教練的<br>運動操結合成一套完整課程。目的:增進<br>親子間的連結性，共同體驗運動的美好。<br>活動辦法:聖功醫院員工及其子女(限2<br>人)、凱旋國小學童及其家人(限2人)共報<br>名15組(30人)，課後會將光碟及課程講義<br>發給學員，減少體重最多前三名有獎勵並<br>表揚，每人贈送一份玻璃水壺，名額有限<br>，把握時機報名。 | 30                | 1050709                         | 1050813                         | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 天主教聖功醫療財團法人<br>聖功醫院  | 周秀瑜              | 07-2238153轉6188                    | 以院內員工子女及凱旋國小學童為主  |
| 60 | 高雄市 |              | 楠梓區            | 楠陽國小                     | 健康fun暑假                      | 1.認識代謝症候群與正確減重觀念<br>2.營養小學堂-六大類飲食介紹<br>3.健康低卡點心<br>4.運動遊戲課程   | 48人               | 1050716                         | 1050717                         | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 健仁醫院                 | 健仁醫院-企劃<br>室-李小姐 | 07-3517166轉1202                    | 1.活動日期、地點若有異動依本院公告為主<br>2.歡迎對健康促進、體重管理有興趣之學童及<br>家長參加<br>3.限在校生   |
| 61 | 屏東縣 | 屏東縣          | 霧台鄉            | 霧台國小勵古百合分校               | 親子健康減重夏令營                    | 1.減重課程<br>2.運動課程<br>3.低卡餐介紹   | 40人               | 1050730                         | 1050731                         | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 屏基醫療財團法人屏東基<br>督教醫院  | 蕭麗珍小姐            | 08-<br>7364648/087368686<br>分機7310 | 1.參加對象：霧台國小勵古百合分校家長暨學<br>童BMI≥20；BMI≥20之國小學童(7歲以上)；<br>依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者<br>(BMI≥24)。<br>2.聯絡人：087368686轉7310 蕭麗珍小姐。                                   |
| 62 | 屏東縣 | 屏東縣          | 東港鎮            | 安泰醫院D棟12樓第二禮<br>堂        | 親子健康促進體驗營                    | 1.健康減重講座<br>2.低卡營養飲食介紹<br>3.健康知識闖關遊戲  | 30人               | 1050805                         | 1050805                         | 不收費         |            | 國民中學、國<br>民小學(含以<br>下)皆可參加                              | 安泰醫療社團法人安泰醫<br>院     | 郭逸君              | 08-8329966轉1621                    | 1.活動日期及內容依本院網頁公告為主<br>2.活動對象：年齡7-15歲及其家長至少一位陪同<br>參與活動<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣民眾踴躍參<br>與。<br>4.聯絡人：郭逸君小姐(電話：08-8329966轉<br>1621)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參<br>加 |
| 63 | 屏東縣 | 屏東縣          | 屏東市            | 寶建醫院B棟5樓第三會<br>議室        | 親子健康減重夏令營                    | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.親子健康低熱量飲食<br>3.健康知識闖關遊戲  | 20人               | 1050716、<br>1050806、<br>1050819 | 1050716、<br>1050806、<br>1050819 | 不收費         |            | 國民小學(含<br>以下)   | 寶建醫療社團法人寶建醫<br>院     | 吳明時營養師           | 08-7665995轉8125                    | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象：兒童、青少年及其家長至少一位<br>參與活動。<br>3.歡迎有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人：吳明時營養師(電話08-7665995轉<br>8125)<br>5.參加對象限制：學童家長及社區民眾皆可參<br>加                  |

| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                                | 活動名稱                 | 活動內容   | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收費<br>費用 | 活動報名<br>費用         | 參加對象                      | 辦理單位              | 聯絡人             | 電話號碼(含區<br>碼)       | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校中、開放<br>外校生、年齡限制】等等)  |
|----|-----|--------------|----------------|-----------------------------------|----------------------|--|---------------|---------|---------|--------------|--------------------|---------------------------|-------------------|-----------------|---------------------|---|
| 64 | 屏東縣 | 屏東縣          | 屏東市            | 歸來國小大禮堂                           | 親子健康減重夏令營            | 1.健康飲食、實果遊戲<br>2.『鹽』多必失、飲食紅綠燈  | 30人           | 1050810 | 1050824 | 不收費          |                    | 高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 國仁醫院              | 李明珍營養師          | 08-7223000轉7203     | 1:參加對象:國仁醫院員工暨眷屬、社區民眾BMI≥20; BMI≥20之國小中高級學童(10歲以上);依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者(BMI≥24)。2:聯絡人:08-7223000轉7203 李營養師。   |
| 65 | 屏東縣 | 屏東縣          | 屏東市            | 部立屏東醫院圖書館                         | 「我要健康,不要胖」親子體重健康管理活動 | 1.生活作息與飲食的關聯<br>2.三餐飲食回顧<br>3.健康知識闖關遊戲   | 15組親子         | 1050716 | 1050716 | 不收費          |                    | 國民小學(10歲以上)               | 衛生福利部屏東醫院         | 楊惠美             | 08-7363011轉2018     | 1:參加對象:屏東醫院員工暨眷屬、社區民眾BMI≥22; BMI≥20之國小中高級學童(10歲以上);依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者(BMI≥24)。2:聯絡人:08-7363011轉2018 楊惠美。  |
| 66 | 屏東縣 | 屏東縣          | 內埔鄉            | 高雄榮民總醫院屏東分院大禮堂                    | 減重親子夏令營              | 1.減重衛教課程<br>2.運動課程<br>3.健康知識闖關遊戲   | 30人           | 1050729 | 1050729 | 不收費          |                    | 高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 高雄榮民總醫院屏東分院       | 鍾姝              | 08-7704115轉509      | 1:參加對象:醫院員工暨眷屬、社區民眾BMI≥20; BMI≥20之國小中高級學童(10歲以上);依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者(BMI≥24)。3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。   |
| 67 | 屏東縣 | 屏東縣          | 新埤鄉            | 迦樂醫院7樓國際會議廳                       | 親子健康減重夏令營            | 1.規律及正確身體活動知識<br>2.健康低熱量飲食<br>3.親子互動運動   | 50人           | 1050806 | 1050806 | 不收費          |                    | 高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 迦樂醫療財團法人迦樂醫院      | 侯美珠小姐           | 08-7981511轉196      | 參加對象:迦樂醫院員工暨眷屬、社區民眾BMI≥20; BMI≥20之國小中高級學童(10歲以上);依行政院衛生福利部標準為體重過重及肥胖者(BMI≥24)。  |
| 68 | 臺東縣 | 臺東縣          | 臺東市            | 臺東醫院員工運動室                         | 暑期親子健康減重講座           | 1.體適能檢測<br>2.健康飲食衛教(六大類飲食說明)<br>3.親子律動   | 50人           | 1050716 | 1050716 | 不收費          |                    | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加        | 衛生福利部臺東醫院         | 蘇小組             | 089-32411轉1012      | 1.參加對象:國小4、5、6年級BMI值≥22,國中1.2.3年級BMI值≥24員工暨眷屬、社區民眾、學校學童等。2.執行日期:105年7月16日。3.活動聯絡人:089-324112-1012 蘇小組   |
| 69 | 花蓮縣 | 花蓮縣          | 花蓮市            | 衛生福利部花蓮醫院6樓大禮堂                    | 親子健康減重班              | (1)14堂有氧運動課程,建立規律運動習慣(2)8堂營養教育課程,建立低熱量健康飲食選擇習慣                                       | 15人           | 1050711 | 1050825 | 收費           | 2500元/人,親子二人成行再打8折 | 國民小學(含以下)                 | 衛生福利部花蓮醫院         | 林芸甄小姐           | 03-8358141轉1000     | "1.活動日期依本院網頁公告為主。2.活動對象:年齡7-12歲及其家長至少一位參與活動。3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。4.聯絡人:林芸甄小姐(電話03-8358141轉1000)5.參加對象限制:學童家長及社區民眾皆可參加"  |
| 70 | 花蓮縣 | 花蓮縣          | 花蓮市            | 東方教會禮拜堂                           | 兒童品格及健康促進營隊          | 1.兒童英文讀經班;2.認識健康體位及肥胖;3.規律及正確身體活知識;4.健康低熱量飲食DIY;5.檳榔及菸害防治;6.性別平等教育及網路成癮防治;7.健康知識闖關活動 | 30人           | 1050704 | 1050708 | 不收費          |                    | 國民中學                      | 台灣基督教門諾醫療財團法人門諾醫院 | 陳茜如             | 03-8241079          | 限東方教會主日學班學童   |
| 71 | 花蓮縣 | 花蓮縣          | 花蓮市            | 慈濟小學                              | 親子健康減重夏令營            | 1.營養知識<br>2.健康早餐挑選<br>3.運動課程<br>4.互動遊戲   | 20人           | 1050709 | 1050728 | 不收費          |                    | 國民小學(含以下)                 | 慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院    | 林雨柔營養師          | 03-8561825#13089    | 1.活動對象:花蓮縣市小學4-6年級學童(BMI>20.5優先)<br>2.需自費保險費用。<br>3.聯絡人:林雨柔營養師(電話03-8561825轉13089)  |
| 72 | 花蓮縣 | 花蓮縣          | 玉里鎮            | 玉里倫理堂                             | 親子健康講座-低熱量飲食         | 分為兩個部份,第一個部份為親子減重衛教,以遊戲競賽方式學習正確減重觀念;第二部份為低熱量示範飲食,教導父母如何為小孩準備減重過程中的點心                 | 30人           | 1050715 | 1050715 | 不收費          |                    | 國民小學(含以下)皆可參加             | 衛生福利部玉里醫院         | 衛生福利部玉里醫院劉怡仟營養師 | 03-8886141轉3019     | 國小學童  |
| 73 | 花蓮縣 | 花蓮縣          | 新城鄉            | 國軍花蓮總醫院專業教室                       | 親子減重夏令營              | 減重相關知識課程、有氧瑜珈運動課程、低卡餐DIY課程   | 30人           | 1050705 | 1050728 | 收費           | 保證金500元整,全勤者全額退費   | 國民小學(含以下)                 | 國軍花蓮總醫院附設民眾診療服務處  | 曾郁凌小姐           | 03-8263151轉815952   | BMI≥20之國小4-6年級學童與家長共同參與   |
| 74 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 大里區、福隆區        | 第一場 草嶺古道爬山(7月)<br>第二場 福隆騎單車活動(8月) | 親子減熱量、遠離低頭族          | 草嶺古道爬山、福隆騎單車活動   | 50人           | 1050701 | 1050831 | 不收費          |                    | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加        | 宜蘭普門醫療財團法人普門醫院    | 董瑞芬小姐           | 03-9220292 轉308或309 | 1.活動日期依本院網頁公告為主<br>2.活動對象:年齡7-15歲及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有意減熱量需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人:董瑞芬小姐(電話03-9220292 轉308)。<br>5.參加對象限制:學童家長及社區民眾皆可參加<br>6.參加者本院提供一份早餐、一瓶水、一份水果。 |



| 編號 | 縣市  | 活動地點<br>所在縣市 | 活動所在市<br>(區)鄉鎮 | 地點                   | 活動名稱                 | 活動內容   | 預計參與<br>人數/人次 | 起始日期    | 結束日期    | 收費及不收<br>費用 | 活動報名<br>費用              | 參加對象                                | 辦理單位               | 聯絡人       | 電話號碼(含區<br>碼)     | 備註(如聯絡人或報名限制【限在校生、開放<br>外校生、年齡限制】等等)  |
|----|-----|--------------|----------------|----------------------|----------------------|--|---------------|---------|---------|-------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------------|-----------|-------------------|---|
| 75 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 員山鄉            | 臺北榮總員山分院             | 『享瘦一夏』親子減重體驗營        | 1.享瘦健康操/親子律動<br>2.健康起步走/親子健走<br>3.飲食紅綠燈/闖關遊戲   | 20組(親子)       | 1050716 | 1050716 | 不收費         |                         | 國民小學(含以下)                           | 臺北榮民總醫院員山分院        | 郭秀怡       | 03-3980447        | 1.活動日期及活動內容依本院網頁公告為主<br>2.活動對象:年齡7-12歲有體重控制需求或有興趣者踴躍參與,家長需一位參與健康減重活動。<br>3.聯絡人:郭秀怡 護理師(電話 03-9380447)。  |
| 76 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 羅東鎮            | 天主教靈醫會羅東聖母醫院         | 暑期親子活力GO             | 體位控制、親子減重  | 20人           | 1050710 | 1050820 | 收費          | 酌收保證金500元(活動結束後退回所繳之費用) | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加                  | 天主教靈醫會羅東聖母醫院       | 社區醫學部 吳怡萱 | (03)9544106分機3684 | 請依公告為主。聯絡人:社區醫學部 吳怡萱,分機3684, smh05510@smh.org.tw  |
| 77 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 宜蘭市            | 國立陽明大學附設醫院           | 親子健康體重控制活動           | 1.健康體重控制<br>2.認識均衡營養相關知識<br>3.健康體適能活動<br>4.由遊戲及實做中學學習體重控制技巧                                      | 30人           | 1050711 | 1050831 | 收費          | 保證金1000元(全程參與活動後退還)     | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加                  | 國立陽明大學附設醫院         | 李玉珍營養師    | 03-9325192*1023   | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象:年齡10-15歲及其家長至少一位能配合參與活動。<br>3.歡迎有需求及有意瞭解健康飲食、體位控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人:李玉珍 營養師(電話 03-9325192 轉1023)。<br>5.參加對象限制:學童家長及社區民眾皆可參加 |
| 78 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 羅東鎮            | 羅東博愛醫院               | 兒童減重親子夏令營            | 1.營養課程:認識營養素及熱量的來源,教導孩童健康均衡的飲食概念。<br>2.活動課程:安排與營養課程相關的活動,強化學習內容的記憶。<br>3.體適能課程:安排一系列課程,增加孩童的活動量。 | 20人           | 1050701 | 1050831 | 不收費         |                         | 國民小學(含以下)                           | 醫療財團法人羅許基金會羅東博愛醫院  | 陳姿伶營養師    | 03-9543131#7179   | 1.活動日期依本院公告為主。<br>2.活動對象:年滿6-12歲之孩童。<br>3.聯絡人:陳姿伶營養師(電話03-9543131轉7179)<br>4.參加對象限制:父、母及家長其中一人需共同參與健康減重活動   |
| 79 | 宜蘭縣 | 宜蘭縣          | 蘇澳鎮            | 蘇澳鎮馬賽國民小學            | 『健康好享瘦』親子減重體驗營       | 1.享瘦健康操/親子律動<br>2.健康起步走/親子健走<br>4.飲食紅綠燈/闖關遊戲   | 20組(親子)       | 1050701 | 1050731 | 不收費         |                         | 國民小學(含以下)                           | 臺北榮民總醫院蘇澳分院        | 陳力瑜       | 03-9905106轉6300   | 1.活動日期及活動內容依本院網頁公告為主<br>2.活動對象:年齡7-12歲有體重控制需求或有興趣者踴躍參與,家長需一位參與健康減重活動。<br>3.聯絡人:陳力瑜 護理師(電話03-9905106轉6300)。  |
| 80 | 澎湖縣 | 澎湖縣          | 馬公市            | 三軍總醫院澎湖分院第一會議室       | 兒童健康體重班-甩開脂肪,健康體重跟著走 | 1.營養及運動課程。<br>2.協助孩童修正飲食及行為型態。   | 20至30人        | 1050702 | 1050731 | 不收費         |                         | 國民中學、國民小學(含以下)皆可參加                  | 三軍總醫院澎湖分院附設民眾診療服務處 | 周慧娟       | 06-9217585        | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象:以本縣國小、國中學童及其家長至少一位參與活動。<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人:周慧娟小姐(電話06-9211116轉59218)<br>5.參加對象限制:學童家長及社區民眾皆可參加                  |
| 81 | 澎湖縣 | 澎湖縣          | 馬公市            | 澎湖醫院1樓大廳             | 樂活減重社                | 1.減重課程<br>2.運動課程   | 30人           | 1050526 | 1050908 | 不收費         |                         | 大專校院(含以上)、高級中等學校、國民中學、國民小學(含以下)皆可參加 | 衛生福利部澎湖醫院          | 鄭英淑       | 06-9261151轉50717  | 1.活動資訊依本院網頁公告為主。<br>2.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>3.聯絡人:鄭小姐(電話06-9261151轉50717)。<br>4.參加對象限制:學童家長及社區民眾皆可參加。  |
| 82 | 金門縣 | 金門縣          | 金湖鎮            | 衛生福利部金門醫院綜合醫療大樓8樓會議室 | 享瘦人生~遠離代謝症候群         | 1.營養及運動課程。<br>2.協助孩童修正飲食及行為型態。   | 40人           | 1050901 | 1050930 | 不收費         |                         | 18-64歲民眾及國民中學、國民小學(含以下)皆可參加         | 衛生福利部金門醫院家醫科       | 楊依雯       | 082-332546轉11263  | 1.活動日期依本院網頁公告為主。<br>2.活動對象:18-64歲民眾及國民中學、國民小學(含以下)皆可參加<br>3.歡迎有體重控制需求或有興趣者踴躍參與。<br>4.聯絡人:楊依雯護理師(電話082-332546轉11263)                                       |