

三樂小子「健康俱樂部社團」

~小學募集辦法~

一、緣起：

兒童過重與肥胖議題逐漸受到關注，研究指出童年肥胖將間接提升成年後肥胖機率、以及提高罹患慢性疾病風險，因此兒童健康風險管理極為重要。根據三商美邦人壽贊助支持董氏基金會於2014年做的「全台灣小學童健康體位與生活型態調查」，結果發現超過四分之一的學童有：自我體型認知不足、幾乎不量腰圍、睡眠時間不足、飲食與運動行為不佳…等問題。

要進行兒童健康風險管理，建議除了利用BMI(身體質量指數)外，也應加入「腰圍身高比」(腰圍身高比=腰圍(公分)/身高(公分)，大於0.5即代表腹部肥胖)，以便更具體了解兒童健康狀態，根據2014年全台灣小學童健康體位與生活型態調查結果，腰圍身高比在0.5以上的孩童中有27%未發現自己腰圍已超過標準，當中更有3%認為自己瘦或很瘦！學童對於自我體型認知不足，須透過教育向下紮根，提升健康概念。

為支持學校進行兒童健康風險管理，本計畫自2014年啟動，透過辦理系列「樂食、樂動、樂活」課程活動，改善已出現肥胖徵狀的兒童之健康狀況，本計畫2014年與全台5所小學合作，辦理「三樂小子-健康俱樂部」社團，約有250位學童參加，其中超過八成學童在腰圍身高比或BMI有所改善！為了能讓更多學童受惠，本計畫在2015年擬擴大招募全台10-12所小學，合作辦理「三樂小子-健康俱樂部」，以培養兒童從小養成良好的飲食與運動習慣，有效預防肥胖及慢性病，保障兒童多方發展。

二、主辦單位：董氏基金會

三、本計畫由三商美邦人壽保險股份有限公司支持贊助

四、計畫目的：協助、輔導學校以社團方式，辦理健康促進學校計畫，進行健康體位(含健康飲食)宣導/課程。

五、計畫說明：

1. 本計畫將自報名學校中擇10-12所學校，協助、支持於104學年度上、下學期(104年9月-105年6月)辦理「三樂小子-健康俱樂部」社團活動(一學期進行一梯次)，社團活動免費，優先提供校內體重過重、超重之學童參加。
2. 「三樂小子-健康俱樂部」社團預計活動每一梯次12-14次，將由主辦單位提供包含：教材、學生獎品、運動器材、2-3次活動講師…等資源，由校內承辦人員協調執行，建議分工如下：
 - (1)運動課程：學校體育老師
 - (2)飲食營養課程：校內營養師或護理師或體健老師

六、報名方式：

1. 請學校填妥報名表，於104年6月12日前以E-mail方式報名，本會將於104年6月18日公布入選名單。
E-mail：310@jtf.org.tw，寄出後請電(02)2776-6133分機310確認。
2. 學校入選後，需簽訂雙方合作備忘錄，且務必全程參與本計畫。

104 學年度三樂小子「健康俱樂部社團」

~小學募集辦法~

學校基本資料	
學校名稱	
學校地址	
學校人數	學生人數共_____人、教師人數共_____人 預計參與「三樂小子-校園健康俱樂部」人數約_____人
聯絡人姓名	職稱
聯絡電話/手機	
E-mail	
※ 聯絡人是否即為計劃之承辦人 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 尚無確定擬承辦人 ※ 擬承辦人姓名：_____ 職稱：_____	
預計辦理「三樂小子-校園健康俱樂部」時段為： <input type="checkbox"/> 學校社團時間 <input type="checkbox"/> 放學後或假日時段 <input type="checkbox"/> 早自習時間 <input type="checkbox"/> 午餐與午休時間 <input type="checkbox"/> 其他：_____	
學校配合度調查	
參與本計畫，學校需配合事項如下： <ol style="list-style-type: none"> 1. 由學校規劃「三樂小子-校園健康俱樂部」辦理時間，建議為學校固定社團時間，或放學後時段，辦理活動 12-14 次。 2. 承辦人員協調校內老師與相關業務人員使本社團活動得以順利進行。 	
彈性配合事項如下： <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 可提供午餐菜單，並接受本會建議修改。 <input type="checkbox"/> 可配合健康飲食宣導主題，提出各科配合教學計畫。 <input type="checkbox"/> 願意增加學童課間活動量。有意願者，請提出初步構想： 	
<input type="checkbox"/> 本計畫內容經校長初步同意，若入選應無執行困難。	

1. 填妥報名表後，請一併檢附其他有利募集資料，如：學校推動健康促進學校經驗、過去執行健康飲食宣導活動成果、目前學生身高體重與體位現況資料、校園志工媽媽參與意願、是否成立健康促進推動小組、目前學校午餐菜單、是否特別增加學生課間活動量…等。於 104 年 6 月 12 日 前以 E-mail 方式報名。本會將於 104 年 6 月 18 日 公布入選名單。
2. 學校入選後，需簽訂雙方合作備忘錄，且務必全程參與本計畫。