

國立科學工業園區實驗高級中學運動會

健促週縱橫字謎有獎徵答



橫的提示：

- 一、四個字，在市面上販售的食品，應在包裝上清楚印明「□□□□」，提供消費者在選購時參考。
- 二、七個字，一種有效的運動原則-每週運動3天、每次運動30分鐘、心跳達每分鐘130下。
- 三、五個字，將食物依據熱量以及營養成分，加以歸類，提供給大家選擇食物的參考，為一號誌燈。
- 四、二個字，含有豐富的鈣質，每天喝2杯可以促進骨骼發育，長得高，為一校園飲品。
- 五、五個字，一個健康口號「□□□□□」，健康跟著我」。

直的提示：

1. 二個字，為食品標示所應標示內容之一，是最顯而易見的標示名稱。
2. 四個字，多食蔬果有益健康，每天應吃「□□□□，水果2份」。
3. 四個字，僅提供熱量，所含營養成分少，通常是高油、高鹽、高糖的不健康食物，俗稱「□□□□」。
4. 五個字(最後一格為數字)，視力保健中，每日戶外遠眺時間應達幾分鐘為原則。
5. 四個字，選擇食物時應避免過度精緻化，應以「□□、□□」為原則。

活動地點：健康中心前

活動時間：預演結束後至 15:00

獎品

- | | |
|--------------------|----|
| 1. 壹獎：百靈耳溫槍乙支 | 一名 |
| 2. 貳獎：急救腰包乙個 | 二名 |
| 3. 參獎：肌內效貼布乙捲 | 三名 |
| 4. 肆獎：退熱貼乙個 | 六名 |
| 5. 伍獎：暖暖包乙包 | 十名 |
| 6. 安慰獎：糖果乙顆(有投就有獎) | |

獎品豐富多樣，請各位
同學踴躍參加！！

