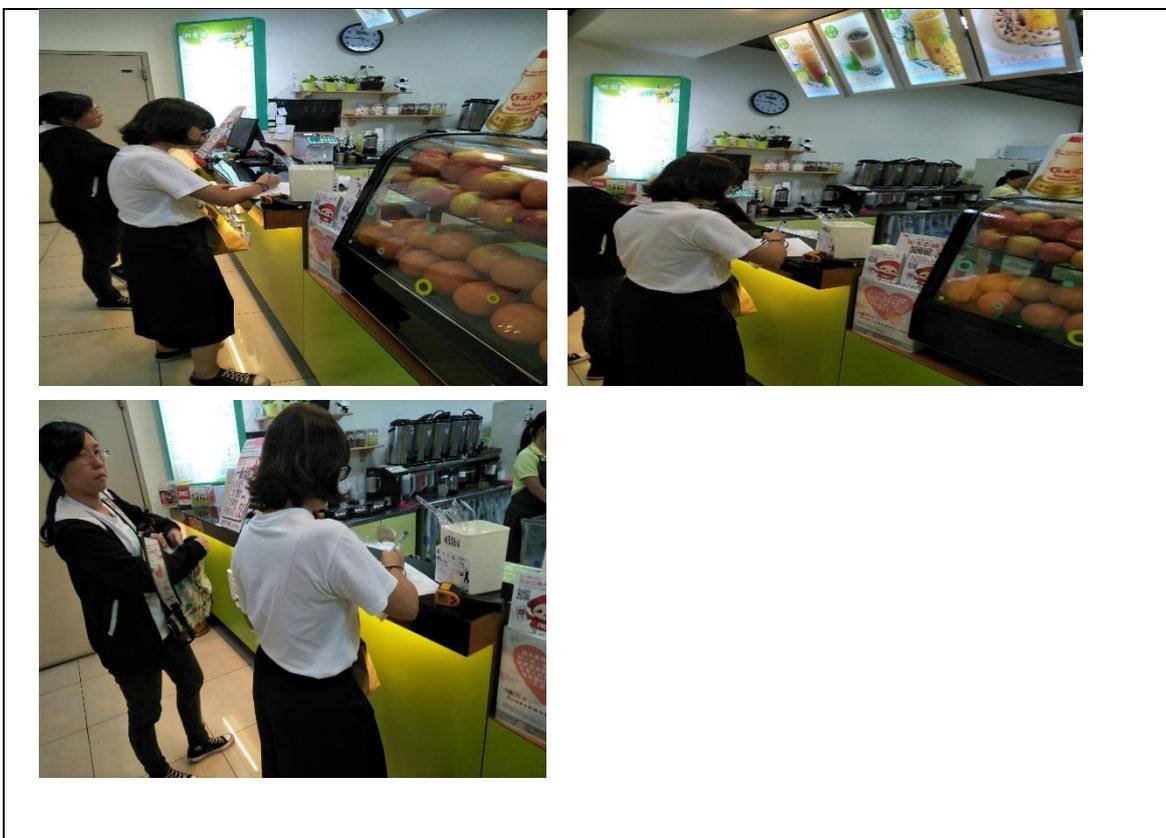


107 年度高雄醫學大學 健康促進計畫

活動主題：減糖喝水好健康	活動日期：107.03.13-27 活動地點：高醫全家美食街飲料店喫果茶 參與人數：118 人
主辦單位：高雄醫學大學衛生保健組	附件：活動剪影、活動簽到表
活動重點記錄及評值： 1、含糖飲料營養密度較低，且攝取過量糖不但會造成肥胖、代謝異常與齲齒，也可能增加代謝症候群及心血管疾病風險，加速身體老化等問題。為帶動減糖風潮，學務處衛生保健組舉辦「減糖喝水好健康」活動，讓想喝飲料的師生盡可能選擇無糖飲料，提倡減糖活動。 2、共 118 人參加，師生反應熱絡，活動問卷對此議題知識增加得分 4.64 分(滿分 5 分)，顯示參與者對減糖的益處相關知識有增加；活動滿意度得分為 4.83 分(滿分 5 分)。 3、活動期間購買無糖飲料乙杯即可獲得刮刮卡一張，刮刮卡內含現折價 5、10、15、20 元。	

附件一、活動剪影



附件二、活動簽到表