



各位家長：

有關「校園開心『果』月」事宜

良好的飲食習慣可促進學童健康成長，每日(3+2)：三份蔬菜及兩份水果，能有助六至十二歲的兒童增加健康儲備，為兒童提供所需營養，亦可以預防肥胖及多種慢性疾病。

為鼓勵同學建立健康飲食的習慣，本校將於4月22日至5月19日舉辦「校園開心『果』月」，鼓勵同學養成每天在校內和家中進食水果的習慣。此外，老師於課室內設立龍虎榜，記錄每天能攜帶水果回校進食的同學，每10天可獲取「摘星行動」獎星一個；每班表現最佳的3位學生更可額外獲得小禮物一份。本校亦會在開心果月期間(4月22日至5月19日)舉行「水果在我手 健康常擁有」填色比賽，從而進一步提醒學生追求健康，多吃水果。

歡迎家長瀏覽「健康飲食在校園」網站，獲取更多水果營養資訊
(<http://school.eatsmart.gov.hk>)

網上資訊包括：

- (1) 開心果月主題曲
- (2) 水果營養資訊
- (3) 水果常識挑戰站
- (4) 水果漫畫系列

請家長支持是項活動，為子女預備蘋果、香蕉、車厘茄等新鮮水果，或提子乾、草莓乾等天然乾果，鼓勵子女身體力行，讓你們的子女能夠從小養成一個健康的飲食習慣。

二零二四年四月十六日

關玉娟校長

✂

回 條

關校長：

本人已收到大埔官立小學 2023/2024 年度甲類通告第 59 號，有關「校園開心『果』月」事宜，已全部知悉。

()班學生： _____ ()

家長姓名： _____

家長簽署： _____

二零二四年四月 日