淡江時報 第 887 期

健人就是腳勤！

學聲大代誌

【記者楊蕙綾淡水校園報導】「健人就是腳勤」相信大家對於這句話應該不陌生吧！為了維持健康，衛保組與膳食督導義務工作團聯合主辦「闊步向前享受健康」和「水漾新生活」活動，將於13日（週三）在圖書館右側攤位發送免費的隨行杯及計步器，希望可以鼓勵大家多喝水、多走路。此外，只要填寫完2週的飲水量紀錄表，繳交回衛保組，還可以兌換精美禮品喔！健康是一輩子的是，享「瘦」生活，由健走開始！