

## 衛保組邀你萬步動一動

學聲大代誌

【記者蔡佳芸淡水校園報導】衛保組、膳食督導團為鼓勵每日健走萬步的健康習慣，於上月26日在美食廣場發送計步器與紀錄表，每日紀錄健走情形並繳回記錄表，即可兌換贈品。現場索取踴躍，膳食督導團社長公行二林潔怡表示，本次共發出180個計步器，並邀請體育事務處教師陳文和和郭馥滋將分別於5日、12日、19日及22日帶領大家健康動一動，請大家一起來活動筋骨。資工三張菁育分享：「自己本身平常就有健走的習慣，透過這次的活動，使我對健走的瞭解更加深入，如正確健走姿勢教學，會認真運動希望能收穫滿滿！」