

BMI皮尺宣健康

學聲大代誌

衛保組和膳食督導團在福園前舉辦「你是Lady卡卡嗎?健康密碼,80與90」健康宣導活動,現場發送BMI皮尺,希望大家關注自身健康,吸引約2百人次參加。膳食督導團社長公行二林潔怡表示,現代人缺乏運動,腰圍常超過國民健康署建議標準值,希望藉此讓大家了解健康的重要,「國民署對腰圍建議是女性不超過80公分,男性不超過90公分,只要養成多吃蔬果、低油脂的食物的習慣,就能常保健康。」德文四蘇奕安說:「學到了許多健康知識。」(文/李蕙如、攝影/吳國禎)

