淡江時報 第 924 期

**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）

