

# 桃園縣中壢市興國國小「低碳健康午餐」實施計畫

## 一、緣起：

工業化時代以來，人類活動已大幅增加全球溫室氣體排放，連帶加劇溫室效應；有相當證據顯示，大部分觀測到的全球平均溫度上升，很可能是由於人為溫室氣體濃度增加所導致。地球溫度上升會引起各種效應，例如：極端氣候、海平面上升、動植物生態環境改變、疾病擴散等，因而影響人類生存條件。

癌症和腦血管疾病、心臟病、糖尿病高居臺灣十大死因，根據衛生署及中華民國保健基金會的調查顯示致病危險因子主為不當飲食：攝取過多蛋白質、油脂及精緻加工食品所引起，而五穀類及纖維素卻嚴重不足，罹病的年齡層已降至高、國中小學童。

本校對健康飲食、永續環保之推行不遺餘力，特規劃「低碳健康午餐」活動，本校午餐廚房儘量選購當季、當季食材，多採低油、低鹽、低糖的料理方式供餐，並鼓勵學童身體力行愛物惜物，減少午餐蔬菜廚餘量，多攝取富含纖維的飲食，減少罹患慢性病的機會，以達健身環保之目標。

## 二、依據：

本縣 101 年 5 月 29 日桃環綜字第 1010501425 號函。

## 三、目標：

- (一) 提昇親師生營養健康知覺，強化正確飲食觀念。
- (二) 培養親師生良好的低碳飲食習慣及態度。
- (三) 培養親師生愛物惜物態度，進而實踐環保愛地球行動。
- (四) 宣導健康飲食、低碳環保永續理念，增進師生健康、提升環保意識。

## 四、實施對象：

本校教職員、學生及家長。

## 五、實施期程：

101 年 6 月 1 日~101 年 11 月 30 日

## 六、實施內容：

- (一) 午餐低碳健康飲食情境佈置。
- (二) 本校午餐菜單設計儘量安排少油、少鹽、少糖之菜色。
- (三) 本校午餐廚房採購當季、當地食材入菜。

- (四) 請導師協助隨聯絡簿發放蔬果營養知識宣傳單張，並鼓勵親子共同關心低碳飲食議題。
- (五) 低碳健康飲食藝文活動。
- (六) 環保肥皂製作研習。
- (七) 本校數位電台「低碳健康飲食」營養講座。
- (八) 「低碳健康綠巨人」活動。
- (九) 「天天五蔬果」現場營養講座。
- (十) 「低碳飲食」教師研習。**備註：請教務處協助配合。**
- (九) 「低碳健康飲食」親職講座。**備註：請輔導處協助配合。**

七、經費概算：

101 年度	項目	金額 (元)
1	採購在地食材 (如吉園圃蔬菜等)	450,000
2	「天天五蔬果」講座	1,600
3	環保肥皂研習	5,000
4	「低碳飲食」教師研習	15,000
5	「低碳健康飲食」親職講座	4,000
6	教材教具費 (含製作材料、印刷或影印費)	21,400
8	雜支	3,000
合計		500,000

經費來源：101 年 4 月 19 日桃環綜字第 1010500971 號函，本縣環保局補助款新台幣 50 萬元整。

八、計畫實施期程：

項次	經費配置項目	計畫項目	101年 5月	101年 6月	101 年7 月	101年 8月	101年 9月	101年 10月
1		擬定實施計畫						
2	採購在地食材	採購在地食材			未供餐			
3	「天天五蔬 果」講座							
4	「低碳飲食」 教師研習							
5	「低碳健康飲 食」親職講座							
6	教材教具費 (含製作材	健康減碳綠巨人比賽						
7	料、印刷或影 印費)	低碳健康營養教育各 項宣導活動						

本計畫經校長陳核後公佈實施，修正時亦同。

承辦人	午餐秘書	總務主任	會計主任	校長