



德明科大辦理「愛地球、重健康、惜生命」系列活動



圖：「愛地球、重健康、惜生命」系列活動剪影

德明財經科技大學學務處衛保組於 111 年 4 月至 5 月辦理「愛地球、重健康、惜生命」系列活動，內容包含有獎徵答、菸害空污防治講座、闖關拍照認證活動，共同愛護地球之決心；該校提倡低碳、綠色飲食、宣導使用非一次性拋棄餐具及吃在地當季食物來落實低碳健康飲食。

首先進行有獎徵答活動，預防傳染病最重要是增強身體免疫力，包括：維持均衡的飲食習慣、有足夠的休息和睡眠、適量的運動、切勿吸煙和避免飲酒，高危險群組應接種疫苗。充實師生對節能減碳、健康及傳染病的知能，總計 218 人參加。

接著「菸熄攻略&空污拉警報」專題講座則於 5 月 16 日辦理，該校特別邀請聯合醫院忠孝院區陳崇逸藥劑師進行視訊講座，講師臨床實務經驗豐富、演講風格活潑，宣導抽菸帶來的危害；另世界衛生組織警告，空氣污染已成為一種新的菸害，預防 PM2.5 的防治，鼓勵交通方式以走路、自行車及搭乘大眾運輸方式有效降低空氣污染，總計 59 人參加。活動後經問卷分析，學生表示講座內容生動有趣，瞭解有關於戒菸與空污問題並知道抽菸的危害及戒斷症候群等。

最後進行健康動起來闖關拍照認證活動，為增進師生的健康、鼓勵多健行、做環保，蔬食減碳，珍惜大自然資源；凡是參與此活動之師生每人贈送綠色盆栽乙份，透過多元活動，落實環境教育生活化，感謝全校師生對活動的熱情參與。