

全民運動，樂活健康 營養食育，邊吃邊學

「營養食育，邊吃邊學」，近年來被視為是21世紀最重要的一門功課，透過教育過程使人們能認識食物、珍惜食物、選擇食物的能力，其中包括食物相關的知識、營養、食物與環境的關係、如何正確選擇食物，以及傳承食物飲食文化等等。本市積極規劃推動「食農教育」，透過擴增校園田園教學、營造校園可食之地景、建構生態循環體驗農場的課程與教學等方式，鼓勵學校發展「農耕栽種」到「餐桌飲食」的校本課程，拓展學生實境體驗學習經驗；同時整合社區在地食農生態特色，營造樸實多元校園美學空間，由實地栽種食材等課程，認識健康食材及正確的飲食觀念，讓學童從小建立健康的飲食觀念。

其次，營養午餐設計食材配合使用有機蔬菜及安心蔬菜，期能吃的安全，吃的健康，落實「新食代運動－讓孩子好好『吃』」目標，期讓食農教育從小扎根，為中小學學子的健康立下基礎。本市與豐食教育基金會攜手推動「營養5餐計畫」，由育德國小、青潭國小示範首站，除了將食育課程納入課堂外，也請來名廚設計100道營養午餐菜單，打造面對面用餐的食育教室，並與教育部簽訂「3年百校計畫」，本市「4+1安心蔬菜計畫」引領全國提升營養午餐品質，首創有機及吉園圃蔬菜，不僅確保學生吃的安全健康，亦讓家長安心、放心。

「全民運動，樂活健康」是促進健康關鍵要素。新北市推行多元全民運動，透過運動成為各族群市民生活的重要內涵，以結伴運動的概念，讓「新北市民13座運動中心送你來運動」，規劃適合全民參與的體育活動，落實「揪友運動趣計畫」，進而形塑全民運動，包括女性、銀髮、原住民及身心障礙等族群，各項活動陸續辦理中，期望民眾能從小養成規律運動習慣，達到全民動健康目標，以打造新北市成為人人愛運動、處處能運動、時時能運動的運動城市形象。

普及的全民運動外，新北市長期以來致力於學生運動人才的培育與發展，在體育三級人才銜接培育上不遺餘力，給予學校豐富資源培育運動團隊，並同步提升自我國際視野與競技實力，鼓勵中小學學校積極成立各項運動代表隊，提升體育課程教學成果，並能帶動運動風氣，發掘優秀運動人才，參加全國中等學校運動會田徑等19個競賽種類，共榮獲111金121銀137銅之成績。對於小學階段參加全國小學田徑錦標賽，本市代表隊共奪5金、4銀、9銅，分別獲得國小男子組團體錦標第一名、國小女子組團體錦標第二名之佳績。除了國內賽，亦參加「2019年國際少年運動會International Children's Games, ICG」，代表隊18位選手參加田徑、游泳、柔道及希羅式角力等4種競賽，共獲5金3銀7銅之佳績。

未來運動健康規劃方向採用多元媒體科技行銷，結合新北玩運動概念，擴展新北市運動城市知名度，提升市民參與運動人口、鼓勵社區、社團及學校辦理體育活動，並能帶動市民參與運動風氣、厚植休閒運動發展基礎，活絡新北市運動發展；以期能促進全民參與，提升運動生活品質，打造新北市成為樂活動健康城市。同時本市食育的投入，致力改善營養午餐品質，落實異國文化，將食育教育撒播於孩子的心田裡、友善環境、扎根於學校、付出行動力於企業、建立有效食安機制、實現於全民監督，以培養孩子食育教育之知、情、技，建構飲食文化素養的最佳教場。

教育局局長 張明文