

我校在三年前參加由香港中文大學健康教育及促進健康中心推展的「優質教育基金健康校園網絡計劃」，開始的時候，我們真的不知所措，幸得趙劍眉校長的指導，憑著她的經驗，讓我們逐步建立架構；各人按指引定出目標及發展計劃，嘗試開展「信愛學校健康新一頁」。

我們向全校學生講解健康校園計劃目的及推行的情況，以通告形式讓家長知道及配合學校所定的健康計劃，並邀請他們出席「健康校園約章」簽署行動，呼籲全校上下一心、通力合作，共建健康校園。

我們把「健康校園計劃」納入學校三年發展計劃的關注事項，定名為「實踐健康生活，共創健康校園」，並從不同範疇訂定計劃，推展及實行，期望循步向前，讓校內各人都能身心健康，活出豐盛的人生。

本年度我校參加了「至營學校」認證計劃，致力營造「健康飲食校園」，讓學生貫徹健康飲食習慣。「學校環境」組更重新檢視學生午膳餐單，按健康原則訂定餐單內容。為確保供應食品的質素，校董、家長及教師參觀午膳供應商的廠房，又在校進行試食會。我們就製造食物地方的衛生程度、食物質素、餐單內容等為健康標準及食物味道作評分，選出午膳供應商，讓學生在校吃得開心，活得健康。

「學校保健與健康促進服務」組致力促進健康服務，安排及提點學生參加健康服務檢查、牙科保健服務、防疫注射等。學生需交回健康報告小冊子讓學校檢視情況，再按學生需要安排跟進活動，如為體重超標的學生度身訂造為期八星期的「青苗計劃」，透過講座、體能訓練、健康飲食指引及家長協助，推動學生改善生活習慣。我們為有六成學生在完成計劃後的身體質量指數（BMI）達至正常水平感到欣慰，只要安排得宜，便有可見的成效。本年度我校參加了全港挺直「認證護脊」校園計劃，推行課間護脊操，更分別為教師、職工、家長及學生安排護脊講座及脊骨檢查。

我校為「活力校園」，致力向學生、教職員及家長推廣體能活動的重要性。我們推行「讚美操」、體適能測

試，SportAct運動獎勵計劃等，幫助學生養成運動習慣，因為運動及體育活動的推廣會為學生在學業及情緒健康上帶來益處，更有助學生提升學習成績、減少行為問題、提升自信及精神健康、加強社交聯繫等。

去年我們六大健康範疇的統籌主任及協助老師都展現積極的一面，得到很好的評價，在「香港健康促進學校認證」中獲得佳績，我們十分鼓舞及興奮。為此我們要感謝中大評估小組對我們工作的肯定，亦感謝他們的鼓勵及支持，我們將會更努力為教職員、家長、學生及社區人士推廣健康訊息；繼續支持及推行十大健康主題活動；積極推行環保教育，讓每個學生都能做一個地球守護者！



車安全訓練計劃



健康校園簽署約章



資訊科技講座(沈述上網)



健康午餐試食會



「渣打藝趣嘉年華」遊走街頭大匯演



跨境學習—校園小记者深圳交流



台灣環保及文化藝術體驗之旅



課室清潔大行動



電視台點唱



小小園丁學種菜



基督教香港信義會信愛學校

香港漁灣邨

25562442

<http://www.cwfls.edu.hk>