

聖公會仁立紀念小學 2024-2025 年度
中華文化日 樂養有福「仁」
健康三字經創作比賽

班別： 2E 姓名： 李凱晴 (12)

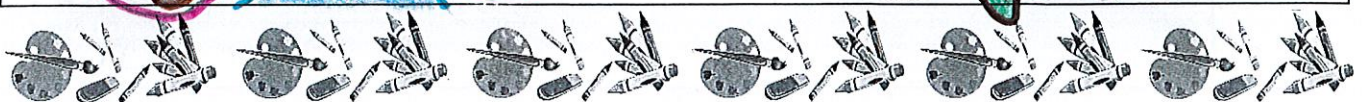
健康三字經：(18 字或以上)



樂	無	憂	,	心	自	在	。
常	感	恩	,	福	滿	盈	。
養	脾	胃	,	身	康	健	。
勤	運	動	,	病	遠	離	。
有	好	眠	,	精	神	佳	。
福	樂	生	,	壽	自	長	。
仁	德	養	,	心	自	寬	。



配合健康三字經之圖畫：



聖公會仁立紀念小學 2024-2025 年度

中華文化日 樂養有福「仁」

健康三字經創作比賽

班別：2D

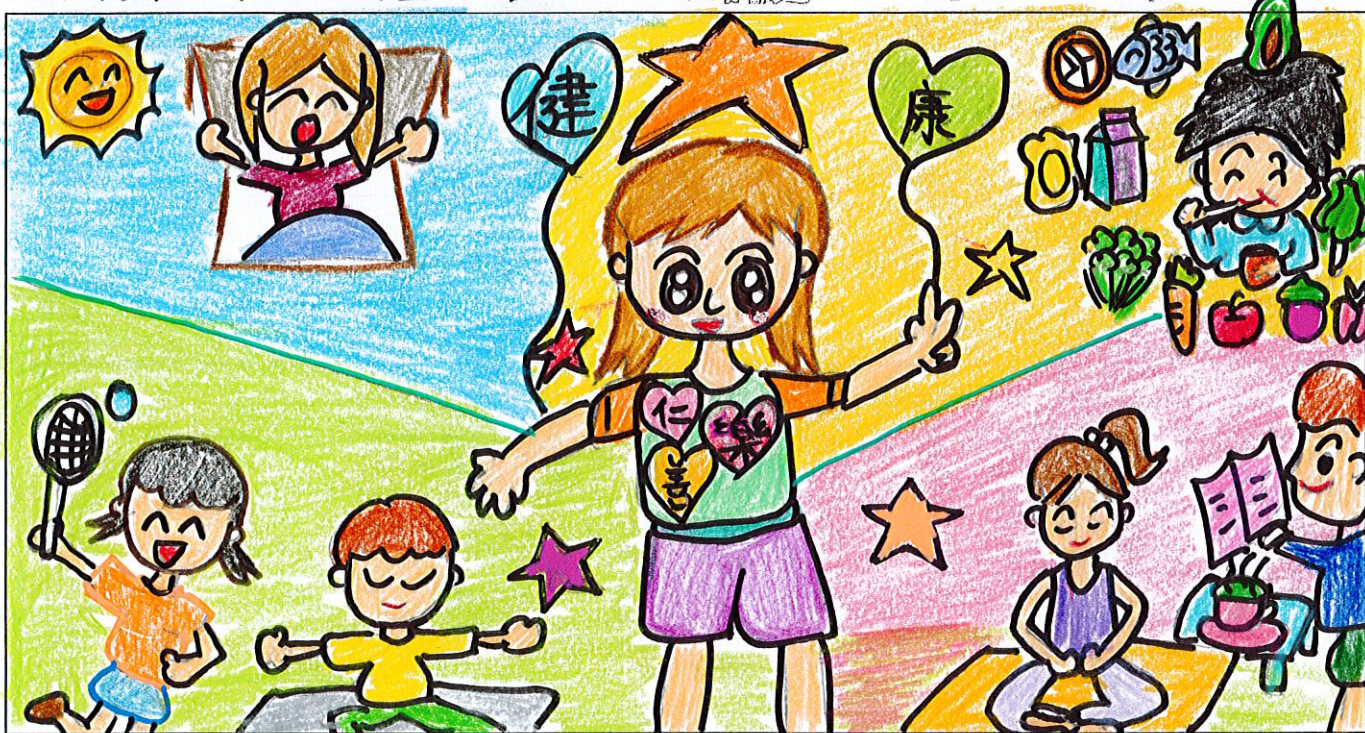
姓名：梁卓凡 (17)

健康三字經：(18 字或以上)



養	身	心	，	貴	在	恆	。
食	宜	節	，	動	宜	適	。
勤	鍛	鍊	，	骨	力	強	。
早	睡	起	，	精	神	爽	。
心	常	樂	，	念	常	清	。
常	感	恩	，	福	自	到	。

配合健康三字經之圖畫：



聖公會仁立紀念小學 2024-2025 年度
中華文化日 樂養有福「仁」
健康三字經創作比賽

班別：2C 姓名：賴樂程 (11)

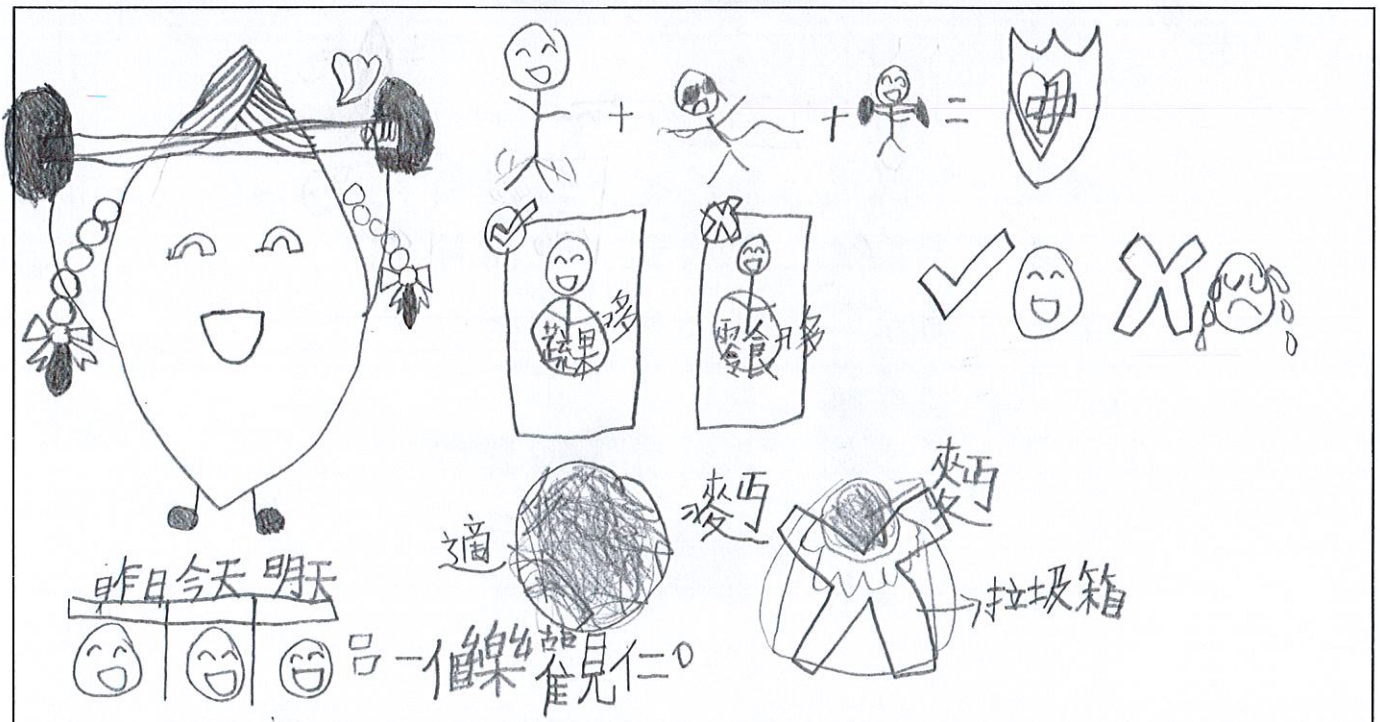
健康三字經：(18 字或以上)



小	幸	仁	,	愛	健	康	,
勤	運	動	,	強	身	心	。
多	蔬	果	,	少	零	食	,
份	量	適	,	不	浪	費	。
常	歡	樂	,	不	憂	傷	,
日	日	笑	,	樂	觀	仁	。



配合健康三字經之圖畫：



班別：2B 姓名：張家維 (8)

健康三字經：(18 字或以上)



勤	練	功	，	強	筋	骨	，
活	氣	血	，	通	經	絡	。
常	習	武	，	助	身	心	，
精	神	好	，	協	調	高	。
樂	養	生	，	有	福	「仁」	！

配合健康三字經之圖畫：



聖公會仁立紀念小學 2024-2025 年度
中華文化日 樂養有福「仁」
健康三字經創作比賽

班別：2A 姓名：黃曉晴 (22)

健康三字經：(18 字或以上)



食	為	天	,	養	當	先	。
不	偏	食	,	種	類	全	。
多	蔬	果	,	多	奶	豆	。
營	養	添	,	益	處	多	。
少	油	膩	,	少	糖	鹽	。
多	喝	水	,	便	便	通	。
多	運	動	,	壓	力	緩	。



配合健康三字經之圖畫：

