

班別：6A 姓名：文玥喬 (19)



養	身	心	，	善	待	己	。
晨	運	動	，	早	上	起	。
水	常	飲	，	病	自	去	。
五	穀	雜	，	蔬	果	鮮	。
少	鹽	油	，	身	體	健	。
笑	常	在	，	友	相	隨	。
樂	於	心	，	長	壽	迫	。



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：6A 姓名：袁綺楠 (29)

健康三字經：(18 字或以上)



少	吃	甜	,	多	吃	菜	。
常	溫	水	,	禁	生	冷	。
增	彈	動	,	精	神	好	。
減	打	機	,	重	休	息	。
活	筋	骨	,	心	舒	暢	。
健	康	經	,	人	人	會	。
經	常	做	,	益	健	康	。



配合健康三字經之圖畫：



班別：6C 姓名：陳鈞朗 (1)

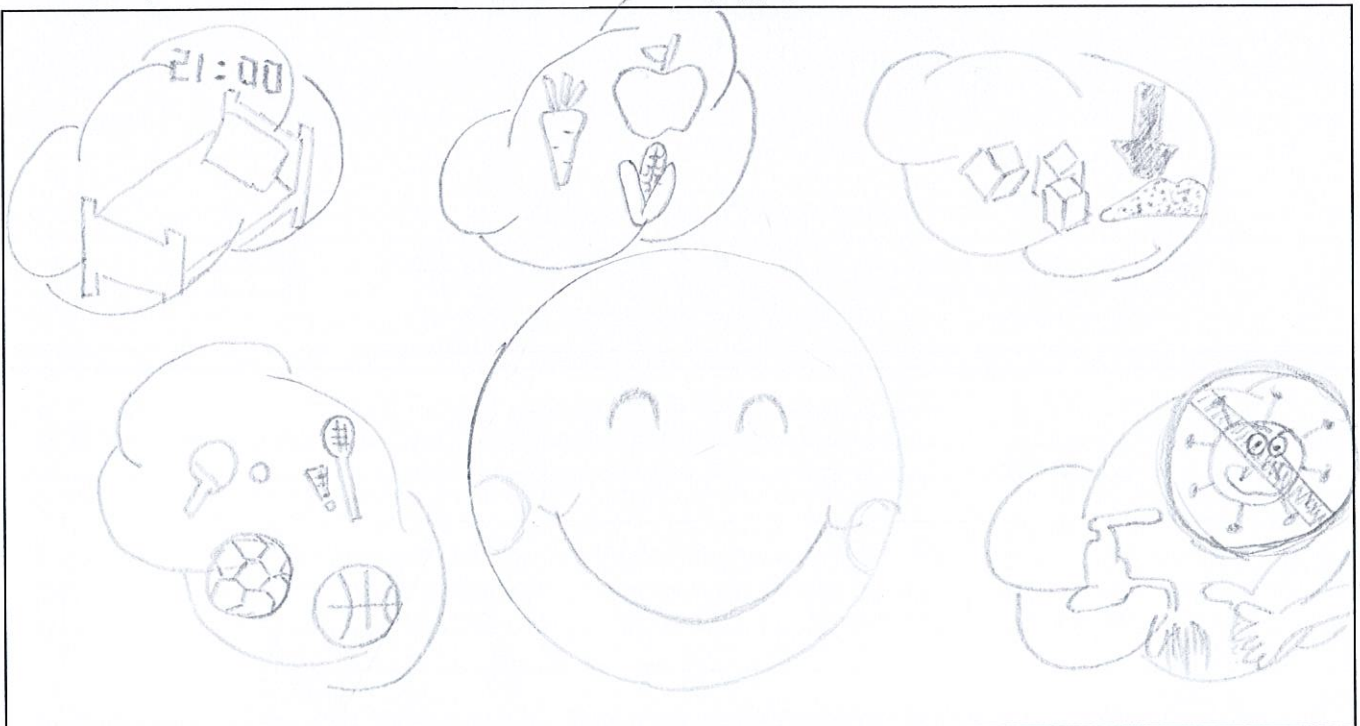
健康三字經：(18 字或以上)



早	安	睡	,	精	神	佳	。
力	運	動	,	體	魄	壯	。
勤	洗	手	,	小	細	菌	。
果	蔬	菜	,	少	糖	高	。
低	糖	鹽	,	無	負	擔	。
常	微	笑	,	心	情	好	。



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

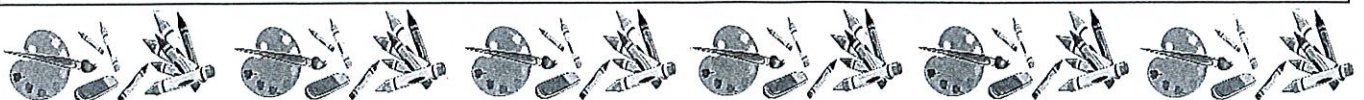
班別： 6B 姓名： 羅子嵐 (11)

健康三字經：(18 字或以上)



早	起	好	，	常	運	動	，
飲	食	均	，	心	情	好	。
多	飲	水	，	少	鹽	糖	，
重	衛	生	，	遠	煙	酒	。
多	笑	容	，	定	檢	查	，
健	康	長	，	快	樂	多	。

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：6A 姓名：陳朗廷 (1)

健康三字經：(18 字或以上)



早	睡	起	,	精	神	好	。
多	營	養	,	身	體	好	。
勤	鍛	練	,	好	體	魄	。
少	油	鹽	,	多	蔬	果	。
常	洗	手	,	少	疾	病	。
去	散	步	,	肺	健	康	。
天	天	做	,	命	百	歲	。

配合健康三字經之圖畫：

