檔　　號:
保存年限:

屏東縣政府 函

地址：900219屏東縣屏東市自由路527號
聯絡人：林雅莉
聯絡電話：087320415#3638
傳真：08-7322450
電子信箱：a002437@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣高樹鄉高樹國民小學

發文日期：中華民國115年6月30日
發文字號：屏府教學字第1155121355號
速別：最速件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如文（376530000A115512135500-1.pdf、376530000A115512135500-2.png、376530000A115512135500-3.pdf）

主旨：檢送衛生福利部國民健康署補助辦理之「『果』然無敵！水果打卡挑戰賽」國小中年級健康飲食教育推廣活動資訊，請學校鼓勵國小中年級師生及家長踴躍參與，詳如說明，請查照。

辦法：

一、依據財團法人癌症關懷基金會115年6月29日關懷字第1150629001號函辦理。

二、為落實《營養及健康飲食促進法》，並配合國民健康署推動之「115年營養及健康飲食教育推廣方案」，該會今年辦理國小中年級健康飲食教育推廣活動「『果』然無敵！水果打卡挑戰賽」。本次延續去年廣受好評之食育動漫內容，進一步結合創新規劃，新增LINE打卡活動及餐盤拍照活動，引導學童將健康飲食融入日常生活，培養健康飲食習慣。

三、本計畫包含二項活動，歡迎活動期間內曾就讀或現就讀國小3年級或4年級之學生參加：

(一)「果」然無敵！水果打卡挑戰賽：觀看影片後，進入活動頁面點選「今天我用水果取代含糖點心！」完成每日打卡，累積達規定天數即可獲得抽獎資格。

(二)端出好食光拍照活動：運用全穀雜糧與未精製穀物、新鮮多色蔬菜及水果等健康食材製作均衡餐盤，拍照並上傳至活動頁面即可參與抽獎。

四、活動資訊：

(一)「果」然無敵！水果打卡挑戰賽：

1、活動時間：2026/6/29(星期一)至2026/10/4(星期日)

2、活動獎勵：活動期間週週抽出連鎖賣場禮券及精美小禮物(可重複參加)

3、中獎名單公布：每週二公告於癌症關懷基金會官網

(二)端出好食光拍照活動：

1、活動時間：2026/7/13(星期一)至2026/10/11(星期日)

2、活動獎勵：活動結束後統一辦理抽獎，抽出連鎖賣場禮券(每個帳號僅限參加1次)

3、中獎名單公布：2026/10/20(星期二)公告於癌症關懷基金會官網

五、活動相關辦法請見附件。

正本：各國小、屏東縣內埔鄉富田國民小學
副本：本府教育處學生事務科 電子公文交換章 2026/07/01 16:18:17

財團法人
癌症關懷基金會
Cancer Care Foundation

🍎 **癌症關懷基金會【水果打卡挑戰】好康來囉！** 🍎

「看動漫、學健康，水果取代糖，『果』然無敵！」

邀請 3-4 年級小朋友參加挑戰，豐富獎品等你拿！

1️⃣ **加 LINE**：歡迎掃描活動 QR code，或透過 LINE→加入好友→搜尋 ID：@615emkyt 加入活動官方帳號。

2️⃣ **看影片**：趣味動漫學營養

3️⃣ **做任務**：天天水果打卡 /健康餐盤拍照

🎁 獎勵：連鎖賣場禮券 & 小王子驚喜包！

⏰ 時間：6/29 起跑

快帶孩子一起加入，健康又好玩！💪

歡迎掃描活動QR code, 或透過LINE→加入好友
→搜尋 ID：@615emkyt 加入活動官方帳號。

財團法人
癌症關懷基金會
Cancer Care Foundation

【動漫學健康 2.0：全家採購趣】

「果」然無敵！水果打卡挑戰賽 活動簡章

誠摯邀請同學們共同參與，一起在活動中學習健康飲食知識。

財團法人癌症關懷基金會長期推動健康飲食教育，深耕校園逾十年。為陪伴學童及家庭養成健康飲食觀念，本會延續去年廣受好評的食育動畫，再度推出【動漫學健康 2.0：全家採購趣】——「果」然無敵！水果打卡挑戰賽。

本活動結合原創食育動漫影片與 LINE 線上打卡集點，以生動有趣的方式帶領學童認識健康飲食知識，並鼓勵親子共同參與水果打卡任務，將健康飲食融入日常生活中。

誠摯邀請同學們一起加入挑戰，在趣味互動中養成健康飲食習慣，與家人共同享受健康飲食的樂趣！

一、活動主旨

本活動以「從知識建立到行動實踐」為核心理念，透過多媒體食育與家庭生活場域的雙軌介入，強化國小學童及其家庭的健康飲食行為養成。藉由生動有趣的食育動畫影片，搭配 LINE 線上打卡集點機制，鼓勵學童將所學知識應用於日常飲食選擇，並透過親子共學，建立家庭健康飲食支持環境。

二、活動對象

活動期間內曾就讀或現就讀國小 3 年級或 4 年級之學生。

三、活動時間

歡迎師長鼓勵學童踴躍參與，以下為本次活動辦理時間：

項目	名稱	活動時間
活動一	「果」然無敵！水果打卡挑戰賽	2026/6/29(一)至 2026/10/4(日)
活動二	端出好食光拍照活動	2026/7/13(一)至 2026/10/11(日)

四、參與方式

步驟 1	請加入本活動專屬 LINE 官方帳號（**可透過 LINE→加入好友→搜尋 ID:@615emkyt**，或掃描下方 QR Code 加入）。

步驟 2	觀看食育動畫影片《鏡河與嘉年華危機》、《甜蜜陷阱大逃脫》與《破解大魔王的甜蜜陷阱》，學習健康飲食知識。
步驟 3	參與活動任務： (1) 「果」然無敵！水果打卡挑戰賽：活動期間內每日完成水果打卡。 (2) 端出好食光拍照活動：活動期間內上傳符合規範之健康餐盤照片。
步驟 4	完成各活動指定任務後，即可獲得相應抽獎資格（抽獎辦法詳見下方活動內容及獎勵機制說明）。

五、活動內容

1. 食育動畫影片學習

本活動延續去年的推廣成果，再度推出兩支原創食育動漫影片，每支影片長度約 10 分鐘，內容生動有趣，透過角色冒險故事，將重要的健康飲食概念融入其中，提升學童的學習興趣與理解力。影片主題包含：

- 《鏡河與嘉年華危機》：認識水分的重要性，了解含糖飲料對健康的影響，並說明新鮮水果的營養價值，提倡「全食物」原則（連皮帶籽攝取完整營養）。
- 《甜蜜陷阱大逃脫》：探討加工食品與含糖誘惑，強調營養流失問題，鼓勵攝取保留豐富纖維及營養素的新鮮水果。
- 本次特別新增創新影片《破解大魔王的甜蜜陷阱》：影片長度約 5 分鐘，透過生動配音與精美圖像，引導學童認識食品中的隱藏糖分，培養主動閱讀營養標示的習慣。

這些影片可彈性安排於校園課程或居家觀看，降低學習門檻，讓健康知識隨時隨地可得。

2. LINE 線上打卡集點平台

為鼓勵學童將健康飲食知識付諸實踐，本活動特別建置 LINE 線上打卡集點平台。學童可於觀影後透過以下方式參與：

項目	名稱	內容	抽獎方式
活動一	「果」然無敵！ 水果打卡挑戰賽	1. 參與者於活動期間內，可至活動網頁進行每日打卡任務。 2. 點選「今天我用水果取代含糖點心！」，即可完成打卡。	1. 每週完成 5 天（含）以上打卡者，即可獲得當週抽獎資格，每週將抽出 10 個得獎帳號。 2. **每週打卡紀錄僅限參與該週抽獎**，恕不累計至其他週次。 3. **曾獲獎之帳號仍可重複參加活動**，於完成當週打卡後，亦可再次取得當週抽獎資格。
活動二	端出好食光拍照活動	1. 請以全穀雜糧與未精製穀物、新鮮多色蔬菜及水果等健康食材，製作一人份均衡健康餐盤。 2. 使用圓形餐盤進行擺盤拍攝。 3. 餐點形式不限，可為早餐、午餐或晚餐。 4. 可參考下方示意圖片進行準備與擺盤。 5. 照片規格為<5mb，直式橫式皆可。	1. **每個帳號僅限上傳 1 次照片，每個帳號僅具 1 次抽獎資格**。 2. 完成照片上傳並符合活動規範者，即可參加抽獎。 3. 主辦單位將進行人工審核，確認**照片內容符合活動規定**後，於活動結束後統一抽出 10 個得獎帳號。

圖一、端出好食光拍照活動示意圖片

家長可協助學童完成打卡與拍照任務，促進親子共學與互動。透過持續性的參與，培養學童自主選擇健康食物的習慣，並將健康飲食行為融入日常生活。

六、獎項及公布方式

為鼓勵學童持續參與並將健康飲食觀念落實於日常生活，本活動特別設置集點與抽獎獎勵機

制，相關辦法請參考以下資訊：

項目	名稱	獎項	公布方式
活動一	「果」然無敵！水果打卡挑戰賽	100 元連鎖賣場禮卷及小王子驚喜包	1.每週二公告於癌症關懷基金會官網，網址連結：https://www.myccf.org.tw/21808 2.注意事項： ● 得獎名單公布後，**請得獎者主動透過本活動 Line 官方帳號(@615emkyt)聯繫**，並告知您為本次活動得獎者。 ● 成功連繫後，本會將另行提供表單，請得獎者依指示填寫收件地址及相關聯絡資訊，以利獎品寄送作業，獎品於得獎名單公布隔週寄出。 ● **若未於得獎名單公告 5 日內完成聯繫及資料填寫，視同放棄得獎資格。**
活動二	端出好食光拍照活動	300 元連鎖賣場禮卷	1. 2026/10/20(二)公告於癌症關懷基金會官網，網址連結：https://www.myccf.org.tw/21847 2.注意事項： ● 得獎名單公布後，**請得獎者主動透過本活動 Line 官方帳號（@615emkyt）聯繫**，並告知您為本次活動得獎者。 ● 成功連繫後，本會將另行提供表單，請得獎者依指示填寫收件地址及相關聯絡資訊，以利獎品寄送作業，獎品於得獎名單公布隔週寄出。 ● **若未於得獎名單公告 5 日內完成聯繫及資料填寫，視同放棄得獎資格。**

▌主辦單位：

財團法人
癌症關懷基金會
Cancer Care Foundation

▌合作夥伴：

兩打半
twodot

如有任何疑問，請洽計畫聯絡人徐營養師，電話：(02)2775-2529#19；Email：kidsedu@myccf.org.tw。