

新北₁市₂新₃埔₄國₅小₆ 《實₇貝₈！愛₉你₁₀一₁₁生₁₂、愛₁₃你₁₄一₁₅世₁₆》健₁₇康₁₈實₁₉踐₂₀計₂₁畫₂₂

113 年₂₃寒₂₄假₂₅學₂₆生₂₇健₂₈康₂₉自₃₀主₃₁管₃₂理₃₃實₃₄踐₃₅卡₃₆ (低₃₇年₃₈級₃₉)

各₄₀位₄₁小₄₂朋₄₃友₄₄：寒₄₅假₄₆中₄₇由₄₈自₄₉己₅₀主₅₁動₅₂登₅₃記₅₄完₅₅成₅₆日₅₇期₅₈（打₅₉勾₆₀）後₆₁，請₆₂家₆₃長₆₄幫₆₅你₆₆檢₆₇核₆₈。活₆₉動₇₀自₇₁113 年₇₂1 月₇₃20 日₇₄起₇₅實₇₆施₇₇，至₇₈113 年₇₉2 月₈₀15 日₈₁止₈₂。以₈₃下₈₄8 個₈₅主₈₆題₈₇，在₈₈寒₈₉假₉₀裡₉₁任₉₂一₉₃主₉₄題₉₅累₉₆計₉₇達₉₈成₉₉20 日₁₀₀以₁₀₁上₁₀₂時₁₀₃，開₁₀₄學₁₀₅導₁₀₆師₁₀₇會₁₀₈給₁₀₉予₁₁₀你₁₁₁1 次₁₁₂認₁₁₃證₁₁₄；寒₁₁₅假₁₁₆累₁₁₇積₁₁₈5 次₁₁₉老₁₂₀師₁₂₁認₁₂₂證₁₂₃，由₁₂₄學₁₂₅務₁₂₆處₁₂₇頒₁₂₈發₁₂₉好₁₃₀young 點₁₃₁數₁₃₂3 點₁₃₃！為₁₃₄了₁₃₅自₁₃₆己₁₃₇身₁₃₈體₁₃₉健₁₄₀康₁₄₁，趕₁₄₂快₁₄₃動₁₄₄起₁₄₅來₁₄₆吧₁₄₇！

班₁₄₈級₁₄₉：年₁₅₀班₁₅₁座₁₅₂號₁₅₃：姓₁₅₄名₁₅₅：

(一) 用 ₁₅₆ 眼 ₁₅₇ 30 分 ₁₅₈ 鐘 ₁₅₉ 輕 ₁₆₀ 鬆 ₁₆₁ 望 ₁₆₂ 遠 ₁₆₃ 10 分 ₁₆₄ 鐘 ₁₆₅	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₁₆₆ 行 ₁₆₇ 日 ₁₆₈ 數 ₁₆₉ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(二) 天 ₁₇₀ 天 ₁₇₁ 戶 ₁₇₂ 外 ₁₇₃ 活 ₁₇₄ 動 ₁₇₅ 120 分 ₁₇₆ 鐘 ₁₇₇ 含 ₁₇₈ 運 ₁₇₉ 動 ₁₈₀ 30 分 ₁₈₁ 鐘 ₁₈₂	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₁₈₃ 行 ₁₈₄ 日 ₁₈₅ 數 ₁₈₆ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(三) 天 ₁₈₇ 天 ₁₈₈ 潔 ₁₈₉ 牙 ₁₉₀ 5 次 ₁₉₁ (含 ₁₉₂ 早 ₁₉₃ 晚 ₁₉₄ 與 ₁₉₅ 三 ₁₉₆ 餐 ₁₉₇ 後 ₁₉₈)	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₁₉₉ 行 ₂₀₀ 日 ₂₀₁ 數 ₂₀₂ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(四) 天 ₂₀₃ 天 ₂₀₄ 睡 ₂₀₅ 滿 ₂₀₆ 8 小 ₂₀₇ 時 ₂₀₈	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₂₀₉ 行 ₂₁₀ 日 ₂₁₁ 數 ₂₁₂ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(五) 天 ₂₁₃ 天 ₂₁₄ 5 蔬 ₂₁₅ 果 ₂₁₆	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₂₁₇ 行 ₂₁₈ 日 ₂₁₉ 數 ₂₂₀ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(六) 天 ₂₂₁ 天 ₂₂₂ 使 ₂₂₃ 用 ₂₂₄ 3C 產 ₂₂₅ 品 ₂₂₆ 少 ₂₂₇ 於 ₂₂₈ 1 小 ₂₂₉ 時 ₂₃₀	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₂₃₁ 行 ₂₃₂ 日 ₂₃₃ 數 ₂₃₄ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(七) 天 ₂₃₅ 天 ₂₃₆ 喝 ₂₃₇ 足 ₂₃₈ 白 ₂₃₉ 開 ₂₄₀ 水 ₂₄₁ 量 ₂₄₂	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₂₄₃ 行 ₂₄₄ 日 ₂₄₅ 數 ₂₄₆ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						
(八) 每 ₂₄₇ 天 ₂₄₈ 吃 ₂₄₉ 優 ₂₅₀ 質 ₂₅₁ 早 ₂₅₂ 餐 ₂₅₃	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	2/1	2/2	2/3	2/4	執 ₂₅₄ 行 ₂₅₅ 日 ₂₅₆ 數 ₂₅₇ ：
	2/5	2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15						

備₂₅₈註₂₅₉：

- 一.建₂₆₀議₂₆₁家₂₆₂長₂₆₃利₂₆₄用₂₆₅寒₂₆₆假₂₆₇期₂₆₈間₂₆₉帶₂₇₀孩₂₇₁童₂₇₂進₂₇₃行₂₇₄視₂₇₅力₂₇₆及₂₇₇口₂₇₈腔₂₇₉檢₂₈₀查₂₈₁，了₂₈₂解₂₈₃孩₂₈₄童₂₈₅健₂₈₆康₂₈₇狀₂₈₈況₂₈₉。
期₂₉₀以₂₉₁檢₂₉₂查₂₉₃與₂₉₄生₂₉₅活₂₉₆實₂₉₇踐₂₉₈雙₂₉₉管₃₀₀齊₃₀₁下₃₀₂，保₃₀₃持₃₀₄孩₃₀₅童₃₀₆健₃₀₇康₃₀₈狀₃₀₉態₃₁₀。
二.3C 產₃₁₁品₃₁₂少₃₁₃於₃₁₄1 是₃₁₅指₃₁₆每₃₁₇天₃₁₈使₃₁₉用₃₂₀各₃₂₁項₃₂₂3C 產₃₂₃品₃₂₄的₃₂₅時₃₂₆間₃₂₇合₃₂₈計₃₂₉少₃₃₀於₃₃₁1 小₃₃₂時₃₃₃。
三.喝₃₃₄足₃₃₅白₃₃₆開₃₃₇水₃₃₈是₃₃₉指₃₄₀每₃₄₁天₃₄₂喝₃₄₃水₃₄₄1500CC 或₃₄₅以₃₄₆孩₃₄₇童₃₄₈體₃₄₉重₃₅₀〈公₃₅₁斤₃₅₂〉*30C.C.。
新₃₅₃北₃₅₄市₃₅₅新₃₅₆埔₃₅₇國₃₅₈小₃₅₉關₃₆₀心₃₆₁您₃₆₂

家₃₆₃長₃₆₄簽₃₆₅名₃₆₆：