

校園快訊

ESS at a Glance

《校園快訊》主要為讀者提供衛生署「健康飲食在校園」運動的最新動態和相關健康訊息

2025年9月號

今期內容：

- ◇ 「至『營』學校認證計劃」 - 獎項頒授 2025
- ◇ 「廚師營養烹調培訓工作坊」順利舉行
- ◇ 「營養培訓工作坊」現已接受報名

「至『營』學校認證計劃」 - 獎項頒授 2025

2024/25 學年的「至『營』學校認證計劃」獎項頒授已於今年 6 月順利完成。為表揚各學校的努力，衛生署健康促進處的代表到訪成功於本學年成功取得認證的學校並頒授獎項，同時與校方交流為學童營造健康飲食環境的心得。有關 2025 年獎項頒授的詳情，可瀏覽「健康飲食在校園」運動專題網站、衛生防護中心 Facebook 帖文和報章報道。



熱點推介

3. 衛生署提供的物資 (如不適用於貴校，請填明「不適用」或填)	
1. 「健康小食選擇卡」貼紙 (A4 尺寸) *	☐ 所需數量由衛生署決定 ☐ 不適用
2. 「健康營養卡」海報 (A2 尺寸) *	☐ 所需數量由衛生署決定 ☐ 不適用
3. 「至『營』小食」投標文件 (A4 尺寸) *	☐ 所需 (分派數量由衛生署決定) ☐ 不適用
4. 「食得健康」宣傳品，均與飲食有關，例如 *	☐ 所需 (分派數量由衛生署決定) ☐ 不適用
5. 「健康好方法」傳單系列 *	☐ 所需 (分派數量由衛生署決定) ☐ 不適用

* 設計物資有所限制，圖片僅供參考。

備註：由於物資數量有限，秘書處將以先到先得的方式讓參與「至『營』學校認證計劃」的學校領取物資。

「至『營』學校認證計劃」
索取校園健康飲食推廣物資

活動預覽

10 月

- ◇ 「開心『果』月」活動
開始接受報名

- ◇ 10.10.2025
「健康飲食在校園」營養
培訓工作坊

11 月

- ◇ 21.11.2025
「健康飲食在校園」營養
培訓工作坊

於 2024/25 學年連續五次取得「至『營』學校」認證的學校獲頒發「持續推動健康飲食校園」獎 (註：照片由上至下，由左至右，學校名稱依英文字母順序排列)



1. 大坑東宣道小學
2. 胡素貞博士紀念學校
3. 寶血會嘉靈學校
4. 觀塘官立小學
5. 馬頭涌官立小學 (紅磡灣)
6. 獻主會小學
7. 坪石天主教小學
8. 保良局田家炳千禧小學
9. 聖公會聖雅各小學
10. 慈幼葉漢小學
11. 順德聯誼總會何日東小學
12. 南元朗官立小學
13. 大埔官立小學
14. 香港四邑商工總會陳南昌紀念學校
15. 元朗寶覺小學

齊來參與「至『營』學校認證計劃」!

「至『營』學校認證計劃」為「健康飲食在校園」運動的項目之一，多年來獲得學界支持，至今已有超過 300 間小學及特殊學校參與，當中 125 間學校已成功取得認證資格，101 間學校更獲得「至『營』學校」嘉許。根據認證計劃的準則，取得認證資格的「至『營』學校」必須根據衛生署的《學生午膳營養指引》和《學生小食營養指引》內有關的營養要求，持續實施行政措施，提供健康午膳和小食，並進行相關教學及宣傳，建立有利於健康飲食的學習環境。尚未加入本計劃的學校，可與秘書處聯絡並報名。在此，衷心感謝各學校包括校長、老師、家長和同學的積極參與和支持，共同為學生建立一個營養友善的學習和生活環境。

「廚師營養烹調培訓工作坊」順利舉行



衛生署一如以往每年舉辦「廚師營養烹調培訓工作坊」，向午膳供應商及學校飯堂廚師提供最新的營養資訊，包括《學生午膳營養指引》、製作減鹽飯盒的竅門等，鼓勵業界在校園內提供營養均衡的午膳，協助學童從小建立健康飲食習慣。2025年度的工作坊已於8月1日順利舉行，共有38位來自15間午膳供應商和學校飯堂的代表出席。如錯過了是次活動，歡迎瀏覽「健康飲食在校園」運動專題網頁，參閱《學生午膳營養指引》及「學校午膳食品分類表」，了解更多有關學童健康午膳的資訊。



要學童從小建立「三低一高」的健康飲食習慣，除了午膳供應商的努力外，學校、老師及家長的參與亦十分重要。衛生署呼籲大家繼續支持「學校午膳減鹽計劃」，攜手在校內外營造有利學童健康飲食的環境。想了解更多健康飲食諮詢及有關計劃的詳情，請瀏覽：

- 「學校午膳減鹽計劃」簡介：https://school.eatsmart.gov.hk/b5/content_salt.aspx
- 至「營」食譜：<https://school.eatsmart.gov.hk/b5/resources.aspx?id=6508>
- 飲食小百科：<https://school.eatsmart.gov.hk/b5/tips.aspx>

「營養培訓工作坊」現已接受報名

均衡飲食習慣有助促進學童的健康並協助他們維持理想體重，降低患上肥胖、糖尿病、高血壓及心臟病等慢性疾病的風險。衛生署每學年會舉辦兩場營養培訓工作坊，讓教職員掌握更多學童營養的資訊，協助學校建立健康飲食環境及文化。本學年的工作坊詳情如下：

- 日期：2025年10月10日（星期五）及11月21日（星期五）
- 時間：下午2時至5時
- 地點：九龍塘沙福道19號教育局九龍塘教育服務中心西座4樓421室
- 內容重點：
 1. 學童營養及飲食問題
 2. 最近期的「香港小學午膳營養素測試」研究結果
 3. 「學校午膳減鹽計劃」簡介
 4. 教師、家長及食物供應商的角色
 5. 如何為學童選擇健康的午膳及小食
 6. 如何優化及維持學校午膳的營養質素
 7. 如何選擇午膳供應商
 8. 如何利用衛生署最新的資源改善校園飲食環境
 9. 「至『營』學校認證計劃」簡介



由於工作坊名額有限，且以往反應熱烈，有興趣參加的教職員請儘早透過教育局的培訓行事曆報名！

