

85210 健康體位密碼!



8：天天睡滿八小時



5：天天都要五蔬果



2：使用電子用品不超過二小時



1：每一天要運動三十分以上



0：零氣泡飲料，多喝「白開水」

https://www.hgsh.hc.edu.tw/ischool/publish_page/11/?cid=2775

