

國語日報

財團法人國語日報社發行
代理董事長兼社長/蔣竹君

社址/10078臺北市中正區福州街2號
網址http://www.mdnkids.com

訂報 (02)2341-2448
總機 (02)2392-1133

祕魯長臂天牛有美麗圖騰
花紋、顏色宛如原住民傳統圖案 6版
民眾提案縮短上課時間
教部：短期難達成 15版
寒假 踏查移工聚點
桃市建國小鼓勵學生自主學習 16版



送報到山巔
一天十塊錢
縮短知識的城鄉差距

http://donate.mdnkids.com/
衛部教字第1061364215號



9 771681 708707
今日特價
10元

董氏調查 半數兒童吃太快或太慢 恐有害健康

用餐過快易肥胖 過慢易蛀牙 醫師：一餐不宜逾35分鐘

【本報訊】一項由董氏基金會去年十一月調查三歲到十二歲兒童用餐時間，回收一千八百多份有效問卷，其中有半數兒童吃飯時間過快或過慢。董氏基金會食品營養組主任許玉

惠表示，吃飯速度太快，大腦飽食中樞會來不及接收飽足訊息，兒童在感覺到吃飽前，就已經吃過量，容易導致肥胖。

醫師湯國廷說，食物入口五分鐘後，口腔酸鹼值就呈酸性，如果食物停留太久，容易侵蝕牙齒表面的琺瑯質，增加蛀牙機率。

湯國廷建議，兒童應從小培養專心吃飯的習慣，減少電視等干擾；正餐時間至少間隔四小時，感覺到餓了，才有食欲吃飯。

臺北市民族國小教師張雅文說，學校午餐時間是四十分鐘，學生不論低中高年級，都會在時間內吃完；學校規定午餐時間不能去操場玩，學生不會為了玩耍而囫圇吞棗。



▲醫師建議，兒童用餐時間最好在二十分鐘到三十五分鐘內，吃太快、太慢都不好。
圖片提供/董氏基金會



富邦杯少棒賽開打

二〇一八富邦杯少棒邀請賽，昨天在臺北市青年公園棒球場開打，在高雄市中正國小迎戰臺南市協進國小的賽事中，中正國小靠著強大打擊，在第三局攻得八分；協進國小則在第四局打破鴨蛋，得到兩分；終場，中正國小以八比二獲勝。圖為中正國小球員朱育成（右）奔回本壘得分。

報導·攝影/高修民

上週流感達高峰 近13萬人次就診

【本報訊】疾管署表示，上週流感門急診就診人次近十三萬人次，較前一週增加兩成七，並新增五十二例流感併發重症病例，十四例死亡個案，就診和死亡個案都創本流感季單週新高。

疾管署表示，十四例流感死亡病例包括五名男性和九名女性，年齡從三十五歲到九十一歲，都開始減緩。

疾管署副署長莊人祥說，流感疫情升溫，推測是受到前一週寒流來襲影響，預估進入寒假後，疫情將起發生在校園。

患有慢性或潛在疾病，其中十一人未接種疫苗。

疾管署表示，本流感季從去年十月至今，已有兩百一十二例重症，以感染B型流感為主；近四週共發生五十七起流感群聚，其中四十四起發生在校園。

日火山噴發 滑雪場雪崩

日本群馬縣草津溫泉白根火山，昨天上午噴發，造成附近草津國際滑雪場一度雪崩，遊客和工作人員約八十人，包括十五名臺灣旅客在內，都進入室內避難，無生命危險。自衛隊派直升機前往救援，消防車和救護車也到場支援。日本氣象廳公布火山噴發警戒等級三級。

美聯社

