

國語日報

財團法人國語日報社發行 董事長兼社長/孫慶國
社址/10078臺北市中正區福州街2號 訂報 (02)2341-2448
網址http://www.mdnkids.com 總機 (02)2392-1133

法國國旗顏色悄更改
馬克宏改藍色色調 射光藍變海軍藍 3版
寶手語老師助親子溝通
教父母使用技巧 讓孩子用手勢表達 4版
低中年級寫作觀察
從時事到生活體驗 開出語文花朵 8、9版

送報到山巔
讀報剪報真美妙
帶我們探索世界

https://donate.mdnkids.com/
郵政特准掛號認爲新聞紙類
郵政特准掛號認爲新聞紙類
9 771681 708707
今日特價 10元

防疫增強健康意識

美測試飛行器撞擊小行星

美國太空總署 (NASA) 於當地時間十一月二十四日晚上，在加州發射「獵鷹九號」火箭，將一個撞擊飛行器送上太空；預計明年九月，該飛行器將會撞擊一顆小行星。NASA表示，無意摧毀這顆小行星，此舉只是要測試，若遭遇天體撞擊威脅，人類有無能力改變其運動軌跡。圖為搭載撞擊飛行器的獵鷹九號。

文/王士誠 圖/美聯社



規律運動人口比率創新高

李琦瑋 / 臺北報導

為了解全民運動推廣各項政策的執行情形，教育部體育署委託世新大學進行「運動現況調查」，昨天公布一一〇年運動現況調查成果，發現新冠肺炎疫情讓民眾更關注身體健康，規律運動人口比率創新高，提升至今百分之三十三點九；受疫情影響，民眾改變運動模式，在家運動的比率從去年的百分之九增至百分之十五點三。該調查從今年八月到十月，以全國二十二個縣市為範圍，對象是年滿十三歲以上的國民。

市話調查共回收兩萬五千多份有效樣本，網路調查共回收一千多份有效樣本。

體育署表示，在規律運動定義方面，採取「一七三三三定義」，即每週運動三次，每次運動三十分鐘，心跳達一百三十下或會流汗也會喘。今年國內參與運動人口比率達百分之八十點二，規律運動人口比率較去年增加百分之零點九。

女性規律運動人口比率達百分之三十二點四，較去年增加百分之二，帶動整體規律運動人口的提升，且與男性的百分

國語日報 原文書蟲俱樂部

線上英文讀書會

12月主題

綠野仙蹤
12/12 (日)
10:00~11:35

適合對象：
★小一~成人
★依程度分班
★限8人

清秀佳人
12/12 (日)
13:00~14:35

2022主題 搶先看

福爾摩斯 / 遇見阿拉丁 / 美女與野獸 / 湯姆歷險記 / 環遊世界80天 / 阿里巴巴與40大盜

(02)23921 133轉1705

之三十五點四，僅差百分之三，兩性差距縮小。

疫情改變民眾運動模式，調查指出，受疫情影響，許多學校運動場地進行管制，民眾運動地點以公園最多，占百分之三十五點四，其次是人行道/道路，占百分之二十六點二，在家運動比率則大幅增加。

臺師大教授程瑞福說，受疫情影響，民眾健康意識提升，認為運動是最好的防疫；疫情期間健身房等場所關閉，民眾改在家運動，也興起線上訓練熱潮，推測此運動模式在後疫情時代下，會延續一陣子。

臺北市立大學教授許瓊云說，近十年，女性規律運動人口比率從百分之二十四點八，增加到今年百分之三十二點四，成長了百分之七點六，且與男性的差距也逐漸縮小，顯現推廣女性運動的政策有效。

臺體大教授林房儂指出，今年規律運動人口比率增加，除了女性增加外，上班族比率也增加，推測是受疫情影響，上班族減少應酬、購物，更有時間運動，以及體育署推動運動企業認證所致。