



學習單

我的飲食問題

A+
5/9

1	年	1	班	25	號	姓名: 鄭潔義 Jessica
---	---	---	---	----	---	--------------------

請選擇一項你需改善的飲食問題，著依照下面的步驟思考，再做做看。

<p>我的飲食問題是：我怎麼去食，而且菜都吃很少。</p>	<p>原因是：菜很好吃。</p>	<p>解決問題的方法是：多吃菜。</p>
-------------------------------	------------------	----------------------

蔬菜對我們的身體很好喔！
可以多多吃，說不定會變上喔！

和自已的約定

我是鄭潔義 從 5 月 5 日開始到 7 月 1 日，不食多吃菜。

如果達成目標，可以 給我出去玩。

立約人：鄭潔義

見證人：顏加媛

民國 110 年 5 月 5 日



學習單

我的飲食問題

1	年	1	班	2	號	姓名	Harry
---	---	---	---	---	---	----	-------

請選擇一項你需要改進的飲食問題，著依照下面的步驟思考，再做做看。

我的飲食問題	原因是	解決問題的
是：我	喝太多	方法是
每天	喝	少

Good!!!

白開水才是對我們最健康的飲料喔!

和自己約定

我 Harry 從 5 月 5 日開始到 6 月 5 日，不在

如果達成目標，可以去

立約人：Harry 見證人：林小姐

民國 110 年 5 月 5 日

學習單



我的飲食問題

一	年	一	班	8	號	姓名: 朱柏昕
---	---	---	---	---	---	---------

請選擇一項你需改善的飲食問題，著依照下面的步驟思考，再做做看。

<p>我的飲食問題是： 我不吃鹹的。</p>	<p>原因是： 鹹又香。</p>	<p>解決問題的方法是： 一個月不吃鹹。</p>
----------------------------	----------------------	------------------------------

和自已約定

我朱柏昕從5月5日開始到6月7日，不吃鹹。

如果達成目標，可以去新光三越。

立約人：朱柏昕

見證人：朱柏昕

民國110年5月5日

加油！努力做到，能去新光三越，對面還有藍曬圖可以看喔！



學習單

我的飲食問題

—	年	—	班	J	號	姓名: W. Y. H.
---	---	---	---	---	---	--------------

請選擇一項你需改善的飲食問題，著依照下面的步驟思考，再去做看看。

<p>我的飲食問題是： 口渴</p>	<p>原因是： 很口渴</p>	<p>解決問題的方法是： 不飲含糖</p>
------------------------	---------------------	---------------------------

哇！時間有點長！老師會先從一個月做起喔！

和自已的約定

我 謝敬廷 從 5 月 5 日開始到 5 月 29 日

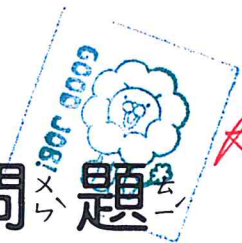
如果達成目標，可以

立約人： 見證人： [Signature]

民國 100 年 5 月 日

學習單

我的飲食問題



AT 99

—	年	—	班	22	號	姓名	Lillian
---	---	---	---	----	---	----	---------

請選擇一項你需要改進的飲食問題，著依照下面的步驟思考，再做做看。

<p>我的飲食問題是： 不吃肉</p>	<p>原因是： 因為我不吃 得肉</p>	<p>解決問題的方法： 一個月不吃</p>
-------------------------	------------------------------	---------------------------

和自已的約定

我 Lillian 從 5 月 5 日開始到 6 月 5 日，不吃肉。

如果達成目標，可以去看。

立約人：呂安甄

見證人：楊志輝

民國 110 年 5 月 5 日