

英國保誠人壽舉辦兒童健康系列講座

「i 寶—保護兒童 誠就未來」邀請專家引導正確「食」的教育

英國保誠人壽持續倡議「i 寶—保護兒童 誠就未來」，舉辦系列活動呼籲各界一起響應兒童保護議題，今年的倡議主軸從影響兒童成長最基本的關鍵－健康問題著手，率先同業攜手臺北醫學大學大數據研究中心，透過數據分析與文獻研究，發表兒童健康白皮書，並於社群媒體成立 FB 社團聚焦相關議題。今（16）日更邀請兒科醫師與專家針對兒童代謝問題舉辦兒童健康講座，與會醫師專家們除了分享兒童健康現況外，更運用其專業及臨床經驗提出許多分析與建議，讓現場參與的民眾對兒童成長期間在飲食與代謝方面的認知有更進一步的理解與認識。

英國保誠人壽行銷長楊繼平表示：「每個人在兒童時期都有許多夢想，但這些夢想在成長的過程中，有可能因為許多因素，包括環境、健康、教育或心理等而有所影響。英國保誠人壽提出『保護兒童 誠就未來』的倡議，希望呼籲社會大眾，成就孩子的夢想，必須先從保護他們的成長開始！今年，我們透過社會現象的觀察、數據的分析以及結合政府政策，發表兒童健康白皮書，更針對影響兒童健康的三大主要關鍵問題--代謝、過敏與 3C 成癮，邀請專家進行系列議題分享，歡迎大家一同參與。」英國保誠人壽不僅舉辦兒童健康講座，更與家扶基金會合作，自 12 月份起於全臺北中南舉辦多場「食育計畫」，幫助弱勢家庭的兒童及家長們一起認識如何吃得健康、吃得營養。

第一場兒童健康系列講座主題將以當前影響兒童健康三大關鍵之一的「代謝症候群」為開端，特別邀請臺北醫學大學大數據研究中心林彥光博士、輔大家庭醫學科許書華醫師、柚子小兒科診所陳木榮院長與現場民眾分享其專業及臨床建議。林彥光博士表示，觀察國內兒童 BMI 大於 90 百分位者，其中有 29.3% 的男童與 28.4% 的女童患有代謝症候群^(註 1)，這是相當高的比例。而造成兒童肥胖的主因，除了來自於飲食不當之外，最重要的是生活習慣上的改變，在飲食西化、隔代教養等因素的影響下，國內兒童在飲食習慣上有三大現象：食用過多高熱量食物、偏好高油高鹽高糖食物、隨手一杯手搖飲，這些習慣多數與主要照顧者的影響有關。

許書華醫師在講座中透過數據研究及臨床經驗，導正民眾對於小時候胖不是胖的迷思，從數據觀察中可以看到國內兒童肥胖與青少年肥胖有逐年攀升的趨勢，且雙親肥胖的小孩，將來成年後肥胖的機率也較高；許醫師提醒家長，「致胖環境」是造成兒童肥胖的主因，家長可以透過以下許多方式，幫助孩子避免置身於致胖環境當中，包括：每天食用 5 份以上的蔬菜水果、每天看電視和其他螢幕的時間少於 2 小時、每週家人一起在家吃飯 5 至 6 次等，透過可量化的目標設定，循序漸進的改善兒童成長的環境，幫助孩子遠離代謝症候群。

針對兒童健康議題，英國保誠人壽將陸續舉辦系列講座，邀請專業醫師、兒童教養專家等與民眾分享。相關講座資訊及內容將於後續分享於「英國保誠人壽 i 寶」FB 社團（網址：

<https://www.facebook.com/groups/pca.iloveprotection>) 提供所有關心兒童議題的民眾共享及經驗交流。

英國保誠人壽「i 寶—保護兒童 誠就未來」發揮思維領導的企業社會責任，倡議兒童保護，呼籲社會大眾一起關注兒童議題，共創一起好幸福的社會願景！

註：

1. 資料來源：英國保誠人壽 2020「[兒童健康白皮書](#)」



英國保誠人壽倡議「i 寶—保護兒童 誠就未來」，舉辦兒童健康講座探討兒童代謝症候群（左起：臺北醫學大學大數據研究中心林彥光博士、輔大家庭醫學科許書華醫師、英國保誠人壽行銷長楊繼平、柚子小兒科診所院長陳木榮醫師）



英國保誠人壽舉辦「i寶 保護兒童誠就未來」兒童健康講座，呼籲家長為兒童健康把關。

圖為英國保誠人壽行銷長楊繼平。



英國保誠人壽行銷長（中）與輔大家庭醫學科許書華醫師（左二）及柚子小兒科診所院長陳木榮醫師（右二）、臺北醫學大學大數據研究中心林彥光博士（左一）為應對兒童代謝症候群與現場家長分享專業建議。