視聽口保健宣導



（1）多戶外活動 遠離惡視力

（2）「規律用眼3010」近距離用眼30分鐘，需休息10分鐘

（3）「天天戶外遠眺120」每日戶外活動總時數120分鐘以上

（4）未滿2歲幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時

（5）食鹽加氟 牙齒有福

（6）齲齒預防要有效 塗氟填溝不可少

（7）口腔保健做得好 牙齒健康沒煩惱

（8）新生兒聽力篩檢 讓愛生「聲」不息

（9）「兒童的事 大家的事」兒童的幸福需要你我

（10）兒童牙齒塗氟服務，須攜帶健保卡及兒童健康手冊,請見衛生所官網