

財團法人癌症關懷基金會 「MyPlate！我的餐盤拍照換好禮」活動簡章

本會深耕校園食育逾十年，並斥資百萬開發專為學童設計的漫畫及動漫教材《愷兒小王子的麥普雷特大冒險》，以美國飲食指南「我的餐盤」(MyPlate)為基礎，打造出均衡飲食六大類食物的冒險地圖，主角「愷兒」取自 care 諧音，象徵關注飲食與健康，反派「柯色」魔王則來自 cancer 音譯，代表導致發炎與疾病甚至癌症的危險因子。學童藉由觀看喜愛的漫畫/動漫學會分辨「真食物、好食物、全食物」，讓健康從小扎根！

鼓勵曾參加「動漫學健康·食在好聰明」活動之親子將均衡飲食觀念落實於生活中，搭配出一餐均衡「我的餐盤」，並拍照上傳參加評選，前 30 名優秀作品將致贈精美禮品乙份。

一、主辦單位：

財團法人癌症關懷基金會。

二、參賽對象：

全國國小學童及其家庭。

三、活動時間：

報名期間	114 年 10 月 1 (星期三) 至 114 年 11 月 2 日 (星期日) 23:59 截止
人氣票選	114 年 11 月 5 (星期三) 至 114 年 11 月 11 日 (星期二) 23:59 截止
得獎名單公布	114 年 11 月 17 (星期一)

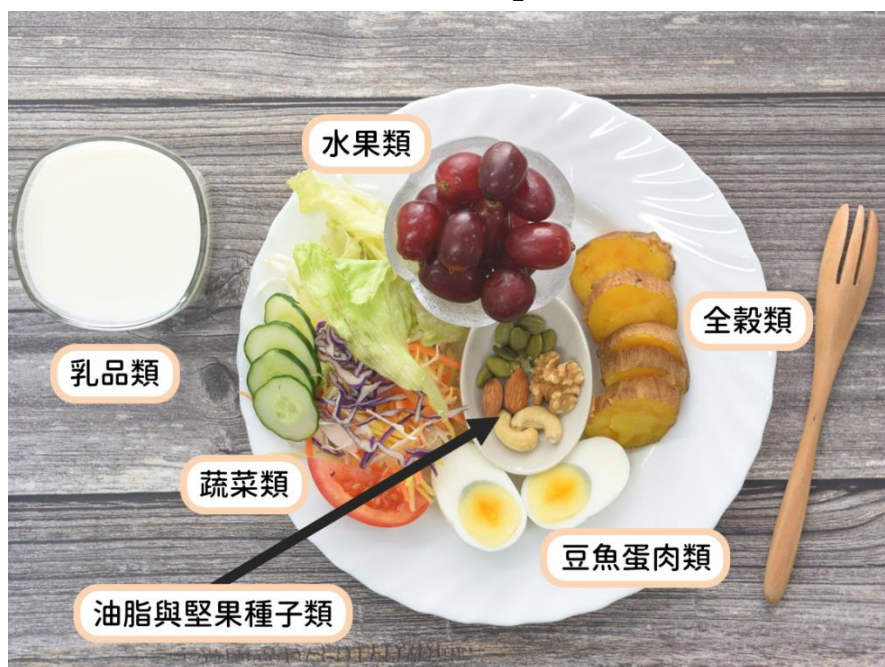
四、活動方式：

1. 創作「我的餐盤」(MyPlate)：

學童與家長參考動漫內容，並依據下圖設計一份「我的餐盤」，餐點**不限早/午/晚餐**，只須完成其中**一餐**即可。(圖一為「我的餐盤」示意圖，圖二、圖三為本會設計範例圖)



圖一、「我的餐盤」示意圖



圖二、本會設計早餐範例圖（範例文字僅供示意用，參賽作品無需加上文字）



圖三、本會設計午/晚餐範例圖（範例文字僅供示意用，參賽作品無須加上文字）

2. 上傳作品及相關資料填寫：

將作品以**正面俯視**方式拍照，確保不同種類食物的分配能清楚呈現，並上傳至 Google 表單，同時於表單內填寫作品簡單說明（不超過 50 字）。

3. 人氣票選與專家投票：

主辦單位將彙整所有作品並公開展示，成績採「人氣票選 50%＋專家評選 50%」之方式計算，綜合評選出得獎名單，結果將公布於癌症關懷基金會官網：

- 人氣票選（50%）：社會大眾於投票頁面投票，支持喜愛作品（投票頁面將於人氣票選開始時公布於官網）。
- 專家投票（50%）：由本會專業營養師依作品是否符合「我的餐盤」均衡飲食原則進行評選。

4. 獎勵方式：

本活動將評選出前 30 名優秀作品，每名得獎者可獲得精美禮品乙份。

5. 作品回饋：

專業營養師將公開針對作品提供營養建議（只公開作品名稱，不會顯示參賽者個資），親子可從中獲得實用的健康飲食知識，破除常見迷思！

五、報名方式：

請上 Google 表單報名，報名連結：<https://forms.gle/t4pjkPoiVTjvqxyX6>

六、注意事項：

1. 活動最新資訊，公告在癌症關懷基金會及官方 Facebook 上，請參賽者持續關注，避免遺漏重要訊息。
2. 有任何問題歡迎來電詢問，基金會電話：02-2775-2529 分機 19，徐佩瑜營養師。
3. 癌症關懷基金會保留本活動相關內容之最終更改、禁止或終止等權利外，對相關內容有最終之詮釋權。
4. 參賽者之作品將刊登於癌症關懷基金會官方網站及社群平台，作為「我的餐盤」(MyPlate) 推廣使用。