

【閩南語】 Àm-t̀ng kiám tsiah tsit kháu, uah kah káu-tsap-káu。

暗頓減食一口，活甲九十九。

【客家語】 siid ia sang \ siid id \ heu \ siid do lo \ lo \ lo \。

食夜省食一口，食到老老老。



?? 大家來猜一猜意思是什麼？

寫下答案交教務處，答對的可以參加抽獎喔！

1. [ 晚上少吃一口，就可以存 99 元。 ]
2. [ 活到 99 歲的人，晚上只能吃一口飯。 ]
3. [ 晚上少吃一點就可以活久一點，  
為古時候先民養生長壽之道。 ]

晚上少吃一點，  
身體會較健康！

