

# 營養教育由書桌到餐桌的研習

## (一) 辦理國高中職教師、營養師之「營養教育由書桌到餐桌」研習營

主辦單位：弘光科技大學營養系暨營養醫學研究所

協辦單位：財團法人康善基金會、社區暨長照營養協會、台中市營養師公會

### 1. 背景分析

因應近年國人重視未來國家棟樑的營養與食育，積極規劃營養午餐、環境教育、營養教育及食慾等活動，但因目前國高中教師及營養師，針對營養教育及其課程設計基礎知識有待再提升。因此，本活動規劃「從書桌到餐桌綠營養教育課程」，課程內容將融合社會心理學和教育理論，使營養知識更落實的進入生活中。因傳統營養教育或諮詢著重於知識的傳授，無法引導飲食行為的修正。營養教育的教材設計，必須化解專業知識及實際生活的落差，以提高營養保健的意識與落實，有效的預防疾病和促進健康。課程中也應用評估美國營養教育教材實例、宣導運動等，期以此種子教師訓練，加以改善台灣校園營養教育，進而延展應用在社區或相關單位。更期待從事國高中職教育者的目光能從書桌移動到餐桌，看到全球環境議題、一天三餐的食物，以及國高中校園、社區和地方的環境。

### 2. 研習目標

- (1)提升國高中職教師及營養師對本系所之認識。
- (2)藉由研習營的課程及實作經驗分享，增加國高中職教師對於營養的興趣。
- (3)提高營養保健的意識與落實，有效的預防疾病和促進健康，使營養知識更融入生活。

### 3. 具體內容

- (1)參加對象：國高中職營養相關科別或對營養有興趣之教師、營養師。
- (2)時間：106年1月7日(星期六)。
- (3)地點：D棟110團體膳食製備實驗室。
- (4)證書：研習結束後，核發研習證書。
- (5)交通：自行前來。
- (6)費用：免費。
- (7)執行內容詳列於下表。

時間	工作事項	活動內容	授課師資
08:30-09:00	學員報到		
09:00-09:20	歡迎	1.介紹活動流程與分組。 2.由教師介紹學校與營養系概況。	王雪芳
09:20-10:20	營養教育由書桌到餐桌的驚喜	1.理解社會心理和教育理論，且加以應用在營養教育和宣導運動的行為領域，以修正營養教育和行為的改變。	白小良

		<p>2.解析目前美國促進健康、預防疾病、食物和環境有關的營養教育和宣導運動的典型案例。</p> <p>3.在試圖改變健康行為方面，充份理解課程設計原則、傳達技巧、和分組教學經驗的評估。</p> <p>4.設計海報、視聽、和/或適合於教學對象，所須要的適當教學輔助資料。</p> <p>5.設計評估方法，以確切地評估營養教育教材的成效，以科學數據証實營養教育在全民教育及保健的重要性。</p> <p>6.營養教育的倫理觀。</p>	
<b>10:20~10:30</b>	Tea time		
<b>10:30~11:30</b>	分組討論與教育活動設計		白小良 閻靜玉
<b>11:30~11:50</b>	餐桌贏家&頒獎活動		王雪芳 白小良 閻靜玉
<b>快樂賦歸</b>			

## (二) 授課師資介紹

### 王雪芳

弘光科技大學營養系暨營養醫學研究所所長兼系主任

### 白小良

學歷:

美國紐約哥倫比亞大學教育學院營養教育博士

美國紐約哥倫比亞大學醫學院公共衛生碩士及營養教育碩士

美國紐約哥倫比亞大學醫學院人類營養學碩士

中國文化學院（今文化大學）家政系食品營養組

實踐家政專科學校（今實踐大學）食品營養科

經歷:

目前任職美國紐約市立大學兼任副教授

曾任教美國蒙特克萊爾州立大學兼任副教授

美國康乃爾大學農業推廣中心營養專員

馬偕醫院任職臨床營養師及組長

- 1985 年在馬偕醫院成立台灣第一個腸道靜脈營養醫療小組
- 紐約斯隆凱特林紀念癌症中心(Memorial Sloan-Kettering Cancer Center)及賓州大學兒童醫院學習如何執行病患的臨床營養治療

### 閻靜玉

康善基金會執行長

嘉南藥理大學食品營養系兼任教師 營養諮詢與教育 講師

弘光科技大學營養系暨營養醫學研究所 營養諮詢與教育 講師

便當超人 活動企劃與執行長

(三) 報名方式：請於 105 年 12 月 27 日(星期二)前至報名系統填報基本資料，網址如下。

<https://goo.gl/OTvGYd>

(四) 若有問題歡迎來電洽詢: (04)26318652 分機 5816，郭曉碯助理。