



嘉南藥理科技大學生活應用與保健系 『養生藥膳』成果發表會

嘉南藥理科技大學生活應用與保健系將於 97 年 5 月 26 日 (星期一) 上午 11:30~13:30，在該校食品大樓前紅磚道上舉辦『養生藥膳專題製作成果發表會』。本次發表會係由生活系系主任范晉嘉與該系顏名聰教授指導，由生活系四年級甲班及乙班同學共同參與完成。

中國經歷數千年來的生活體驗，衍生了「神農本草經」、「食療本草」及「本草綱目」等，將食物及醫藥融成一體，即演化出「藥食同源」之文化。該校生活系專業課程-「藥膳製作實習」即是教導學生學習中藥材的學理及中藥材與食材調配所製作成日常生活飲食，期使學生能從藥食同源理論進展到實務應用，更期望學生能在未來的餐飲相關行業中，具備從事養生飲食製備及指導工作的能力，也希望能從中培養個人及家人的生活保健觀念。

近年來由於社會生活的壓力，造成一般民眾飲食習慣注重快速，由於營養素攝取不均衡而造成現代文明病。因此為了達到健康之道，除了須注意日常生活習慣的調整外，近年來所提倡的飲食調整觀念與實踐也可達到養生目的。

本次成果發表之藥膳內容，分為改善體質、增進肌膚美麗、調解生理不順、增強體力、延緩老化、促進新陳代謝及促進血液循環等七項專題，並設計適合的餐食及各種點心及飲品，以期能達到養生保健的效果。本藥膳製作成果展示包括：藥膳菜單設計、熱量需求及藥材功效，再選用適當的中藥及食材依照所設計的菜單，實際製作豐富又多元變化的養生藥膳。

嘉南藥理科技大學生活應用與保健系之創系宗旨為培育生活保健服務與生活管理之專業人才，其中訓練學生具備「養生與飲食保健」之專業技能，使其具有未來從事健康飲食製備之能力，以滿足「樂活族」追求「吃的健康」之需求。詳細活動時間與內容請洽詢該校生活應用與保健系范晉嘉主任，
電話：(06)2664911 轉 3501