



精進養生飲食保健

嘉南藥理科技大學 生活應用與保健系

舉辦高血壓防治飲食成果發表會

嘉南藥理科技大學生活應用與保健系於5月24日(星期二)在該校食品大樓 F115 會議室及 F502 團膳教室舉辦「100-101 年度獎勵科技大學及技術學院教學卓越計畫之子計畫 6-2 健康照護教育」項下之「精進養生飲食保健」教育推廣計畫，活動中除了邀請成功大學生命科學系張素瓊教授進行「淺談高血壓防治飲食」專題演講，用以深化教學內涵外，還安排「高血壓防治飲食饗宴」，讓參與活動的師生皆免費享宴。

「高血壓防治飲食饗宴」，在生活系陳師瑩主任與該校校衛生保健組賴伶蜜主任的合作推動下，由林美芳助理教授領銜主持，顏名聰及呂雅蕙助理教授協同指導，經生活三甲及三乙全體同學共同參與製作設計完成。

本次高血壓防治飲食的製作方式，乃根據高血壓防治原理以高鉀、高鎂、高鈣、高膳食纖維及富含多元不飽和脂肪酸等營養成份做基礎，並以多種食材精心製作搭配，能品嚐美食，且可達到控制血壓的目的，達到改善健康的效果。

精進養生飲食保健教育推廣計畫係結合該生活應用與保健系「疾病膳食與製備實驗」課程的學習成果，讓該系大三學生從營養學理論進展到飲食製作實踐，使之在健康餐飲製備、社區送餐服務、長期照護機構相關行業具有從事膳食製作的工作能力，亦能培養正確的飲食營養觀念。

生活應用保健系之創系宗旨為培育具備中、西餐烹飪、各種膳食設計與製備、居家照顧服務、環境與活動設計、生活才藝及生活規劃管理等專業人才，以符合社會對「餐飲服務業」與「生活服務業」的需求，尤其在新世紀人類乃以追求健康為首要之際，此成果發表會可提供健康飲食生活的基本認知及技術。相關活動成果請洽該校生活系系主任 陳師瑩，電話：06-2664911 轉 3501。

圖說：高血壓防治飲食饗宴活動現場



嘉南藥理科技大學 新聞稿

聯絡人：校長室秘書 陳慧卿
電話：(06) 2665674 2664911-1003
行動：0952-058989
E-Mail：box101@mail.chna.edu.tw



01 高血壓防治飲食饗宴



02 高血壓防治飲食專題演講



03 高血壓防治飲食饗宴



04 高血壓防治飲食-日式料理