



學生裝扮卡通人物造型吸引注意 青銀共創樂活人生

嘉藥保營系守護東勢社區長者

記者黃文記／關廟報導

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟區東勢社區，自五月底起至七月初辦理健康飲食課程講座，加強銀髮族保健概念，養成正確飲食行爲，提升長者健康。開辦以來回響熱烈，吸引逾一百二十人次參與，其中不乏百歲人瑞；參與的學生也從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生。

這項講座由嘉藥保營系老師陳姿秀負責執行，邀請系上教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊，向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

陳姿秀表示，東勢社區人口約三千八百人，六十五歲以上長者有七百人，其中還有百歲人瑞。她指出，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯爲主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長者在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

活動過程中趣事連連，學生還妝扮成卡通人物造型來吸引長者注意，當學生志工用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔逗得長者笑聲不斷；學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成爲營養師的信念。



嘉南藥理大學新聞剪報

資料來源：民時新聞報(7大台南生活焦點)

刊載日期：109年06月19日

記者：孫宜秋

嘉藥辦健康飲食課程講座

保健營養系師生到關廟東勢社區 舉辦講座希望加強長輩們養成正確飲食

【記者孫宜秋／南市報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自月底起至3月1日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過100人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃一場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣講活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志願隊「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知識。

東勢社區人口約800人，65歲以上長輩有200人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程



為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物。

這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠晶表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活躍與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的大學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉南藥大保健營養系社區開課

【記者陳懷恩台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走出校園、進入關廟東勢社區，自5月底開辦健康飲食課程講座，加強銀髮族保健觀念，結果回響熱烈，吸引超過120人次參與。其中包含多位百歲人瑞，參與學生開心與長輩互動，青銀同場共創樂活人生。

台南市社區關懷據點普及，嘉藥大力支持衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程，以及一場代謝症候

群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行。活動至7月4日，除提醒長輩養成正確飲食行為，也幫學生培養愛心、耐心與同理心，叫好又叫座，深具意義。

另有學校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊—「社區營養小蜜蜂」，向社區長者傳遞正確保健營養知能。

東勢社區65歲以上有700人，包含多位百歲人瑞也參加營養教育活動。陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，因此課程重點均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少。

資料來源：臺灣導報(A7 南台灣新聞)

刊載日期：109年06月20日

記者：陳懷恩



嘉藥師生在關廟指導銀髮長輩健康飲食。(記者陳懷恩攝)

Hi翻天！ 嘉藥保營系社區營養推廣系列活動人氣旺



▲嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，辦理健康飲食課程講座，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，活動深具意義，叫好又叫座。（圖／記者林悅翻攝，下同）

記者林悅 / 台南報導

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質，開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局2020年維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及1場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行，並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。



進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。



活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。

裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。



嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

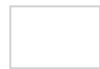
用LINE傳送

記者-臺南記者

2020-06-18 12:42:34



【101新聞網記者王宇榛 / 台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之

一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

2020-06-18 19:44:37 大華網路報

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

(蔡清欽報導)

圖1：長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心。

圖2：嘉藥保營系同學打扮成小丸子逗的阿嬤笑呵呵。

圖3：百歲人瑞開心向姿秀老師表示感謝，度過了快樂充實的營養好時光。

圖4：為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物。



嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi 翻天

<http://www.cntimes.info> 2020-06-18 19:44:37



長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心。



嘉藥保營系同學打扮成小丸子逗的阿嬤笑呵呵。



百歲人瑞開心向姿秀老師表示感謝，度過了快樂充實的營養好時光。



為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi 翻天

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

中央社訊息服務 2020/06/19 10:01(4小時前)



嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

(中央社訊息服務20200619 10:01:42)嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次

營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

2020-06-19 10:02:13 中央社訊息服務20200619 10:01:42

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天



嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康

並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

中央社 (2020-06-19 10:02)

分享     

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

(中央社訊息服務20200619 10:01:42)嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

中央社 / 2020.06.19 10:02

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

(中央社訊息服務20200619 10:01:42)嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打

成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

舒適閱覽：  

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天



百歲人瑞開心向姿秀老師表示感謝，度過了快樂充實的營養好時光!!!



長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 嗨翻天

(中央社訊息服務20200619 10:01:42)嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社



嘉藥保營系同學打扮成小丸子逗的阿嬤笑呵呵

區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃

魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學

生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

訊息來源：嘉南藥理大學

本文含多媒體檔 (Multimedia files included) :

<http://www.cna.com.tw/postwrite/Detail/274397.aspx>

附件下載

- [百歲人瑞開心向姿秀老師表示感謝，度過了快樂充實的營養好時光 !!! \(jpg檔\)](#)
- [長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心 \(jpg檔\)](#)
- [嘉藥保營系同學打扮成小丸子逗的阿嬤笑呵呵 \(jpg檔\)](#)

新聞稿刊載服務請洽本社業務中心行銷人員，電話 (02) 2505.1180 轉 780 ~ 786 或 790 ~ 797
本平台資料均由投稿單位輸入後對外公布,資料如有錯誤、遺漏或虛偽不實,均由投稿單位負責

嘉藥保營系社區營養推廣嗨翻天



【大成報記者于郁金/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩

2020/06/18

保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持臺南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習

慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





2020-06-18 12:36:05 于郁金

嘉藥保營系社區營養推廣嗨翻天



【大成報記者于郁金/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持臺南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康

並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣Hi翻天



2020-06-18 【勁報記者于郁金/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持臺南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並

存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣Hi翻天

勁報 2020/06/18 12:29(1天前)



【勁報記者于郁金/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持臺南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在

品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。



2020-06-18 12:29:53 勁報記者于郁金/臺南報導

嘉藥保營系社區營養推廣Hi翻天



嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持臺南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康

並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣Hi翻天



【記者于郁金/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質；開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3,800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導；每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第1場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃；第2場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取；課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養；之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中，趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示：「原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來！」學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念；裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活躍與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系守護東勢社區長者

2020-06-19



為了吸引社區長者目光，嘉藥學生特地打扮成各類卡通人物造型與長者互動。（記者黃文記攝）

記者黃文記／關廟報導

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟區東勢社區，自五月底起至七月初辦理健康飲食課程講座，加強銀髮族保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康。開辦以來回響熱烈，吸引逾一百二十人次參與，其中不乏百歲人瑞；參與的學生也從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生。

這項講座由嘉藥保營系老師陳姿秀負責執行，邀請系上教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊，向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

陳姿秀表示，東勢社區人口約三千八百人，六十五歲以上長者有七百人，其中還有百歲人瑞。她指出，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長者在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

活動過程中趣事連連，學生還妝扮成卡通人物造型來吸引長者注意，當學生志工用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷；學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師的信念。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

2020.06.18 目擊新聞

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟區東勢社區，從5月底到7月4號辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

關廟東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加這次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因為牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。









嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天

2020/06/18

(記者邱秋逢/台南報導)嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。



越來越多人線上投保，方便又省錢

保險到期前兩個月就能保，機車強制險最高省240元，快來試算。

<http://www.tmnawa.com.tw>



你的危機指數跟樹懶一樣嗎？

健康狀態不可逆，不知不覺比後知後覺更可怕！

<http://4c.pchome.com.tw>

民正新聞 民正新聞創刊於1990年2月局版台訊0220號【www.minjim.com】報導即時新聞，教育知識、旅遊景點、生活動態'醫學養生、一些你不知道的事物、及幫你解決...

12 愛的鼓勵

3 訂閱站台

首頁 活動

站台人氣

累積人氣：5,116,150
當日人氣：1,263

訂閱本站

[RSS訂閱 \(如何使用RSS\)](#)
[加入訂閱](#)

連結書籤

[民正新聞網](#)
[google民正新聞](#)
[yahoo民正新聞](#)
[FB民正新聞](#)

熱門文章

- [家屬控執法過當臺南市第六分局澄瀆\(31,560\)](#)
- [台北民族舞團25週年慶《經典綻放》台南女兒回娘家巡迴演出最終場\(23,261\)](#)
- [成大醫院大腸直腸外科主治醫師陳柏全-我的大便有血，是大腸直腸癌嗎\(11,318\)](#)
- [成大醫院-癢！癢！癢！胸口背部起紅疹 當心皮膚芽孢菌作怪\(11,067\)](#)
- [台南市立醫院骨科 顏大千醫師復健科楊秉璋-高濃度血小板血漿 \(PRP\)注射\(9,685\)](#)
- [新樓醫院小兒肝膽腸胃科 鄭超宏醫師-應對小兒便秘您知多少？\(9,639\)](#)
- [郭綜合醫院 小兒內分泌科 陳首碩醫師-矮冬瓜如何變大樹 談小兒身高發育\(8,040\)](#)
- [誤診開刀致死家屬在永康奇美醫院誦經招魂擲杯強調討回公](#)

2020-06-18 19:55:36 | 人氣36 | 回應0 | [上一篇](#) | [下一篇](#)

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

推薦 0 收藏 0 轉貼 0 ★訂閱站台

【民正新聞記者:蔡永源台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計

台長登入

自我介紹

[蔡永源](#)



蔡永源本人，從事新聞採訪工作，報導即時新聞分享讀者，並告知你不知道的事。若有新的新聞或知識...

[關於本站](#)
[留言板](#)
[地圖](#)
[加入好友](#)

愛的鼓勵：12
文章篇數：20,879

站方公告

- [【愛分享】日本味王浴神蔓越莓益生菌](#)
- [【徵文】那些年我們一起追的戲劇](#)
- [【公告】Flash支援相關問題](#)
- [【公告】2020新聞台系統更新1.1](#)
- [【公告】個人新聞台服務認證公告](#)

好友列表

好友的新聞台Blog

站內搜尋

請輸入關鍵字

標題 內容 標籤

- [道\(7,426\)](#)
- [台南市立醫院內分泌新陳代謝科 鍾岳樞醫師-甲狀腺亢進未治療 當心發生甲狀腺風暴\(6,996\)](#)
- [成大醫院 骨科部 總醫師趙樹儀-退化性膝關節炎PRP療法\(6,969\)](#)
- [台南市立醫院骨科 邵崇榮醫師-手腕腕隧道症候群超微創手術\(6,849\)](#)
- [成大醫院婦產部/生殖內分泌科 吳孟興主任-子宮內膜異位瘤\(6,621\)](#)
- [台南市立醫院神經內科醫師 曾瑞昌-頭暈和走路不穩 可能是腦中風症狀\(6,245\)](#)
- [郭綜合醫院 泌尿科 梁景堯副院長-勃起功能障礙很可能是慢性病的警訊\(5,836\)](#)
- [成大醫院胃腸肝膽科主治醫師 邱彥程-中型肝癌治療的選擇\(5,816\)](#)
- [安南醫院腦神經內外科 完成第一例 帕金森氏症病人接受深層腦部刺激手術\(DBS\)\(5,643\)](#)
- [台南市立醫院中醫科 張炯宏醫師-中醫治療恢復生機 好“孕”自然來\(5,573\)](#)
- [成大、台南醫院骨科部主治醫師 賴國安幾何學原理運用於人工膝關節手術\(5,278\)](#)
- [屏東縣--「薑黃」用途廣 養生保健好食材\(5,253\)](#)
- [郭綜合醫院 耳鼻喉科 謝易倫醫師-惱人的天旋地轉\(5,150\)](#)

FB Like Box

畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。



進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要

越來越多人線上投保，方便又省錢



保險到期前兩個月就能保，汽車強制險現省350元，快來試算。

最新文章

- [第四分局執行「2020臺南市國際龍舟錦標賽」交通管制及安維措施](#)
- [林寬文書法展](#)
- [嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天](#)
- [溫馨慶端午 南紡購物中心贈里民600顆愛心粽](#)
- [端午連假好去處？黃偉哲：來馬沙溝濱海遊樂區！著比基尼免費入園還有火燒粽、鹹冰棒免費品嚐](#)
- [守護偏鄉及學童口腔衛生，專人專車在地服務](#)
- [肺阻塞與戒菸](#)
- [防禦駕駛一點通](#)
- [防疫全面解封 故事工廠《再見歌廳秀》邀請臺南鄉親全力支持](#)
- [老翁外出購物不適昏倒 南警協助送醫救治](#)

文章分類

- [醫療\(1975\)](#)
- [藝文\(1169\)](#)
- [美食\(311\)](#)
- [運動\(179\)](#)
- [旅遊\(898\)](#)
- [警政\(4632\)](#)
- [稅務\(387\)](#)
- [教育\(994\)](#)
- [社會\(3257\)](#)
- [音樂\(186\)](#)
- [更多>>](#)

本台最新標籤

最新回應

- [成大醫院腎臟科趙若雁醫師-腎臟「藥」不要\(春藥\)](#)
- [台南醫院婦產科廖佳玲醫師-子宮內瘻肉導致貧血子宮鏡手術\(美國黑金\)](#)
- [市立醫院眼科王琳焜 醫師-斜視合併複視手術治療\(美國黑金\)](#)
- [衛武營「藝企學-南臺灣校園美感教育推廣計畫」\(持久藥\)](#)
- [郭綜合醫院 復健科 陳柏宏主任-慢啼的「不一定是「大隻雞」發展遲緩兒-療育要趁早\(春藥\)](#)
- [成大醫院泌尿部主治醫師黃鶴](#)

均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。



活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。



嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的

[翔-更新治療尿路結石技術, \(春藥\)](#)
[胸腔病院院長領軍 大家一起健康體適能, \(gary540910\)](#)
[達賴喇嘛--阿底峽的“燈以啟示的路徑”, \(Quickbooks support\)](#)
[胸腔攜手對抗流感為市民打造防疫網絡, \(gary540910\)](#)
[胸腔送愛心回收做環保, \(gary540910\)](#)

訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

[我要檢舉](#)

f

台長：[蔡永源](#)



您可能對以下文章有興趣

[台南大學與五州實業簽訂產學合作](#)

[畢業開「薪」呷頭路嘉藥就博會人氣旺](#)

[嘉藥推動食安膳安健康](#)

[「四季尋客味—臺南客家個味緒」兒童繪本新書發表會](#)

人氣(36) | 回應(0) | 推薦(0) | 收藏(0) | 轉寄

全站分類: [教育學習\(進修、留學、學術研究、教育概況\)](#) | 個人分類: [教育](#) |

此分類上一篇: [掌中精靈 十年有成偶藏展](#)

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



mt985az 18 小時 ago

【民正新聞記者:蔡永源台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天

孫宜秋／南市

2020/6/19

【記者孫宜秋／南市報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知

識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

Search ...

首頁 政治 財經 社會 生活 綜合 聯絡我

綜合

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

Posted By: TainanTalk 六月 18, 2020 Comments Off!

〔記者鄭德政南市報導〕嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



（圖說）嘉藥保營系師生與多家醫院營養師合作，到關廟東勢社區進行保健飲食宣育活動。（記者鄭德政攝）

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行，並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



（圖說）為吸引社區長者目光，嘉藥學生特地打扮各類卡通人物，逗得社區長者笑呵呵。（記者鄭德政攝）

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色

欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。



（圖說）百歲人瑞阿公開心向陳姿秀老師表示感謝，度過一個快樂充實的營養好時光。
（記者鄭德政攝）

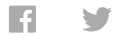
進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說，以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過學校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入

社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

分享此文：



請按讚：



當第一個按讚的人。

相關

嘉藥與官田銀髮族同樂 促進健康食安笑呵呵
五月 15, 2020
在「綜合」中

嘉藥食安闖「官」，樂活官田菱香
十二月 26, 2017
在「生活」中

「社區營養推廣中心 呷營養顧健康」啟動記者會
十月 22, 2018
在「生活」中

ABOUT THE AUTHOR



 TainanTalk

← Previous Post

Next Post →



搜尋...

近期文章

台大傅鐘險毀於轉型正義 高思博：綠衛兵應退出促轉停止鬥爭

疫情解封！帶著萌星人「毛」起來玩台南

三三讀書會邀新樓醫院醫師徐惠珍 分享耳鼻喉常識與日常保健

黃偉哲重視農地重劃及農水路改善 積極向中央爭取補助增加**8200**萬元

台南**2020**首場大型就博會 **6/20**南台科技大學登場 黃偉哲：逾**6**千工作機會

分類

政治

生活

社會

綜合

財經

彙整

2020 年六月

2020 年五月

2020 年四月

2020 年三月

2020 年二月

2020 年一月

2019 年十二月

2019 年十一月

2019 年十月

2019 年九月

2019 年八月

2019 年七月

2019 年六月

2019 年五月

2019 年四月

2019 年三月

2019 年二月

2019 年一月

2018 年十二月

2018 年十一月

2018 年十月

2018 年九月

2018 年八月

2018 年七月

2018 年六月

2018 年五月

2018 年四月

2018 年三月

2018 年二月

2018 年一月

2017 年十二月

Copyright 府城人語新聞網 | Design by 黃嘉偉美學工作室 dinohappy.com

Theme: Stucco by icyNETS.

2020-06-18 20:19:33 勁報記者杜忠聰/臺南報導

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋

白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



【大成報記者杜忠聰/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩

2020/06/18

保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長

者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





2020-06-18 20:24:03 杜忠聰

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



【大成報記者杜忠聰/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康

並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



2020-06-18 【勁報記者杜忠聰/臺南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲

食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

[用LINE傳送](#)[E-Mail](#)[列印](#)

大

中

小

2020-06-18 瀏覽人數：170



記者：黃雅娟

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，

蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

主題：[活動總匯] 嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天

facebook

UUTW FB

日期：2020/6/18



嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，

提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。





嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

【記者郭如汝台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

校方表示，為支持南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。包含代謝症候群健康飲食講座、「我的餐盤」教導民眾檢視自己的一餐，之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能吃得均衡。

系主任林翠品表示，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。嘉藥校長李孫榮也強調，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

【記者郭如汝台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

校方表示，為支持南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。包含代謝症候群健康飲食講座、「我的餐盤」教導民眾檢視自己的一餐，之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能吃得均衡。

系主任林翠品表示，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。嘉藥校長李孫榮也強調，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

【記者郭如汝台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

校方表示，為支持南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。包含代謝症候群健康飲食講座、「我的餐盤」教導民眾檢視自己的一餐，之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能吃得均衡。

系主任林翠品表示，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。嘉藥校長李孫榮也強調，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天

【記者郭如汝台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

校方表示，為支持南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。包含代謝症候群健康飲食講座、「我的餐盤」教導民眾檢視自己的一餐，之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能吃得均衡。

系主任林翠品表示，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。嘉藥校長李孫榮也強調，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天



By 蔡宗武 2020-06-18

尚無留言

Share

Tweet

Pinterest

+



為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物【圖/翻攝畫面】

【記者蔡宗武/台南報導】嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心【圖/翻攝畫面】

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是重要。



嘉藥保營系師生與多家醫院營養師合作到社區進行保健飲食宣育活動【圖/翻攝畫面】

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動 Hi翻天



By 張記者 2020-06-18

尚無留言

Share

Tweet

Pinterest

+



【記者張淑慧/台南報導】

嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



嘉藥保營系同學打扮成小丸子逗的阿嬤笑呵呵【圖/翻攝畫面】

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。

第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆記，與學生打成一片，玩在一起談營養。之後的主題將針對油脂、蔬菜、白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

相關

響應南市衛局社區營養教育，嘉藥辦推廣獲熱烈回響。

分享:   

【新南瀛記者黃鐘毅報導】高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉南藥理大學響應台南市衛生局一〇九年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃四場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，向社區長者傳遞正確的保健營養知能，吸引超過一二〇人次參與。

帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。



活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過學校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮強調，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活躍了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，學生畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉南藥大保健營養系 社區開課

2020-06-19 編輯部



嘉藥師生在關廟指導銀髮長輩健康飲食。(記者陳懷恩攝)



LINE



WeChat



Facebook

【記者陳懷恩台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走出校園、進入關廟東勢社區，自5月底開辦健康飲食課程講座，加強銀髮族保健觀念，結果回響熱烈，吸引超過120人次參與。其中包含多位百歲人瑞，參與學生開心與長輩互動，青銀同場共創樂活人生。

台南市社區關懷據點普及，嘉藥大力支持衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程，以及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行。活動至7月4日，除提醒長輩養成正確飲食行為，也幫學生培養愛心、耐心與同理心，叫好又叫座，深具意義。

另有學校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，向社區長者傳遞正確保健營養知能。

東勢社區65歲以上有700人，包含多位百歲人瑞也參加營養教育活動。陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，因此課程重點均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少。

嘉藥保營系社區營養推廣系列活動Hi翻天



TNN台灣地方新聞／黃緒勳／更新日期: 2020-06-18 21:30:35



【記者黃緒勳台南報導】嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區，自5月底起至7月4日辦理健康飲食課程講座，希望能加強銀髮長輩保健概念，養成正確飲食行為，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。

高齡化社會來臨，社區關懷據點也因應而生，嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。

東勢社區人口約3800人，65歲以上長輩有700人，其中有好幾位百歲人瑞，也參加本次營養教育活動。帶隊老師陳姿秀表示，銀髮長輩因牙口退化，飲食多以稀飯為主，菜色欠缺多元性，蔬菜類、魚類攝取量偏少，愛吃滷肉，因此，課程重點是均衡飲食、少紅肉多吃魚，蔬菜不可少等飲食宣導。每星期都會安排不同的主題、設計不同趣味活動，提升課程樂趣，並製作餐點小品，讓長輩在品嚐中了解如何在日常生活落實良好飲食習慣。

進行第一場代謝症候群健康飲食講座，教導民眾如何透過調整飲食習慣，讓喜愛食物與身體健康並存，課後供應軟質營養午餐，體驗健康餐點也可以很好吃。第二場主題「我的餐盤」是教導民眾檢視自己的一餐，各類食物要均衡攝取。課程安排畫畫課，請長輩畫出我的餐盤，學員十分投入，上課認真作筆

記，與學生打成一片，玩在一起談營養，。之後的主題將針對油脂、蔬菜、蛋白質的飲食習慣進行宣導，希望社區居民長輩們能均衡吃，吃得夠、吃的對、吃得巧，也歡迎社區民眾踴躍一起同樂。

活動過程中趣事連連，當學生用不輪轉的閩南語引導長輩正確營養觀念，生澀的用詞跟腔調逗得長者笑聲不斷，紛紛表示原來營養課程這麼有趣，有吃有玩還長知識，下次還要再來，學生也因為長輩們親切的回饋得到很大的鼓勵，堅定想成為營養師信念。裝扮成小丸子的游家傑說以前覺得高齡者很難親近，現在覺得他們非常可愛，透過系列活動了解長輩需求和溝通技巧，原來將營養知識用親民、生活化方式呈現出來是很重要。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心，同時，透過精心設計系統性的教學活動，增加趣味，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。

嘉藥校長李孫榮也強調，醫療保健是本校重要發展領域，培育長照產業人才是目前重要方向之一，技職院校的訓練重點不只是學理的教育，更重視實作，鼓勵老師帶著學生走入社區，透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

嘉藥保營系辦理健康飲食課程講座

2020/06/18 陳遍綠 114

高齡化社會來臨，嘉南藥理大學保健營養系師生走入關廟東勢社區即日起至7/4(六)辦理健康飲食課程講座，提升長者健康品質。開辦以來回響熱烈，吸引超過120人次參與，包含多位百歲人瑞，參與的同學更從與長輩的互動中培養愛心、耐心與同理心，青銀同場共創樂活人生，活動深具意義，叫好又叫座。



▲為了吸引社區長者目光嘉藥學生特地打扮各類卡通人物。

嘉藥大力支持台南市衛生局109年度維護社區營養教育示範點計畫，規劃4場保健飲食營養課程及一場代謝症候群防治飲食講座銀髮族保健飲食宣育活動，由陳姿秀老師負責執行並邀請該校保營系兼任教師、奇美醫院、台南市立醫院、大林慈濟醫院等醫院營養師群擔任講師，與學生一起成立社區營養服務志工隊-「社區營養小蜜蜂」，來向社區長者傳遞正確的保健營養知能。



▲長輩們在嘉藥師生帶領下開心學習如何吃得健康又開心。



▲百歲人瑞開心向姿秀老師表示感謝，度過了快樂充實的營養好時光。

系主任林翠品表示，健康老化不能只是口號，長輩認同就是我們的驕傲，希望透過本校保營系師生的專業與熱忱，引導長輩吃得健康吃開心。同時，透過精心設計系統性的教學活動，建構創新且具外展複製性的社區營養服務模式，提升社區發展的活耀與多元性。



▲嘉藥保營系師生與多家醫院營養師合作到社區進行保健飲食宣育活動。

嘉藥校長李孫榮也強調，這次透過教育部高教深耕計畫專業服務學習的教育模式，結合國家政策發展，引導學生做中學、學中做，老師願意教，學生學會了，社區活耀了，在變化迅速的大環境，創造多贏模式，讓我們培養出來的學生，畢業後有良好的基礎與自信，無縫接軌職場。

訪客留言討論