

食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

系主任的話

靜宜大學食品營養學系主任 詹吟菁

各位系友們，大家平安！

值此盛夏，跟大家報告一個令人振奮的好消息！本系在全體師生及系友的齊心努力下，順利地通過高教中心於98年度上學期舉辦的系所評鑑。非常感謝大家的支持與投入，一起完成了此項繁重的任務，共創榮績。

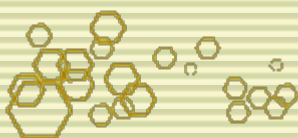
本學期除兩位國家級講座教授外，本系張珍田教授及張永和教授獲校方榮聘為校級三位特聘教授中的其中兩位，詹恭巨老師更榮獲校級績優導師的殊榮，顯現本系師資陣容的堅強與教師們的用心。此外，系上也新聘了另一名生力軍翁瑤琴助理教授，其專長領域為公衛營養、營養衛生教育與推廣及營養諮詢。相信她的加入會為我們注入新血，展現更佳活力！



夏天也是畢業的季節！現任美國總統歐巴馬勉勵畢業生：「很少人能一夜成名，縱使能也無法持久。成功來自於每天大小選擇和大小努力長期累積的結果。」股神巴菲特的搭檔孟格曾說：「你能走多遠，不是取決於你畢業前學的，而是取決於你畢業後學的。」在現今瞬息萬變的環境中，期許所有的系友也都能不斷學習，不畏挫折與失敗，全神貫注且持續努力，塑造出屬於自己的天空。這些想法，不只給今年應屆的畢業生，也希望與所有的系友一起分享。

再次感謝大家的支持與鼓勵！系上同樣地會也秉持求新求進的精神，持續努力！靜宜食營，我的最愛！

詹吟菁 敬啟
靜宜大學食營系主任



食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

食品專欄

健康的綠色小精靈

醣類研究室賴鳳義 教授、吳小梅 研究生

您"In"了嗎? In style, in good shape! 年年抗流感、抗癌及抗過敏等話題都會發燒好幾次，上帝的解答很簡單—要均衡營養飲食、適量活動(運動+工作)與睡眠、正面情緒與愉快心情。但這對勞碌奔波、知天命的熟女熟男們可能不夠，須再加一把金鑰鎖住人體「潘朵拉盒子」--膳食補充。

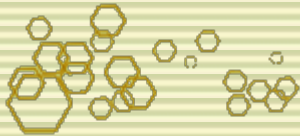
臺灣至2010年6月止已有187項產品通過健康食品認證(包括健食字號與健食規字號)，其中腸胃功能改善宣稱的產品數目約佔26%，主要功能成份為乳酸菌與益生性寡醣，兼具有提升腸道黏膜相關免疫力的好處喔。免疫調節功能宣稱的產品則佔健康食品總數目的18%左右，是耀眼的食品新星，功能成分種類多樣—令人可享受挑食的樂趣，有靈芝三帖類及多醣、香菇菌絲體萃取物、人蔘配醣體、大豆發酵液、蜂膠、乳酸菌、綠藻、免疫球蛋白G、釋蟲草...等。摩羯座一族也許會較喜歡乳酸菌和綠藻/藍綠藻類粉錠產品，因為一兼二顧(提升免疫力及改善腸道功能、預防便秘)、經濟實惠、不必擔心有副作用，且可期望20年後如德國Bioprodukte Prof. Steinberg GmbH的綠藻專家Karl-Hermann Steinberg博士一樣--70歲時擁有50歲的年輕帥勁。



綠藻(*Chlorella* sp.)--這綠色的小精靈迷人之處是啥? 大學部同學會快樂地說: 綠藻產品型態有綠藻錠、綠藻粉及綠藻精飲料，綠藻含豐富的蛋白質與人體所需營養素，綠藻精像雞精一樣好喝，希望下次能多參觀綠藻工廠! 醣類研究室的碩一生會引用Kralovec等人和本研究室的研究成果解釋: 綠藻含有脂肪~10% (82%多元不飽和脂肪酸EPA與DHA)、醣類20%、蛋白質60%、葉綠素~3%、核甘酸(RNA 為主)~3%及葉黃素~720 ppm; 因細胞壁厚而耐酸與腸道酵素降解，具有膳食纖維促進腸胃蠕動的功能。碩士畢業生李旻和林建谷根據自己實驗成果會說: 綠藻精(100°C熱水萃取物)有很好的抗氧化活性(銹合DPPH自由基能力)，與熱水不溶物之乙醇可溶區分物與兒茶素結構類似物，其體外抑制 α -葡萄糖苷酶(α -glucosidase)活性的效果極佳(抑制率高達95.6%)，接近市售降血糖藥物的活性; 綠藻區分物對 β -glucosidase有某種抑制活性(20-50%)。

博士生張薇婷該會知性地說: 綠藻熱水萃取物含有半乳聚醣及醣蛋白，根據我們與中央研究院農業生技中心楊寧蓀博士團隊合作結果，大分子區分物(分子量大於10 k)在體外試驗下對刺激小鼠骨樹突細胞、巨噬細胞與胰臟細胞增生與成熟有明顯效果，並分泌顯著大量的細胞激素(TNF- α 、IL-6、IL-10、IL-12等)，免疫調節機制是透過MHC class II的Th1途徑為主。瞧同學的答案都很棒! 老師的結論很簡單: 建議成人每日攝

取5克綠藻粉(即20顆綠藻錠)，相當於補充人體所需膳食纖維量約20%、所需葉黃素約50%(6mg時可降低黃斑症機率達43%)。但請同學攝取時不必精算顆數或用精密天秤稱重到小數點第5位哦，要依個人體質調整攝取量，不要空腹時吃，宜餐後配飲料吃，搭配柳橙汁更好--也許有提升免疫力的相乘作用哩。祝福大家健康又美麗!



中華民國九十九年七月
發行單位：靜宜大學食品營養學系
地址：台中縣沙鹿鎮中棲路200號 TEL:(04)26328001分機：15031~15034
版權所有 2010 靜宜大學食品營養學系 All Rights Reserved.

食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

營養專欄

大豆異黃酮素對人體的功效

翁瑤琴 (本系專任助理教授)

在四月份的時候，接到洵玟的邀稿，說是要幫食營簡訊寫一篇營養專欄，絞盡腦汁，想了好久，還在構思的當中，剛好參加了由台灣豆腐公會所舉辦的一場有關於黃豆營養的研討會，就在此跟大家分享。這幾年陸續有很多的研究，發表黃豆對人體有益健康，並可降低乳癌發生，也因其含豐富大豆異黃酮，可延緩更年期婦女常遇到的停經症候群的不適現象，因而被公認為更年期婦女最佳飲食療法之食品。因此，現在黃豆不僅受到素食者的青睞，也讓注意健康的消費者開始喜愛並食用它。現在，就讓我們一起來了解黃豆的神奇功效吧！

黃豆又稱為大豆，是薔薇目菜豆科的一年生草本植物。根據明朝李時珍之「本草綱目」中記載在西元前2383年神農氏即開始栽種黃豆。古籍裡所說五穀中的“菽”，就是指黃豆；秦漢以後才改稱為“豆”字。中華民族可以說是最早利用黃豆的民族，根據記載，西漢淮南王發明了豆腐，因此被稱為豆腐始祖，可知吃黃豆的歷史至少有二千多年了。我們可別小看這小小一顆黃豆哦，黃豆不僅營養價值高，也包含許多重要成份。黃豆中含有豐富的大豆蛋白質、卵磷質、礦物質、維生素、纖維素、皂素、大豆異黃酮及多種必須脂肪酸，例如：w-3、w-6 等等的營養成分。每個成分都扮演著很重要的角色，以下我們就針對大豆異黃酮素的功效來加以說明。

到底什麼是大豆異黃酮素(Isoflavones)呢？它是一種天然的植物性荷爾蒙。為何說它是一種植物性的天然賀爾蒙呢？主要是因為它的化學結構與女性動情激素(Estrogen)，也就是雌激素，十分類似。很多植物都含有異黃酮素，其中以黃豆含量特別多。大豆異黃酮於黃豆中的含量約 0.2~0.4%，尤其在胚軸的含量最高，可達2.4%。大豆異黃酮約含有15種結構不同之異黃酮，主要是以非活化型的異黃酮狀態存在於大豆胚芽中，後經腸道酵素分解成兩種最主要的活化型去醣基：一個是Genistein (金雀異黃酮)，另一種叫做Daidzein (木質素異黃酮)，這兩種物質都含有抗氧化特性，而且會分泌出“抗動情激素”及“酵素抑制劑”這兩種物質去模擬雌激素好的部分，並排除雌激素所造成的副作用。



在此，將大豆異黃酮之保健效果分為五大類：

- 一. 舒緩婦女更年期症狀。
- 二. 預防骨質疏鬆症、促進骨質合成及抑制骨質流失。
- 三. 降低膽固醇、預防心血管疾病。
- 四. 抗癌效果。
- 五. 促進皮膚健康。

首先，先說明大豆異黃酮和舒緩婦女更年期症狀的關係。從小開始，荷爾蒙就在人體各個環節中扮演了重要角色，荷爾蒙的增減便影響了我們的身體性徵及健康狀況。通常，30歲以後荷爾蒙便會漸漸流失，進入了更年期之後，流失的速度更是加快，女性更年期前後，由於卵巢功能萎縮，女性賀爾蒙缺乏會產生種種生理及心理的癥狀，包括月經不順、自主神經系統障礙，如熱潮紅、心悸、盜汗、骨質疏鬆，與精神方面的異常，如沮喪、疲勞、暴躁，困惑、失眠等。女性動情激素是維持女性正常生理機能的重要激素，但如果含量過多或過少，均不利於人體健康。其量過多則容易引起乳癌以及其他激素相關癌症的危險；量過少則容易造成鈣質流失而導致骨質疏鬆症。

根據一項美國醫學雜誌的報導，在停經後的女性，約有八成都會有“更年期症狀”現象發生。研究人員在對80位更年期婦女進行長達6個月追蹤測試中發現，85%的受測者服用異黃酮素後，更年期症狀都有所改善。另外，在美國「更年期雜誌」的臨床報告中，起初，有75名受試更年期婦女每天至少出現7次熱潮紅症狀，經4個月每天給予70mg大豆異黃酮的實驗，結果顯示大豆異黃酮確實具有明顯改善更年期婦女熱潮紅症狀的效果，同時可以減輕更年期所帶來的不適感。以上研究歸納出主要是因為黃豆中的異黃酮素，結構與人類的女性荷爾蒙中的動情激素相類似，所以對於女性在更年期前後因為女性荷爾蒙變化所造成的這些更年期症狀有舒緩的效果。

再者有關於大豆異黃酮在預防骨質疏鬆症、促進骨質合成及抑制骨質流失的成效。根據2002年10月發表在骨科相關醫學期刊中的報告指出，天然的大豆異黃酮素已經被證實具有促進骨質合成及抑制骨質流失的作用。在這個實驗中，是對於47~57歲的停經後婦女每天給予54 mg的大豆異黃酮，主要是給予金雀異黃酮 (genistin)，結果證實給予植物性荷爾蒙的組別比給予合成荷爾蒙的組別，對於停經後骨質疏鬆婦女，更加具有降低骨質流失及增加骨質合成的功能，而達到增加骨質密度的效果。主要是它一方面能幫助活化成骨細胞，另一方面也能夠幫助抑制蝕骨細胞，透過這樣的機轉，就可以進一步的留住體內的鈣質，防止身體骨質的流失，而達到有效的預防骨質疏鬆症狀的產生。

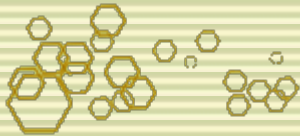


那麼，大豆異黃酮對於降低膽固醇及預防心血管疾病是如何的重要呢？在黃豆研究之一，其降血脂的成效十分顯著，在1999年10月間，美國食品藥物管理局許可食品製造商將「黃豆降低膽固醇的保健功效」列入標示中。這除了黃豆本身所富含的高纖維素可以與膽固醇結合後排出體外，大豆異黃酮素的抗氧化效果也可以減少血脂沈積在管壁的機會。研究指出，大豆異黃酮素可降低血管中的低密度脂蛋白、增加高密度脂蛋白，進一步減少血脂沈積在血管壁的機會，因此對血管具有保護作用。此外，研究發現44~55歲男性每日若服用含60毫克的異黃酮素補充劑，則可改善心跳速率及舒張性血壓，因此黃豆也具有對血壓有益的功效。就因為這樣，黃豆也被稱為『護心食物』。

異黃酮素對於人體的功效中，最值得一提的就是它的抗癌效果。大豆異黃酮有直接抑制自由基的能力，以減少細胞的氧化傷害及減少血中脂質過氧化物，如此的抗氧化特性被認為與癌症的預防有高度的相關性。大豆異黃酮素中所含“抗動情激素”擁有調節雌激素作用的功能。其作用機制是當雌激素較少時，異黃酮素可與受體作用而補充雌激素效應；相反的，當體內的雌激素分泌過多時，就可以抑制人體因吸收過量雌激素而導致細胞病變產生癌症的現象；因此，發揮抗癌的效果。再則，通常身體的腫瘤會產生一種叫酵素的物質，作用是會促進癌細胞的形成，其中以酰胺酸酵素為最常見。很巧的是，大豆異黃酮素中的Genistein已被證實說是一種強而有力的酰胺酸酵素抑制物質。不但可抑制致癌酵素的活性，亦可抑制癌細胞成長，並且可將癌細胞轉換為正常細胞。

最後，我們再來談談說大豆異黃酮是如何使我們的皮膚水噹噹的。主要是因為大豆異黃酮可促進細胞更新、膠原蛋白生成及抗自由基作用，因此可以增進皮膚的彈性與緊實度、淡化細紋與皺紋，並清除自由基以預防日光導致的皮膚傷害。一般建議女性保養可多吃黃豆，或者每天補充約40-50毫克的大豆異黃酮。

以前都只認為黃豆是素食者的專利，但其實黃豆中含有豐富營養素，可以預防癌症、心血管疾病以及排除或緩和女性更年期障礙和預防骨質疏鬆症等。希望藉由此分享讓大家知道說，其實這小小的豆類是有大大的用處的。黃豆是擁有無限潛能，很值得我們繼續的開發與利用，也期望藉由此報告讓大家更了解黃豆。



食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

教學活動

名稱：老人生活模擬體驗

時間：99.04.21

地點：弘光科技大學P棟8F

活動內容摘要：

1. 戴上特製、模擬老化視線的眼鏡，塞入耳塞，套上棉麻手套，手腳和口袋裡綁上沙包，四肢關節處戴上護具，讓學生體驗老人行動的不便。
2. 學生們穿上老人生活模擬體驗裝備，平衡不佳地上下樓梯、模糊地閱讀書報、穿脫衣服、用筷子夾豆子，手指遲鈍地在買菜時取出零錢。
3. 年齡差距是人們對老人理解的距離，希望藉由這個老化行動經驗讓學生同理老人。

活動剪影



名稱：「食品加工實驗」課程工廠參訪

時間：99.05.04

地點：福壽實業-食品總廠

活動內容摘要：

食品總廠包括溶劑提油廠、芝麻加工廠、食品廠及柴魚加工廠。溶劑提油廠油脂生產部分已轉由轉投資的中聯油脂公司負責生產，再自行分裝銷售，福壽大豆沙拉油油質穩定，風味特佳，品質達國際水準，榮獲標檢局正字標記認證、工業局食品GMP認證及ISO-9001品保制度認證。

食品廠是採用擠壓蒸煮設備，將混合穀物高壓熟化後再加入國人所需之維生素及礦物質等製成，產品營養均衡，易於消化吸收。有福壽健康素肉、各式喜瑞爾穀物早餐系列、喜瑞爾營養果麥系列、喜瑞爾穀物沖泡系列等多種食品。產品榮獲食品GMP認證及ISO-9001品保制度認證。芝麻加工廠採用先進的電子控溫焙炒芝麻技術，可大幅改善傳統人工焙炒生產之品質問題，所生產的福壽芝麻油，無一般高溫焙炒過度焦化的現象，品質穩定，不苦不澀，芳香美味，榮獲全國第一家芝麻油食品GMP認證及ISO-

9001品保制度認證。

活動剪影



名稱：發酵學課程校外參訪

時間：99.05.07

地點：菇類文化館、瑞峰菇蕈教育農場

活動內容摘要：

在菇類博物館中，我看到了各式各樣、種類繁多的菇類的介紹，並且將培養方式畫成圖表。其中有不少大型菇類模型，除了讓人拍照之外，因為模型很大，很多細微的部分都可以看得很清楚，而且還有各細部的介紹。在菇類栽培的部分，從培養基、太空包製作、接種、栽培管理到出貨都有詳細流程圖介紹，增加我對菇類產業的認識與了解。杏鮑菇農場是環境控制栽培，屬於中大型的工廠，員工人數有10人，工作作業採部分機械化操作。杏鮑菇太空包呈60°放置，有利於觀察杏鮑菇的生長形態及採摘，且需控制培養環境的二氧化碳和氧氣的含量。此次的校外教學是一趟豐富且知性的菇類之旅。

活動剪影



名稱：發酵學課程校外參訪主

時間：99.05.10

地點：生達化學製藥公司、東宇生物科技公司

活動內容摘要：

生達製藥公司分為原料藥部、中藥部、西藥部、針劑部及發酵部等幾個部門，近幾年特別著重保健食品開發。本次目的參觀發酵和保健食品兩個部門，透過講解員的解說清楚了解作業流程。東宇生物科技公司，位於南部科學工業園區，主要為益生菌產品之開

發，專注於抗過敏方面，目前「康敏」這項產品已取得健康食品補助調整過敏體質的認證。此次的校外參觀結合與落實課程內容，使我對發酵學課程獲益良多。

活動剪影



名稱：食品加工成果展

時間：99.05.12

地點：希嘉前紅磚道

活動內容摘要：

內容分三大部分：(一)海報 (二)產品展示/試吃活動 (三)實驗報告展示，說明如下：

(一) 海報：全開(A0)大小，內容須有產品名稱、產品特色說明、簡易製作流程（最好以圖解方式展現）、營養標示、食用方式、保存方法之說明。(二) 產品展示/試吃活動：除現場試吃（50 人份）外，需將產品包裝展示，使其具市場競爭性，同學可自行設計標籤，尋求良好外包裝。(三) 實驗報告展示：成果展前會有二週時間供同學練習試做，希望同學將每次試做結果做一完整記錄，報告內容需包含封面、產品名稱、基本概念/實驗原理、儀器設備、配方、詳細製作流程說明、實驗結果記錄、包裝設計、產品照片、心得討論、參考資料影本。(四) 品評問卷：對象為所有參與試吃品評之師生，品評結果列入成果展成績之計算，佔分比例為20%，其餘80%為助教對同學的海報(20%)、終極實驗報告(20%)、產品包裝(20%)之評分工作場所整理清潔(20%)。

(五) 票選活動：當日會場10:30 起有票選活動（1 票/人），請大家幫忙票選出“產品創意”/“海報創意”/“食在好口味”三獎項，以上獎項，各組皆得系上贊助之獎助學金600 元整。

活動剪影





名稱：「食品加工實驗」課程工廠參訪

時間：99.05.13

地點：洽發企業-麵粉廠

活動內容摘要：

洽發企業股份有限公司肇建於民國九年，民國二十年創設台灣西部第一家花生自動脫殼及製油工廠名為洽發製油廠。是為現在福壽實業股份有限公司之起始。

此公司第一生產線經過民國六十三年及七十七年二次擴廠，目前產能為360噸 / 24小時。為提高生產效率及確保產品之安全衛生，於民國八十年完成麵粉、麩皮自動化包裝輸送系統。民國八十五年完成麵粉倉儲自動化、電腦化配粉及麵粉散裝輸運系統，以因應下游專用麵粉市場之發展。另著眼於未來麵粉市場將朝向專用化、規格嚴謹化競爭趨勢，本公司遂於民國八十八年再向瑞士BUHLER公司採購全台最新電腦化全自動麵粉研磨設備一套，是為本公司第二生產線之建置完成，也是領先同業之較為專用生產線，其產能為100/24小時；非但產能之提升也解決較硬麥共用生產線之所有弊病，更因使用目的之明確代而可精確設計最是當之流程，確保製粉品質之穩定。

活動剪影



名稱：「保健飲食課程」校外實習

時間：99.05.13

地點：養生銀行

活動內容摘要：

學生自行設計菜單，並分組發表菜單，講解設計概念，提供餐點供民眾品嚐。

活動剪影



名稱：「工廠實務」課程成果展

時間：99.06.09

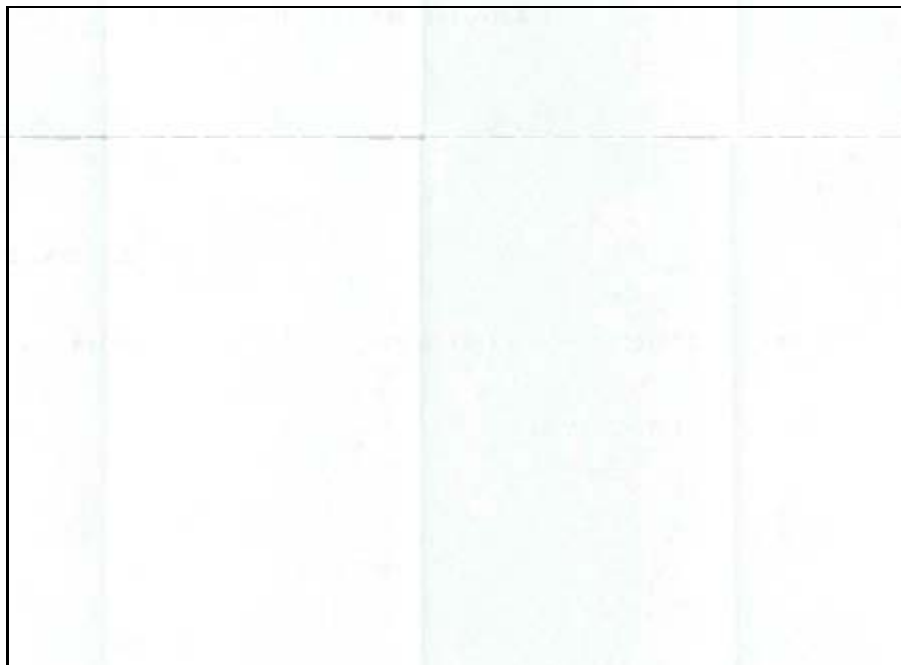
地點：格倫樓418

活動內容摘要：

開發新產品並建立標準製程、標準配方

組別	產品名稱	組員
1	杏鮑菇麵條	吳盈慧 蘇乃慈 魏萍雀
2	金爆甜菇	黃榆琇 賈善淳 陳宜芳
3	杏鮑菇洋芋片	謝名傑 劉冠良 莊家豪
4	可樂餅、羊羹	吳丞弘 王宗翔 賴建鈞 蔡偉豪 張為凱
5	杏鮑菇營養酸奶	毛偉娜 王婧 黃茹亭 朱禹婷

活動剪影





名稱：「營養學、膳食計畫與供應實驗」課程校外參訪

時間：99.06.14

地點：苗栗縣三灣鄉 金椿茶油工坊、苗栗縣卓蘭鎮 花露香草花園

活動內容摘要：

為配合營養學二油脂營養部份及膳食計畫與供應實驗課之菜單設計與觀摩需求，特舉辦本次參訪活動。金椿茶油工坊所產製之各項茶油油品，因富含單元不飽和脂肪酸及茶多酚等有益心血管功能成分，而深具本土產健康油品之特色，功能上更可取代進口昂貴之橄欖油。藉著觀摩與學習如何將茶油及花露香草農場所栽種之各種香草及香草所萃取出之精油入菜，都可增進學生於菜單設計與菜色之搭配方面之實務經驗。

活動剪影





名稱：臨床體驗營

時間：99.06.05~28

地點：本校及彰化基督教醫院

活動內容摘要：

由醫院營養師為學生說明至醫院服務應具備之相關禮儀及臨床工作可能遭遇之問題。並配合至醫院實地拍攝之影片，讓學生分組討論。

活動剪影



名稱：「公共衛生營養學」課程實理論與實踐

時間：99.05.01、22、29

地點：博幼基金會小朋友

活動內容摘要：

利用所學之知識及理論，實際運用到設淤營養教育的推廣，並透過話劇演出、帶動唱或團康遊戲等方式，將均衡飲食概念融入其中，幫助小朋友建立正確飲食觀念，並藉由色彩鮮明之道具及海報提升學習成效。

活動剪影



暑期實習心得分享

食品三 劉佳昀

實習單位：行政院農委會種苗改良繁殖場

實習時間：99/07/01-99/08/31

哈囉，鍾老師、謝老師好久不見

想來想去還是想跟兩位分享我到種苗場快要一個月的心得還記得上學期的食品科技文獻選讀，我選了一篇論文，裡面講到他的材料是從莫斯科的溫室來的，現在，我想，我懂了他說的到底是在做什麼的了！

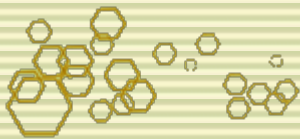
呵呵，想不到真的跟謝老師說的一樣，真要說的話，我的實習真的有在練身體喔！澆水、施肥、照顧植物等，現在我得看天氣工作了。也跟鍾老師說的一樣，在這裡待兩個月，可試其他東西，看的會比待一個月多點。這組在做育種的動作，應該就是也可能會種出新品種的蔬菜，但是不同品系的蔬菜較多。雖然一開始知道不在生物科技課蠻失望的，但是在品種改良課適應到現在，覺得就當作見多識廣，畢竟這也是蠻有它的價值的，也幫我重拾「植物」的基本知識。

原本一開始，我也會（其實他們也會）想來這裡學不是本科系的東西，會不會對我沒什麼幫助。但是後來，這裡提前舉辦「蔬菜育種研發成果展示會」，才知道基因改造食品是用在差異較大的物種間特定基因的殖入，那麼在差異較小的物種改良後確定品種／品系內改良的特定基因，以生物技術的方式可以縮短特定種子產生的時間等。才知道原來也不是完全沒有關係的！只不過我還是覺得蠻薄弱的。哈哈！

總之，現在當個小小孟德爾（雖然跟他所做得差有點多，貢獻也差很多）

期待暑假快點過去～好熱啊！！也祝妳們有很很愉快的暑期時間^^

謝謝妳們看完~~呵呵



食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態



演講摘要

演講題目：Statin-Good for the Heart, Good for the Brain
Neuroprotective Mechanisms of simvastatin

演講時間：99.03.18

演講者：W. GIBSON WOOD, PH. D

內容摘要：

在先前研究指出statins 可降低肺癌罹患之風險；增加骨密度和加速骨質癒合。而statins是否對於神經細胞具有保護作用，如臨床上的疾病：缺血性中風、阿茲海默症、帕金森氏症、創傷性腦損傷....等，有無功效，作一系列之研究。

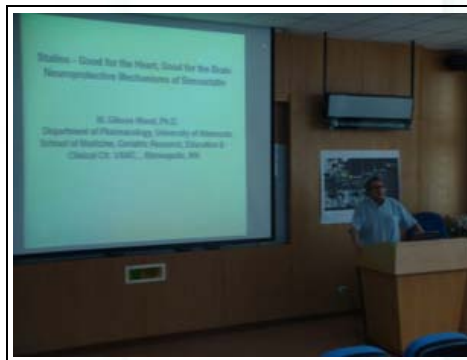
結論：

關於statins 對於神經細胞之保護作用機制已確定的有：

1. Gens/proteins – Bcl-2
2. Cholesterol independent and outside mevalonate pathway
3. ET-1/calcineurin/NFAT/Bcl-2 promoter

至於是否有其它路徑運送Bcl-2 則尚不了解，故在未來研究注重在：

1. Pharmacokinetics and pharmacodynamucs of statins in brain
2. Cell protection versus cell death
3. Isoprenoid regulation



演講題目：1. Introduction of age-related hearing impairment.
2. Study methods and results of age-related hearing impairment

演講時間：99.03.19

演講者：黃俊豪 (大林慈濟醫院 耳鼻喉科主治醫師)

內容摘要：

1. 首先黃醫師先介紹耳朵的內部構造來讓我們了解聽覺傳入為何!
2. 內耳之基本構造 → K⁺ 離子掉的重要性 → 體內若K⁺ 過低，身體機能會下降(這點很重要)
3. 何種病症會造成不同的聽覺退化程度
4. 何謂聽力中樞退化 → 聽覺訊號處理中出現異常(專注力不足)即是。
5. 環境因子及遺傳因子皆跟我們的身體狀況有關，而老化即是介於兩者之間。
6. 聽力退化的原因 → 三高疾病、外在因素、基因遺傳，而黃醫師又特別說到一個對我很重要的知識，即是肥胖會造成聽覺衰退加速。
7. 聽覺退化是由於何處退化呢!有研究顯示為內耳的血管紋，外毛細胞神經退化造成的。
8. 最後黃醫師跟我們談到關於實驗方面 → Ex: 受試對象資料，研究數據得整理，ARB的介紹等等。



演講題目：MOLECULAR AND GENETIC INVESTIGATION ON AUTOIMMUNE DIABETES: FROM MECHANISM DISSECTION TO CLINICAL APPLICATION

演講時間：99.03.26

演講者：司徒惠康 (國防醫學院微生物免疫研究所 教授兼教育長)

內容摘要：

今天的演講請到的是國防醫學學院微免所所長司徒惠康老師，研究基因體與免疫學並嘗試用不同基因體轉殖和剔除技術建立不同的動物模式。目前已建立具有自體免疫機制的糖尿病小鼠。司徒老師利用小鼠探討自體免疫疾病的機轉，及各種對抗免疫發炎反應策略之研發，其中研究自體免疫糖尿病小鼠(NOD mouse)，該鼠因具特殊基因背景，會自發性產生自體免疫反應，進而摧毀胰島素分泌細胞而產生糖尿病。用各式基因轉殖(ex 活體調控4-IBB)藉以在活體的情況下直接分析，發現此基因轉殖鼠具有極高度之免疫保護力，並且胰臟局部表達該基因對全身免疫系統並無造成任何不良影響，提供將來「器官專一性自體免疫疾病」治療上更精進之理論基礎。



演講題目：The Usage on Literal Artides

演講時間：99.04.29

演講者：廖英慧教授 (中華民國外語訓練協會)

內容摘要：

目前大學生及研究生普遍英文在中下程度左右，歸究其主要原因為使用錯誤的學習方法。一種語言不應該從文字開始學習，應該講究學習的方法。語言學習正確的順序：聽→說→讀→寫。聲音與意思的強烈結合，使用直覺反應的記憶方式，此為聽覺影像 (Auditory Image)。「語意文」的學習方法即是應用此記憶方法，利用中文的方塊文字，排列英文的句子作學習。台灣傳統學習英文都是從文法開始，然而文法為一種演繹的學習方法，主要為分析英文的句子，並非語言學習的良好方法。最好的語言學習方法為歸納法。

學習英文四步驟：1. 聽、看(語意文)。2. 聽、看、說。3. 聽。4. 看、說、(寫)。例如：(1)如何 do 你 學習 英語？(2)上the網路 每天。(3)她 上 the 網路 很 正常。

學習語言要以正常速度及發音練習，語法養成習慣，不需要很有系統的一套學習方法，先學聽及說即為語意文的學習準則。每天只要空出半個小時，半年即可期有一番成效。



演講題目：長期照護資源

演講時間：99.05.03

演講者：凌家如主任 (台灣福氣社區關懷協會籌備處)

內容摘要：

老化現象是分為生理與心理上的變化，隨著年紀的增加，功能也隨之喪失，目前台灣已邁入極老國，65歲以上老人占總人口9%以上，許多老人因為身體的衰退和疾病的產生，造成行動與認知上的不便，又因現代生育率逐步下降，家庭照護功能減弱，長期照護更是值得全體國人正視。

擁有長期照護經驗的講師更以她長年的經歷與廣泛的學識向我們分享，照護又可分為技術性的居家照護、護理之家，非技術性的養護機構等等，政府也因應需求有各種不同的補助方案，如：低收入戶租屋補助、低收入戶喪葬補助及百年人瑞補助等，但因各縣市的標準及補助金額的和社政單位不同，增加複雜程度，不過我們可直接洽詢當地長期照護以求協助。

現在居住在機構的居民們每周的“快樂餐”，可以有更多的機會選擇自己所愛的餐點，已不再像以往制定化，而且日間照護也可體貼地依據子女上班時間，而協助照顧至晚上八點，另外，喘息服務能讓照護者有個休息的機會，如此多的人性化服務，無非是讓人在熟悉的環境下在地老化。

期望未來衛生署與內政部長長期照護計畫能加以整合，讓更多需要的人能獲得足夠的資源。



演講題目：建立一個可用來評估保健食品的免疫效果之分析平台

演講時間：99.05.07

演講者：朱清良博士 (國家衛生研究院免疫醫學研究中心)

內容摘要：

朱博士在一開始演講時，便以深入淺出的解說方式讓大家了解身體系統免疫的型式及反應的機制。

並提到在免疫系統中所產生的樹突細胞(Dendritic cell)所扮演的重要角色，及其所存在的重要性。

接著便到其所建立的免疫分析平台，用於分析傳統中藥材如牛樟芝、靈芝、菟絲子等，其所含的成份哪種組成確實對於免疫調整具有顯著效果，並更進一步可以指出是調節哪一型免疫系統，這對於中藥材亦或是保健食品中有效成分之分析，具有相當大的助益。當然博士也提到，人體的免疫系統是十分複雜且有許多機制尚未明瞭，因此仍需努力不懈的進行研究，才能有朝一日了解免疫系統的詳細機制。



演講題目：The global brand development in Taiwan

演講時間：99.05.07

演講者：李明元總裁 (臺灣麥當勞公司)

內容摘要：

麥當勞品牌風格服務(SIMPLE, EASY, ENJOYMENT)，而在麥當勞工作喜愛的原因為「歡樂與互助工作環境，工作內容多元、輪替、彈性排班、訓練與發展、薪資與福利」；訓練三合一系統：發展平冊(M.D.P) → 課堂訓練 → 在職工作，所以麥當勞也在1961年成立了首座漢堡大學。

產品管理 → 加工生產 → 配銷中心 → 麥當勞餐廳，皆息息相關，麥當勞產品皆有一定的順序(嚴選石材 → 加工認證 → 恆溫配送)，例如：生菜須有生物防治、土壤水質管理、採收不落地，所以，產品採對的產品，作對的產品，最後為完美的品質。



演講題目：無菌加工和包裝技術應用現況

演講時間：99.05.13

演講者：楊炳輝博士 (食品工業研究所南科中心主任)

內容摘要：

無菌加工技術於食品產業相當重要的部份，而其包含了許多專業領域，包含：工程、加工、微生物、營養、化學、包裝等。而無菌包裝產品為罐頭食品之一，其技術的發展為改善產品品質，無菌加工技術於19世紀初即開始發展，其為填充物要殺菌，包裝材料也要殺菌。於商業殺菌之指標為：(1)酸性食品(PH < 4.6) 例：酵母菌、黴菌 (2) 低酸性食品 (PH > 4.6) 例：肉毒桿菌、耐熱性產孢腐敗菌。

無菌加工的特點：1. 連續式作業 2. 生產前加工設備滅菌程序 3. 無菌空氣之除菌或滅菌程序。

無菌加工系統：包括：原料調配、產品輸送、殺菌、冷卻及儲存。

最終食品所將研究推至業界，提高其技術層面。



演講題目：乳酸菌世界

演講時間：99.05.14

演講者：楊三連博士 (柏連企業公司；家酪優企業公司)

內容摘要：

乳酸菌在體內唯一重要角色，目前更有廣大市場價值，乳酸菌可由GLUCOSE分解成PYRUVATE 產能再進一步產生LACTATE，即可稱為乳酸菌，其中大多為格蘭氏陽性菌，無運動性，通常缺乏過氧化氫酶之細胞色素又可分為球型與桿型。乳酸菌的生理功能眾多，如：抑制致病菌維持腸內菌叢平衡，緩和乳糖不耐症，增加營養價值，降低血清中CHOLESTEROL、抑制腫瘤、降血壓、增強免疫作用等功效，所以目前市場中都有相關產品，例如：優格、CHEESE、泡菜、烘焙、益生菌(PROBIOTIC)、酒品，這麼多的來源讓我們更容易受惠乳酸菌的好處。

另外，乳酸菌在畜牧業和水產業也有所貢獻，可以降低抗生素的使用量之副作用；在青儲牧草也能降低開銷，水產業則有益水質的維持，所以乳酸菌的世界無奇的廣大，我們生活也不可缺少乳酸菌。



演講題目：就業面試實際模擬演練

演講時間：99.05.27

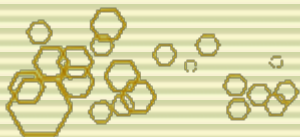
演講者：王芳堃老師

內容摘要：

從小事情堅持起！從基礎學起！

工作面試前履歷之撰寫很重要，最好有中英文名及附上照片，面試當天服裝儀容要正式，白襯衫、套裝外套，長髮者綁馬尾，男生打領帶，切記勿挽袖，電話關機，先簡單扼要的介紹，自己雙手置於桌上，專心傾聽，且要有問必答沒問勿答。

平時態度需充滿熱情，熱情的人是找價值而非價格！從最有把握的開始挑戰，努力拉大格局，不論是看事情的角度或自我期許；時時建立人脈，懂得整理名片；學會適當作秀，努力將事情先做到有趣，且要有不斷創新的精神以及保持根本的態度，培養高EQ，挖掘創造屬於自己的機會，發現自己、堅持、從錯誤中學習，也學習合作、責任感，要有接受變化的彈性，以培養自己的競爭力與價值。



食品營養簡訊

第32期

靜宜大學·食品營養學系



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

重要系聞

1. 【賀】本系學士班、碩士班、博士班通過98年度下半年系所評鑑。[相關訊息請參照](#)
2. 【賀】張珍田老師及張永和老師榮獲靜宜大學特聘教授。



3. 【賀】詹恭巨老師榮獲靜宜大學98學年度特優導師。
4. 本系計有高美丁、王銘富、張永和、王俊權、林國維、周淑姿、詹吟菁、鍾雲琴、黃延君及王正新等10位老師為行政院公共工程委員會採購評選委員，並受邀擔任中部縣市國中小團體膳食評選委員。
5. 蕭錫延教授及王銘富教授擔任健康食品審議會委員，任期自99年1月1日起至99年12月31日止。
6. 高美丁及周淑姿教授擔任教育部98學年度國民中小學學校午餐及校園食品訪視委員。
7. 高美丁教授為台中市衛生局「食品衛生安全與營養諮議會」委員，聘期自99年1月1日起至100年12月31日止。
8. 99年4月27日高美丁教授擔任國立暨南國際大學講座式課程：「醫藥與健康」協同教學。
9. 99年3月24日詹吟菁教授擔任東海大學舉辦「飲食衛生安全宣導研習活動」講座（講題：飲食安全VS保健食品）。
10. 詹吟菁教授及翁瑋琴老師受臺中縣衛生局委託執行「99年臺中縣健康餐盒（套餐）評選及外食族飲食行為調查」。
11. 王俊權教授為合格術科（烘焙食品）監評委員擔任中苗區99年技職學校在校生丙級專案技能檢定術科測試術科（烘焙食品）監評工作。
12. 黃延君老師擔任99年營養師考試審議委員會委員任期自99年1月1日起至99年12月31日止。
13. 【賀】食營碩一賴智豪參加第36屆營養年會壁報論文競賽公衛營養組，表現優異。
14. 【賀】食營系博士生吳紅蓮獲學校補助出席「第十二屆亞太腎臟醫學會年會」國際會議(韓國首爾-99/06)。碩士生許佑鴻獲學校補助出席「第十屆國際親水膠體會議」國際會議(中國上海-99/06)。碩士生蘇瑋琛獲學校補助出席「國際食品科技聯盟第十五屆食品科技國際會議」國際會議(南非開普敦-99/08)。

15. 學期霜淇淋由2月開始，每週四中午12：00至下午17：00於格倫樓食營實習工廠（G127）販賣霜淇淋。
16. 團體實驗課程供應營養午餐，於99年3月30起每週四中午11:50~12:30供應，5月11日團體特餐。
17. 本系配合春節販賣牛軋糖及母親節推出南瓜乳酪派。
18. 99年5月17日中午12：10舉辦保健飲食成果發表會，參與人員包括本系師生、社區民眾、貴賓及媒體記者等，地點於養生銀行。
19. 99年6月7日中午12：10舉辦食物製備成果展，共有11組同學製作創意料理競賽，地點於格倫511。
20. 99年6月8日中午12：10團體實驗課程供應素食特餐，參與人員包括單國璽樞機主教、神職人員、校長、教務長、總務長及行政主管等共計30位，地點於格倫511。



21. 99年6月9日中午12：10舉辦膳食計畫與供應成果展，製作三菜一湯PK賽，參與人員包括詹恭巨老師及12組同學，地點於格倫511。
22. 99年6月9日上午10：00舉辦工廠實務成果展，以杏鮑菇為主題開發5種新產品。
23. 營養實習活動：

日期	活動主題	教師	參與人數
99/3/1-99/06/18	服務學習：至醫院志工服務(營養一)	周淑姿	58
99/06/28-99/9/17	寒、暑假至醫院志工服務(營養二)		20
99/05/01.99/05/22 99/05/29	專業服務學習(博幼基金會)-營養評估及營養衛生教育	詹吟菁、翁瑤琴	65
99/06/05.99/06/16 99/06/22.99/06/26 99/06/28	臨床營養體驗營	台中榮總、彰化基督教醫院及行政院衛生署台中醫院營養師共六位	56





24. 【賀】通過99年第一次營養師專技高考考試共15位同學：楊舒閔、楊舒涵、張涵雯、林育如、簡伯紘、賴雅琪、林佳儀、魏雅雲、官怡勤、黃雅莉、潘佩錚、陳筱雯、張培萱、鄭欣宜、吳昭嫻。
25. 【賀】2010/05/12成果展『養生小品創意競賽』第一名：董怡芳 姜雅羚 劉郁柔（營生二 作品：鮮果，橙之美）、第二名：劉家祥 鍾芳宜 王證偉（營生一 作品：舞動彩果）、第三名：朱傑 陳俐甄 詹誌文（營生一 作品：翡翠芙蓉）



26. 【賀】2010/05/12成果展『產品加工競賽』最佳產品創意：第一組（咀口ㄨㄛ`香嚕）最佳海報創意：第六組（茶麵）食在好口味：第七組（陽光起司丸）。



27. 【賀】98學年度系友獎學金得獎名單：食品四陳奕忻、營養四胡雅琳、食品三羅仁政、營養三陸帷瑄、食品二王議賢、營養二鄭勤巧。



28. 【賀】98學年度第二學期黃琳慧系友獎學金得獎名單：食品一江書如、營養一林函霈、營養二姜雅矜、食品三楊曉琪、營養三曾以君、食品碩一林育玫、營養碩一蕭伊伶、營養碩一蔡慧君、營養碩一賴智豪。



29. 【賀】本系98學年度食品組三年級江冠志同學參與本校國際事務室所辦之交換學生，至美國馬里蘭聖母大學就讀一學期。
30. 2010系友回娘家：99年4月24日於本校格倫樓G511團膳餐廳舉辦，參與人數：教師及助教共7位、系友共38位。



31. 感謝98學年度系友獎學金捐款及系務發展基金捐款

日期	姓名	金額	畢業年度
2010/3/8	柯海倫	1000	88
2010/5/18	梁純玲	2000	68
2010/5/28	陳玉楚	3200	69
2010/5/31	吳怡玫	1000	94
2010/6/15	柯海倫	1000	88

98學年度系務發展基金捐款

日期	明細	收入	支出
2009/10/14	詹恭巨老師 指定用途：補助系學會迎新活動	8000	
2009/10/27	贊助系學會迎新活動		4859

32. 【賀】畢業生考取研究所狀況：

姓名	考取學校/系所
洪孟宣(9906)	中國醫藥大學營養學系碩士班正取 中山醫學大學營養學系碩士班正取 輔仁大學營養科學系碩士班正取 中興大學食品暨應用生物科技學系丙組備取
秦立宜(9906)	輔仁大學營養科學系碩士班備取 台灣師範大學人類與家庭學系碩士班複試 靜宜大學食品營養學系營養與保健組正取
施瑞雯(9906)	中國醫藥大學營養學系碩士班備取 台灣師範大學人類與家庭學系碩士班複試
施雅韻(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組正取 中國醫藥大學營養學系碩士班備取 中山醫學大學營養學系碩士班備取
邱凌哲(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取 中國醫藥大學營養學系碩士班備取 中山醫學大學營養學系碩士班備取 輔仁大學營養科學系碩士班備取
邱名穗(9906)	國立台灣體育學院體育健康科學系錄取
雲雁翎(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組甄試正取 中山醫學大學營養學系碩士班備取
馮一郎(9906)	輔仁大學食品科學系碩士班正取 海洋大學食品科學系碩士班備取 嘉義大學食品科學系碩士班備取
林懷恩(9906)	嘉義大學食品科學系碩士班備取
陳珮寧(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取 嘉義大學食品科學系碩士班備取
錢瑩甄(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組甄試正取
劉上慈(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組甄試正取
紀旻秀(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組甄試正取
張維芬(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組甄試正取
周芝瑜(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組甄試正取
黃双奇(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組甄試正取
周珍如(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取 靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組甄試備取
吳筱柔(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取
林筱芸(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取
陳建穎(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取
陳漢楷(9906)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組備取
李珮瑤(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
江俐儀(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
陳允中(9906)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
簡伯紘(9806)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
張孟琳(9806)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
吳雅婷(9806)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
丁羽仙(9806)	國防醫學院病理及寄生蟲學研究所病理學組正取
邱孟萱(9806)	中國醫藥大學基礎醫學研究所正取

林育如(9806)	中國醫藥大學營養學系碩士班正取 中山醫學大學營養學系碩士班正取 中興大學食品暨應用生物科技學系甲組備取
顏翊穗(9706)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組正取
官怡勤(9506)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組備取
鄧心怡(9506)	靜宜大學食品營養學系食品與生物技術組正取
陳俊宏(9406)	靜宜大學食品營養學系營養與保健組正取

33. 配合相關課程舉辦校外參觀活動如下：

日期	課程名稱	地點
99.03.08	保健飲食	彰化縣愛加倍社區服務中心(彰化縣員林鎮三義路105號)
99.03.29	保健飲食	順天堂
99.05.10	保健飲食、發酵學	生達、東宇
99.05.04 99.05.13	食品加工	5/13洽發企業公司/麵粉廠(台中縣清水鎮三民路一段115號)、5/4福壽實業/台中港食品總廠台中縣梧棲鎮自強路98號(關連工業區)
99.05.07	發酵學	菇類文化館、瑞峰菇蕈教育農場
99.05.17	保健飲食	養生銀行(台中市五權七街56號)
99.06.11	老人保健學	光田醫院長期照護中心
99.040.12	老人生活模擬體驗	弘光科技大學
99.04.12	食物製備實驗	南投縣信義鄉農會
99.06.14	營養學、膳食計畫與供應實驗	苗栗縣三灣鄉 金椿茶油工坊 苗栗縣卓蘭鎮 花露香草花園



▲ 保健飲食、發酵學課程參觀生達化學製藥公司、東宇生物科技公司



▲ 「食品加工實驗」課程工廠參訪洽發企業-麵粉廠



▲「食品加工實驗」課程工廠參訪福壽實業-食品總廠



▲發酵學課程校外參訪菇類文化館、瑞峰菇蕈教育農場



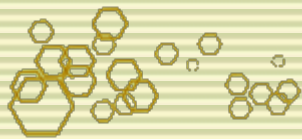
▲穿戴配備模擬老人生活體驗-弘光科技大學P棟8F



▲參訪光田醫院長期照護中心參觀日間照護中心環境，體驗老人安心步走機並與老人同樂陪伴老人說話



▲配合課程營養二同學參訪金椿茶油工坊、花露香草花園，深入了解茶油相關知識並觀摩與品嚐茶油料理烹調、參觀精油博物館及各式精油產品



中華民國九十九年七月
發行單位：靜宜大學食品營養學系
地址：台中縣沙鹿鎮中棲路200號 TEL:(04)26328001分機：15031~15034
版權所有 2010 靜宜大學食品營養學系 All Rights Reserved.

食品營養簡訊

第32期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

食品專欄

營養專欄

教學活動

演講摘要

重要系聞

學會動態

學會動態

親愛的你~
認為自己夠熱血嗎?
希望自己的大學生活多采多姿嗎?
相信準備好的你,已經決定跟我們一起創造奇蹟!
我們在靜宜食營等你來義氣相挺
加入系學會,只要你有義氣,食營系會一定挺你到底
想更了解系學會嗎?上網看看吧!食營系學會等你喔~~
系學會無名 <http://www.wretch.cc/blog/HOTAPR>



99系學會預訂活動

活動時間	活動名稱
99/08/21	大學家長日
99/08/23	食營資工聯合台北迎新茶會
99/08/25	食營資工聯合新竹迎新茶會
99/08/27	食營資工聯合嘉義迎新茶會
99/08/29	食營資工聯合高雄迎新茶會
99/08/31	食營資工聯合台中迎新茶會
99/09/11-12	新生入宿
99/09/13-17	新鮮人活力週
99/09/16	食營企管聯合迎新晚會〈時間暫定〉
99/09/28	教師節
99/10/23-24	迎新宿營
99/10/28	化妝舞會
99/11/02	期中進補暨直屬認親大會
99/11/25	校慶預演
99/11/30	啦啦隊比賽
99/12/01	聖誕佈置
99/12/02	校慶園遊會
99/12/06	罐中情
99/12/09	聯合班會
99/12/21	期末進補暨聯合聖誕趴
時間未定	小學營養衛教營隊帶動

這麼多的活動有沒有讓你感覺熱血沸騰?!
靜宜食營系會已經為你做好萬全的準備~
Waiting for you!
等你突破重圍加入食營系的行列~
我們張開雙臂歡迎你來到食營系大家庭~
We are family~



靜宜大學食營v.s.資工聯合五區迎新茶會

各為學弟妹是不是對未來的大學生活充滿憧憬呢?
想要搶先在開學之前先認識自己系未來的好趴呢嗎?

除了先認識自己系的同學外
還有未來會很照顧你們的學長姐及老師們
對於大學懵懵懂懂的你們
盡量提出問題把我們問倒吧!
另外,各位能夠參與是我們的榮幸
希望大家別錯過這次機會喔!

以下是五區迎新的地點及時間
如果有任何問題可以跟各區負責人聯絡喔!

《台北》 8/23(一) 12:30 台北火車站 北二門 集合

地點:欣葉咖哩匠 台北市中正區館前路12號B1

負責人:王證璋0982655176 徐翊寧0952638999

《新竹》 8/25(三) 12:00 新竹火車站正門 集合

地點:桃園牛排 新竹市東區中正路46號2樓

負責人:薛安0921318625/0985532392

《台中》 8/31(一) 11:00 台中火車站 集合

地點:鮮芋仙 台中市中區復興路四段211號(德安百貨對面)

負責人:劉政諺0912305627 康晉榕0975227385

《嘉義》 8/27(五) 11:30 嘉義火車站 集合

地點:Marketplace 嘉義市仁愛路508號

負責人:黃勁穎0934012176 李慧淇0937054536

《高雄》 8/29(日) 13:30 高雄火車站 集合

地點:綠茶館 高雄市左營區博愛二路672號(巨蛋對面)

負責人:湯雅錚0975212562/0985722863 馬世榮0953575058

我們將提供新鮮人100元的餐費補助喔!

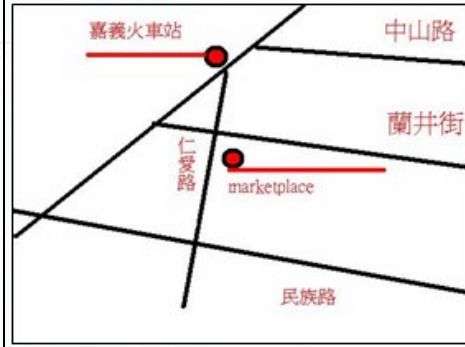
五區迎新茶會地點位置圖



《台中》



《嘉義》



《高雄》



系友聚餐聯誼資訊

系友聚餐聯誼好康看這裡!

補助系友聚餐聯誼活動實施說明如下:

一、目的：為鼓勵本系系友聯繫系友感情，加強系友團結，砥礪系友學術研究，促進系友事業合作與協助母系發展。

二、支援原則：一學期補助一場次(依活動計畫書審查)。

(一)每場總金額2500元(餐費：100元/人*25人)。

(二)參加系友至少達25人。

三、申請者應檢送活動計畫書，計畫書內容應包括：舉辦時間、舉辦地點、活動流程及內容、聯絡人(含電話及E-Mail)

四、核銷經費應檢具相關發票或收據、參與者簽到單、相關活動照片。

五、聯絡人：食品營養學系 林洵玟(04-26328001分機15032、電子信箱：

swlin@pu.edu.tw)。

