

食品營養簡訊

第31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

營養專欄

食品專欄

系友專欄

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

各位親愛的系友：

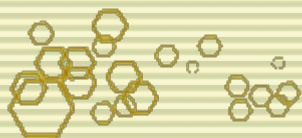
春去秋來，轉眼間又到了聖誕楓紅的季節，相信各位系友在這一年當中，不管是在心靈或是工作上都有非常多的成長與收穫！

非常感謝系上優秀系友，同時也是系友會正副會長陳貴鳳老師及黃怡菁行政總監，在任期內精心籌劃了各項系友活動，大大地促進了系友與母系間的交流。更感謝許多系友的熱情參與，讓大家每一次都能彷彿走入時空隧道，重溫學生時代的歡樂時光！在陳貴鳳會長的主持下，於今年九月的系友活動中，順利推選出新的系友會正副會長--江宏得與莊政衡。嶄新活力的注入，相信會讓我們更緊密結合，共同激發出更璀璨火花！



本系自98學年度起系所同步更名為「食品與生物技術組」與「營養與保健組」，期望能更落實本系之人才培育目標，並提升本系之競爭力。同時，在這個學期系網頁亦作了更新，歡迎系友們多利用網路資源<http://www.fn.pu.edu.tw>了解系的各項發展，並提出您的寶貴建言。

在這個充滿挑戰的時代，持續不斷的求新求變，是讓系所成長的重要關鍵。系的發展需要系友與系所共同攜手努力，期盼您能和學系有更密切的聯繫，並提供母系更加明確的發展方向與建議，讓系所能不斷的成長與茁壯。新的一年即將來臨，在此預祝大家心想事成、事事順心！也期盼各位繼續支持母系，共創榮耀未來！



中華民國九十八年七月

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31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

營養專欄

食品專欄

系友專欄

演講摘要

重要系聞

學會動態

營養專欄

新時代營養師應具備的能力-彰化基督教醫院營養課 參觀心得分享

陳思妤 教學助理、周淑姿 教授

「這是我們的健身房，有各式各樣的運動器材、有專業的運動教練指導，我們同時還有營養師提供營養減重的服務---」

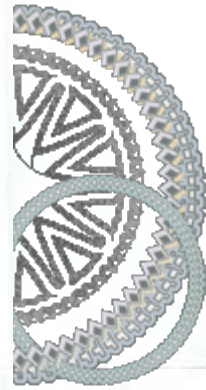
「林伯伯，這一碗小湯圓相當於半碗飯，吃多了血糖是會上升的喔！---」

「這由營養師開發製作的餅乾是減糖低油的，慢性病患者可以安心使用---」

「這瓶有益菌推薦您參考，臨床上很多患者反應改善效果很好喔--」

「歡迎來到音樂河餐廳，我們的餐點依您的需要提供不同熱量的選擇，都是現場烹煮，不是使用調理包的唷！---」

「這是我們的中央廚房，動線規劃由此進---，最大供應量為2~3000人次/餐，除了提供本院，也將餐點送至其他分院---」



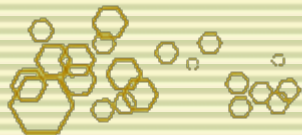
沒錯！以上這些都是來自營養師的聲音，一趟由高老師與詹主任帶領的彰化基督教醫院體系營養師業務參訪，讓我們了解到現在的營養師已經走出廚房跟病房，進入與全民接軌的時代了！

以往的觀念裡，總是認為營養師就是窩在廚房裡，彈彈計算機計算卡路里、開開菜單，還有人說營養師在醫院沒有什麼地位，但是經由此次參訪認識彰基體系的營養師工作內容之後，讓大家見識到路是人走出來的，營養師不但開創了新的營運方式，更成功的把營養專業知識與常識推銷出去，大大的提升營養師角色的重要性。因此，現代營養師的養成，除了營養專業知識的建立，更需要培養多方面的能力，值得我們去深思。

- 溝通表達能力：營養師除了內部的溝通能力之外，還包括要面對廚房的員工、對病患及家屬、對醫護人員...等，營養師要應該要培養良好的溝通及表達的能力，建立好的人脈，才能讓營養的推廣有更順暢的管道。
- 與各部門間配合：營養師必須要增加自己的專業深度，與各專科配合，例如：專業的減重、腎臟病、糖尿病、心血管疾病...等，每個專科的病患型態及面臨的營養需求問題都不同，這些都需要更多營養師的專業協助。
- 洞悉民生需求的能力：多方位觀察一般民眾的需求，找出營養師可以介入的點，增加民眾對營養師的需要與依賴性，才能將營養的觀念更深植民心。
- 辦活動的能力：營養師不再是被動的等待諮詢，活動的舉辦可以讓更多人主動來認識了解營養師的服務項目，也帶動相關週邊的商機，是號召民眾的好方法。

- 行銷的能力：市面上越來越多的保健營養品／素材，可以透過專業營養師的建議，讓民眾選擇更適合自己的商品，同時也可以推廣由營養師團隊自行開發的產品，因此培養行銷的能力也是值得重視的一環。
- 多元化不斷更新觀念的能力：許多傳統的飲食習慣，已經隨著國際化、便利化而改變，因此營養師面對的病患，有不同國籍的、有各式各樣飲食習慣的，營養師都要隨著時代的改變，提供適宜的服務，因此須不斷的更新觀念，吸收新知。
- 經營管理的能力：在彰基體系我們也看到，不論是醫院餐廳、對外營業的音樂河餐廳、活力營養中心、健康促進中心---等，都是由營養師一手主導經營的，從成本的控制、對外的行銷營運---，這些能力都要具備。

很驚訝吧!營養師要會這麼多、做這麼多，彰基優秀的營養師們的確給了我們一個震撼教育，書本上營養專業知識只是基本，同學們應多利用校內學習資源與校外實習訓練以獲取更多的能力，才能因應大社會對營養師的考驗。



食品營養簡訊

第31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

營養專欄

食品專欄

系友專欄

演講摘要

重要系聞

學會動態

食品專欄

「黑糖菇寶寶」的聯想

王培銘 (本系專任助理教授)

您聽過「黑糖菇寶寶」嗎？最近，一種以黑糖水溶液為培養基，使用簡單的玻璃容器，就可以在一般家庭不斷繼代培養，同時會產生顆粒狀膠狀物的發酵物，就被叫做「黑糖菇寶寶」(或稱黑糖菌寶寶、中國菌菇、太陽菌菇...)，在網路與新聞媒體中持續地被報導與議論著。甚至有立法委員把它送到衛生署藥物食品檢驗局檢驗，結果發現其中含有鈣、鐵、鎂等微量元素，少量酒精，很低量的蛋白質，並未檢測出維生素，而大腸桿菌及金黃色葡萄球菌等有害菌則呈陰性反應。衛生署認為其中雖然沒有有害物質，但營養價值不高，而且民眾自行培養時，在缺乏無菌操作之觀念與設備下，極易有其他雜菌侵入污染的風險，另外流傳著太多未經證實且極為誇張之功效，因此強烈呼籲不要自行培養與飲用應是極為正確的。

看到「黑糖菇寶寶」的報導，不免想起六〇年代在台灣地區流行的「紅茶菇」(或稱海寶)，只記得當時它也被流傳著同時有減重與增胖兩極化的誇張效果。那時候，家裡也有一些瓶瓶罐罐，每隔幾天母親便要煮一些紅茶，不是拿來喝的，紅茶湯是要裝到玻璃瓶中，再將瓶口覆蓋著白紗布(應是為了好氣培養)，培養著一塊漂浮在紅茶湯上面的菌膜，當時覺得有點像泡在福馬林中的不明標本，小孩子是不會想要去喝的。但是，在製作的過程，小孩子是會有興趣的，好奇得東問西問，東摸西摸，為了避免雜菌的汙染，總是很快得被趕走。後來，不知怎麼的，家裡漸漸沒有紅茶的香味，瓶瓶罐罐的紅茶菇也不見了。也許被雜菌汙染了，也許只是一時興起，小康家庭在經濟上與時間上都不是那麼充裕，可以持續的養活它們。



然而紅茶菇根本不是菇(蕈)類，也許是因為台語的發霉叫「生菇」，這片長在紅茶湯上面的菌膜就像「生菇」一般，而稱之為「紅茶菇」，其中主要的微生物是醋酸菌與酵母菌(可以說是共生)。所喝的紅茶菇飲料也就是醋酸菌與酵母菌自然混合培養的發酵物，其中便含有醋酸等有機酸成分。在國外，這種以茶湯為培養基的發酵物稱為Kombucha，已在民間流傳許久，於網際網路發達的今天，上搜尋引擎查一下Kombucha，仍有國外網站在教人如何培養，順便販售相關材料。八〇年代在台灣也有廠商生產這類飲料上市，它的名字好像叫「活果子」，不過這個飲料後來沒有持續存活下來。

紅茶湯表面那塊漂浮的菌膜，其實主要是一種醋酸菌所產出的纖維素所構成的膜片(並不全是菌體)，在台灣有學校老師和研究機構研究它，在日本也有專門的研究機構對它有興趣。這種醋酸菌所產出的纖維素，或稱細菌纖維素，不同於植物的纖維素很複雜的

跟其他成分糾結在一起，而是成分很純、潔白的纖維素，其中的纖維是屬於奈米尺度的纖維，也就是說醋酸菌以奈米尺度的纖維編織成一塊纖維素材質的膜片。其實東南亞的居民很早便利用椰子水來生產這種纖維素供作食用，也就是我們現在常吃的蒟蒻果凍中那塊稍硬、很有嚼感的東西(或稱椰果)。令人驚訝的是，台灣人在東南亞的椰果產業中，也佔有舉足輕重的角色，可以說是另一項「台灣之光」。

這幾年，面膜在美妝產業大行其道，可以問問看，大概沒有幾個女生沒有敷過面膜，而一種稱為「生物科技果凍/纖維面膜」，大概是其中最高價的產品，這種面膜的吸水性強，強調不用躺著敷，而且可以一邊做家事一邊敷，也不會「草草滴」，它很伏貼，甚至在跑步機上邊跑邊敷也不會掉下來(也有些誇張)，這種取代傳統不織布面膜的材料就是那一塊漂浮的膜片。另外，這種細菌纖維素也有很好的生物相容性，已被開發成用於燒燙傷病人使用的敷材。

近幾年，這塊纖維素材質的素材，也被開發當作正夯的「電子書」的螢幕基板。人類在發明了「紙」之後，眼睛已經適應「紙」這種素材，因此對於過去以電腦螢幕為主的「電子書」接受度不高，使得在目前3C時代，紙本的書本、報紙、雜誌仍然有辦法存活下來，所以有人認為「感覺似紙」的纖維素材質螢幕基板可能是未來取代「紙」的一個希望，一旦到了那一天，那麼可能再也享受不到閱讀時一頁一頁翻書的悠閒與一陣沁出的書香。

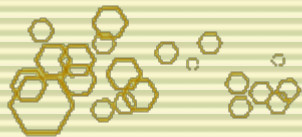


回頭看看「黑糖菇寶寶」，它也是一種國外流傳許久的發酵飲品，主要是乳酸菌與酵母菌自然混合培養的發酵物，發酵液中存在著乳酸與些微的酒精。培養時以糖質原料為培養基，隨著流傳地區的不同，也會加入無花果、檸檬或葡萄乾等水果，比較特別的是它會產生顆粒狀的膠狀物，這種膠狀物是由乳酸菌所產出的多醣物質。在國外這種以糖質原料為培養基的乳酸菌發酵物或稱為Tibi grains、Tibicos、gingerbeer plants、California bees等，網路上可以查詢到一些相關的介紹，但是科學上的研究則不多，相較之下，另一類以乳製品為培養基的乳酸菌發酵物Kefir(克弗爾)，已是普遍被接受的飲品，而且相關的研究較多，Kefir這種發酵物也會產生類似的顆粒狀膠狀物。在這兩個不同的共生體系中，可能存有一些相似的微生物，但是微生物菌相是不會完全一樣的。

從微生物培養的角度來看，不管是Kombucha、Kefir或是Tibicos，這一類民間流傳的發酵飲品之所以可以流傳這麼久，其中的共生的微生物族群應是相對穩定的，也就是說外來的微生物並不容易入侵生長，因為有醋酸或乳酸的產生，它們的培養液通常像都比較酸，這也許是維持菌相穩定的一大因素。然而如果在缺乏無菌操作之觀念與設備下，就像自行釀酒或製作發酵食品，也都會有製作失敗、腐壞的機率，因此在食用上就必須特別小心，更切忌迷信誇大的療效而過量食用。

另外，某些乳酸菌是對於人體腸道有益的微生物，或稱為益生菌，不過這類乳酸菌通常源自乳製品，因此在乳製品培養基中生長較好，然而來自於Tibicos的乳酸菌則可在糖質原料的培養基中生長良好，由這一類乳酸菌利用非乳製品原料製成的產品，對於對不喜愛乳品者或不吃乳類的素食者而言，可以說是另一種選擇。至於那些顆粒狀的膠狀物—乳酸菌所產出的多醣物質，在食品加工的應用上，可能可以作為增稠劑使用。而一些結構特殊的微生物多醣物質，常被發現對於生物體有某些特別的活性功能，因此乳酸菌多醣物質的開發與應用，目前也是一個大家有興趣的研究課題。

所以，「黑糖菇寶寶」是寶嗎？套用胡適先生的一句名言：「有幾分證據，說幾分話。」



中華民國九十八年七月
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31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

營養專欄

食品專欄

系友專欄

演講摘要

重要系聞

學會動態

系友專欄

打開人際關係

江宏得 法泰生物科技股份有限公司

畢業至今雖只有五年時光，進入職場亦只有短短的三年！你們一定在想，這位剛踏入社會不久的新鮮人，能告訴你們甚麼是人際關係？其重要性？以及如何創造？然而我不是要教導甚麼理論，也沒甚麼裏子能夠告訴你們該怎麼做，只是想與大家分享，我是如何創造自己的人際關係。

打從出生的那一剎那，我就開始創造屬於自己的人際關係鏈，如果要說哪一階段對我的影響最大，我想應該是大學生活。然而高二那年，認識了一群好友以及被選為學校自治幹部的隊長這兩件事，成了我廣泛人際關係的起始點。

在此先簡述一下我在大學四年裡所參與的一些事情，系學會活動部員、系學會會長、系聯會理院代表、校務會議學生代表等等，這些經歷讓我更有機會去認識不同年齡以及不同領域的人，比一般的學生多了許多機會表現自己，進而讓別人認識自己、肯定自己。為什麼要告訴大家這些無聊的例子？因為這些經歷對於我目前的工作幫助甚大，以下簡單的敘述這些鏈結！

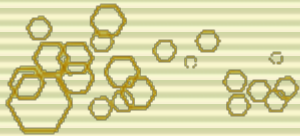


我的第一份工作是在台北榮總研究中心做研究助理（退伍後學姐介紹），在研究中心這段期間，與許多教授及技術員建立了關係，亦認識了現在公司的老闆。由於現今公司的走向為健康食品，故透過我進駐靜宜大學育成中心，並與大學時期認識的教授合作，開發新產品及核心技術。為了開發新技術，前份工作認識的教授及技術員，提供些許方法及技巧，加上系上優越的師資及操作人員，讓我們更迅速的突破進度，到了產品製作的過程，同為育成中心的進駐廠商，亦提供本公司許多資源。還有許許多多的經驗想與大家分享，不過廢話就不多說了！

為什麼我要陳述上列的繁瑣過程讓大家知道，因為這就是我的人際關係，如果我在高中及大學時期沒有拓展出我的人際關係，那麼我就不會很順利的在退伍後，馬上進入榮總工作；如果我在榮總工作期間沒有拓展出我的人際關係，那們我將不會認識現今的老闆，亦不會有榮總教授們的協助與知識分享；如果我在進駐育成中心期間沒有拓展我的人際關係，那麼我將無法順利找到合作廠商，以及優惠的價格生產產品！

人際關係真的有這麼重要嗎？對我而言，是的；反觀你可以問問自己，人際關係對你而言是不是影響甚大？會不會也跟我一樣想追求廣泛的人際關係？因為你無法知道即將認識的人，在未來的生活中成為了甚麼樣的角色。

以上為我粗略的分享及見解，祝福大家能夠一切順心，拓展自己的生活。



中華民國九十八年七月
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31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition - Providence University

系主任的話 營養專欄 食品專欄 系友專欄 演講摘要 重要系聞 學會動態

演講摘要

演講題目：生技職場分享

演講時間：98.09.17

演講者：黃柔佳 (健永生技公司 研究員)

內容摘要：

每位新鮮人從高中階段進到大學各個科系就讀都會有茫然的時候，不曉得就讀此科系有甚麼幫助，對未來的人生規畫也毫無頭緒，因此，邀請一位從食品營養學系畢業並在職場上打拼六年具有豐富的職場經驗的學姊來分享其心路歷程，使參與演講的學生們一個鎮心劑讓他們對未來的路有個目標，並可朝這目標繼續努力邁進，學習更多專業知識及技巧並增加自己的信心。



演講題目：從農場到餐桌-品質與安全

演講時間：98.09.24

演講者：古明靄 (碁富食品股份有限公司 技術總監)

內容摘要：

古博士藉由碁富食品實例講述產品原料、初步處理、加工至消費者過程中所有需要注意事項，其中最初步及重要就是產品原料的安全性，若是來源受到污染或品質不佳，之後再多的加工過程都不會有好的產品。所以，碁富對家禽來源會從養殖地點、養殖方式及飼料來源都有做控管，以達到優良原料，且製品加工前亦先經過品質檢驗合格才會使用，確保加工食品安全性。這次演講題目使學生了解業界生產品是由原料到成品製程中

會經過層層關卡及檢驗，提供學生了解在學時應該學會如何判斷重點品質管制方可提升未來就業的機會。



演講題目：抗發炎及免疫調節功能之草藥研發

演講時間：98.10.02

演講者：楊寧蓀 (中央研究院農業生物技術中心 特聘研究員及國立台灣大學植物科學研究所 教授)

內容摘要：

配合本系生技保健食品人才培育之卓越教學目標，加強學生對相關課程如大學部的「健康食品功效評估」和「醣類與保健」、研究所的「食品生物技術特論」、「營養與保健研究法」「食品科學研究法」和「專題討論」等課程的學習成效。並促進本系與中研院農業生技中心之學術交流，特聘請中央研究院農業生技研究中心資深研究員楊寧蓀博士蒞校演講，演講主題為「抗發炎與抗腫瘤中草藥之研發」。活動成效--提升了本系學生(含博、碩士研究生和大學部學生)之免疫生物學與中草藥藥理知識，強化學生保健食品素材或草藥知識與研發實力。



演講題目：保健食品之教育、行銷及售後服務

演講時間：98.10.06

演講者：黃文萱 (新賀斯國際有限公司 營養講師)

內容摘要：

由於營養師的工作不像以前只存在醫院或是團膳公司，像減肥中心，坐月子中心，學校營養師，保健營養師等..，這次特地邀請在保健食品業工作的學姐，講述其工作內容及

工作應具有的態度，使學生們能夠充分了解營養師的工作內容及應具備的態度，增加未來學生在工作上的適應力與競爭力。

(摘自學生心得)

黃文萱學姊的個人特質:

英文不好，對讀書興趣較低

具有強烈的企圖心

個人目標非常明確

黃文萱學姊對於研究所的心得

個人態度要上進努力

對於許多事的學習技巧可以學到

對於保健食品的營養師工作:

充分了解產品

0800電話諮詢(產品解說、疾病諮詢)

營養諮詢及課程

臨床實驗進行

文獻更新、查詢

季刊文章的閱讀

黃文萱學姊的建議

未來趨勢:諮詢、藥廠、生技

善用學校資源(課程或是師長)、不斷學習

參加社團並促進溝通技巧

營養教育的小技巧:注意語言(國台語)、聽講人素質、年齡、認同感

製作投影片的小技巧:圖片、時事新聞、字體大鮮明、關係圖比較、各家商品比較。



演講題目：大專院校營養相關工作介紹

演講時間：98.10.06

演講者：劉淑蕙(靜宜大學衛生保健組 組長)

內容摘要：

(摘自學生心得)

劉淑蕙學姊對學校(大專)營養師的工作介紹:

飲食計畫

製備管理

餐飲衛生安全

衛生教育宣導

其他:企劃活動書、行政工作等。

劉淑蕙學姐對大家的建議:

培養專業能力: HACCP、營養師證照

公文撰寫能力要提升

人際關係的維持

美工、電腦文書、網頁製作能力

活動技巧:年輕之心、耐心、上進心、愛心、變通的心。



演講題目：診所營養師工作內容

演講時間：98.10.13

演講者：卓宜徵 (安慎診所 營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

學姊目前於私人診所就業，其以內科為主。腎臟病及糖尿病患更佔診所為大宗。並且診所配有洗腎中心、減重班、衛生教育等。

建議取得證書：

營養師

HACCP

糖尿病衛教師(共照、CDE)

腎臟專科營養師

學姊在其診所的工作及在職訓練

跟診、衛教(個人、團體、洗腎、員工)、減重班、發表院訊等
讀書會、工作檢討會、服務檢討會、衛教技巧、每月評核測試等

綜論：

對於食物份數要有概念

病理學、生化、營養代謝重要

衛教要有耐心及傾聽心

可針對個人飲食習慣做一個點的修正

心得：

這幾週下來，發現許多前輩一開始的就業經驗來自於團膳，而又因其公司制度及走向不同而有工作上的差異，平常的我們應該對食譜或菜單敏感度提高，彙整成自己的資料庫，尤其這學期的我們正在修團膳課，可利用此機會學紮實一些。而今新接觸到臨床營養師，發現在醫院中的營養師壓力也不小，但相對其帶來的成就感也必定很高，而學姊也提醒許多同學，衛教時要有耐心及付出關懷。



演講題目：團膳工作介紹(北、中部之差異)

演講時間：**98.10.13**

演講者：**張依涵 (統鮮企業(股)公司 營養師)**

內容摘要：

(摘自學生心得)

張依涵學姊的個人內容：

北部及中部團膳差異：

售價：北部(40-45元/餐)附水果點心，中部(39-45元/餐)

工作：北部(處理雜物多)、中部(基層工作)

時數：北部上班7:00~16:00 假日值班、中部(假日每月值一天)

公司：北部(制度健全)、中部(制度不健全)

薪水：北部(3萬20)、中部(2萬8~3萬)

建議提升知能力：

充實對食物的知識

收集菜單

專業證照的取得

團膳相關證照：

營養師

食品檢驗師、食品技師證照

中餐丙乙級

HACCP

蔬果農藥殘留快速檢驗技術證書

勞工衛生安全管理人員

鍋爐合格結業證書

丙級鍋爐技術士證照

綜論：

團體膳食式各位剛畢業的營養系學生會取得的工作。因此對其製備、搭配、採買等細節流程應該了解，而在學校就學中可以善用系上資源。



演講題目：餐飲教學工作介紹

演講時間：98.10.20

演講者：陳貴凰 (靜宜大學觀光事業學系副教授)

內容摘要：

(摘自學生心得)

尋找自我的特色很重要:第一印象及最後印象也很重要-行銷

投資篇: 現實最愛篇

一. 回到最愛篇-護理>食營>生物技術 (專家諮詢者)

二. 準備好自己, 走自己的人生 (未來的方向) 人脈

三. 餐飲業: 最重要的是要熱愛食物

四. 食品衛生法: 中餐烹調乙級(機會): 培養對業界的敏感度; 營養師(投資): 邊騎邊吃的文化

五. 對食材的熟晰度及創意: 例如百香果+梅粉+蜂蜜、高麗菜久煮有硫味、洋蔥久煮才會有甜味、順口的味增需要混兩種以上的味?、團膳開菜單時銀芽不要開, 可以開芥藍菜, 因其久煮不易變色。

六. 咖啡順口之溫度為85°C

七. 一輩子的運氣是固定的

八. 東鮮西辣南甜北鹹: 共產國家(如: 捷克、波蘭、韓國)>重口味、好戰; 希臘: 口味較淡、較和平

九. 不可能什麼都抓住>要有特色

十. 了解食材特性及歷史: 將食材加以應用及為餐飲

十一. 研究方向: 1. 菜單規劃

2. 能量醫學於餐飲

3. 外賣餐飲: 包裝、添加物

4. 主題餐飲

5. 飲食文化

6. 制服

十二. 凡事要訂定步驟計畫

十三. 保身方法

心得:

若要走餐飲, 必須要對食物充滿熱情, 我想這句話對食營系的我們是很重要的, 除此之外, 還要努力投資自己, 以免未來有機會時自己條件不足, 我想我需要更充實自己的專業及更瞭解各食材的特性, 對於自己所想要的東西不可能全部都抓得住, 如何去取捨並讓自己有特色非常重要, 然後要努力堅持的往自己的目標前進。



演講題目：臨床、公衛營養師之生涯規劃

演講時間：98.10.27

演講者：杭極敏 (文化大學博士後研究)

內容摘要：

(摘自學生心得)

- 一、1.醫院－臨床、團膳、社區、研究
- 2.餐盒業－團膳、社區、教育宣傳
- 3.學校－團膳、社區、教育宣導
- 4.營養品公司－研發、教育訓練、業務
- 5.政府機構－社區、政策釐定
- 6.教學、研究、調查
- 7.瘦身美容業－體控、推銷
- 8.營養諮詢機構－屬醫療機構

二、醫院

團膳－病人：普通餐、特別餐、治療餐

員工、民眾餐飲

菜單設計－採購、驗收(計規格、問卷)、監督製作、配膳、供餐

成本控制－廚房管理：衛生安全、器具設備、保養維修

人員管理：工作配合、排班、糾紛處理

客訴

認識食材、特性、烹調、菜單量整數、設備

三、臨床：1.住院病人諮詢

2.門診病人諮詢－飲食指導門診

3.團體衛教

4.參與各類特殊小組、臨床教學會議

－糖尿病

－洗腎

－TPN

要熟悉臨床

四、社區－配合政策、自己規劃

五、“成人健康體位，挑戰1824”

1.認識正確健康的體型

2.建立正確減肥方法

3. 體重控制講座
4. 體重控制班
5. 宣導

- 六、研究：
1. 臨床研究
 2. 基礎研究
 3. 流行病學研究
 4. 營養教育介入研究—知識、情意、技能的給予

心得：

「吃虧就是占便宜」這句話讓剛學習團膳的我感觸很深刻，為有去做才有收穫，雖然過程會辛苦，在這次演中講到了比較政策面的，也談論到了社區營養，社區營養在現在還發展的不完全，是未來可考慮的一塊，雖然營養師分了許多的區塊，但相同的都要充實自己的相關知識。



演講題目：營養品業務工作簡介及管罐商業營養品應用概論

演講時間：98.11.03

演講者：邱俊佑 (美商亞培公司醫療營養品業務代表)

內容摘要：

(摘自學生心得)

演講開場：

以王文華作家所說的成功人是特質為例：

勇於夢想

擺脫成見、嘗試新事物

熱情

建立”人”的關係

設定目標並可引申至各層面：

SMART法則：具體(Specific)→可測量(Measurable)→做得到(Attainable)→實際(Realistic)→時效性(Time-bound)

說到自己面試(求職)經驗：

從挫折中吸取進步

不斷修正經驗

省思自我及找尋自我優缺點

機會的把握及時機

勇敢、不害怕

業務對象及美商亞培在台定位：

醫療院所、機構醫護人員：醫師、營養師、護理人員、安養中心、衛生所

直接客戶

定位：在台為業務、行政

業務內容(概論)：

客戶拜訪及服務：建立客情、形象；收集資訊、拓展業績、解答、找尋需求商品、提供協助、化解抱怨。

行政業務執行。

PPS 專業銷售技巧：

開頭(介紹推銷物價值)→詢問(建立關係拉近距離、找出客戶所需)→說服(增強認同感、介紹特徵、利益)→達成協議(雙方滿意)

營養品分類：

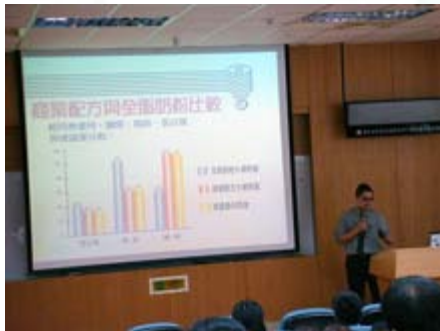
一般營養補充品：腸胃功能正常、咀嚼正常或可以。

管灌營養品

特殊疾病營養品：糖尿病、重症、白蛋白低下症、腎病等。

◎ 學生心得：

對於美商亞培並不陌生，常在電視廣告上看到其嬰兒奶粉的宣傳，近年來亞培也積極的與醫院合作，常由醫事或醫療人員推廣給病人，對於其買賣通路也相當廣與多元，包括了醫院、業務人員、藥妝店、大賣場等。若針對成人疾病的需求，我想營養品是必須的，但亞培商品大多遵循著美國飲食或營養素建議量，能否完全或大多被台灣人攝取吸收，或台美國人營養素建議量差異大小，這我覺得可以去思考一下，最後我希望這些營養品在我老年或往後都不要使用到(因為不想生並獲得到慢性病)。



演講題目：體重控制、健身、美容

演講時間：98.11.10

演講者：謝昌宏 (賀爾斯美容健康管理中心總經理)

內容摘要：

(摘自學生心得)

荷爾斯營養美容健康管理中心 (高雄)

以事業營養諮詢方式幫助慢性疾病及肥胖者進行營養諮詢訓練，以助達到預防併發症發生及減少醫療浪費為目標。

生安店、肯度店 (生安婦兒科)

一 膳食營養諮詢

一 美容

一 美體

一 營養諮詢

就業：1. 心態(吾少也賤，故多能鄙事)

2. 學習

3. 人際關係

方向：1. 各大醫院、醫學中心、健檢中心

2. 生化科技公司

3. 學校營養午餐、便當公司

4. 健身房、俱樂部、安養中心、月子中心

5. 減肥中心、健康管理中心擔任食療治療師

工作範圍：

以營養飲食為基礎之減重、增重

疾病飲食之營養諮詢與知識教導

營養補充品知識傳導與產品推薦

體現營養專業與心理諮商結合之實踐家

創造身心健康與外在形體美麗的魔法師

條件：身材不可太胖、喜歡哈啦、多看電視、IQ 夠嗎

讓人信服（幸福）的架勢，基本功（營養、膳療）

雌激素→似早期妊娠 B6(缺：憂鬱)、C（血栓）

尿酸→尿酸結石→腎虧

如何做好：主控權，自信提升與自我要求（放心、信心、關心），傾聽對方心聲

（溝通、尊重、朋友），不和別人一樣的想法，講民眾聽的懂有興趣的

話題，做別人做不到的事（不忘初衷）。

心得：

這次的演講內容我非常的有興趣，是關於營養諮詢方面的，回家也上網看了一下他們的

網站，看一下整個診所作業內容，之前聽前面的演講有時會有些迷惘，一直不斷的思考

這些是不是自己所想要，直到這次，有種確定是他的感覺，我想我會把這當成自己的目

標去努力前進，讓自己朝著這方向前進。



演講題目：公職學童午餐營養師工作介紹、生涯規劃

演講時間：98.11.24

演講者：廖敏芳 (鄧公國小總務處營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

一、廖敏芳學姊的求學歷程心得：

腳踏實地

勤奮、專心

蒐集資料及閱讀

泡圖書館

二、對於公職技能的具備：

團膳(設計菜單、採購、驗收、廚房管理、大量製備的管控、調理與烹煮、配送)

營養方面(營養學、膳食療養學)

營養教育(教案撰寫及執行，活動計畫、演說及帶領技巧)

電腦、報表、製作公文
會計、經濟學
人員管理及溝通、人際關係
三、對於資訊的掌握度：
就業
時事(瘦肉精、H1N1、蛋白精)
四、自我推銷：
履歷表撰寫(要有邏輯與長期規劃)

平日作品集
專題討論報告
團膳設計作業
實務經驗
製成品照片
獎狀
自我進修
專業能力建立
在校成績

五、廖學姊的經驗：

豬價上漲時段：端午節~過年後

白胡椒→會辣。黑胡椒→香。

義大利麵一份(市售)：四兩=150g

勾芡：高筋麵粉：沙拉油+奶油= 1:1 最後加冷水。

先放油(半匙)→放奶油(8條，發白時)→麵粉(6匙)

◎ 學生心得：

(一)現今，公職營養師也越來越受矚目，但是他的工作非常多樣化。看到廖學姐的招標單，很能感受到她的用心及苦心。我想必須在此領域有一番作為及努力，才有現在的能力及應變力。學姐也點出，大學中，老師的授課只是一個開啟及媒介。身為大學生的我們應該是更有能力去吸收資料及分類資料，而不是被動的依賴師長。

(二)聽學姊講，她尋找到了自己喜愛的工作，也很熱愛自己的工作，我覺得這樣很好！現在自己仍在尋找自己想要的目標、未來想做甚麼？雖然計畫敢不上變化，但為了未來做努力，增加自己的籌碼是現在很重要且需要做好的事！學習如何規劃自己的生涯，並一步一腳印的去執行，把握現在所擁有的，做好該做的事。



演講題目：連鎖藥妝店



演講時間：98.11.24

演講者：洪怡瑋 (佑全保健藥妝營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

佑全藥妝的小介紹：

由台中沙鹿起家

注重員工福利及休假

物美價廉

舒適的賣場空間

洪怡瑋學姊的獨特魅力：

生動的演說

真誠的分享心得

人際關係寬廣

瞭解自己想要的

洪怡瑋學姊雖然還未達到自己最想要的境界，但她仍開朗樂觀的向上看進，並依照個人的腳步成長。心中不會徬徨，因為她有目標及瞭解自己，非常可貴！這也是值得我們看齊的地方。



演講題目：營養室外的春天－業務行銷營養師的工作經驗分享

演講時間：98.12.1

演講者：陳盈蓉 (益富營養中心營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

醫學中心碰到病人通常較急重症，地區醫院急重症較無醫學中心重症

如：血P.K太低(ICU) 1800 kcal(入院沒灌)，40 kg 160cm 以上

一、一下灌太多 2.血K下降 =>灌食量下降

如：女性，無糖尿病歷史，血糖300，頭撞到

from diet

二、打胰島素(因為賀荷爾蒙)&監控，*血糖100以下=>死亡率下降

PGY：考上兩年內，入院入PGY，如：針對團膳、臨床教學為考核

醫學中心：100床 1名

地區教學：200床 1名

養護機構：200~300床 1名

三、1.營養中心：安護機構，一般民眾之營養諮詢。

2.營養品公司：行銷企劃與銷售

3.學校：規劃營養午餐，推廣營養教育（團膳、社區）

4.養護機構：膳食供應及營養治療。(每個月一次快樂餐，如：水餃)(變化)臨床、團膳。

5.團膳機構：醫院、學校或其他機關膳食（color、份量、價錢）

6.減重中心：媚登峰

7.藥妝店：營養品、健康食品銷售

如：85歲 男 170cm 75 kg 70kg 體重超過50%或上個月水腫

85歲 女 150cm 85kg 60kg 水腫或換季(服)致量錯

**水浴fiber 短鍊FA 腸內菌energy

四、產品優

服務佳 如：點心 * pro 1 ex 1.5g，麵pro 2g

對企業或業務的認同

價格合理

五、營養專業知識，ex：洗腎配方：黃豆pro內多Arg 洗腎可能會缺乏特殊技能

表達能力：很多問題

E Q

六、高pro 16.6% 62.2g/1500 kcal

Body weight 50 kg 50 kg *30 kcal

Proten 1.2 g/ kg BW fiber：14g / 1000 kcal 28g 高fiber

心得：

這次學姐位我們介紹所有營養師的工作出路，讓我們知道每個出路應該大概往何方向去準備，並針對期限其現在工作內容一益富銷售業務營養師的工作，向如何介紹自己家的產品，及如何去說才能突顯各種配方之特點，如含蔗糖比例高"滲透壓高"可能較不適合用以管理，又如一配方要至2000 kcal 才合乎100% DRIs，因除高大的人外，大部份人為1500 kcal 較合適。



演講題目：健康食品教育、行銷及售後服務

演講時間：98.12.10

演講者：陳麗嬌 (紐西蘭商新益美亞洲國際有限公司-台灣分公司 營業處處長)

內容摘要：

一、演講者的小經歷：

1990年	大學畢業
1990 -1992年	高美丁老師之研究助理
1992 -1993年	餐飲管理科之專任教師
1993 -2007年	連法國際實業股份有限公司
2007 -2008年	天獅健康品公司

二、對於營養科系的未來出路：

多層次傳銷公司

醫療院所

團膳

學校午餐

塑身減肥

健康諮詢中心

三、對於多層次傳銷：

推廣或行銷的計畫、組織，參加人給付一定代價來取得推廣、商品、勞務、介紹人權利，並獲得佣金、獎金或其他經濟利益。

四、演講者潛在成功的特質：

遇到甚麼事情都會去嘗試

親和力

學會彎腰、放柔軟

不服輸

五、對於職責的工作內容：(粗略)

學術服務部：0800電訪、售後人員訓練、產品教育等。

品保處：ISO管理、倉管、產品檢驗、統計分析、稽查等。

營業處：經銷商開業、輔導、管理、處理抱怨、行政業務執行。

客服處：教育訓練、0800客服電訪、售後服務等。

六、小建議：

不要放棄所學

找出釋壓的方式

至少學習一中外文

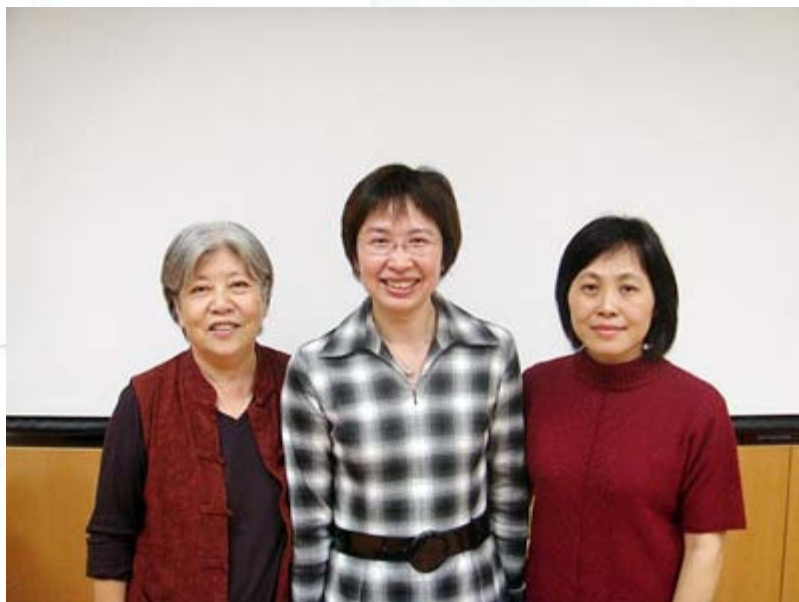
多和不同領域(人脈)接觸

肯定自我→堅持方向→努力

不吝惜自我投資與創造自我價值

◎ 學生心得：

看到陳麗嬌演講者所提到外界社會的心態，如錯誤要承擔及負責，累積人脈，投資自己，人生不能重來，若有一次缺席可能就不再出席。反應初必須擁有一個積極、樂觀、負責的心態，才可以在外界職場上游刃有餘。對於”傳銷”還以為營養人是碰觸不到的，沒想到還是可以勝任的，證明人不要小覷自己的潛能，真的機會是留給已經準備好的人！而這些準備可以有形或無形。最後，還是要好好珍惜每次學習的機會。



演講題目：個人營養工作室、老人安養機構營養相關工作

演講時間：98.12.15

演講者：陳惠櫻 (惠璿諮詢中心 健安護理之家營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

一、惠璿諮詢中心：

服務對象：(1)長期照護機構

(2)康復之家

(3)糖尿病照護網

(4)坐月子中心

二、長期照護定義：

對身心功能障礙者，在一段長時間內，提供一套包括長期性的醫療護理。

65歲以上

先天畸形殘缺者

重大意外事故

遺傳性疾病、退化性疾病

AIDS患者

精神性疾病

三、老人：

十年計劃

優先服務：(1) 65歲以上，符合ADL一項以上失能。

(2) 55 - 64歲 山地原住民，符合ADL一項。

(3) 50 - 64歲 身心障礙者，符合ADL一項。

(4) 僅IADL失能且獨居老人。

* ADL：功能性日常生活功能；IADL：如移動、煮飯

四、1. 協助日常生活

2. 維持與改善身心功能

3. 增強在家中自主活動能力

4. 以喘息服務(讓照顧者休息)支持家庭照顧

五、護理之家

(1) 長期照護中心，如安養(只供應三餐，要自行打理生活)、養護(生活照護，但醫療資源較少)、長照(其中一人要具有護士資格)。

(2) 榮民之家。

(3) 身心障礙機構，以生活重建為主。

六、住民來源：

(1) 長時間住院治療之出院者 (4) 社會局轉介

(2) 家屬照顧不好 (5) 失智、老年痴呆

(3) 家人無法負荷 (6) 家中無人出意外

七、住民評估、建議、追蹤：

長期循環菜單、快樂餐、灌食配方設計、治療飲食與參供餐指導；

評估廚房：護士在職訓練

八、年度老人健檢、成人健檢(三年)、住院檢驗報告、洗腎每月生化報告、定期生化報告

◎ 學生心得：

長期照護的工作和醫院內的工作，以及該注意的地方，原來相差這麼多，像是循環，菜單的循環天數就相差很多，醫院住宿天數較短，但長照一住可能就十幾年，因此循環週數要長，還有需要快樂餐及一些活動，並且隨時要注意病人的身心狀態，以及要教育病人及其家屬飲食與照護相關知識。另外，老人的問題也非常多，如不運動一個月，可能造成垂足，故良好的照護是很重要的。



演講題目：營養師之心路歷程

演講時間：98.12.28

演講者：黃紹萱 (行政院衛生署台中醫院 營養組組長)

內容摘要：

(摘自學生心得)

要當一塊乾淨的海綿，吸收所有在醫院學到的經驗，如果團膳沒有學好，臨床營養就無法運用，團膳室當營養師的基礎，一對一的衛教方式是沒有效率的，營養師的工作是要幫病人想辦法控制飲食，而不是病人自己克制。營養師也有行政的工作，食材的配製，採買是重要的課題。

學姊考到的證照：專技高考營養師

糖尿病衛教師合格

社區腎臟衛教種子教師證照

血液透析治療專科訓練

呼吸治療專科訓練

供膳場所HACCP訓練認證

榮總、醫院不能拒收病人。

營養師在醫院裡有一定的地位角色，醫生都不懂營養學，營養師必須教育醫生ICU重症病房(加護病房)，MPO進食。

要有專業的知識，和不可取代的地位，做到提點醫生的營養師。

醫院營養師

個人：專科營養專業精進取得不可替代的地位

醫療：團隊合作－整合性照護（重症營養、癌症、三高）

提升醫療服務品質（醫品圈、QCC、PDCA）

創新溫馨照護模式

科室：開拓財源提高收入

半流：粥類

全流：把粥類再打糊一點

小小的吃虧有時獲得會比失去的多

0.5/10 運氣 + 9.5/10 積極 = 結果就是你要的



演講題目：改變生命未來式

演講時間：98.12.29

演講者：李雪芳、邱繼強、邱于瑄、陳靖芳 (安麗日用品股份有限公司營養師)

內容摘要：

(摘自學生心得)

邱于瑄學姊的分享：

人是環境中的產物：

進入環境成長、學習。

交朋友、找快樂、看未來。

聽成功人士的演講及分享。

心態、想法的改變。

擁抱的改變。

保持正面積極的想法。

結合學校中所學，實際運用，醫院實習的見習來適應或規劃：時代的趨勢、心態觀念的調整、目標、社區服務。

分享金字金言：

1. 謙卑、尊敬、感恩、回饋、團結。
2. 生活可以過的有品味，但不可過的無所謂。
3. 你無法控制他人，但你可以肯定你自己。
4. 人生要像下棋依樣，要全盤皆看否則全盤皆輸。
5. 所見所聞改變一生，不知不覺斷送一切。

準備營養師應考的小技巧：

計劃表(日 週 月 終極計畫)

時間表

目標視覺化

信心

陳靖芳學姊的分享：

自己加入nutrilite(紐崔萊)健康研究中心是因為自己有興趣，有去認識而加入，對於已有75年歷史的這家美商公司，其的NSFS(永續農耕系統)感到相當不錯及推薦，認為食物帶入人體內是件重要且需多注意的事情

李聖芬學姊的分享：

食物—可預防及降低疾病機率。

持續未來的學習，現在能力的展現，過去學歷的基礎。

實際的了解自己所要的。

提早準備。

心得：

這次請來三位演講者，很特別的事有剛畢業的2位學姊及1位畢業7.8年的學姊。而她們都投身於外商間康品公司，並且致力於社區服務，將專業的營養知識專化成平易近人，易懂的語言傳給大眾民眾。讓我感受到他們的付出及期許。而邱于瑄學姐更不吝嗇的分享她自己應考的技巧及心得。讓現在大三的我有了一些信心及方向，也希望多年後的自己是成為社會上有用的人。





演講題目：食品產業全球佈局與行銷暨未來人才之需求

演講時間：99.01.07

演講者：楊世沛 (佳美食品國際股份有限公司副董事長)

內容摘要：

副董首先介紹佳美公司主要從事的公務為何，其生產濃縮果汁、蔬菜原汁，尤其以荔枝果汁最特別，目前生物科技方面主要生產生物纖維面膜，由他們工廠設置的地點都接近於原料產地，可學習到 1.可節省運費2.維持原料新鮮度。

佳美公司設廠接近原料產地可發展出具當地特色的蔬果產品。貴公司佳美通過不少的國際認證，很不容易，因為有努力才有收穫，平時上課所提及的那些國際認證老師們都說很重要，公司無取得難經營下去，所以要通過認證才可以，貴公司佳美真是各工廠的精神指標，相信自己是第一名。

關於人才培養的部份，得到的資訊現在公司老闆錄用新人標準的前三名為：可塑性高、有穩定度和抗壓性；專業知識和技術，文憑不再是唯一決定原則，個人命運掌握在手中，國際化人才培養，老師推薦在校表現優良（非功課方面亦可）的為優先，外派到國2~3年調回總公司或其他公司任相似之職業，在2-3年期間第二外語很重要（第二外語是指之外的外語）。要如何開拓海外市場1.公司訂定之標準符合國際標準2.每年舉辦美食展。→結論：誰掌握直通論誰就是贏家，交朋友很重要。



校外教學參觀

課程名稱：食物製備

參訪地點：南投信義鄉農會、喜覺支梅宴工作室

時間：98/12/11

學生心得：

於靜宜大學停車場集合完畢後即出發至信義鄉農會，沿路伴隨著優美的歌聲與漂亮的風景，不知不覺地到達目的地-「信義鄉農會」，由導覽人員解說信義鄉農會的發展史與酒莊的簡介。

信義鄉農會從設廠至今皆貫徹天然加工健康堅持的理念、傳統工法創新作法，亦信義鄉因此漸漸的受到許多愛好健康人士所認同，自然健康的梅產品是信義鄉農會追求的目標，也是落實於生產的每一項步驟前提，其所期盼的是讓每個愛好健康能擁有可以信賴及享用的梅產品。

目前，信義鄉農會正提倡生產、生活與生態三者兼而行之的「三產業」發展，以提高今後農業企業的競爭力及永續的生產能力，讓農業注入高新的科技，以及經貿的有力方針，而帶領農民所得逐步提高，農村社會走向繁榮，才是總體經濟更上層樓的途徑。信義鄉有許多資源優勢的條件，只要善於運用，必可改變風貌，贏回富裕的春天，如開拓原住民文化、推動觀光遊憩，發展高附加價值的物產系列，以及尋求拓寬市場等，都是迎合三升產業的有利策略與方針。



信義鄉農會於90年接受行政院921震災災後重建推動委員會及行政院農業委員會輔導設立農村酒莊計畫，並於91年政府開放民間釀酒後，於該年5月2日取得全國第一家民間釀酒証照。

酒莊原面積200坪，年產量僅50000餘公升；91年7月經代表會決議通過，增購緊臨酒莊旁土地約800坪，做為青梅CAS加工廠（92年6月完工）及大型停車場設備。因此，酒莊面積增加約300坪，總計達500坪，除原有規劃釀酒室將再增加壹組生產線外，品酒室，陳列販賣大廳、DIY教室、檢驗品管室、倉儲室及第二酒窖也都將於本年度陸續完工。除產能增加外，於品管及產品研發方面，86年與弘光技術學院建教合作，89年取得ISO9002認證，更於92年與國立中興大學食品系達成建教合作關係，除加強產品品質外更於產品研發不斷推陳出新，以符合市場需求。除發揮寓教於樂，結合本地文化特色，發展成為觀光園區，更期有朝一日於國際酒界為台灣地酒爭一席之地。

其所開發的產品，皆有屬於產品本身的故事，如「40度山豬迷路」一會讓山豬迷路的信義酒莊穀類精釀；故事來自日據時代受到強制遷村到山下的信義地利部落。據說當時部落裡有一位相當擅長釀酒的伍嬭 wu ma 奶奶，由於日本人限制私釀，所以伍嬭 wu ma 奶奶都會利用黑夜將自家窗戶緊密遮住，進行穀釀的最後蒸餾作業，以提供族人於慶典中飲用。待作業完畢，再利用深夜將蒸餾完的酒渣，運至山谷中丟棄。適巧倒完之後，出外覓食的山豬受到酒香的吸引，蜂擁而至，開懷品嚐起酒香四溢的酒渣。或許是不勝酒力也可能是意猶未盡，山豬們竟然循著味往伍嬭 wu ma 奶奶家中前進。整理完畢的伍嬭 wu ma 奶奶最後將黑布收下，窗外的燭火燈光再深夜異常明亮。山豬們此時竟然狂奔的衝勁伍嬭 wu ma 奶奶的家中。此後族人就笑稱伍嬭 wu ma 奶奶的穀類精釀叫山豬迷路。

信義鄉農會酒莊沿用伍嬭 wu ma 奶奶精釀工法釀製蒸餾，再以頂級橡木桶存封數年裝瓶上市。為每年享用山豬迷路的同好，保留住當年部落居民山居生活最可愛的默契、友誼與歡樂。

此外，我們品嚐了當地特有的「梅子霜淇淋」，濃郁的梅香味加上酸酸甜甜的味道，不甜不膩真的很特別；我們亦參加農會的品酒活動，品嚐了農會所生產的10度紅酒，淡淡的酒香，喝一口含在嘴裡就是幸福的感覺。

接著來到喜覺支梅園梅宴工作室，朵朵盛開的梅花簇擁而成的環境，由冉而生一股輕鬆、愉悅的感覺。這裡的每道梅餐都是古信維老師親手調理，強調少鹽、少糖、少油的健康料理。精選飽滿的梅子，經過完全人工的製作過程，吃起來酸酸甜甜，還可泡成梅汁，十分美味；此外，梅醬也是料理的最佳佐拌，多樣化搭配都可凸顯食材美味。其中一項菜餚-「老梅蒸肉餅」，是喜覺支的新料理，用老梅料理的粉蒸肉相當入味、濃郁，肉質Q嫩、湯汁香醇，是一道非常下飯的料理；「Q梅白斬雞」-肉質鮮甜的放山雞，加上解膩、開胃的特製梅醬，還有自製的Q梅、蘿蔔乾，口感豐富多變，值得推薦；「梅花醉蝦」-利用梅子、冰糖與甜酒，再加上枸杞、當歸、川芎等中藥材調理而成，帶著梅汁的香味，相當受到好評。

最後的行程則是來到位在水里鄉的「車埕車站」，「車埕」古時即為邵族之獵場，層巒群山環繞人煙罕至，日人治台後，始有漢人零星移居此間。日治時期，日本人在台灣大力發展糖業，1912年，埔里製糖會社廠房完工，開始投入製糖，也開啟了車埕的發展。因為建造埔里糖廠的同時，日人並進行運輸台車（輕便車）鐵道的鋪設，由埔里向南延伸至埕，再由車埕以七分車鐵道銜接二水，匯入西部幹線。「輕便車」無機械動力，下坡或車道平緩時，全靠人力推行及剎車，上坡則以牛隻拖曳。當時因車埕站周邊地勢平坦寬廣，由埔里運來的蔗糖皆在本地裝車轉運，經常有百多台輕便車在此停放，於是有人以河洛語稱之為「車場」，車埕（停放車輛的廣場）的地名由此而來，也逐漸形成最初的车埕聚落。

後來為了因應大觀發電廠的興建，日人於1919年著手拓寬車埕至二水間的七分車鐵道，使其與西部幹線軌距相同，以方便電廠工程建材的運送，全線於1922年通車，即為現今的集集支線鐵路。

由於電廠的興建，大量工程技師及工人湧入車埕，而運輸蔗糖的輕便車鐵道，亦為當時進出山區的交通動脈，人潮熙來攘往，各式民生店舖、娛樂場所林立，首度展現車埕的

繁榮景象。然而，因為電廠於1937完工後，工程人員紛紛撤離，使得繁華一時的小山城，頓時黯然失色。

1960年，林業鉅子—孫海先生經營的振昌木業公司來此設廠，車埕一躍成為南投木材的主要集散地，商賈雲集、人車絡繹不絕，開啟了車埕的第二度繁華，而振昌木業從此在車埕的人文歷史裡扮演著重要角色。隨著時代的變遷及林業政策的改變，車埕的轉運功能不再，振昌木業公司也因木料取得困難，於1987年被迫遷廠，本地的經濟漸形蕭條沒落，而集集支線的客貨業務也急速走向下坡，使得依山傍水的最後火車站漸漸沈寂，但風景依舊明媚。最後帶著感恩的心、新知識滿載而歸。

活動照片



導覽人員解說



信義鄉農會大門合照留影



品酒



酒莊介紹



喜覺支梅園梅宴工作室用餐



水里鄉車埕車站

課程名稱：食品加工

參訪地點：臺灣菸酒股份有限公司臺中酒廠

時間：98/12/17及12/31

學生心得：

(摘自學生心得)

今天專程去了一趟台中製酒工廠，下車後開始有導覽來為我們解說。概況的介紹酒史，我才知道原來第一個發明酒的是猴子，因為牠會把水果帶回洞穴中，久了就發酵產生香味，讓農夫發現後進而開始的酒史。今天實地的去接觸到釀造酒的過程（沒看到蒸餾酒的過程，怕有同學被蒸氣傷到），看到洗米、浸漬、蒸熟、製麴和酒母、發酵、壓榨等過程的大型器具，一個容器動輒就好幾噸的液體生產量，而且幾乎是機械化，真的科技很先進。參觀工廠走到了蒸熟的廠房時，一股一股濃厚的熟飯香味傳到鼻子中，真的很好聞，但是當我們走到製麴、發酵的廠房時，聞到的味道有很強烈的酸味，讓人不舒服，這就是微生物在作用的味道吧！甚至還有同學形容成這是腳臭味，真的很貼切...還看到了工廠把回收收集到的酒瓶重新清洗、殺菌、裝溶液、上標籤、封瓶等，這些手續多虧了機械化才可以大量又省時的進行，但是最後還是需要人為的品管，看看液體澄清度等等。最後吃到很多酒的製品，例如紅麴紹興香腸、酒蛋、酒果凍、紹興米糕冰棒、果醋、酒梅等等，各種產品都融入了創意，將酒更加的推廣利用。最後只能說，讀萬卷書不如無書，實際的走一趟製酒廠，腦海中有很深刻的製酒過程跟製酒的原理，這是一次很棒的校外參觀經驗！



課程名稱：生物製程技術

參訪地點：(1)食品工業發展研究所生物資源保存及研究中心

(2)駿瀚生化股份有限公司

時間：98/12/15

學生心得：

食品工業發展研究所的生物資源保存及研究中心目前是國內唯一的生物資源保存中心，除了進行多樣性生物及遺傳資源與資訊之收集、保存與提供之外，也進行生物及遺傳資源之研發與應用。因此，參觀其保存設施、發酵中間工廠與研究內涵，將使同學對於生物製程的開發，從上游到下游有一個完整的概念。

駿瀚生化股份有限公司專營之事業有發酵技術及下游回收純化、蛋白質純化及精製、合成化學、酵素化學等，主要產品有納豆激酶膠囊與醫藥中間體，是台灣少數精通化學合成與生物技術之公司。

藉由工廠參訪活動，將讓學生對於生技產業的實際製造流程有更進一步的了解。另外，配合課堂上基礎原理的介紹，期望可以達到理論與實務、基礎與應用互相結合、驗證的目的。

活動剪影



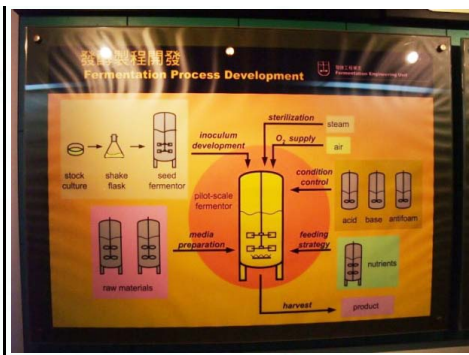
與食品工業發展研究
廖啟成副所長合照



與駿瀚生化股份有限公司
陳元宏主任合照



解說人員說明保存方式與開發產品



發酵製程圖

學生心得感想：

(摘自學生心得)

參觀情形：

(1) 食品工業發展研究所 生物資源保存及研究中心

簡報室→展示室→地下室的保存庫房→發酵實驗室及發酵中間工廠→回收純化中間中廠

簡報室：了解食研所的传统與前瞻

展示室：研發產品展示及保存方式工具說明

保存庫房：有大小不同的保存槽（編號並分門別類不同的菌種及細胞體等）

發酵區：有大小不同的發酵槽（桌上型、追料槽、工廠形式）

回收純化區：介紹不同機器（後詳述之）

(2) 駿瀚生化股份有限公司

簡報室→研發區→發酵區

簡報室：了解駿瀚公司的传统與目前開發中產品

研發區：色差儀（除了可使用液體測試，亦研發以固體測試之）

發酵區：有大小不同的發酵槽、回收純化器皿及工具

在生資中心，可了解到材料的收集保存和研究開發概念，亦感動於其共有一百多個人員在裡面默默工作著，除了早先破解紅麴的基因體實力，亦累積著開發新產品的能量，讓我覺得對學習有更大的驅策力。意外地，這棟大樓並沒讓人感到冷硬，親切的解說人員利用淺顯白話的文字告訴我們原理與應用，亦可加深我們對課本上的理解。

地上有高與寬約十公分的防隔水泥，一開始還很憂心類似這樣的水泥牆是否容易讓人不小心跌倒，在詢問解說人員之後，才了解其功效大過於可能會造成的傷害，它可以在清洗桶槽時，保持中間走道的乾爽，其實參觀完會發現中心內有很多人性化考量。

在駿瀚公司，認知在社會上要有競爭能力，要有多元化的開發產品與軌道轉換，傳統固然要守成，但最大的資產其實是傳統概念的凝聚力，雖只有接觸此公司一兩個小時，但已感受到人員的向心力很足夠，廠長親自接待且其它人員傾囊相授的說明，包括具有鄉土味腔調的博士在說明時，都在在讓我會心一笑，也讓人覺得這個公司的營運未來會更有發展性。



課程名稱：產品開發實務

參訪地點：食益補台灣分公司(白蘭氏)-白蘭氏博物館

時間：98/12/10

學生心得：

(摘自學生心得)

今天第一次去白蘭氏健康博物館參觀，才了解到雞精的珍貴性，因為小時候有喝過一次但是印象對雞精只有可怕可言，味道不好，所以到目前為止都沒再嘗試喝雞精，但是，今天去過博物館後才發現雞精的好處，而且近年來為了讓社會大眾接受雞精，出了很多

具有複合式配方的雞精，有好幾種口味，就像是牛奶一樣，為了讓不敢喝牛奶的人敢喝，而添加其他口味，而雞精也是，為了能讓更多人能接受而創造好多種新產品，還有為了能打入更多的市場而產生具有功能性的保健食品。

讓我覺得很吃驚，因為就像那位經理說的，大多人對白蘭氏的印象就是雞精，有很強的品牌印象，所以對其他產品都沒有太大的留意，但是去過博物館真的對雞精的接受度增加了一些，而且去參觀還有可以免費試喝雞精或是蚬精，讓我們體驗更真實，不過這次去感覺很緊湊，雖然聽完講解，但是沒有時間可以仔細的去體驗博物館裡的東西，就要趕著聽演講聽完又要趕著上車回家，希望以後的行程上安排可以多一點時間，而不是走馬看花，但是還是在這短短2、3個小時裡，充分了解雞精，還有品牌行銷市場等等的重要性。



白蘭氏博物館大門



學生認真聆聽陳武郎經理演講情形



與陳武郎經理大合照留影



課程名稱：工廠實務

參訪地點：佳美食品公司

時間：98/12/15

學生心得：

(摘自學生心得)

因為謝協理的幫忙，所以我們這一班能夠進入佳美工廠參觀，聽工廠親切的阿姨解說著工廠的經營理念、機械設備、流程運作、員工福利、藝術作品等，讓我覺得在佳美工廠上班所受到的待遇應該是很好的，在上班之餘還能利用公司的資源多補充一些業務以外的知識；帶著自己的孩子上班，還有接駁車接送孩子去上學，感覺這種待遇和福利可遇不可求，且聽著他們說著佳美公司發展的歷史，從零到有，有到拓展壯大，被協理喻為果汁界的成吉思汗，一磚一瓦興建的工廠、一步一腳印的奮鬥精神，實在很令我佩服。佳美的參觀走道，設計的美侖美奐，感覺像在參觀藝術展覽，還有一些絢麗的圖片用簡

短的標語來譬喻著佳美人的精神，例如：胡蘿蔔根代表佳美人的生命力、雛菊花代表佳美人的綻放、果實代表佳美人的圓滿、子代表佳美人的承傳。還有看見用不同烘焙時間所製成的咖啡豆堆疊而成的山岳圖，很多地方都看得出佳美公司的用心。

特別的是我們還去看了冷凍設備， -20°C 下的環境，雖然只待了不到一分鐘，但卻莫名讓我的精神為之振奮。這次參觀工廠，發現了之前沒聽過、見過的機械加工技術，更了解果汁、面膜、設施設備的製作過程，還拿到了家美公司所送的禮物「生物纖維面膜」，有喝、有學又有拿，這次的工廠參觀感覺有趣又好玩，也從中學習到許多更新的科技與知識，感覺獲益良多。最後還是要感謝協理的幫忙、佳琦的相伴、各位同學級學長姊的熱情參與，此次佳美行，圓滿成功！

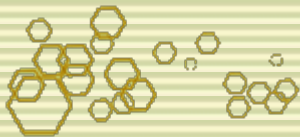
果汁製作流程：

浸漬(軟化表面土壤) → 清洗(刷洗加噴洗) → 選別(剔除規則外的不良果) → 氣曝清洗(利用氣泡破裂之震盪清洗) → 榨汁(應對不同水果種類選擇不同榨汁機) → 殺菁(降低細菌量、減少酵素活性、軟化組織、保持色澤) → 過濾(由粗孔至細孔，使耗能耗材損失減少) → 離心(臥式3000rpm、蝶式6000rpm) → 超薄膜過濾澄清(分子量小於10萬才能通過) → 濃縮(三效四段，利用真空讓沸點降低至 50°C 左右，保持果汁風味) → 果汁混合桶檢查(2°C 保溫，使果汁標準化) → 高效能殺菌機(內部有多個管路) → 充填(無塵充填室) → 冷凍(無人化、 -20°C 電腦操作) → 現有產品包裝。

果肉含量固形物5%以上為高果肉果汁，反之則為低果肉果汁。

濃稠果肉 利用酵素分解後離心得到澄清液。

香氣回收 利用蒸氣回收，在果汁殺菌前回添。



中華民國九十八年七月

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 2008 靜宜大學食品營養學系 All Rights Reserved.

食品營養簡訊

第31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話 營養專欄 食品專欄 系友專欄 演講摘要 重要系聞 學會動態

重要系聞

- 【賀】王銘富教授借調元培科技大學擔任講座教授暨健康科學學院院長(聘期自98年8月1日至100年7月31日)，並於99年2月1日榮任該校校長。
- 【賀】蕭錫延教授將為全球制訂魚蝦營養需求標準，為台灣水產營養研究在國際上一項重要殊榮。
- 【賀】江善宗副校長當選台灣食科學會第二十屆監事(99.01.01-101.12.31)及謝文慶老師當選台灣食科學會第二十屆常務理事(99.01.01-101.12.31)
- 【賀】高美丁老師榮獲靜宜大學98學年度教學優良教師「院教學優良獎」；鍾雲琴老師榮獲「系教學優優良獎」。
- 蕭錫延教授擔任大學校院所評鑑食品科學與生活應用學門召集人、科技大學系所評鑑農學學門與醫護學門評鑑委員、太平洋科學協會中華民國委員會委員、經濟部標準檢驗局－國家標準技術委員會委員、行政院衛生署基因改造食品審議委員會委員及中央研究院臨海研究站監督委員會委員等。
- 高美丁教授於98年10月20日受邀擔任國立暨南國際大學，講座式「醫藥與健康」課程協同教學。
- 高美丁及周淑姿教授於98年12月3日參與教育部98學年度國民中小學學校午餐及校園食品訪視小組中區分組會議。
- 本學期老師執行各類型產官學相關的研究計畫共3件。

主持人	委託單位	研究計畫名稱	執行期間(起迄)	核定金額	配合款
王銘富	佳格食品股份有限公司	漢補飲品SF-R對延緩衰老保健功效評估	980801-1000228	1,200,000	0
王銘富	佳格食品股份有限公司	漢補飲品SF-E對延緩衰老保健功效評估	980801-1000228	1,200,000	0
詹吟菁	泓泰生物科技股份有限公司	GABA機能性產品開發	980901-990331	50,000	0

- 本學期共2名大專生參與專題研究計畫，如下：

指導教授			申請學生			
姓名	職稱	服務機構及系所	姓名	就讀學校科系	年級	專題研究計畫名稱
張永和	教授	靜宜大學食營系	陳亞馨	靜宜大學食營系	3	不同介質酸處理對幾丁質與幾丁聚醣降解程度及其產物理化性質之影響
周淑姿	教授	靜宜大學食營系	劉上慈	靜宜大學食營系	3	探討迷迭香酸保護大鼠平滑肌細胞氧化損傷之機制

- 本學期霜淇淋及烘焙產品由10月開始，每週一、三下午販賣烘焙課程實習產品，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。

- 團膳實驗課程供應營養午餐，於98年10月13起每週二中午11:50~12:30供應，12月22日團膳特餐。
- 98年11月7日、12月12日至深波圖書館進行營養衛生教育活動，對象為幼稚園、國小學生，由大一服務學習10名同學幫忙衛教，經由營養宣導活動建立小朋友均衡飲食及視力保健之觀念，期使正確營養及視力保健觀念能向下扎根，培育更有活力及更健康的國民。而本系學生則可藉此學習規劃營養衛生教育之內容、教材製作及參與活動表演，提早了解食品營養從業人員之專業工作內容，作為往後專業生涯規劃之參考。



- 98年12月18日中午12:10配合食物製備課程舉辦成果展，地點於格倫511，參與人員包括河南省教育廳廳長及河南四所大學校長及代表12名、校內主管20名、教職員及學生，共計131位。



- 【賀】通過98年第二次營養師高考共7位同學：邱于瑄、吳評群、郭彥伶、黃冠銘、秦立宜、江雪蘭、陳尉津及謝梨君助教。
- 【賀】2009食品檢驗分析丙級技術士考試共計68位同學。
- 【賀】2009食品檢驗分析乙級技術士考試共計22位同學通過：陳香君、蔣維訓、游玉萍、曾健育、陳思好、高淳恩、戴宥芳、陳玥米、陳君雯、王姝棻、吳小梅、黃鈺婷、馮心榆、楊珊盈、張念慈、李曉真、林婉婷、周容安、劉懿慧、徐子惠、陳逸蓉、李佳靜。
- 【賀】博士生陳宣穎及陳英茹獲國科會補助出席『2009 華人運動生理與體適能學者學會』國際會議(大陸香港-98/8)。
- 【賀】應屆畢業生考取研究所狀況：

姓名	考取學校/系所
雲雁翎	靜宜大學/食品營養學系營養與保健組
錢瑩甄	靜宜大學/食品營養學系營養與保健組
劉上慈	靜宜大學/食品營養學系營養與保健組
紀旻秀	靜宜大學/食品營養學系食品與生物技術組
張維芬	靜宜大學/食品營養學系食品與生物技術組
周芝瑜	靜宜大學/食品營養學系食品與生物技術組
黃?奇	靜宜大學/食品營養學系食品與生物技術組

【賀】系羽球隊榮獲 全國食營盃羽球團體賽季軍。

□□□□ 【賀】詹恭巨老師榮獲98學年度教職員工網球錦標賽甲組冠軍。

□□□□ 【賀】2009系友聯誼聚餐活動中學辦食營系系友會會長改選，一致通過由江宏得系友擔任本系系友會會長、莊政衡擔任副會長。

□□□□ 配合相關課程舉辦校外參觀活動如下：

日期	課程	參觀地點
98.12.10	產品開發實務	食益補台灣分公司(白蘭氏)-白蘭氏博物館
98.12.11	食物製備	南投信義鄉農會、喜覺支梅宴工作室
98.12.15	工廠實務	佳美食品工業股份有限公司
98.12.15	生物製程技術	食品工業發展研究所、駿瀚生化股份有限公司
98.12.17	食品加工	臺灣菸酒股份有限公司臺中酒廠
98.12.31	食品加工	臺灣菸酒股份有限公司臺中酒廠
99.01.05	營養實習-基礎	彰化基督教醫院鹿東分院 彰化基督教醫院鹿基分院

□□□□ 營養實習課程—共計42名學生於98年7、8月及11名學生於99年1至3月執行校外實習活動。

□□□□ 暑期實習課程--有23名學生於98年7、8月執行校外實習活動。

□□□□ 2009系友聯誼聚餐時間：98.9.26(六)地點：T.G.I Fridays。



□□□□ 邀請16位系友返校參加98系所評鑑活動，與評鑑委員晤談。系友間彼此連繫，交換工作相關心得，增進學姐及學弟妹間情感交流。



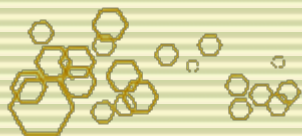
□□□□ 配合營養實習-基礎課程邀請14位系友返校專題演講，分別介紹營養相關工作。

□□□□ 【賀】98學年度第一學期黃琳慧系友獎學金獲獎同學名單：食品二鄭雅蓮、食品四林雅雯、食品四林婉如、營養二孫俊良、營養二沈利紘、營養二陳詒慈、營養二孫于婷、營養三陸帷瑄、食碩一林育玫、營碩一蔡慧君、營碩一賴智豪、營碩一黃雅鈴、營碩一楊婷如。

□□□□ 98年12月28日舉辦多功能微盤判讀機及螢光顯微鏡數位影像擷取系統教育訓練。

□□□□ 本學期本系於98學年度上學期共舉辦17場學術演講：

日期	主講人	服務單位及職稱	講題
98.09.17	黃柔佳	健永生技公司 研究員	生技職場分享
98.09.24	古明靄	碁富食品股份有限公司 技術總監	從農場到餐桌 - 品質與安全
98.10.02	楊寧蓀	中央研究院農業生物技術中心 特聘研究員及國立台灣大學植物科學研究所 教授	抗發炎及免疫調節功能之草藥研發
98.10.06	黃文萱	新賀斯國際有限公司 營養講師	保健食品之教育、行銷及售後服務
98.10.06	劉淑蕙	靜宜大學衛生保健組 組長	大專院校營養相關工作介紹
98.10.13	卓宜徵	安慎診所 營養師	診所營養師工作內容
98.10.13	張依涵	統鮮企業(股)公司 營養師	團膳工作介紹公司(北、中部之差異)
98.10.20	陳貴鳳	靜宜大學觀光事業學系副教授	餐飲教學工作介紹
98.10.27	杭極敏	文化大學博士後研究	臨床、公衛營養師之生涯規劃
98.11.24	廖敏芳	鄧公國小總務處營養師	公職學童午餐營養師工作介紹、生涯規劃
98.11.24	洪怡瑋	佑全保健藥妝營養師	連鎖藥妝店
98.12.1	陳盈蓉	益富營養中心營養師	國人自創特殊營養食品公司相關工作(長照、諮詢及產品銷售)
98.12.10	陳麗嬌	紐西蘭商新益美亞洲國際有限公司 - 台灣分公司 營業處處長	健康食品教育、行銷及售後服務
98.12.15	陳惠櫻	惠璿諮詢中心 健安護理之家營養師	個人營養工作室、老人安養機構營養相關工作
98.12.28	黃紹萱	行政院衛生署台中醫院 營養組組長	營養師之心路歷程
98.12.29	李雪芳、 邱繼強、 邱于瑄	安麗日用品股份有限公司營養師	改變生命未來式
99.01.07	楊世沛	佳美食品國際股份有限公司副董事長	食品產業全球佈局與行銷暨未來人才之需求



食品營養簡訊

第31期



Newsletter from the Department of Food & Nutrition · Providence University

系主任的話

營養專欄

食品專欄

系友專欄

演講摘要

重要系聞

學會動態

學會動態

活動名稱：分區迎新（北、中、南）

日期：98.8.17(一)、98.8.27(四)、98.8.29(六)

地點：COCO壹番(北區)、福勝亭(中區)、哈士奇熱狗店(南區)

對象：食營系新生

內容：新生相見歡！歡迎新生加入食營大家庭，讓新生先認識學長姐，以免到學校有問題無人可求援！

活動剪影





活動名稱：大學家長日

日期：98年8月23日

地點：格倫樓511

對象：全系教師及新生

內容：此次活動主要目的為使家長更加瞭解本校與本系的資源與設備，同時提供一個面對面的機會，讓家長有機會能認識學校與系所之設備與資源，導師也共同參與協助回答家長的問題。

活動剪影



活動名稱：迎新宿營

日期：98年10月17.18日

地點：彰化縣清水岩

對象：大一新生

內容：食營系年度新生迎新宿營活動今年在彰化縣清水岩童軍露營區舉辦，本次為兩天一夜之活動，參予新生與工作人員共有143人。活動分工共分成五大股(活動、隊輔、生活、器材、美工)及大三幹部等六單位執行，各工作人員在六月底即開籌劃活動並在九月初返校練習準備直到出團。活動宣傳透過北中南分區迎新茶會、新生訓練、學長姐邀約之餐聚等，並於開學後第一週開始繳費報名，第二週起開始個小隊隊聚練習直到出團。活動包含大地遊戲、RPG遊戲、團康活動、迎歌教唱、晚會、夜遊等，藉由闖關遊戲的形式可讓彼此不認識的新生們在短時間內認識彼此，並達成活動的主要目的與終旨。

活動剪影



各小隊呼、小隊介時間
藉由隊呼隊介讓大家可以快速的熟悉各小隊



小惡魔遊戲
心機又刺激的小惡魔遊戲讓人既期待又怕受傷害



迎歌教唱
歌唱是最好使大家“打”成一片的好方法



RPG遊戲
各小隊間的競賽可增加團隊默契



大地遊戲
各小隊間的競賽可迅速增加團隊默契



一二支舞教唱
大家一起跳一二支舞可以認識大家增進感情



活動名稱：大一聯合班聚

日期：97年11月25日

地點：格倫樓大廳

對象：大一新生

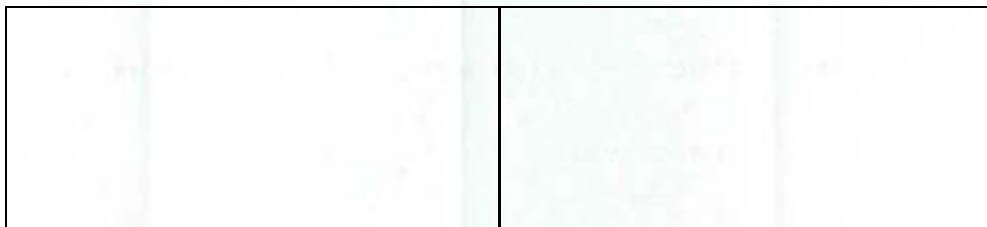
內容：於一片優雅的音樂聲中，展開了活動的序幕。在活動進行中，參加的學弟妹們一邊享用著美食，一邊欣賞著工作人員準備的表演，包含了歌唱以及舞蹈。在舞蹈方面，使整個活動達到了最高潮的時刻；在歌唱方面，學長們的深情演出，讓人崇拜不已，媲美當今的歌唱新秀。

在精采的表演之後，馬上緊接著團康遊戲登場。學長姐與學弟妹的互動，達到了最美麗的合諧，宛如是一福幸福的畫。置身其中，就好像是全家福一樣，不分彼此。使得整個食營系，更加融合在一起。

雖然，在某些方面上，還需格外加強，尤其是時間上的問題，因為剛好碰上期中考，有部分學弟妹都還未考完期中考，所以不願來參加；但透過檢討會後，會針對今年的不足，以及其優點加以改善，好讓下次的活動有更多進步空間。讓每個人更能參予到系上的活動，已達成活動之主旨。

明年，讓我們來期待著學弟妹又有何驚人的點子，讓我們拭目以待吧!也為他們明年的活動而給予最深的祝福，希望他們順利成功。

活動剪影





活動之餘，也不忘填飽肚子，所以特地準備豐盛的晚餐，以解口腹之慾。圖為工作人員幫忙分配餐點。



以一連串的故事情節，來進行團康活動，讓彼此更能相識，促進大家的感情。



活動名稱：食營系大補”貼”期中進補

日期：97年12月22日

地點：格倫大廳

對象：食營系全體同學

內容：為大家準備鍋貼及古早味紅茶，為忙碌的期中考補充一體力。

活動剪影

