

靜宜大學食品營養學系

食品營養簡訊

中華民國九十六年八月

地址：台中縣沙鹿鎮中棲路200號

發行單位：靜宜大學食品營養學系

電話：(04)26328001-15031~15034

系主任的話 黃延君

(第六屆系友；靜宜大學食品營養學系主任)

在人文薈萃、豐盛純樸的台中，歷經春花秋月、寒暑交替，在所有同學、老師和系友共同努力下，今年食品營養學系跨過成立的33個年頭，本人以開心的心情、戒慎恐懼的態度，接下系主任的工作，也成為本系第一位由本系畢業的系主任。期許除了使食品營養學系既有的規模能穩定的向下紮根，更能在專業教育的品質提升、研究合作與專業服務的推動上，聯合系友力量的加入，使之更茁壯而開花結果。

在專業教育品質的提升上，自今年就任以來在全系老師們的共同討論努力下，訂定了系所發展的特色與目標，並依學校所定核心價值：了解生命價值並具良善美德、具國際視野與溝通能力、能主動求知及解決問題、具專業知識並善用科技，的主軸下推動課程改造，以強化學生的專業核心能力與實做應用技術，並熟悉社會產業的需求，完成所需具備之專業與證照能力。本學期也完成本系之SWOT分析、中程計畫及計劃之校內外書面審查與報告。本系目前含兩位講座教授在內共有18位專任師資，在研究合作方面95學年度有計畫31件，其中產學合作計畫12件，國內外發表共51篇，在專業領域中表現優異。另外，系上也配合學校和社區活動進行產品成果展、營養教育與宣導及推廣教育，努力推動專業服務。96年的營養師與食品技師專業證照考試，本系系友也有很好的表現。

不論是過去，現在，舊校區，新校區，靜安樓，格倫樓，懷念或是期許，您有多久沒有回來了呢？有多久沒有和老師、同學們聯絡了呢？母系歡迎您也需要您的意見、投入和共同參與，讓這個屬於我們共有的學習殿堂可以更茁壯。系友們的成就是學系的榮耀，學系的發展亦將是所有系友們的驕傲，期盼您能和學系有更密切的聯繫，並在未來成為互相支持砥礪的夥伴。

為了善用有限的資源，食品營養簡訊下一期開始將以網路電子郵件發送，也請系友們多利用網路資源<http://www.fn.pu.edu.tw>了解系的各項發展，更新您的資料，提出您寶貴的意見，讓系與系友在未來的發展中成為共同成長與分享的永久夥伴。

TAIWAN

R.O.C.

POSTAGE PAID

LICENCE NO., C4645

國內郵資已付
台灣中區郵政管理局
靜宜大學郵局許 可 證
中 台 字 第 4645 號

雜 誌

華郵政中台字第1593號
照登記為雜誌交寄

INDEX 目錄

系主任的話

食品專欄

系友專欄

演講摘要

重要系聞

學會動態

魔力乳酸菌

謝尤敏（本系專任副教授）、林佩佩（本系博士班研究生）

調節腸內共生菌相以延長壽命在數百年前即有應用，近十年來添加或使用益生菌(Probiotic)的產品驟增，Lactobacillus 與 Bifidobacterium是主要的菌株，關於益生菌的作用機轉及臨床研究亦逐漸增多，越來越多的研究結果顯示益生菌確實對健康有正面的影響。同時在病原菌的治療上亦考慮以益生菌代替抗生素的使用，因抗生素雖可抑制病原菌，但同時對於腸道內生性的有益菌造成傷害，且會導致抗藥性菌株出現的副作用。因此以食品補給益生菌的方式可達到醫食同源之目的。

○ 乳酸菌簡介：

乳酸菌 (Lactic acid bacteria) 泛指能夠代謝並發酵碳水化合物，且以乳酸為主要產物之細菌。乳酸菌的特徵為：(1)革蘭氏陽性菌；(2)外型為桿菌或球菌；(3)觸酶試驗為陰性；(4)葡萄糖經其代謝後，可產生50%以上之乳酸；(5)不會形成內孢子；(6)除極少數乳酸桿菌屬外，其餘皆不具運動性；與(7)營養需求複雜，需有碳水化合物、胺基酸、核酸衍生物、維生素等才能生長。符合上述七項特徵者即可判定為乳酸菌。乳酸菌為厭氧、微好氧、耐氧厭氧性或兼性厭氧性，大多可生長在有氧環境，但以無氧狀態生長較佳，亦有絕對厭氧者，廣泛存在牛乳或牛乳製品、醱酵食品（如泡菜、醬油等）及人或動物之腸道或黏膜等。

人類飲用醱酵乳品歷史非常悠久，乳酸菌一直被認為是非常安全的菌種（GRAS, generally regarded as safe），是最具代表性的腸內有益

菌。人體消化道中存在許多乳酸菌，其種類和數量會隨年齡、飲食、與健康狀況而有變化，如幼兒腸道中，雙歧桿菌菌株較多，而老年人則以乳酸桿菌菌株較多。

○ 乳酸菌的分類：

食品工業上應用的乳酸菌，多屬於乳酸桿菌屬(Lactobacillus)、鏈球菌屬 (Streptococcus)、白念珠菌屬 (Leuconostoc) 及稚球菌屬 (Pediococcus) 等四屬，在1986年Bergey's Manual針對Streptococcus重新調整其中的各菌種之分類命名，將之分成Lactococcus，Enterococcus及Streptococcus。之後又重新分類將菌株歸屬為11屬：Lactobacillus，Streptococcus，Leuconostoc，Pediococcus，Tetragenococcus，Carnobacterium，Vagococcus，Sporolactobacillus，Lactococcus，Enterococcus 及 Bifidobacterium，以上11屬皆為革蘭氏陽性菌菌群。雙歧桿菌過去被歸為乳酸桿菌屬，而稱為Lactobacillus bifidus，主要代謝產物為乳酸及醋酸，但乳酸產量不到50%。雙歧桿菌與嬰兒腸道有密切關係，所以將之歸為乳酸菌。

○ 乳酸菌作為益生菌之特性：

乳酸菌是「益生菌」中最重要的一群，益生菌的定義相當多，其中主要指「活的微生物，當餵食予人類或動物時，能調節宿主免疫系統，可增進宿主腸道中營養素與微生物菌叢之平衡，有

益於改善宿主的生理功能品質」。乳酸菌作為 生菌之特性需有幾個條件，(1) 為人類腸道之正常菌群；(2)能產生抗菌物質，如有機酸、過氧化氫與細菌素等，抑制其他菌之生長。研究指出部分乳酸菌能分泌抗菌物質，對革蘭氏陽性菌或陰性菌皆有抑制效果。(3)耐胃酸和膽鹽之能力。大部分之細菌細胞，在酸性環境無耐受性，乳酸菌本身雖為一產酸菌，但其生長環境pH僅能達3.2~4.5，因此在胃內極低pH(pH 2.0~3.2)會影響此菌的存活。腸內的膽鹽對微生物也是一種抑制因子。Gilliland(1979)指出Lactobacillus對膽鹽具有抵抗能力，而影響腸內其他微生物的棲息。(4) 對人類腸道細胞具吸附性。吸附可以讓微生物菌叢生長和避免菌體受消化道蠕動而被排出體外。許多文獻證明lactobacilli和bifidobacteria會吸附腸道細胞，阻礙許多致病性和非致病性細菌吸附和侵入宿主腸道細胞(Bernet et al.,1994;Coconnier et al.,1993)。(5)用於食品與臨床皆具安全性。(6)具有適合製程及保存之特性。

○ 乳酸菌促進人體健康之保健機能：

目前通過衛生署健康食品許可證字號的95件產品中，益生菌產品就佔了24件，主要的保健功效是調整腸胃功能，主要機制是增加腸道益生菌，抑制致病菌的生長。目前臨床研究指出尚有其他的保健功能，如(1)緩和乳糖不耐症。所謂乳糖不耐症(lactose intolerance)係指體內缺乏或僅具少量的乳酸酶(lactase)，致使在食用含乳糖之牛乳製品等食品後，因無法消化而產生腹瀉的現象，或因未分解之乳糖經腸道細菌利用並產氣而發生脹氣之不適現象。而乳酸菌產生的乳糖酶可維持活性到達腸道作用，並對乳品中的乳糖可預先進行發酵作用，故可改善患有先天性腸黏膜 β -半乳糖苷酶(β -galactosidase) 缺乏症者，或因胃腸炎等腸疾導致的乳糖酶活性不足者對乳品的攝取 (Montes et

al.,1995)。(2)預防和治療不同類型之下痢(如：嬰兒下痢、抗生素造成的下痢與旅行者腹瀉)；(3) 改善營養價值及食物之消化性；(4)降低膽固醇；(5)抗癌性；(6)強化免疫系統。乳酸菌菌體或其生產物質如何透過小腸上皮細胞而影響宿主之免疫系統，雖然其機轉仍不十分清楚，但已有研究顯示乳酸桿菌等細菌菌體能通過腸壁上的 Peyer's patch 區域而進入血液或淋巴系統。另一方面，也許這些乳酸菌或其產生的物質根本不必離開腸道，即可調節免疫反應，最近發現腸細胞在接觸到某些細菌菌體時，即會增加如 interleukin 8 與 tumour necrosis factor 等蛋白質基因之表現，而這些物質已知能活化巨噬細胞，因而增進免疫反應。

○ 未來益生菌的研發與應用：

透過先人智慧的傳承與現代科技的結合，以及人類對健康的要求，益生菌的保健功效逐漸受到矚目，為因應更多的健康需求，必需開發新的益生菌機能性食品，如嬰兒配方、嬰兒食品，發酵大豆製品，發酵穀類產品等。在醫療性食品的開發，可針對特定疾病開發具有醫療效果之乳酸菌，如抗過敏之乳酸菌產品，增加免疫功能之益生菌。此外，利用分子生物技術對益生菌基因體的研究，配合人類基因體的了解，進行全面性的分析，以釐清作用機制，確認功效，並可改進製程與開發產品。

○ 參考文獻：

Bernet, M.F., Brassart, D., Neeser, J.R., Servin, A.L. (1994). Lactobacillus acidophilus LA1 binds to cultured human intestinal cell lines and inhibits cell attachment and cell invasion by enterovirulent bacteria. Gut, 35:483-489.

Coconnier, M. H., Bernet, M. F., Chauviere, G., Servin, A. L. (1993). Adhering heat-killed human

Lactobacillus acidophilus, strain LB, inhibits the process of pathogenicity of diarrhoeagenic bacteria in cultured human intestinal cells. Journal of Diarrhoeal Disease Research, 11: 235-242.

Gilliland, S. E. (1979). Beneficial interrelationships between certain microorganisms and humans: candidate microorganisms for use as dietary adjuncts. Journal of Food Protection, 42:64-167.

Montes, R. G., Bayless, T. M., Saavedra, J. M., Perman, J. A. (1995). Effect of milks inoculated with Lactobacillus acidophilus or a yogurt starter culture in lactose-maldigesting children. Journal Dairy Science, 78: 1657-1664.



30年的粹煉

湯惠苓 靜宜大學食品營養學系講師:71年畢業系友

民國71年對大家來說似乎是一個遙不可及的古老年代，但對我而言，71年是一個不能忘懷的年份，因為在那一年我與一群20郎當的大學女生，浩浩蕩蕩的自靜宜女子文理學院食品營養學系畢業，一轉眼25個年頭已過，我在靜宜服務也邁入第20個年頭，這25年大家有多少改變呢？我想它能使一個花樣少女轉變成幹練成熟的女人，讓意氣風發的少年粹煉成內斂穩重的男人，靜宜又何嘗不是如此？在1987年秋天，靜宜告別了台中市復興路的舊校區，遷至台中縣沙鹿鎮新校區，展開另一新頁，在1989年7月升格為「靜宜女子大學」，1993年更名「靜宜大學」，而食營系呢？我們已於九十三年九月份擁有屬於自己的一座嶄新大樓，更有一佔地174坪的食品實習工廠及規劃完整的動物中心、設備新穎的教學研究實驗室及頗具規模的烹飪實習教室與餐廳。細數畢業後20年來，歲月不曾停歇，系上進步的腳步亦不曾間斷，食營系在高美丁老師、張珍田老師的揮汗努力下開疆闢土，在王銘富老師及張永和老師的苦心經營下成長茁壯，在王俊權老師及林國維老師的領導下發揚光大，目前更在黃主任延君老師的帶領下邁向新的一個紀元。

本系自64年成立，至今30多年頭，系上老師們無不用盡苦心經營，再加上多位自國內外禮聘而來的新血輪投入，使得本系的師資及設備愈臻完善，以提供由大學部至碩士班、博士班更完整的學習環境。處於目前資訊爆炸的年代，專業分工已是事在必行的趨勢，為因應社會的變遷，時代的潮流，系上已依專業領域分組為『生物資源暨食品科技組』與『營養與生化組』，著重於營養保健與生物技術發展，期能引領潮流、獨領風騷。

也許您是我的學姊，也許您是我的學妹（弟），還是您是我的同學，不管歲月如何變遷，不能更改的是我們皆由靜宜食營畢業，當年我們以靜宜為榮，今日靜宜是以你們為榮，現在也許時間與空間皆不同，但我們的心卻是一致的，未來的路雖不可預知，但我相信當系上有需要時，只要我們給予更多的支持與回饋，相信我們將可共創一個更好更美的未來。

職專業工作之心得分享 一份堅持、一份謙遜加 上一份關心～從業心得

黃怡菁 樞紐科技顧問股份有限公司董事長；83年碩班畢業系友

兩年前到某一家財團法人研究單位拜訪，一位女副研究員，談吐有禮謙遜、言之有物、進退得體，我跟她相談甚歡，進一步認識，知道是食營系畢業後念了台大食科研究所；農委會南部某試驗單位，一個從農林產品中開發出高附加價值的保濕美白成分的研究員，堅持她的研究理念，希望為台灣的農民找出附加價值的出路，她是我們創系前幾屆的一位學姊。

稿子很趕，沒有得到她們的許可，我沒有把名字寫出來，我知道前幾年我還在竹科工作時，常有原物料商來拜訪我，問起XXX是否為食營系上學妹，通常都是告訴我，她們工作相當認真，對原物料採用的要求實事求是，生意也不能說難做，就是不能用吃飯喝酒來達成交易，我笑笑說，我們又不會喝酒，應酬又有何用？

我剛到食品工業發展研究所報到的時候，看到同期中興、海大的同事，身邊總是圍繞著校友、學長，我總是孤孤單單的，其實，我們的畢業生也不少了，甚至今年，我們已經有了第一位自己的學姊系主任—黃延君老師，可見畢業生已經日漸成熟，除了本系，其他食品營養相關校系，也有很多我們的系友擔任教職，學姊們如果看到我的呼喚，請挺身而出，把手伸給我們的學弟學妹；各大食品公司、營養保健中心也有很多中間幹部是靜宜食營的系友，請與系上連絡，把您努力的成就告訴系友聯絡人—林洵玟助理(Tel:04-26328001分機：15032)，鼓勵我們的學弟學妹。在我們剛出社會的那一刻，我們的確或多或少感受到過不論是來自公立大學跟私立大學的薪資差異或是來自男生女生的差別待遇，經過一段時間的努力，我們證明了自己的能力。表現出一份堅持與一份謙遜，現在，我們更要表現出一份關心，把手伸給我們在校的學弟學妹，讓他們學習得更堅定、職場的學弟學妹，讓他們努力得更安心。

靜宜大學食品營養學系 系友會2007年主要工作大綱

陳貴凰 系友會會長：靜宜大學觀光事業學系副教授；81年碩班畢業系友

一、完成系友對系友會運作方式的意見及募集義工

1. 年初保健食品年會聚餐：2007年3月已完成
2. 年中營養年會聚餐：2007年9月
3. 暑假配合系學會北中南三區舉辦迎新茶會：2007年7-8月
4. 年底食科年會大葉大學聚餐：2007年11-12月

二、辦理系友大會

1. 辦理時間：11月24日(星期六)
2. 活動內容：名人講座、2008年系友會組織、活動、校園巡禮...
3. 名人講座：系友會、系學會會員免費，非會員系友請捐款
4. 聯絡人：陳貴凰 (0937-276257；khchen2@pu.edu.tw)

演講摘要：



演講題目：專業養成在職場上之效應

演講時間：95.11.02

演講者：李黎津 品管兼研發課課長

華上食品公司

內容摘要：

食品營養未來發展的方向很廣，可以從事的工作很多，如：食品工廠、研究單位、食品添加物公司、生物科技公司、學校、品質系統輔導顧問師、醫院、藥廠、團膳公司、減肥中心等。起初會有不知要做什麼工作的疑惑是正常的，不要因此亂了腳步，只要立下目標，規劃進度，擬定計畫書，朝著目的地一步一腳印踏實的前進，努力不懈，考得專業相關執照，例如：國家考試—公職。專技高考(食品技師及營養師)。勞委會—技能檢定，如：中餐烹調、烘培食品、中式米食加工肉品加工、水產食品加工、食品檢驗分析、勞工安全/衛生管理...品質學會—品質技術師、品質工程師、品質管理師、ISTO、軟體工程師...其他—ISO品保系統稽核員、餐飲相關國際證照...。把專業領域的相關能力培養良善，善用校園資源，學習管理、會計，法律的知識，培養多方面的能力，提升專業、語言、溝通、領導能力，讓自己具有競爭力，使自己保持在最佳狀態，將來出社會發展時，讓自己選擇要做什麼類型的工作，反而不是苦惱有什麼樣的工作可做。把握時間，多多訓練自己，提升自己的內涵，

提高自己的競爭力，或許有時候會覺得很累、很辛苦，想怠惰了，不要因此而放棄了，更要加緊腳步向前進，到達目的地時，得到結實纍纍的成果時，就會忘了這些困苦的過程。「痛苦會過去，美會留下」。共勉之！



演講題目：Overview of US food Industry & Consumer Trends

演講時間：95.11.9

演講者：Dr.Victor Huang

Fellow, General Mills Co.

內容摘要：

首先黃博士介紹了目前美國食品工業比較有名的製造商與零售商，然而這些廠商經營成功並非一朝一夕的，除了要開發出讓消費者喜愛的產品外，也要有良好的銷售策略，第一當然是要降低產品製造的成本，另外就是要降低出售的價格，才能得到消費者青睞，當銷售量漸漸穩定之後，隨著現在環保意識的抬頭，廠商在產品的開發與銷售特點上，也開始強調減輕對地球的傷害甚至是對地球有益的策略。一項新產品的開發是否能受到消費者的喜愛，當然不能單憑藉著製造商天馬行空的想像，而是需要做過很多實地的調查，才能開發出符合消費者需求的產品。以前我總會認為，食品的重點當然是要好吃，但現在才了解到，原來不是想像中簡單。例如在現在分秒必爭的忙碌社會，有些食品的機能就是需要強調它的方便性；還有隨著肥胖人口

逐漸增多，食品的健康機能性也慢慢顯現其重要性。以知名的便利商店7-11而言，御飯糰和御便當就有便利性的機能，而前一陣子推出的「輕食文化」也是強調著食品的低熱量與健康概念。此外，對於味覺逐漸退化的老年人，食品強調的特性就是必須能滿足他們味覺與咀嚼能力等等。



演講題目：幾丁寡糖之生產及其免疫調節活性評估

演講時間：96.03.09

演講者：蔡國珍 教授

海洋大學食品營養學系

內容摘要：

蔡教授目前研究主題主要為幾丁寡糖在保健之應用，幾丁質乃自然界含量僅次於纖維素之生物物質，廣泛存在於甲殼動物外殼及真菌細胞壁，經部份或完全去乙酰基後可得到不同去乙酰度之幾丁聚糖。許多研究報告指出幾丁質與幾丁聚糖具有許多生理活性，包括免疫調節、抗腫瘤、抗菌、降血膽固醇及降血壓等活性。雖然，幾丁質與幾丁聚糖具有多種功能性，但在人類消化系統中缺乏其分解酵素，故難以消化吸收，因此開發分子量小且水溶性佳之幾丁寡糖是目前的趨勢。一般製備寡糖的方法分為化學法及酵素法，而使用化學法會有酸腐蝕、反應時間太長無法達到聚合度9以下之成品，且產率的多寡受到處理時間、濃度及溫度等問題。



演講題目：走過五十看光泉的積極蛻變

演講時間：96.04.12

演講者：林師傑 廠長

光泉公司大園廠

內容摘要：

要經營一個優良的工廠，是多麼勞心勞力的一件事。平時隨手可得的「光泉」系列飲料，原來是需要花這麼多心血去製造、生產、經營的。從一間小小的麵包店到大企業〈還包括了萊爾富連鎖便利商店〉；從泡奶粉銷售到自己有牧場擠牛奶；從牛奶到各式各樣的飲料；從玻璃瓶包裝到環保利樂包.....隨著時間，我們發現了光泉的成長與光泉的用心經營。先拿牛奶來說從生乳的36項檢驗到成品的11項檢驗，這之間的過程還包括了其他重要的檢驗，所有加起來有一百多項的檢驗！光泉，主要是以牛奶為主要的生產產品。演講中林講師也對我們說：光泉的鮮奶、從牧場就開始有著嚴格的把關。

- 1.乳牛品種
- 2.畜舍環境
- 3.飼養管理
- 4.牛隻管理
- 5.榨乳設施
- 6.集乳車輛
- 7.品質管制
- 8.牧場經營。

原來，一瓶好的牛奶是這樣的嚴格，讓我深深的覺得走食品這條路必須要全心全意的去投入每一個小細節，這關係著每個人的健康與生命。



演講題目：聚麩胺酸之保健功能開發

演講時間：96.04.25

演講者：許清森 經理

味丹公司生技研發部

內容摘要：

近年來，隨著民衆的健康意識抬頭，市面上出現各種標榜對身體有益會，能增進生理功能或預防慢性疾病的保健食品，諸如輔酶Q10、月見草、魚肝油、魚油、大蒜、銀杏、人參、葡萄子、卵磷脂、茄紅素、蜂膠、蜂王乳、靈芝、大豆異黃酮、螺旋藻等等，其中，納豆由於被視為日本人健康長壽的秘訣，在保健功能也為民衆所看好。納豆表面的黏著性物質為 γ -聚麩胺酸，經研究後發現具有無毒性、很好的水活性、保濕及吸水效果和生體相容性，而不會有敏感反應，加上被日本人食用已久，而無食用上的安全疑慮。 γ -聚麩胺酸在食品上可作為增黏劑、安定劑、抗凍劑等，可改善食品的質地；而在化妝品工業上，因具有保溼性，可添加於化妝品中來改善皮膚保養及減少皺紋；在健康和保健食品上，藉由其分子會抓住水中礦物質或把不可溶或微可溶的礦物質變為具可溶性，來促進礦物質吸收，例如促進鈣吸收，改善骨質疏鬆問題，而可作為健康營養助劑。總之 γ -聚麩胺酸所具有的結構上功能性，使其極具經濟價值，明顯地可發現其在跨工業領域的應用，台灣近年來極力發展生物科技產業，生技新素材 γ -聚麩胺酸，在未來可見成為一明亮之星。



演講題目：期刊投稿經驗談

演講時間：96.05.02

演講者：蕭錫延 講座教授

靜宜大學食品營養學系

內容摘要：

蕭錫延國家講座教授在水產及營養，方面的貢獻很大，對於期刊投稿經驗更是不勝枚舉。此次，演講先談到了“著作等身”的概念，提醒大家，進到學術領域應不斷的著作，發表論述報告。學術論文撰寫要先確定自己有興趣的題目、規劃時程與擬定目標、長時間多閱讀期刊論文、與有相同論文撰寫意願之同事相互研討、鼓勵與多向前輩請益，提升學術研究論文的品質及撰寫效率。期刊論文多要求「完整性」，相關研究通常要做分析、比較、歸納，此外，最好還能加入評估概念，不僅說明研究結果，也能驗證結果。總之，在學術論文撰寫過程中，所須投注的時間與心力非常的大，除了要顧及方法、內容、技巧的改進與成功的投稿外，最重要的是有健康的身體，才能夠讓整個過程順利完成。



演講題目：健康食品～桂格大燕麥片介紹

演講時間：96.05.23

演講者：羅之綱 經理

佳格食品研發處

內容摘要：

人類對食物的需求與期待分為五個層次，分別為提供熱量填飽肚子(糧食)、提供美味滿足嗜好(美食/零食)、提供營養維持健康(營養食品)、提供功效增進健康(健康食品)、提供療效治療疾病(藥品)，第一～三層次由食品衛生管理法、第四層次由健康食品管理法、第五層次由藥事法管理。不同健康的人所需的健康訴求加工食品不同：健康人-健康補助食品(保健食品)；注意健康的人、半健康人-機能性食品(特定保健用食品)；病人-病患用食品(特殊營養食品)。燕麥其有效指標成分為 β -Glucan，具有降低血脂之功效，每降低1%的膽固醇就相對降低2%心血管疾病之罹患率。約每60公克的燕麥含有0.75公克水溶性膳食纖維，燕麥降低血脂有效量：1g/Kg/day。燕麥不會引起因gluten為致敏原的小麥過敏症，是良好的主食來源；燕麥的多醣體可調節免疫功能(IL-1、TNF- α 常用來評估該食品是否有調節免疫功能)；燕麥中含的Avenanthramide和Se等抗氧化物質可抗癌；燕麥降血脂的主要物質有水溶性膳食纖維、Avenanthramide。



演講題目：產品研發在品牌創造所扮演的角色

演講時間：96.05.30

演講者：鍾美玉 所長

味全公司中央研究所

內容摘要：

消費者導向的產品設計，從理論科學到應用科學，品牌是產品功能、服務、品質、企業形象...等各種意象的結合，其衍生出來的意義，就是能在人們心中留下印象，並且可以即時辨認出差異性。品牌訂定與消費者是有密切關係的，由於消費大環境的變動很快，舉凡整個經濟趨勢的波動、生活方式的轉型、消費行為的變遷，都會影響消費者需求及喜好的不同，為獲取消費者想法及偏好的精確資訊，以做為商品規劃的基礎，故市場調查是不可或缺的工作之一。市場調查的內容包括商品及服務可分為二大部分：區域經濟層面與消費型態層面。區域經濟方面包括有市場結構分析、競爭態勢分析、市場趨勢分析；消費型態方面涵蓋消費行為分析、購買意向分析。品牌價值=知名度+形象+銷售額+市場佔有率+國際化程度+未來潛力+...。品牌定位是研究這個產品在競爭對手與主要消費者、品牌間的定位如何，並以塑造或修正產品的形象。創新設計的案例：(1)概念創新-鮮採番茄(番茄汁+茄紅素)(2)品質創新-天然果粒(果汁+果粒)(3)使用方法創新-茶飲料(冷飲)、鮮soup、18°C飯糰(4)包裝創新-每日C塑瓶、乾麵包裝、利樂包(5)品類創新-風味調味料、專用醬油、年菜。

重要系聞

1. 恭賀!王銘富老師當選台灣保健食品學會第五屆理事。
2. 恭賀!周淑姿及王正新老師分別獲得本校95學年度教學優良教師之院、系教學優良獎。
3. 恭賀!食營四C吳信輝同學參加全國大專校院日語辯論比賽團隊榮獲冠軍。
4. 恭賀!食三C王瑩萱同學於96年2-7月至美國馬里蘭聖母大學研讀。
5. 95年12月8日本校學生事務處衛生保健組辦理「飲食衛生宣導教育」活動，聘請本系詹吟菁副教授擔任講師，講題為舞動青春、營養加分。
6. 95年11月29日學務處主辦「美麗人生活美學系列講座」聘請本系魏明敏副教授擔任講師至沙鹿鎮公所演講。
7. 本系林國維老師、魏明敏老師及林宜慧助教應台中縣清水鎮西寧國小之邀，帶領三年級修習團膳課程同學，於95年10月12日辦理食品營養衛生教育宣傳活動!
8. 96年第1次營養師專技高考本系畢業系友錄取率10.77%(28位)；95年食品技師專技高考本系畢業系友錄取率7.14%(2位)。
9. 食品加工成果展中由師生共同發揮創意，研發十多種具健康概念的產品，現場並有果醬DIY教學，教導民眾以健康的食材與簡單的製作程序，讓食物更健康與美味。
10. 本系配合母親節製作高纖低熱量乳酪蛋糕，限量發售，深獲好評。
11. 95年11月29日舉辦「系友回娘家暨座談會」，此活動包含三大主題，食營之光(座談會)、戀戀食營味、系友會會長改選，邀請12位傑出系友(黃惠宇、吳文勉、劉惠瑜、林政樺、簡伯容、陳貴凰、邵蘊萍、陳玉楚、林武忠、謝惠敏、張欣華、楊淑惠)與學弟妹分享求學與就業經驗。本校觀光系陳貴凰副教授為本系第11屆系友接任系友會會長。
12. 96年2月3日由黃延君、高美丁、詹恭巨老師及曾紀湘、林宜慧助教帶領營生組二年級同學參加營養師節園遊會，進行系所特色介紹宣傳，同時參加演藝競賽活動，主題為:健康五蔬果~彩色好人生，榮獲最佳團體獎及演藝競賽第二名。
13. 96年4月12日食三C同學參加校友聯絡暨就業輔導室舉辦系友張欣華(台灣麥當勞產品發展部副理)專題演講；96年5月24日系友蔡梅花(愛之味公司中央研究所檢驗室副主任)、96年5月31日系友朱慧芳(生達化學製藥股份有限公司中藥食品處食品GMP廠廠長)應理學院民生產業科技學程課程邀請返校演講。

九十六第一次營養師專技高考本系系友榜單

陳映辰(9506畢)、曾惠君(9206畢)、李枝玉(9006畢)、陳均政(9206畢)、蕭雅純(9506畢)、曾素屏(9106畢)、林儀萍(9306畢)、黃雅欣(9406畢)、范文瑄(9406畢)、卓亭均(9506畢)、梁詠涵(9506畢)、余信諭(9406畢)、林靖怡(9401畢)、林佩誼(9206畢)、林靜宜(9106畢)、蔣雅如(9206畢)、陳正佩(9406畢)、趙雅嬋(9406畢)、陳紫瑜(9506畢)、胡斯雲(9506畢)、楊曉莉(9406畢)、蘇佩真(9506畢)、柯真媛(9301畢)、陳怡靜(9506畢)、蔣惠如(9406畢)、劉秀亭(9506畢)、潘思融、趙洛蓉(9406畢)

靜宜大學食營系錄取共計28位，

佔總錄取人數（260人）之10.77%

九十六年食品技師專技高考本系系友榜單

張俊棋(8606畢)、李柏憲(9306畢)

靜宜大學食營系錄取共計2位，

佔總錄取人數（28人）之7.14%

95學年度食營系系友獎學金獲獎名單

食營四A陳建為、食營四B吳俐嬋、食營四C曾愛迪、食營三C陳冠銘、食營三B曾柏文、食營三C楊宜臻、營生二王宏銘、生科二邱婉玲

95學年度食營系系友獎學金捐款名錄

李黎津(8506)、紀惠美(9406)、黃惠宇(7706)、吳文勉(7906)、簡伯容(8406)、邵蘊萍(6906)、陳玉楚(6906)、謝惠敏(7406)、楊淑惠(7406)、林國維、王俊權、白梅洳(9106)、朱玉鳳(9106)、古靜宜(9106)、洪子涵(9106)、陳宣穎(9106)、林孟潔(9106)、傅可涵(9106)、黃怡菱(9106)、張碧婷(9106)、陳宜孜(9106)、王詩綾(9106)、徐壽國(9106)、顏士峰(9106)、陳憶佳(9106)、戴珊如(9106)、郭孟思(9106)、謝美如(9106)、劉瑩慧(9106)、吳晨銘(9106)、潘巧玲(9106)、楊蕙怡(9106)、楊建寰(9106)、易宇珺(9106)、廖友生(9106)、侯焜仁(9106)、杜思儀(9106)、陳友璋(9106)、吳子顥(9106)、張淑美(8206)、蔡梅花(7706)、

感謝以上39位系友及兩位老師捐款，合計四萬八千元整

96年畢業班食營4C捐款7350元

活動花絮



▲ 教育部教學卓越實地考評96年5月17日教育部教學卓越實地考評由俞校長及江副校長帶領委員參觀食營工廠並品嚐本系食品加工製作產品。



▲ 師生座談~教與學之溝通96年5月24日舉行全系聯合班會，解說96符學年度新開課程並回答同學有關課程相關問題，並由林國維老師(左一)、黃延君主任(右一)、周淑姿老師(右二)、系友會會長陳貴鳳老師(右三)頒發系友獎學金給同學。



▲ 2007營養師節活動96年2月3日於台北中正紀念堂參加「2007中華民國營養師公會全國聯合會營養師節活動」，本系黃延君主任、高美丁老師、詹恭巨老師及林宜慧助教率領營養與生化組二年級全班同學及系學會同學一起參加『營養美味天天有、健康齊步走~營養師能謂您做什麼?』園遊會慶祝活動，並配合「營養實習-基礎」課程及系所特色之宣傳，以「健康五蔬果~彩色好人生」為主題策劃一系列活動，內容包括蔬果服裝秀表演、演藝活動—蔬果健康操、食品營養相關常識有獎問答等。本系在此營養宣導活動表現優異贏得熱烈掌聲，並且展現絕佳團體默契，分別於演藝競賽中得到第二名及最佳團體獎，值得慶賀!靜宜大學食品營養學系讓大家留下深刻印象!



▲ 生活『美麗人生、生活美學』優質飲食講座95年11月29日靜宜大學與沙鹿鎮公所於沙鹿鎮「福興社區發展協會」辦理「美麗人生、生活美學」的生活優質飲食講座，由本系魏明敏老師針對現代人在生活中會遇到的飲食問題來進行解答，魏老師發揮所長，以輕鬆活潑的方式，將日常生活帶入課程中，讓居民在輕鬆的氣氛中同時有能獲得資訊的感動。更感謝食營系林國維老師全力幫忙，配合趙秀真助教的蛋糕及曾紀湘助教的麥茶，活動更臻完美，充分達到與社區交流及協助社區成長的重要意義。

▲ 系友回娘家暨座談會適逢靜宜大學50週年校慶，食品營養學系特別舉辦「系友回娘家暨座談會」，於11月29日於靜宜大學格倫樓104會議廳舉行，希望藉此機會讓系友們回來母校看看師長及學弟妹們，也讓母校能分享系友們的成就。本次活動包含三大主題，食營之光座談會、戀戀食營味、系友會會長改選。食營系已有30餘年歷史，系友們遍佈社會各個領域，涵括：教育界、醫院、團膳公司、直銷公司、減肥企業、藥廠、食品公司、食品連鎖店...等，在不同領域中各有各的一片天，如今靜宜五十有成，請他們回來對在校學弟妹講講他們的心路歷程、談談他們的生涯規劃，將能系上的學弟妹們提供重要的人生經驗。「系友回娘家暨座談會」邀請傑出系友與學弟妹分享求學與就業經驗，包括實踐大學食品營養與保健生技學系黃惠宇主任、輔仁大學食品營養學系吳文勉助理教授、台中高農餐飲管理科劉惠瑜主任、明道管理學院餐旅管理系林政樺助理教授、元培科技大學食品科學系簡伯容副教授、靜宜大學觀光事業學系陳貴凰副教授、三軍總醫院營養室邵蘊萍督導、臺中縣衛生局食品營養

課陳玉楚課長、台灣雅芳股份有限公司營養訓練經理林武忠、行政院衛生署豐原醫院營養部謝惠敏主任、臺灣麥當勞產品發展部張欣華副理、鳳山熱帶園藝試驗所楊淑惠助理研究員等十二位學術界及產業界傑出系友，每位系友皆分享個人之求學及工作上經歷，並勉勵學弟妹為自己的將來多做準備。戀戀食營味，本活動為在校學生組隊參加之廚藝及創意的大競賽，利用本系團膳廚房及餐廳設備，製備出兼具色、香、味之美味餐點，並依照系友之點餐率來評選名次。參賽的三組同學推出之菜單分別為：養生暖暖餐(燕麥飯、十全大補雞、紅蝦躍銀杏、剔透捲粉絲、青花報喜)；摩天輪套餐(藍帶豬排、花刁王力宏、枸杞高麗菜、南瓜濃湯、地瓜飯、桔茶)；戀戀食營味~今日菜單(微笑pasta、五彩繽紛球、田園交響曲)，由養生暖暖餐取得第一名。系會長改選活動自第二十五期食營簡訊寄發系友會會長選票，並於系友回娘活動當天開票，開票結果為陳貴凰39票、黃怡菁32票、趙語涵2票、曾紀湘1票、莊政輝1票，由陳貴凰接任系友會會長。





▲ 食品加工成果展

95年12月29日於格倫樓大廳舉辦食品加工成果展，現場展示由師生共同發揮創意研發的蔓越梅香腸、花生蒟蒻麵筋、羅漢果魚丸、竹炭香腸、低脂迷迭香雞肉醬、蔓越莓果醬、洛神花果醬與味增魚丸等10多種具健康概念的產品，現場並有果醬DIY教學，教導民衆以健康的食材與簡單的製作程序，讓食物更健康與美味!



▲ 健康月餅～美味不減、健康加分

食營系研發製作「健康月餅」，結合系上專業、資源及設備，動員老師、助教與學生，在中秋節前夕，製作健康月餅，師生同心協力研發月餅口味、分析營養成分，讓月餅兼具健康、美味與衛生。



▲ 母親節纖纖輕乳酪蛋糕

配合母親節本系推出纖纖輕乳酪蛋糕限量發售，特色為高纖、低熱量、口感棉密、入口即化，以新鮮牛奶、乳酪為主要成分並添加機能性保健功能的異果寡糖(菊芋糖)，不僅熱量減少三分之一，並能增加體內有益菌及促進腸道蠕動，為媽媽的健康加分!

▲ 食品營養衛生教育宣傳活動

本系應台中縣清水鎮西寧國小之邀，帶領三年級修習團膳課程同學，於95年10月12日辦理食品營養衛生教育宣傳活動!



活動花絮

◎ 迎新活動分別於北、中、南區辦理



◎ 2006迎新FuN宿營



◎ 2006 SANTA Claus can can can 罐中情系列活動



◎ 2006.11.30運動會



◎ 食破天驚之鑽石舞台2007.05.09



歡迎投稿

食營簡訊園地竭誠歡迎系友踴躍投稿，欲投稿者請洽食營系辦。

Tel : 04-26328001轉 15031~15034

趙語涵或林洵玟助理