

## 靜宜大學食品營養學系

## 食品營養簡訊

中華民國九十五年十一月

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

TAIWAN

R.O.C.

POSTAGE PAID

PERMISSION 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

郵政中台字第1593號  
登記為雜誌交寄

## INDEX 目錄

系主任的話

營養專欄

食品專欄

保健專欄

系友專欄

重要系聞

學會動態

系友回函

## 系主任的話

林國維 (本系專任教授兼主任)

各位老師、同學及系友惠鑒：

新的一學期又開始,希望大家一切都順利平安。為慶祝本校創立五十週年,配合校方的一系列慶祝活動,系訂於今年十月二十日(五)舉辦[比較動物營養研討會],由本系蕭錫延講座教授負責籌劃,演講者涵蓋學界與企業界專家,主題內容精采,期待各位的蒞臨。十一月二十九日(三)舉辦系友回娘家(含座談會與演講)暨系友大會。除了學生的烹飪比賽外,我們也將進行系友會長改選,相關資料(含報名表與投票單)將隨本簡訊附上,請系友們參閱,並能抽空親自參加共同慶祝此一特殊日子。同時請大家也連結校/系網頁,了解所有相關慶祝活動或學術研討會。

欣逢學校半百生日,在此祝大家一切順利、快樂、平安。尚此

敬請 大安

林國維 謹啟  
食品營養學系教授兼系主任

95-10-05





EPA 

# 魚類的營養價值

 DHA

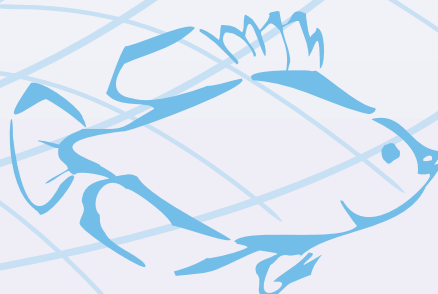
蕭錫延(本系專任講座教授)

近年來由於人們生活品質不斷的在提高,魚類攝取已經漸為人們飲食中不可缺少的蛋白質來源。魚肉是動物肉類中最容易消化的一種,肌纖維較細,水分含量較高,組織結構顯得特別柔軟,進食之後,容易受到消化液的作用,所以較畜禽肉類容易消化吸收。魚類肌肉蛋白質屬於優質蛋白質,必需胺基酸的含量較高,在蛋白質胺基酸組成方面,魚肉蛋白比豬肉、牛肉等更接近於兒童的營養需要,且其烹調損失率低於牛肉蛋白,生物效價與陸地動物相近。魚類含有豐富的多元不飽和脂肪酸( $\omega$ -3系列),是其顯著的營養學特點。魚類中的 $\omega$ -3不飽和脂肪酸存在魚油中,富含二十碳五烯酸(eicosapentaenoic acid, EPA)和二十二碳六烯酸(docosahexaenoic acid, DHA),也是人體必需脂肪酸的重要來源;EPA、DHA是組成人類腦部細胞的主成分,它們不只是構成腦神經纖維的重要物質,並能活化腦細胞,預防神經纖維萎縮以及記憶力、反

應力的減退等,其在人體內代謝後則會轉變成抗血小板有效成份,能阻止血小板聚集,促進血脂肪的分解、排泄,可能降低動脈硬化和血栓的形成,及減輕發炎現象,有保護心臟及強化血管的功能,所以多攝取對人體具有降低膽固醇及預防心腦血管疾病等作用。魚肉中含有豐富的礦物質,如鐵、磷、硒及鈣等,至於鈣的含量也較一般畜類高。此外,魚類也是維生素B2及菸鹼酸的良好來源,且魚油和魚肝油是脂溶性維生素A、D的重要來源。綜合上述魚類的營養價值,魚肉蛋白不僅提供我們生長需求所需的營養素,對小兒生長發育來說,魚肉完全能滿足所需的多種營養素,及針對老年人也有心腦血管相關疾病的預防作用。



EPA



DHA



# 香椿是個寶

鍾雲琴(本系專任教授)

香椿(*Toona sinensis* Roem.; *Cedrela sinensis* A. Juss.)為楝科(Meliaceae)多年生落葉大喬木,樹幹直立,小枝、皮孔小但顯著,髓心粗而圓;嫩芽有毛,全株具特異臭氣;葉為長柄、互生、偶數羽狀複葉,小葉具短小葉柄,七至九對、卵形披針形或披針狀長橢圓形,先端銳尖,基部近於圓形,疏細鋸齒緣,有時近於全緣;葉柄呈現紅色,基部粗肥,上有淺溝小葉十至二十二枚,具有香氣。於五、六月開花,花呈白色,蒴果為長橢圓形或是倒卵形,長約2.5公分,成熟時自五角狀之中軸分離,而為五片開裂,種翅生於種子上方。香椿原產中國大陸北部及中部各省,西元1915年起引入台灣,作為公園、庭園造景之用,亦可作為經濟造林的樹種。木材略帶紅色,材質堅硬而花紋美麗,為製作傢俱的良好材質,在國際間則有「中國桃花心木」之稱,而其新葉、嫩芽帶紅色而美麗,亦富觀賞價值。香椿以種子或插條繁殖。台灣常採用插條,成苗容易,樹枝分歧不多,樹形整齊,生長迅速,氣候適應力強,熱帶至溫、寒帶均可生育,對空氣污染、潮風、抗害力及移植難易均屬中級。嫩葉稱“椿芽”,氣味芳香,因其嫩葉可食,故民間將香椿當成蔬菜食用,普遍利用其萌發之嫩梢與幼葉,尤其以紫紅色具特殊芳香者,為主要採摘部份。嫩葉除供食用外,植株之根部及樹皮全年可採,成熟之果實,樹幹創傷之液汁皆可利用成為中藥材。

## 香椿的營養價值

香椿(100克)經測定其營養成分:含水分(82.6 g)、蛋白質(2.8 g)、脂肪(0.4 g)、碳水化合物(2.0 g)、粗纖維(1.5 g)、維生素C(77.3 mg)、胡蘿蔔素(0.93 mg)、鉀(426.0 mg)、鈉(1.0 mg)、鈣(122.0 mg)、鎂(40.5 mg)、磷(95.7 mg)、銅(0.44 mg)、鐵(8.5 mg)、鋅(0.62 mg) (黃山內,台南區農業改良場)。

## 香椿的生理功能

香椿樹皮含川棟素(Toosendanin),兒茶酚(Catecol),葉含胡蘿蔔素(Carotene)、維生素B、C及蛋白質等。川棟素(Toosendanin)為良好驅蟲劑,根則有收斂、止痛、止血功效,樹皮則可去燥熱,瀉腸止血(Edmonds and Staniforth, 1998)。在中藥店銷售者,如:紅椿皮,即為香椿之樹皮樹根部位,適用於治療婦女之崩血,產後出血等症狀。明朝李時珍《本草綱目》記載:「椿木皮細肌實而赤,嫩芽甘可茹」;而《本草綱目》記載:「椿木葉青根皮白,味苦,性溫泄,葉有香氣無味,主治女子血崩,小兒疳痢」,可知香椿自古以來已為一多用途之作物,亦為民間常用的藥用保健植物。

香椿根皮即為中藥材之椿白皮,可治赤白帶,去風濕,治肺胃疾病。葉煮水可洗癬疥,去風濕病。香椿還有防治感冒和腸炎的作用。

近年來的相關研究顯示,香椿除了具有食用、藥用的優點之外,仍具有多項的保健功效:

### (1) 降血糖

香椿粗萃取粉劑能降由Alloxan所誘發之糖尿病鼠的血糖,且只降低糖尿病鼠的血糖值,並不會影響



正常鼠的血糖。會改善糖尿病胰島素之分泌、增加糖尿病鼠的葡萄糖耐受量。而香椿粗萃取粉劑降血糖的機轉能主要是藉由促使Alloxan所誘發的糖尿病鼠脂肪組織細胞膜上的GLUT4蛋白質及mRNA表現量增加,而使血中葡萄糖經由細胞膜上的GLUT4進入脂肪細胞內,進而達到降血糖的效果。所以推測,椿葉粗萃取粉劑應當是對肥胖型病人較有效 (Wang, 2000)。

香椿葉以50%酒精萃取得到的水溶液抽出物會增加3T3-L1脂肪細胞對2-deoxyglucose (2-DG)的攝取量,而且會增加胰島素對2-DG的攝取量。香椿葉抽出物可能透過與胰島素不同的路徑來增加脂肪細胞對糖份的攝取,也許能降低non- insulin-dependent糖尿病患者的血糖濃度(Yang et al., 2003)。

### (2) 抗癌

香椿的嫩葉可抑制某些癌細胞生長,如:肺癌-A549、H441,直腸癌-Colo205,骨癌-U-2OS,肝癌-C3A。張慧秋博士已研究出香椿抑制A549肺癌細胞株的機轉,目前已經進行至動物實驗,結果發現香椿粗萃取粉具有明顯抗癌效果 (Chang et al., 2002)。

林(2004)發現香椿對HepG2之生長有抑制作用,爾而且證明NO<sub>2</sub>之增加可能是香椿抗肝癌活性中細胞凋亡活化機轉之一。

### (3) 體質改善

飲用香椿葉萃取液,除了能夠降血糖之外,尚有穩定糖尿病患者之血壓的效果,經初步的實驗結果顯示,香椿葉以50%酒精的水溶液抽出物添加劑量0.1 mg/ml- 0.00001 mg/ml,皆會降低血管平滑肌細胞A7r5細胞內鈣離子的濃度,而且高濃度的抽出物會抑制50 mM KCl<sub>2</sub>所誘發細胞內鈣離子濃度的增加,顯示香椿葉可能可以用來降低血壓(高醫洪秀貞博士未發表之研究成果),香椿葉萃取液也有改善疾病併發症,如:手腳酸麻、眼底出血等症狀之功能。

### (4) 止痛效果

在止痛方面也於動物模式中發現,口服香椿葉的水萃取物2 g/kg~16 g/kg可以緩解醋酸及熱所誘發的疼痛程度,減少小白鼠writhing assay中stretch的次數,及延長hot plate test、tail-flick test to heat之latency time,而呈現出鎮痛效果(高醫林志隆博士未發表之研究成果)。

### (5) 提升精子活動力

成功大學研究團隊以不同成份(5-2, 5-3, 5-4, 5-4R, 5-5, 5-5R, black)、不同濃度(0.01, 0.05, 0.1, 0.5, 1 mg/ml)之椿葉萃取液探討其對人類精子之功能之影響。結果顯示,大部分低濃度(0.01或0.05 mg/ml)的椿葉萃取液對精子生理功能不會造成傷害,高濃度的5-4R可有效改善氧化壓力所導致的男性精子功能障礙,對於健康男性或不孕男性患者都具有提升精子品質的作用。(Yang, 2003; Poon et al., 2005)

### (5) 延緩老化

本系詹吟菁老師研究成果顯示,香椿萃取液不但可降低SAMP8老化鼠腦中脂質過氧化程度,且增進老化鼠學習記憶力,因此認為香椿具延緩老化之功能(Liao et al., 2006)。

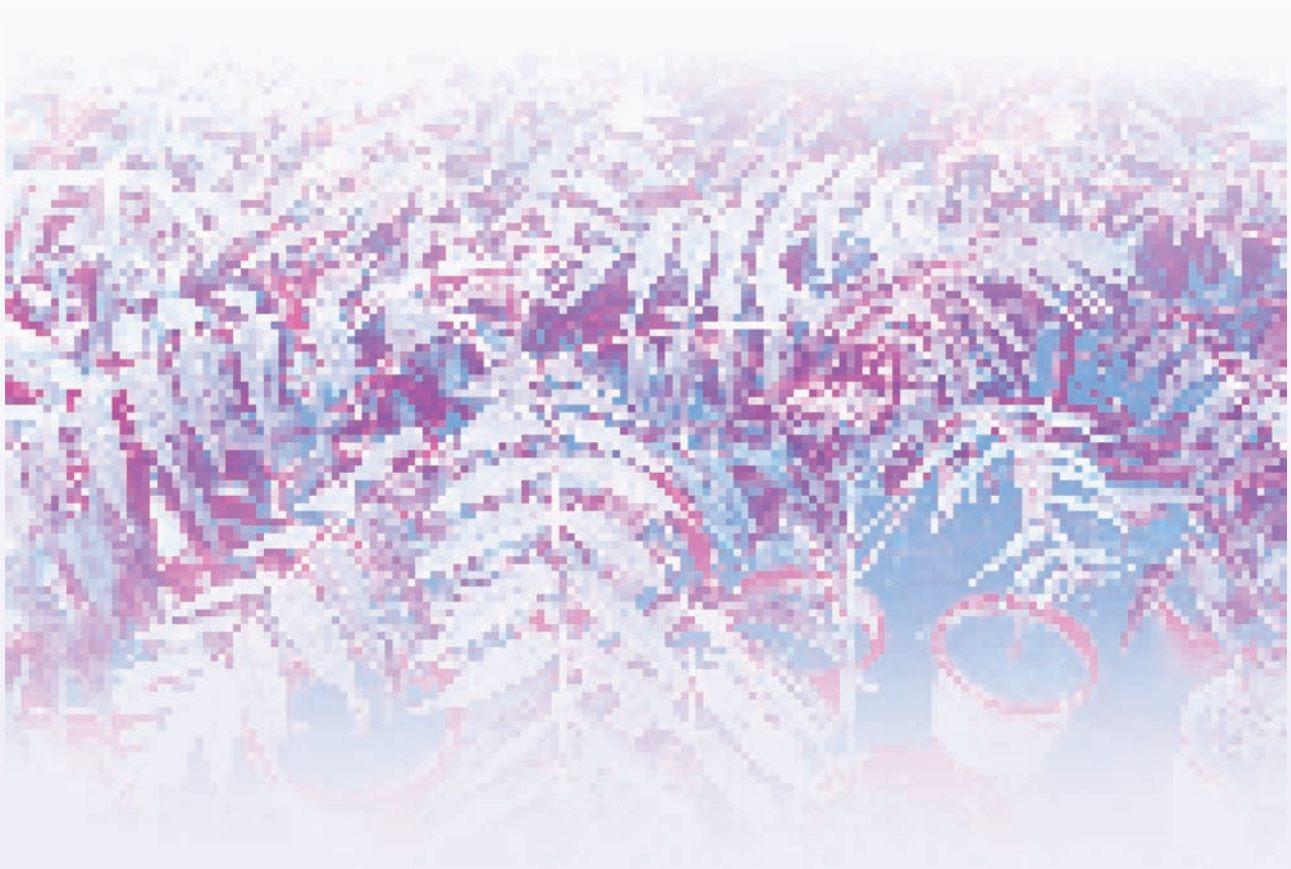
## 參考文獻

- 1.林信伶2004. 香椿之保肝、抗病毒、抗癌之藥理活性及細胞內NO/cGMP路徑之調節作用,高雄醫學大學碩士班論文。
- 2.Chang HC, Hung WC, Huang MS and Hsu HK. (2002) Extract from the leaves of *Toona sinensis* Roemer exerts potent antiproliferative effect on human lung cancer cells. *Am J Chin Med* 30:307-314.
- 3.Chia, Y.C. 2005. A study on the isolation of antitumor compound from *Toona sinensis* Roemer. Report of health food project. (in Chinese)
- 4.Edmonds JM and Staniforth M, *Toona sinensis*: Meliaceae. Curtis' s Botanical Mag 15:186-193 (1998)
- 5.Hsu HK, Yang YC, Hwang JH and Hong SJ, Effects of *Toona sinensis* leaf extract on lipolysis in





- differentiated 3T3-L1 adipocytes. Kaohsiung J Med Sci 19:385-390 (2003).
- 6.Liao, J.W., Hsu, C.K., Wang, M.F., Hsu, W.M., Chan, Y.C., 2006. Beneficial effect of *Toona sinensis* Roemor on improving the cognitive performance and brain degeneration in senescence accelerated mice. The British Journal of Nutrition (in press).
- 7.Poon , SL., Leu, S.F., Hsu, H.K., Liu, M.Y., Huang, B.M. 2005. Regulatory mechanism of *Toona sinensis* on mouse leyding cell sterioigogenesis. Life Sci. 76:1473-1487.
- 8.Wang PH, The study of hypoglycemic effects of *Toona sinensis* aqueous leaf extracts on Alloxan-induced diabetic rats. Master thesis, Kaohsiung Medical University graduate institute of medicine. (2000)
- 9.Yang YC, Hsu HK, Hwang JH and Hong SJ, Enhancement of glucose uptake in 3T3-L1 adipocytes by *Toona sinensis* leaf extract. Kaohsiung J Med Sci 19: 327-333 (2003).
- 10.Yang, FY. 2003. Study on the physiological functions of *Toona sinensis* Roemor in human spermatozoa. Master thsis in National Cheng Kuang University, Taiwan., R.O.C.





# 小兵立大功—抗老化的奈米化黑豆

詹吟菁(本系專任副教授)  
林郁喬(本系碩士班研究生)

奈米為近年來相當熱門的話題,食材在奈米尺寸下,或許會產生新的特性與現象,提高生物利用率,且增強臨床療效。有文獻指出,經奈米化後的奈米硒微粒,毒性僅有無機硒的七分之一,而去除自由基的活性則提高了五倍,在免疫調節及抑制腫瘤方面靈敏度也比無機硒顯著提高。

黑豆學名Glycine max (L.) Merr.,為蝶形花科(Papilionaceae)的一年生草本植物,為大豆之黑皮種。子葉有兩種,一為青仁黑豆(子葉綠色),另一為黃仁黑豆(子葉黃色);前者適合生吞及浸酒用藥,後者當以煮食或加工利用。黑豆營養完整,含有豐富的粗蛋白、粗脂肪、碳水化合物、膳食纖維、維生素B1、鈣、磷、鐵、鋅等營養成分。黑豆含粗蛋白質約34~40%,相當於肉類含量的兩倍、雞蛋的三倍、牛奶的十二倍。黑豆成分中含油脂達18%左右,其中以不飽和脂肪酸為主,可促進膽固醇之代謝及降低血壓,有益人體健康。另含有甚多之微量元素,如每百克黑豆約含鈣370毫克、磷557毫克、鐵12毫克,鋅、銅、鉬、硒等含量也都很高。此外,黑豆富含抗氧化物質,包括異黃酮類(isoflavone)、皂素(saponin)、花青素(anthocyanin)、維生素E等。

中國古籍有很多關於黑豆的記載,黑豆味甘、性平,《別錄》:”甘、平”;《醫林纂要》:”甘鹹苦,寒”,入脾、腎經。而「本草綱目」記載:服食烏豆,令人長肌膚,益顏色,填筋骨,加氣力,補虛能食,且能延年益壽。對於老年人而言,黑豆具軟化血管、滋潤皮膚延緩老化的保健養生功能,特別是對高血壓、心臟病、肝臟、動脈硬化等老年性疾病大有益處。黑豆含有大量微量元素,其中鉬、硒、氟及皂素等具防癌及抗早衰的療效。此外,黑豆中的卵磷脂成分,能健腦益智延遲大腦老化。本實驗室針對奈米化黑豆探討其對老化現象之影響。結果發現,奈米化黑豆具有清除DPPH自由基效力,能顯著增加學習記憶能力及腦部與肝臟之抗氧化酵素活性,降低老化指數、脂肪肝、腦中類澱粉蛋白的堆積與肝臟及腦部丙二醛之含量,且延緩老化的效果比未奈米黑豆好。

除抗老化的功能外,黑豆尚具有多項良好的保健功效,簡述如下:

## 一、抗氧化作用

黑豆種皮的花青素、類胡蘿蔔素及青仁黑豆種仁的葉綠素a和b,高含量的genistein及維生素E是黑豆的抗氧化性主要來源;能有效清除活性氧和抑制脂質過氧化,且顯著抑制健康人和動脈粥狀硬化病人的低密度脂蛋白丙二醛之生成量,且效果比黃豆佳。黑豆成分中的genistein會增加小鼠皮膚、小腸、肝臟、腎臟、肺臟中的抗氧化酵素的活性,並可抑制老鼠皮膚氧化性損傷的產生。

## 二、增強免疫機能

研究顯示對於停經後婦女而言,雌激素分泌減少會造成前發炎細胞激素prostaglandin E2增加,而



prostaglandin E2則有調節IL-1、IL-6和TNF- $\alpha$ 量的作用。此外,停經後婦女骨質流失也會有增加的情形。當增加豆類蛋白的攝取後,發現有抗發炎及降低前發炎細胞激素的作用,並且可減少骨質流失。另給予健康男性口服大豆異黃酮genistein或daidzein三個月後,發現genistein能夠抑制由細胞激素TNF- $\alpha$ 所誘導之轉錄因子NF  $\kappa$  B的活性,而daidzein則能降低由TNF- $\alpha$ 所誘導轉錄因子NF  $\kappa$  B的活性。

### 三、降血脂與防止動脈硬化

青仁黑豆中含有極高的維生素E、花青素及genistein甙胱甘欵的含量,這些成分可顯著抑制人體血液中脂肪及低密度蛋白的氧化,進而對心臟血管有保護作用。黑豆能延長LDL的氧化延遲期,降低高膽固醇血症紐西蘭白兔主動脈弓及胸主動脈血管栓塞程度,並顯著降低白兔總膽固醇、三酸甘油酯、VLDL-C及LDL-C的濃度。服用烘烤黑豆後顯著降低受試者血中TG值,延長LDL氧化延遲期。而攝取富含異黃酮素的黑豆蛋白降膽固醇的可能機轉有:1.可以促進膽酸的排除,進而促進肝臟中膽固醇用以合成膽酸,使得膽固醇多由膽酸的途徑排出。2.由於提高了apoB/E receptor 活性,使得LDL-receptor 活性增加,加速LDL-C 的廓清速率。3.黃豆蛋白會藉由抑制膳食膽固醇的吸收與腸肝循環,達到降低血漿膽固醇濃度的功效。此外,黑豆中的genistein 可以增加動脈彈性、改善血流速率、抑制血小板生長因子而減少凝集的發生及影響thrombin的生成;另外也抑制tyrosine kinase 的活性,藉以減低thrombin 的生合成和發炎反應的發生。

### 四、抗癌作用

黑豆中含有豐富的植物性雌激素genistein,其能有效地抑制酪胺酸激酶,並有效抑制腫瘤細胞周圍血管的新生,而達到抑癌的目的。此外,genistein 也是抑制DNA topoisomerases I、II 及信號傳導的重要酵素。

由以上可知,黑豆具有良好的保健功效。經奈米化後的黑豆能有效促進學習記憶能力,降低脂質過氧化物濃度及腦部組織病變,提升抗氧化防禦系統,達到延緩老化的目的。而黑豆奈米化後對其他保健生理功能是否亦有促進的效果則有待進一步的探討。





# 台灣健康商機與『營養師』未來之使命

林武忠

本系碩士班第7屆畢業(84年畢)

台灣雅芳股份有限公司 營養訓練經理兼營養師

當妳(你)還是一個學營養的『大學生』時,妳未來的畢業出路為何?  
當妳(你)還是一個學營養的『研究生』時,妳未來的畢業出路為何?  
當妳(你)已經從食品營養學系『畢業』後,妳未來五年內的出路為何?  
當妳(你)已經考上『營養師』執照時,妳未來十年內的『薪資』目標為何?

以上的四問,是我一直以來有機會回到學校演講的開場白。現在我也同樣的問問在看這篇文章的妳(你)~

看起來好像是一步一步達成的,總要先畢業嘛,然後順應潮流考個研究所,再來就考個執照,接下來呢?你有沒有一直注意市場的潮流?市場的變化?有時候我為現在的大學生感到幸福,畢竟你可以先上像人力銀行方面的網站,然後鍵入:營養師,接下來搜尋一下,你就可以知道你未來的機會有多少?但,不同的是,你準備好了沒?

我想先推薦一本我們營養這行極具參考意義的工具書給各位看看:營養治療的處方百科(最新修訂版)(世潮出版社,可先上網路書店查詢),這一本中文翻譯書是目前許多醫生、藥師積極在研讀的一本書,我早在1998年時在美國出差時就買了英文原文版一書,與當年比較起來,現在台灣的營養補充品市場與專業人才(營養師)的需求,正大大的以倍數成長中。

我一直期許走這條路的營養師未來要有成為『家庭營養師』的使命,你必須在『解剖生理學、病理學、營養生化學、營養生理學』上能夠加強專業,成為營養的專攻領域,特別在『營養食品』(保健食品、健康食品)的成分、功效上能夠結合你所學的專業。你無須害怕、擔心醫師、藥師在專業上對你的論述,反而要問自己你準備好了沒?至少你要在營養品的成分與功效上能夠結合

各種身體症狀予以適當的建議使用,還要清楚並專業的說出每個成分在科學研究上帶來的好處與功能。甚至在一般身體症狀出現時能夠很清楚的知道是哪些『營養素缺乏』所造成,然後除了配合醫師的治療之外(我沒有說不必看病喔),你還能指出要大量補充何種營養素才能『快速』的恢復健康。要大量補充到何劑量?吃多久?這才是營養師最有Value(價值)的地方!

我並非忽略要注意一般飲食的調整與補充,我乃是針對現在的忙碌現代人中除了正確飲食之外又還能輔以一些必要的營養補充品來補充食物中所不足的部分來強化我們營養師的角色。你一定常常遇的到這類的場景....

場景一-某婦女一直常常為『陰道搔癢』隱疾所苦,幾乎每個月都來報到掛診!婦產科旁的藥局藥師建議:妳要多補充高劑量維他命B群、還有乳酸菌,這樣可以減緩搔癢的頻率,也可以減緩妳疲勞的熬夜傷害。為什麼妳知道嗎?

場景二-某妙齡少女一直為每個月的『經痛』所苦,情緒非常差。但妳知道這也是一種『缺鈣』的症狀嗎?要補充多少劑量的鈣質妳知道嗎?需要喝多少杯牛奶才夠呢?還是可以有部分換算來吃鈣補充品呢?

瞭解以上的市場需求之後,當然還少不了減重市場、抗老化、醫學美容市場幾乎都是需要營養的專業在裡面來諮詢解決,因此營養師的定位必須被快速的提升,誰來提升我們?靠醫師、靠藥師、靠醫檢師、靠護理師來推薦我們?別傻了~他們自





己都在研究這個領域並充當起『營養照顧專員』建議營養品的攝取了,只有你自己提昇自己的專業建議水準,並且在這個領域中持續佔有一席之地,否則要等立法說要吃營養品的請一定諮詢營養師那一年的話,我們還得多延長壽命一點!

最近十月初我參加了國家生技產業策進會所舉辦的國家生技醫療品質獎的徵選活動,比起兩年前的徵選,今年參與的廠商大大的倍數增多,當然也與衛生署最近資料顯示的台灣老年化社會開始成長,保險公司所提供的醫療保險保單內容越趨增加有關,對於健康這檔事,不再是只有『維持』一個簡單的功能,大家賦予更高的期待就是『提升健康』或是『延緩病痛』,這要靠藥物嗎?靠手術嗎?靠吃藥嗎?答案當然不是,是要靠營養!

最後,你的定位在哪裡?從研發、製造、行銷、銷售、服務來看,身為營養師的你定位可多的呢!

- 一、從研發角度~營養師可以針對特殊科學配方、劑量來進行組合開發市場需求
- 二、從製造角度~營養師可以針對特殊營養品在實用上而建議給予劑型:粉劑、錠劑、膠囊、液劑,甚至在包裝上如何跳脫『吃藥』的迷思而進入食品的單純。
- 三、從行銷角度~營養師可以針對不同年齡、不同季節、不同症狀來擬定行銷上市計畫,甚至包裝的話術與消費者進行溝通。
- 四、從銷售角度~營養師可以針對專業的講

課、文章的心裡敘述、價格與價值的判斷、想要與需求的盤算、病理症狀與缺乏營養的概念來進行溝通。

- 五、從服務角度~營養師接下來面對的使用狀況進行瞭解與回覆異議解說,甚至因應個人體質不同來調整使用量、並追蹤成果來強化信心,成為關懷健康的福音大使。

最後願各位在營養師這條路上能夠走的順心(薪)如意~

歡迎有志者交換心得~

筆者的email-SMYTHL@mail2000.com.tw





# 重要系聞

## (一) 重要記事與報告

- 1.95年第二次專門職業及技術人員營養師專技高考,本系黃鉅凱、王孟茜、黃秋熒、陳雅惠共計4人錄取,錄取率3.77%。
- 2.95年10月20日本系於靜宜大學國際會議廳主辦比較動物營養研討會。
- 3.本系受校方委託於中秋節前製作七百餘盒月餅贈送全校教職員,由兼任教師黃明利及紀湘、佳琦、秀真、宜慧助教及研究生等參與製作。
- 4.恭賀本系講座教授江善宗老師及蕭錫延老師榮獲國科會與本校截出研究人才之獎勵與肯定。
- 5.95年8月23、26、27日分別舉辦北、中、南區迎新茶會,本系林國維主任、詹恭巨及魏明敏老師與助教共同參與。
- 6.95年10月起每週一、二、三、五中午11:50-12:30,本系供應團膳營養午餐。
- 7.恭賀本系系友辜世賢(88年畢)考取95年公務人員高等考試三級考試食品衛生檢驗科。
- 8.恭賀本系專任教師鍾雲琴順利升等教授。

## (二) 學術活動或演講

日期	主講人	服務單位及職稱	題目(講題)
95.9.22	陳曉鈴	中山醫學大學營養學系教授	你不可不知的腸道環保利器：蒟蒻
95.9.29	江善宗	靜宜大學食品營養學系講座教授	纖維素水解酵素於綠藻工業之應用

# 九十五第二次營養師專技高考本系系友榜單

黃鉅凱(9506畢)  
 王孟茜(9506畢)  
 黃秋熒(9406碩畢)  
 陳雅惠(9306碩畢)

靜宜大學食營系錄取共計4位，  
 佔總錄取人數(106人)之3.77%



## 靜宜大學50週年校慶食營系系友回娘家暨座談會

親愛的系友您好，適逢靜宜五十週年校慶，本系將舉辦系友回娘家的活動，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。我們將為您準備豐盛的餐點與活動內容，歡迎您攜家帶眷回娘家，一起來共襄盛舉。

主辦單位：靜宜大學食品營養學系

參加辦法：免費

時間：95年11月29日(星期三) 8:30至18:30

地點：靜宜大學格倫樓104會議廳

時間	活動內容	主持人	
08:30-09:00	報到		
09:00-09:10	致詞	林國維主任	
09:10-09:30	黃惠宇 實踐大學食品營養與保健生技學系系主任兼所長 (77年大學畢)	高美丁老師	
09:30-09:50	吳文勉 輔仁大學食品營養學系助理教授 (79年大學畢)		
09:50-10:10	劉惠瑜 台中高農餐飲管理科科主任 (76年大學畢、80年碩士畢)		
10:10-10:40	點心時間		
10:40-11:00	林政樺 明道管理學院餐旅管理系助理教授 (86年大學畢、88年碩士畢、95年博士畢)	黃延君老師	
11:00-11:20	簡伯容 元培科技大學食品科學系助理教授 (84年大學畢)		
11:20-11:40	陳貴鳳 靜宜大學觀光事業學系副教授 (79年大學畢、81年碩士畢)		
11:40-13:30	戀戀食營味(系友相見歡) 系友會會長改選	周淑蓉老師 王秀珠會長 黃延君老師 張珍田老師	
13:30-14:30	邵繡萍 三軍總醫院營養室督導 (69年大學畢) 陳玉楚 臺中縣衛生局食品營養課課長 (69年大學畢) 王怡晶 食品工業發展研究所副研究員 (81年大學畢、84年碩士畢) 林武忠 台灣雅芳股份有限公司營養訓練經理 (84年碩士畢)	張珍田老師	
14:30-15:00	點心時間		
15:00-15:45	謝惠敏 行政院衛生署豐原醫院營養部主任 (74年大學畢) 張欣華 臺灣麥當勞產品發展部副理 (74年大學畢) 楊淑惠 鳳山熱帶園藝試驗所助理研究員 (77年大學畢)		周淑蓉老師
15:45-16:15	頒獎 會長交接		
16:30-18:30	晚宴	林國維主任	

### 報名表

姓名	單位	聯絡電話	參加	午餐	晚宴
			是 <input type="checkbox"/> 共_____人	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>
			是 <input type="checkbox"/> 共_____人	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>

報名：請將報名表填妥傳真至04-26530027

或網路報名[http://alcat.pu.edu.tw/conference/conference\\_index1.html](http://alcat.pu.edu.tw/conference/conference_index1.html)

或電話報名靜宜大學食品營養學系04-26328001分機15034趙語涵助理



# 親愛的食營系友：

您好！本系為建立完整畢業校友資料檔，並因應大學評鑑所需，特請您撥空詳細填寫此表，以利建檔，若已遷移，煩請代為填寫、轉信或於本頁下面更新欄處填寫現在聯絡地址後，利用傳真或e-mail方式回覆，以利本系再次聯繫作業，謝謝您。（若有任何問題，煩請與系辦公室林洵玟或趙語涵助理聯繫，電話：(04)26328001轉15031~15034；傳真：(04)26530027；E-mail：pu20230@pu.edu.tw。或可隨時上網進入靜宜大學畢業校友動態調查表<http://web.pu.edu.tw/~pu1560/94list.htm>更新您的資料。

中文姓名：\_\_\_\_\_ 畢業年月：\_\_\_\_年\_\_\_\_月

最高學歷：

學士碩士博士（畢業學校系所：\_\_\_\_\_）

（畢業年月：\_\_\_\_年\_\_\_\_月）

現職單位：\_\_\_\_\_（全名）職務：\_\_\_\_\_（全名）

永久地址：\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_

住宅電話：\_\_\_\_\_ 公司電話：\_\_\_\_\_

個人手機：\_\_\_\_\_ E - MAIL：\_\_\_\_\_

FAX NO.：\_\_\_\_\_

考取證照名稱：\_\_\_\_\_

（如營養師；食品技師；中餐烹調技術士-乙、丙級；烘焙食品技術士-乙、丙級；食品檢驗分析-乙級等食品營養相關證照）

## 更新欄

校友通訊地址：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_ FAX NO.：\_\_\_\_\_

E - MAIL：\_\_\_\_\_ 謝謝您的合作！





## 各位親愛的校友們：

從河南到台灣，由英專而學院而大學，靜宜大學至今已屆五十週年，一路走來，為社會培育了許多優秀人才，甚受各界好評，依據天下雜誌的僱主滿意度調查，靜宜排名前十。87年觀光系畢業的校友鍾宛貞，今年更被選拔為中華民國10大傑出青年，本校師生與有榮焉。校務發展方面，多年來在全體師生同仁的努力與校友的支持下，於95學年度脫穎而出，榮獲教育部評選為「教學卓越」大學之一。這份殊榮值得與您分享！

為了因應社會變遷的需求，提供學生更多元的選擇，本校目前已由遷校之初的3院10系增加為5院21系所。師資方面，無論質量，均大幅提昇，95學年度，具博士學位者已達240名，佔總師資70%。在學術研究上，特別寬列預算，大力鼓勵，近年來無論國科會核定的專題研究計畫件數，或經費補助總金額，均呈跳躍式遞增，可見本校研究水準在國科會評比上已受到高度肯定。在硬體方面，為提供學生安全、舒適、幽靜的學習環境，除將校園整體規劃加以美化外，任垣樓、方濟樓、格倫樓、思高學苑、蓋夏圖書館的擴建等五大建築，均先後落成啟用，主顧樓亦即將完工，教學、研究空間大幅增加改善。在軟體方面，圖儀設備經費的投注，不遺餘力，依據教育部95年4月校務評鑑資料顯示，本校在同類型私校中單位學生圖書經費高居全國第一名，儀器設備第二名，校舍面積第三名。近年來更以「志工靜宜」為校園核心價值，期許學生在學業精進的同時，品德行為的修練與倫理的培養也有所成就，師生共同營造一個「尊重生命、重視品德、樂於服務、注重教學、崇尚學術」的校園文化。

在這別具意義的日子裡，我們特以虔誠的心於12月2日(星期六)上午11:30於台中市長榮桂冠酒店舉行慶祝餐會，並籌募學校整體發展基金暨學生獎助學金，以利本校未來發展，並助清寒學子圓夢。餐會餐券每份新台幣叁仟元整，收入均將納入本校整體發展基金專戶，學生獎助學金之捐贈，則以圓夢計畫專案處理。餐會中我們亦將舉行義賣，台端如有古董珍藏、畫壇名家書畫、藝品及其他珍寶，請踴躍捐贈提供義賣，共襄盛舉。有意認購或捐贈者請逕至校友聯絡暨就業輔導室網頁（[www.alu.pu.edu.tw](http://www.alu.pu.edu.tw)）填寫表單回傳，或傳真至04-26325142或電洽04-26328001\*11902吳慧文小姐辦理。

肅此·敬頌

主內平安 吉祥如意

靜宜大學校長

俞明德 敬啟

95年10月1日



## 「靜宜大學50週年校慶餐會」登記表

### A、捐購人資料

填表日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

姓名/公司寶號(收據抬頭)\_\_\_\_\_ 統一編號\_\_\_\_\_

電話(公)\_\_\_\_\_ (宅)\_\_\_\_\_ (手機)\_\_\_\_\_

E-mail\_\_\_\_\_

收據郵寄地址 □□□\_\_\_\_\_

### 捐款金額

我願認購餐券 \_\_\_\_\_張，共計\_\_\_\_\_元。

準時出席  葷  素

不克參加

我願認捐獎學金： 四年全額獎學金為40萬元  三年全額獎學金為30萬元

二年全額獎學金為20萬元  一年全額獎學金為10萬元

一年半額獎學金為5萬元  其他\_\_\_\_\_元

### B、捐款方式

郵局劃撥一帳號：22011961 戶名：靜宜大學（請利用檢附之劃撥單）

劃線支票一抬頭：靜宜大學

信用卡捐款（請詳填檢附之「靜宜大學信用卡捐款意願書」）

所有捐款一律開具證明依稅法抵減稅額。

傳真專線：886-4-26325142 洽詢電話：886-4-26328001-11902

通訊地址：台中縣沙鹿鎮中槽路200號靜宜大學校友聯絡暨就業輔導室

C、勸募人：\_\_\_\_\_

## 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



# 靜宜大學食品營養學系系友會會長選票

勾 選			
號 碼	1	2	3
候 選 人	陳 貴 凰	黃 怡 菁	(自行推舉其他候選人)

備註：候選人號碼依姓名筆劃排列



## 說明：

- 1.候選人必須具靜宜大學食品營養學系系友資格。自行推舉之候選人請於候選人欄填上姓名。
- 2.選票僅可勾選一名，超過一名或選票塗改不清以廢票計。
- 3.選票請直接寄回台中縣43301沙鹿鎮中棲路200號靜宜大學食品營養學系收，或於食營系系友回娘家暨座談會活動當天直接投入票箱。選票收件至95年11月29日早上11:00截止，以收件為憑。

## 候選人簡介

**1陳貴凰**（79年靜宜大學食品營養學系畢、81年食品營養所碩士畢）

現職：靜宜大學觀光事業學系副教授

**2黃怡菁**（81年靜宜大學食品營養學系畢、83年食品營養所碩士畢）

現職：樞紐科技顧問股份有限公司董事長

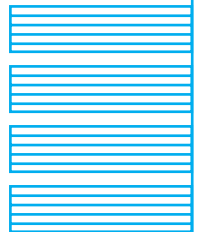
選票影印無效



433-01

台中縣沙鹿鎮中棲路200號  
靜宜大學食品營養學系 林洵玟 收

廣 告 回 信
豐原郵局登記證
豐原廣字第103號
信 函
免 貼 郵 票



請沿虛線折起來