

107 年「健康飲食教育知能工作坊」臺北場

臺灣近年開始重視食品安全、學校營養午餐等議題，而在此同時，學生卻還是對食物從農田到餐桌的旅程一知半解，另外學生常有早餐選擇不良、偏挑食的行為及體位兩極化等現況，像是學生不吃水果是因為不會剝皮、不喜歡吃魚是因為不會挑魚刺，而這些問題都跟學生飲食行為有很大關係，因此，透過飲食教育來培養學生良好的飲食習慣、尊重生命、珍惜食物、了解食材來源及飲食文化更顯重要。根據教育部學校衛生法第 16 條、第 20 條，高級中等以下學校應安排對學生進行健康飲食教育，同時結合家庭、社區等資源進行，讓學生於生活中實踐，有選擇健康食物及烹調食物的能力。

為此，董氏基金會特別規劃健康飲食教育知能工作坊，透過班導師、科任教師及行政人員等不同角度來分享實際推動健康飲食教育的技巧外，也安排實作課程讓學員實際操作、激盪創新的教學體驗，讓學校飲食教育相關人員，不再為如何推動傷腦筋、輕鬆落實學生們的飲食教育，協助校園發展食育教學內容，提供臺灣小學實施健康飲食教育活動之參考。

指導單位：臺北市政府教育局

主辦單位：財團法人董氏基金會

協辦單位：臺北市教師研究中心

經費來源：全家便利商店零錢捐

研習費用：免費（課程含茶水及午餐，為求環保請自備水杯）

研習日期：107 年 11 月 14 日(三)，早上 8 時 30 分至下午 4 時 30 分

研習地點：臺北市教師研究中心-綜合大樓 2F 第二研討室（臺北市北投區建國街 2 號；若報名人數達 15 人將有**接駁車接送**-劍潭捷運 2 號出口，請留意報名通知信件）

研習午餐：教研中心合菜(報名時請填寫飲食習慣葷/素，以利安排桌位)

參加對象：對國小飲食教育推動有興趣之學校校長、行政人員(如主任、組長)、級任導師、科任教師及學校推動健康飲食教育相關人員（如健康促進承辦人員、營養師、午餐秘書、護理師等）；報名人數以 75 人為限。

學分認證(申請中)：公務人員終身學習時數、教師研習時數、營養師繼續教育積分、護理師繼續教育積分

報名方式：採線上報名制，請至<https://goo.gl/GeV92q>填寫報名表，即日起開放至額滿為止。

注意事項：報名成功及其他通知(含交通訊息)擬於 10 月 30 日統一以 E-mail 或簡訊發送，請密切注意並報名成功名單公佈在主辦單位網站(<http://nutri.jtf.org.tw/>)提供查詢！

研習流程：

時間	分鐘	主題	講師
8:30-9:00	30 分鐘	報到	
9:00~9:10	10 分鐘	致詞介紹 / 問卷填寫	
9:10~10:00	50 分鐘	吃吃的愛-教育紮根的重要 實踐健康飲食教育	臺北清江國小 劉國兆 校長
10:00~10:30	30 分鐘	高中以下健康飲食教育指導內容說明	董氏基金會
10:30~10:50	20 分鐘	休息	
10:50~11:50	60 分鐘	『食』作體驗 Ricotta cheese / 化學果汁&檸檬紅茶(自然科學)	董氏基金會
11:50~13:00	70 分鐘	午餐/休息	

時間	分鐘	主題	講師
13:00~13:50	50 分鐘	小田園大廚師 認識食材的真實面貌與百變風情 班導師如何把健康飲食教育融入教學中	臺北成德國小 江芃琬 老師
13:50~14:00	10 分鐘	休息	
14:00~16:30	150 分鐘	腦力食力新發想玩創意 教案活動設計發想-分組討論/成果分享交流	董氏基金會
16:30~		賦歸	

※報名確認或活動相關問題歡迎洽詢：食品營養中心 02-27766133 分機 305 許小姐。

※承辦單位保留工作坊議程及講師變動之權利，研習相關內容以網站公告為主。