

107 年「健康飲食教育知能工作坊」宜蘭場

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，學童卻還是對食物從農田到餐桌的旅程一知半解，另外學童常有早餐選擇不良、偏挑食的行為及體位兩極化等現況，像是孩子不吃水果是因為不會剝皮、不喜歡吃魚是因為不會挑魚刺，而這些問題都跟孩子飲食行為有很大關係，因此，透過飲食教育來培養孩子良好的飲食習慣、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，讓孩子於生活中實踐，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、輕鬆落實孩子們的飲食教育，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。

主辦單位：財團法人董氏基金會

協辦單位：宜蘭縣政府教育處

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及環保餐具）

研習日期：107 年 10 月 24 日(三)，早上 8 時 30 分至下午 4 時 30 分

研習地點：宜蘭縣政府文康中心(宜蘭縣宜蘭市南津里 13 鄰縣政北路一號，B1 文康中心)

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，另報名成功名單及其他通知將於 10 月初公佈在承辦單位網站(<http://nutri.jtf.org.tw/>)！

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	新竹埔和國小 吳柚 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	
13:00~13:50	50 分鐘	飲食新主張~從文本出發 國語及班導師午餐時間的帶領	宜蘭過嶺國小 林姍鎂 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。