

115 年社區營養推廣中心輔導計畫

社區營養師培訓課程簡章

-新版每日飲食指南與健康永續國民飲食指引暨糖與健康：從飲食行為到慢性病風險-

一、課程目的及特色：

中華民國營養師公會全國聯合會承接國民健康署「115 年社區營養推廣中心輔導計畫」，辦理社區營養師培訓課程。隨著營養科學持續發展，以及全球對環境健康與永續飲食議題日益重視，衛生福利部國民健康署已建立營養及健康飲食建議攝取基準之研修流程，並定期更新每日飲食指南、健康永續國民飲食指引，以提供國人更符合健康促進與永續發展需求之飲食建議。

為協助社區營養師掌握新版每日飲食指南及健康永續國民飲食指引之修正重點，並將其轉化為社區衛教、營養諮詢、據點輔導及健康促進服務之實務應用，本次線上培訓課程將以專題講授方式，說明新版每日飲食指南及健康永續國民飲食指引之之核心概念與應用重點，並延伸探討糖與健康之關聯，包括糖類攝取、含糖飲品、慢性病風險等。

本課程期能強化社區營養師對新版飲食建議、永續飲食及糖與健康議題之專業理解與實務應用能力，協助其於社區服務中引導民眾在日常生活中做出更健康、均衡且具永續性的飲食選擇。

二、主辦單位：衛生福利部國民健康署

三、承辦單位：中華民國營養師公會全國聯合會

四、培訓日期/時間：

(一) 時間：115 年 10 月 2 日（星期五）上午 8:40-12:00

(二) 上課方式：Cisco Webex 視訊，免費開放參與，名額上限 1,000 名

(三) 視訊會議室號碼、課程連結及相關注意事項，將於課程前三日寄送至錄取學員電子信箱。

五、參加對象：

(一) 社區專職營養師

(二) 社區支援營養師

(三) 辦理本計畫相關業務之縣市主管、承辦同仁或相關人員

(四) 營養師公會會員

六、報名方式：

(一) 報名時間：即日起至 115 年 9 月 16 日（星期三）中午 12：00 止

（若報名提前額滿即關閉報名系統）

(二) 報名連結：<https://forms.gle/TDHKhspfaG3kBkh99>

(三) 報名成功後若要取消請提前以 Email 或電話告知，以利後續作業，

聯絡信箱：twdacommunityf@gmail.com

聯絡電話：02-2963-3531

聯絡時間：8:30-12:30、13:30-17:30

七、備註：

- (一) 承辦單位報名資格審核、錄取之權利，正式錄取名單將以 Email 寄發「報名成功通知」，若無收到通知即代表未錄取。
- (二) 營養師繼續教育積分及公務人員學習時數，實際核定时數依主管機關審查結果為準。
- (三) 為維護課程品質，請錄取學員準時報到並全程參與；課程結束請完成滿意度問卷與簽退。

八、課程表：

時間	主題	講師/桌長	主持人
08:40-08:50	報到	中華民國營養師公會全國聯合會	
08:50-09:00	致歡迎詞	衛生福利部國民健康署代表/ 郭素娥 計畫主持人	
09:00-09:50	新版每日飲食指南	駱菲莉 副教授 輔仁大學營養科學系(榮退)	郭素娥 計畫主持人
09:50-10:00	休息		
10:00-10:50	健康永續國民飲食指引	駱菲莉 副教授 輔仁大學營養科學系(榮退)	郭素娥 計畫主持人
10:50-11:00	休息		
11:00-11:50	糖與健康：從飲食行為到慢性病風險 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 糖的定義與標示判讀 ➢ 添加糖與慢性病風險 ➢ 液態糖的代謝危害與手搖飲消費現況 ➢ 社區營養實務與減糖策略 	張惠萍 部主任 臺北市立聯合醫院營養部	郭素娥 計畫主持人
11:50-12:00	滿意度問卷填寫及簽退	中華民國營養師公會全國聯合會	