

# 高雄市政府衛生局

## 115年度社區健康護衛隊增能

### 【簡章】

一、目的：為協助民眾建立正確飲食觀念、落實健康生活型態，並預防長者衰弱及延緩失能，本局社區營養推廣中心特規劃辦理「社區健康護衛隊增能」課程。本課程以社區營養照護相關人員為培訓對象，包括社區健康促進講師、社區據點負責人、督導及志工、醫事人員（如護理師、社工師、物理治療師、營養師等）、衛生所同仁、醫療院所或校園企業職場同仁、大專院校營養或其他醫事相關科系學生，以及對本課程有興趣之一般民眾，期能共同提升全民健康識能。

二、主辦單位：高雄市政府衛生局社區營養推廣中心

三、場次、日期及地點：

場次	日期	分中心	名額	時間	辦理方式	上課地點
(一)	115年03月12日(四)	鹽埕	100	下午	實體課程	鹽埕區行政中心11樓大禮堂 (高雄市鹽埕區大仁路6號11樓)
(二)	115年03月16日(一)	林園	100			小港區公所7樓大禮堂 (高雄市小港區小港路158號7樓)
(三)	115年03月19日(四)	彌陀	100			梓平社區活動中心 (高雄市梓官區梓官路城隍巷123-1號)
(四)	115年03月25日(三)	大社	80			大社老人文康中心4樓 (高雄市大社區金龍路65號4樓)
(五)	115年03月26日(四)	左營	100			左營區果貿里活動中心 (高雄市左營區果峰街8號)
(六)	115年03月27日(五)	鳳山	100			鳳山行政中心1樓多媒體視聽會議室 (高雄市鳳山區光復路二段132號1樓)
(七)	115年03月30日(一)	路竹	70			路竹區公所5樓農業館 (高雄市路竹區國昌路76號5樓)
(八)	115年04月13日(一)	旗山	100			美濃區公所3樓禮堂 (美濃區美中路260號3樓)
(九)	115年04月18日(六)	三民	100	上午	三民區千歲等四里聯合里活動中心1樓 (高雄市三民區三民街222號1樓)	

四、報名對象：

擔任社區健康促進講師負責推動社區健康飲食及活動者，社區據點負責人、督導、志工、醫事人員（護理師、社工師、物理治療師、營養師等）、衛生所同仁或大專院校營養或其他醫事相關科系學生、醫療院所或企業職場同仁，以及對本課程有興趣之一般民眾等。

五、報名方式：

(一) 報名期間：即日起至115年3月2日(一)下午16:00或額滿為止。

(二) 報名連結：<https://forms.gle/cjSFxT6EbGVeyaZs8>。



## 六、備註說明：

- (一)請詳填各項報名資訊，但場地受限，本中心有權依實際報名狀況，於115年3月6日(五)下午16:00後公告錄取名單至高雄市政府衛生局全球資訊網最新消息(<https://khd.kcg.gov.tw/>)，並 e-mail 個別通知。
- (二)為維護課程品質與學習權益，遲到或早退30分鐘以上、冒名頂替或代簽者，將無法認定完成本課程，亦不列入完訓名單。**本課程無醫事人員學分。**
- (三)為響應環保政策，課程不提供講義及上課證明，並請自行攜帶環保杯。
- (四)如遇天災(如颱風等)或其他不可抗拒之因素，將於本局網站公告停課(不會個別通知)，並再擇期辦理。

## 七、課程表：

第一場次：鹽埕區行政中心11樓大禮堂

115年03月12日(四)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	建佑醫院 王紫綸 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	建佑醫院 王紫綸 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第二場次：小港區公所7樓大禮堂

115年03月16日(一)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	建佑醫院 張豐姿 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	建佑醫院 張豐姿 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第三場次：梓平社區活動中心

115年03月19日(四)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	中華健康管理協會 劉守純 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	中華健康管理協會 劉守純 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第四場次：大社老人文康中心4樓

115年03月25日(三)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	義大醫院 廖晉霆 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	義大醫院 廖晉霆 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第五場次：左營區果貿里活動中心

115年03月26日(四)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	國立臺南第一高級中學 鄭斐文 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	國立臺南第一高級中學 鄭斐文 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第六場次：鳳山行政中心 1 樓多媒體視聽會議室

115 年 03 月 27 日(五)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	高雄長庚紀念醫院 吳靜宜 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	高雄長庚紀念醫院 吳靜宜 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第七場次：路竹區公所 5 樓農業館

115 年 03 月 30 日(一)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	義大減重中心 陳昱愷 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	義大減重中心 陳昱愷 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第八場次：美濃區公所 3 樓禮堂

115 年 04 月 13 日(一)	課程名稱	主講者
13:00-13:20	報到、前測	
13:20-13:30	長官致詞	
13:30-14:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
14:00-14:50	減鹽與減糖 健康零負擔	雅禎營養諮詢機構 尤靜如 營養師
14:50-15:00	休 息	
15:00-15:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	雅禎營養諮詢機構 尤靜如 營養師
15:50-16:00	後測及滿意度問卷	
16:00	賦歸	

第九場次：三民區千歲等四里聯合里活動中心 1 樓

115 年 04 月 18 日(六)	課程名稱	主講者
09:00-09:20	報到、前測	
09:20-09:30	長官致詞	
09:30-10:00	社區健康資源平台運用 (含長者營養風險篩檢)	本局社區營養推廣中心
10:00-10:50	減鹽與減糖 健康零負擔	輔英科技大學保健營養系 黃惟擎 助理教授
10:50-11:00	休 息	
11:00-11:50	預防慢性疾病的最佳飲食型態	輔英科技大學保健營養系 黃惟擎 助理教授
11:50-12:00	後測及滿意度問卷	
12:00	賦歸	