

# 新竹市 108 年度教保研習各場次計畫

## 「兒童健康與照護：幼兒的營養與健康」

- 一、依據：教育部國民及學前教育署 107 年 9 月 4 日臺教國署國字第 1070105192 號函辦理。
- 二、目的：
  - (一)增進教保服務人員食品營養安全專業知能。
  - (二)提升教保服務人員對於幼兒飲食安全照護的能力。
- 三、主辦單位：新竹市政府。
- 四、承辦單位：新竹市東區水源國民小學附設幼兒園。
- 五、研習地點：新竹市北門國小特教大樓二樓（新竹市北區水田街 33 號）。
- 六、參加對象：新竹市幼兒園(含國幼班)之校長、園長、負責人、教保服務人員(含代理代課教師及教保員職務代理人)及其依法配置之相關人員。
- 七、辦理日期：108 年 3 月 16 日(星期六)。
- 八、研習時數：全程參與者核予 6 小時教保研習時數。
- 九、報名作業：
  - (一)報名方式：幼兒園教保服務人員一律至本市教師研習護照上逕行線上報名（需審核）。
  - (二)錄取名額：共計 60 人。
  - (三)報名時間：開課 1 週前完成報名手續。
  - (四)聯絡方式：請洽本園(水源附幼)園主任，電話：03-5751337 轉 11。
  - (五)錄取原則：
    1. 報名人數未超過錄取名額將全數錄取；報名人數超過錄取名額則以報名先後順序及每園限額 1-2 名原則錄取。
    2. 如有學員臨時請假，現場人員依第(1)項錄取規定及到場時間先後順序遞補。

十、研習課程表：

時間	課程內容	講座/助講 姓名	講座/助講 現職服務單位
9:00~12:00	<p align="center"><b>幼兒期的營養與健康</b></p> <p>1. 幼兒期的飲食原則：飲食模式、口味、食物質地的選擇。多元化及天然食物為正餐的原則以及適合幼兒點心的種類。</p> <p>2. 幼兒期營養素的補充：認識鈣、鐵質的需求量，常見含鈣、鐵質的食物有哪些？與相關簡易菜單分享。</p> <p>3. 綜合討論/分享</p>	賴冠菁 營養師	新竹市 新竹市營養師 公會常務理事
12:00~13:00	午 餐(休息)		
13:00~16:00	<p align="center"><b>幼兒期常見的飲食問題與處置</b></p> <p>1. 認識含糖飲料的影響，培養如何從小建議遠離含糖飲料的習慣。</p> <p>2. 認識精緻飲食對幼兒健康的影響。</p> <p>3. 幼兒常見的飲食問題以及如何處理這些飲食問題。</p>	賴冠菁 營養師	新竹市 新竹市營養師 公會常務理事

十一、講座與授課內容相關之學經歷或背景：

講座/助講 姓名	與授課內容相關之學經歷或背景
賴冠菁	<p>學歷：國立台灣師範大學健康促進與衛生教育學系碩士</p> <p>經歷：中國醫藥大學附設醫院臨床營養科臨床營養師(86年7月~90年7月)</p> <p>中國醫藥大學附設醫院膳食管理組組長(90年8月~91年7月)</p> <p>新竹國泰綜合醫院營養管理師(91年8月~101年2月)</p> <p>新竹市營養師公會第7、8屆理事長(98年3月~103年3月)</p> <p>新竹國泰綜合醫院營養組組長(101年2月迄今)</p> <p>新竹市營養師公會常務理事(103年3月迄今)</p> <p>其他相關背景：減重班種子教師—團體膳食管理及居家營養照護</p> <p>營養相關科系食習生資深臨床教師</p> <p>中華大學餐旅系兼任部定講師</p> <p>新竹市國中小學營養教育宣導種子營養師</p>

## 十二、研習會場地圖

