

課程編號：7SE109

獎勵大學校院辦理區域教學資源整合分享計畫

夏季學院通識教育課程

課程計畫書

學校名稱	高雄醫學大學		
課程中文名稱	營養與健康		
課程英文名稱	Nutrition and Health		
授課教師姓名	胡淑惠	單位/系所	醫學檢驗生物技術學系
	王進琦		大仁科技大學食品科技系
	陳玉桂		美和科技大學食品營養系

第一部份、課程規劃			
開課學校	私立高雄醫學大學		
中文課程名稱	營養與健康		
全英語授課	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否		
課程類別	<input checked="" type="checkbox"/> C 類一般課		
課程領域	<u>跨域通融領域</u>		
修課人數上限	<u>40</u> 人		
特殊限制	★是否開放準大學生（高三升大一之新生）修課 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 ★是否開放研究生修課 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 ★是否開放旁聽 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否		
學分數	<u>2</u> 學分		
上課起迄日	<u>106</u> 年 <u>7</u> 月 <u>5</u> 日至 <u>8</u> 月 <u>9</u> 日		
上課總週數	上課共 <u>6</u> 週，是否連續每週排課？ <input checked="" type="checkbox"/> 是，上課時間連續數週不中斷		
上課時間及節數	每週 三 9：00～12：00 ；13：00～16：00 每週上課時數共計 6 小時；上課時數共計 36 節		
上課地點	<input checked="" type="checkbox"/> <u>高雄醫學</u> 大學 <u>高雄</u> 校區		
是否提供住宿	<input checked="" type="checkbox"/> 否		
課程目標	介紹基本的營養原則及應用，均衡的營養為維持身體健康的基本，飲食不當會導致身體抵抗力減弱、免疫機能下降，從而容易罹患疾病。回顧過去十大死亡原因變遷，三十年來，國人死亡型態已由急性傳染病轉變為慢性疾病，根據研究資料顯示，長期飲食不當與慢性疾病有密切的關係，希望藉由此課程(營養與健康)讓學員學習到正確的營養知識，並能應用在日常生活中，及如何選購健康的天然食材、應用正確的烹飪製備技巧、並及早建立良好飲食習慣，以達促進健康及慢性疾病的預防；上課中引導學員從營養的觀點及 10 大死亡原因的慢性疾病來討論健康的飲食及正確的營養觀點，讓學員從營養的觀點來討論影響營養保健之相關議題以減低未來慢性疾病的產生。		
教學內容及進度	次別	上課日期/時間	課程內容
	1	105/07/05(三) 09:00~12:00	營養及健康飲食製備及討論 (胡淑惠助理教授)
	2	105/07/05(三) 13:00~16:00	代謝症候群的飲食保健及討論 (胡淑惠助理教授)
	3	105/07/12(三)	高血壓的飲食保健及討論

	09:00~12:00	(胡淑惠助理教授)
4	105/07/12(三) 13:00~16:00	高脂血症的飲食保健及討論 (王進琦教授授課, 大仁科技大學食品科技系, 主題: 高脂血症的飲食保健)
5	105/07/19(三) 09:00~12:00	糖尿病的飲食保健及討論 (胡淑惠助理教授)
6	105/07/19(三) 13:00~16:00	腎臟疾病及痛風之飲食保健及討論 (胡淑惠助理教授)
7	105/07/26(三) 09:00~12:00	癌症之營養治療及防癌飲食、討論及期中考 (胡淑惠助理教授)
8	105/07/26(三) 13:00~16:00	腸胃道之飲食保健及討論 (胡淑惠助理教授)
9	105/08/02(三) 09:00~12:00	肝膽疾病之飲食保健及討論 (陳玉桂助理教授授課, 美和科技大學食品營養系, 主題: 腸胃道之飲食保健)
10	105/08/02(三) 13:00~16:00	預防骨質疏鬆之飲食保健及討論 (胡淑惠助理教授)
11	105/08/09(三) 09:00~12:00	有關營養與健康之個案、時事議題討論(I) (胡淑惠助理教授)
12	105/08/09(三) 13:00~16:00	有關營養與健康之個案、時事議題討論(II)及期末考 (胡淑惠助理教授)
教學助理規劃	請勾選教學助理類型, 並預估需求人數: <input checked="" type="checkbox"/> 申請 C 類一般課教學助理, 預估 TA <u> 1 </u> 人	
	請說明運用教學助理之規劃: 在授課教師指導監督下, 協助準備教材、批改作業或報告	
指定用書	保健營養—謝明哲等—五南出版社 生命期營養—張美鈴等—華杏出版社 疾病營養學—胡淑惠等—華杏出版社 當代營養學—蕭寧馨譯—東華書局	
參考書籍	膳食療養學、膳食療養學實驗—謝明哲等—台北醫學大學保健營養學系印製	
作業設計	請學員將上課主題再做複習, 及蒐集下次上課的資料, 以利上課師生共同討論及增加互動	
成績評定方式	出席率 20% 上課表現及討論 40% 期中考 20% 期末考 20%	
特殊創意規劃	上課除了以 PowerPoint 檔案上課外, 並列舉臨床個案在上課中討論, 使得課程之進行能提升學生學習意願, 更能應用在平常生活中	
課程網址		
其他補充資料		