



# 卓越教學助理班級經營獎勵分享 社區營養

---

110學年度第1學期  
營養科學系碩士班一年級 胡妤平

**班級：營養系四年級**

**課程：社區營養**

**教師：董家堯 老師**

**課程類別：一般課程**



## 1. 講述

老師製作PPT教材，以講述的方式進行課程解說

## 2. 計畫書

運用上課所學之內容，學習如何撰寫社區營養計畫書

## 3. 實務見習

與臺北市社區營養推廣中心合作，分組至各社區據點進行社區營養工作實務見習，並完成營養師所交付之業務

## 4. 演講

邀請社區營養師至校演講，分享其相關工作內容

# 工作內容



監考



批改考卷



帶學生至社區據點進行  
社區營養工作實務見習



協助接待講師、  
照相及填寫領據



# 對學生之影響

- 透過社區營養師的演講及至臺北市各社區據點服務，讓學生更加瞭解不單單只有臨床或團膳營養師，社區營養師對於預防醫學也扮演著重要的角色。
- 此服務結合臺北市社區營養推廣中心，讓學生「從做中學」，學生將自身之專業知識結合社區之需求，並知曉社區營養師須具備什麼樣的特質及思考自己對於社區營養師之相關業務是否有興趣？未來是否想藉由自身的力量投入社區服務？可以使學生更加清楚自己畢業後之相關職涯方向。
- 現場的長輩會詢問學生一些營養問題，從這之中也考驗了他們的應答能力，能否將這四年從課本中所學之營養知識立即以口語化的方式傳達給長輩，讓長輩瞭解營養的重要性。



# 對自身之影響

- 在大學未實習前，自己本身對於社區營養師的印象很薄弱，只有對臨床營養師才有所憧憬，畢竟人人都想穿上白袍，以凸顯自己看起來更為專業。但透過這幾次的服務經驗使我對社區營養師更加的認識，從中領悟到耐心、活潑及具備台語能力是社區營養師不可或缺的三項特質。
- 長輩動作比較緩慢或是不識字，我們只能將篩檢量表的內容一題一題有耐心地念給長輩聽，再協助填寫。
- 活潑而不害羞的個性才能於課程中和長輩們自然的互動，而不是只是生硬地進行演講。
- 能夠將自己所學，將知識化為力量回饋於社會是件非常有意義的事。

# 活動成果

社區據點  
大合照



# 活動成果

活動  
內容



協助長輩填篩檢量表、測量握力及小腿圍

# 活動成果



長輩們分享「我的餐盤」  
獲得精美禮物



課程結束後心得分享



社區營養師至校演講

**THANK  
YOU**

