

靜宜大學

第 53 期

食品營養簡訊

Newsletter from the Department of Food & Nutrition
Providence University

系主任的話

鍾雲琴 (本系專任特聘教授兼系主任)

親愛的食營人：

我們很幸運地度過 109 年後疫情環境，我們很驕傲的一切照舊：王培銘老師帶領的團隊依然在 2020「杜邦兩岸大學生創意競賽」及『謝成源先生食品科技發展基金會 2020 台灣食品產業新一代創新產品競賽』獲獎、系學會聖誕主題〈疫起 together〉佈置比賽榮獲第一名、畢業專題成果展熱鬧中順利完成、團膳供餐獲教職員好評、營養教育推廣室繼續為師生營養把關。

感謝系友們參加詹恭巨老師榮退歡送會暨系友大會，相信蒞臨者都帶著參加喜宴的歡樂心情回家。新上任的邱宥棋系友會會長及曾弘毅副會長非常有心，要藉系友會的活動將所有食營人凝聚在一起，因此，往後請所有食營人踴躍參與系友會、系學會及系辦舉辦的活動。

在此祝福所有食營人：新年快樂

鍾雲琴 敬上

目錄

系主任的話

營養專欄

專題演講

教學活動

重要系聞

耀眼的黑寶石--嘉寶果

蔡茗鎔¹ 陳淑茹²

本系碩士生¹ 本系專任副教授²

➤ 嘉寶果的傳用功效與產期

嘉寶果(Jaboticaba)，此名由英文名 Jaboticaba 直譯而來，英文名具有果皮厚之意思，其學名為 *Myrciaria cauliflora*，*cauliflora* 指的是其枝幹上會開花的特性，嘉寶果在果實成熟後極似掛在枝幹上的葡萄，故又獲得樹葡萄或是木葡萄的稱號。嘉寶果原產地於巴西，在當地的民間療法中，會使用曬乾的果皮來治療腹瀉以及呼吸道的相關問題，例如：哮喘、慢性扁桃腺發炎[1]。在台灣民間，嘉寶果對於心性、腎性及營養不良性等水腫問題及胃炎、腸炎、痢疾、慢性病毒性肝炎、痘瘡皆有效果[2]，在《食療本草》上記載，嘉寶果根部及葉可用於治風濕痺痛、腰腳疼痛、關節痛、小便不利、水腫、肝炎、黃疸[3]。嘉寶果為淺根性的灌叢果樹，對病蟲害抗力強且病蟲害少，管理上農藥使用量甚少，為圓型漿果，形似葡萄，果實隨成熟度增加，顏色由淡綠色變為紫色最後呈現深暗紫色，果肉則呈現白色半透明，果皮隨著逐漸成熟越趨光亮。在台灣，嘉寶果一年可收成兩次，產期分別為 4-6 月及 9-12 月，且嘉寶果用途廣泛，除了可用於製作鮮食、加工製水果酒、酵素等，植株亦可做盆景或是庭園用樹[4]，但目前一般民眾對嘉寶果的食用並不普及。

➤ 嘉寶果的營養價值與生理活性功效

1. 嘉寶果的主要成分

100 克的新鮮嘉寶果中含有 34.6 毫克的鉀與 13.2 毫克的磷，尤其是水

溶性抗氧化成分的維生素 C 含量為 238 毫克較紅心芭樂更高，也富含維生素 B1 與 B2 [5]。嘉寶果亦富含酚類成分[6]，包括間苯二酚、對羥基苯甲酸、花色苷、羥基肉桂酸、類黃酮、香豆素和鞣花單寧等[7]。

2. 預防酒精性肝損傷

嘉寶果能降低酒精誘導小鼠肝功能指數 AST、ALT 及血清中三酸甘油脂與膽固醇的含量，促進肝臟內抗氧化酵素的活性，減輕酒精引起的發炎反應，並促進肝臟細胞的再生[8]。

3. 延緩高血脂症

嘉寶果水萃取物可有效降低以豬油誘導 Wistar 大鼠產生的肥胖率，減緩高血脂症之產生，並能顯著地抑制血清中的發炎因子及肝臟脂肪堆積之產生 [9]，在第二型糖尿病之大鼠上亦可降低血漿中的總膽固醇及三酸甘油脂[10]。

4. 改善第二型糖尿病腎病變

嘉寶果水萃取物，能穩定第二型糖尿病腎病變小鼠的血糖代謝並改善胰島素敏感性，也可改善糖尿病腎病變小鼠導致的腎臟重量減輕、腎絲球萎縮、醣類堆積及膠原蛋白增生等現象 [11]。

5. 抗癌活性

嘉寶果果皮及籽萃取物皆可顯著抑制乳癌細胞增生的能力[12]，而嘉寶果籽萃取物可抑制口腔癌的發生，藉由抑制細胞凋亡相關的重要調節蛋白（Bcl-2，Bcl-xL，Bid 和 survivin）[13]。

嘉寶果的酚類成分可以提供多種生理活性功效，可在盛產季節作為每日水果的攝取補充，全顆服用(連皮及籽)或打成果汁飲用，為健康更加分！

參考文獻：

1. Heloisa SP, Aline P, Mayara B, Ana LV, Regina LA, Simone F, Adriana DT, Rosa MR, Marcelo M. In Vitro Evaluation of the Antioxidant Activity and Wound Healing Properties of Jaboticaba (*Plinia peruviana*) Fruit Peel Hydroalcoholic Extract. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*. 2016, 3403586-6
2. 食物營養與功能。2021/1/8。 <https://www.vegtrends.com/vegetarian-ingredients/item/2331>
3. 孟詵（唐）。食療本草。中州古籍出版社
4. 行政院農委會台南區農業改良場。2021/1/8。 <https://www.tndais.gov.tw/ws.php?id=3192>。
5. Wu SB, Long C, Kennelly E. Phytochemistry and health benefits of jaboticaba, an emerging fruit crop from Brazil. *Food Res. Int.* 2013; 54:148-159.
6. Farrukh A, Akash G, Radha M, Jeyaprakash J, Hina K, Ram J, Inder PS, Ramesh CG. Antioxidant and antiproliferative activities of anthocyanin/ellagitannin-enriched extracts from *Syzygium cumini* L. ('jamun', the Indian Blackberry). *Nutr Cancer*. 2012; 64 (3): 428-38.
7. Reynertson KA, Wallace AM, Adachi S, Gil RR, Yang H, J Basile M, Jeanine D'A, Weinstein IB, Kennelly EJ. Bioactive depsides and anthocyanins from jaboticaba (*Myrciaria cauliflora*). *J Nat Prod.* 2006;69(8):1228-30.
8. 黃彥亭(2015)。樹葡萄預防酒精性肝損傷之研究。中山醫學大學生化暨生物科技研究所，中山醫學大學。
9. 侯品儀(2014)。嘉寶果水草物延緩高血脂症與肥胖之研究。中山醫學大學生化暨生物科技研究所，中山醫學大學。
10. Alezandro G, Maria I. Jaboticaba (*Myrciaria jaboticaba* (Vell.) Berg), a Brazilian grape-like fruit, improves plasma lipid profile in streptozotocin-mediated oxidative stress in diabetic rats. *Food Res. Int.* 2013; 54 (1): 650-659.
11. 施懿宸(2013)。嘉寶果水草物改善糖尿病腎病變(第二型)之研究。中山醫學大學生化暨生物科技研究所，中山醫學大學。
12. 賴雲鈴(2018)。樹葡萄萃取物之抗乳癌細胞之增生研究。南臺科技大學生物科技系碩士論文，南台科大。
13. Wang WH, Tyan YC, Chen ZS, Lin CG, Yang MH, Yuan SS, Tsai WC.

Evaluation of the Antioxidant Activity and Antiproliferative Effect of the Jaboticaba (*Myrciaria cauliflora*) Seed Extracts in Oral Carcinoma Cells. *BioMed Research International*. 2014(6):185946.



109 學年度第一學期專題演講

日期	演講者/演講題目
109/09/25	津采酒業林坤生釀酒師 啤酒釀製(1)
109/09/28	文獻海報設計與實作
109/09/29	HACCP 協會專屬講員毛薊棠品保工程師 食品工廠 HACCP 制度之建立
109/09/29	利樂包裝股份有限公司毛薊棠品保工程師 食品包裝材料:纖維紙與生質如何變成我們每天都可以接觸到的紙包材
109/10/08	吳芄彧營養師 婦幼營養與社區服務分享
109/10/14	周艾蓁 語言治療師 吞嚥咀嚼障礙的影響與嗆咳的預防處理
109/10/14	李慧芬 營養師(系友) 優格幸福時光 I
109/10/21	李慧芬 營養師(系友) 優格幸福時光 II
109/10/22	吳麗雪 104 人力銀行銀髮事業處 資深副總經理(系友) 跨出職涯第一步、準備最棒的自己
109/10/23	津采酒業林坤生釀酒師 啤酒釀製 (2)
109/10/26	張志翔 味丹企業股份有限公司 副研究員 食品感官品評介紹
109/10/29	邱雪惠研究員 食品工業發展研究所 銀髮族易咀嚼食品之產品趨勢與開發
109/11/18	詹益瑞 營養師 長照營養需求 咀嚼吞嚥障礙營養照護
109/11/19	林娉婷 中山醫大營養系副教授(系友) 粒線體營養之輔酶 Q10 於高齡慢性疾病之臨床應用
109/11/29	房太廚 Nick 烘焙師 繽紛馬卡龍點心實作
109/12/02	方子涵 營養師(系友) 銀髮族飲食質地分類與實作
109/12/04	劉康佑 源友企業股份有限公司副研究員 專業品評員訓練方式(以咖啡為例)
109/12/08	謝昆霖 營養師(系友) 吃對營養品，樂齡養生 100 分

109/12/09	林聖敦教授 弘光科大食品科技系 塑膠包材之特性、風險管控與標示
109/12/15	黃楓盛 詮亞股份有限公司業務副理(系友) 粉劑食品原料製程及應用
109/12/29	江惠嫻 台灣菸酒股份有限公司烏日啤酒廠品管科技佐(系友) 釀酒原料

日期：109 年 9 月 25 日

講者：津采酒業林坤生釀酒師

講題：啤酒釀製(1)

摘要：食營系大三及大四部分同學的畢業專題擬以開發新市精釀啤酒為題，因此請業師教導對啤酒釀製有興趣的同學釀酒。林坤生釀酒師授先介紹啤酒釀製的原料及各款啤酒的特性，接著示範 home brewing 的各個程序，包括煮麥、糖化、洗槽、啤酒花煮沸、冷卻、種菌等。中間空檔再回到教室繼續介紹原料配方的計算。釀酒師提到在開發新款啤酒時，以 home brewing 小量釀製更便於釀製條件的改變。



日期：109 年 9 月 29 日

講者：HACCP 協會專屬講員毛薊棠品保工程師

講題：食品工廠 HACCP 制度之建立

摘要：衛生福利部為推動食安五環政策，針對須辦理工廠登記之「食用油脂」、「罐頭食品」、「蛋製品」、「水產加工」及「肉類加工」等消費層面廣或民生必需產品之 5 類別食品業者，公告分階段實施食品安全管制系統準則 (HACCP)，講者從為何需要建立 HACCP 系統，介紹食品安全管制



系統架構從基礎條件到危害分析和風險管理 13 步驟，讓學生充分了解 HACCP 的精神及基本概念、食品工廠建構 HACCP 系統的過程。

日期：109 年 9 月 29 日

講者：利樂包裝股份有限公司毛薊棠品保工程師

講題：食品包裝材料:纖維紙與生質如何變成我們每天都可以接觸到的紙包材

摘要：食品包裝於食品製造領域中占重要的角色，由於本系並未開設食品包裝學，因此聘請此方面的專家，以外賓演講的方式請任職於台灣最大之食品利樂包材公司



毛薊棠品保工程師至系上演講，希望同學可對食品包裝有初步之了解。演講結束後，有2位同學詢問工程師至利樂包裝股份有限公司工作的可能性，毛工程師表示，大學或研究所食品科系的同學皆有機會至利樂包裝股份有限公司服務，但除了食品專業以外，因其公司是瑞士公司英文能力也會是一項重要的用人標準。

日期：109 年 10 月 8 日

講者：吳芃或營養師

講題：婦幼營養與社區服務分享

摘要：以自身學習與志工經驗及職涯發展的分享，探討生命早期營養與後續健康、母嬰營養產業之促進發展。課堂中，營養師播放影片帶領大家進入活動主角-母親與嬰兒，使大家更加瞭解兩者之間的親密關係源自於愛與良好的哺餵關係，同時也利用圖片讓大家瞭解乳房的構造、乳汁分泌的機制，利用嬰兒娃娃與奶瓶實際操作各種可行的哺餵姿勢。除了探討構造與機轉，嬰兒的營養條件也是重要的一環，故婦幼診所、泌乳師、婦幼專科營養師等等的母嬰產業逐漸發展，不論在社區或職場，未來的發展都有很大的願景。



日期：109 年 10 月 14 日

講者：周艾蓁 語言治療師

講題：吞嚥咀嚼障礙的影響與嗆咳的預防處理

摘要：透過營養師與語言治療師的合作及搭配。對於進食吞嚥困難的個案，如何增加個案吞嚥順暢、進食量以及減少其吞嚥嗆咳的嚴重程度和其併發症，並藉由正確有效地協助進食使其獲得足夠的營養，進而達到「安全進食」與「獲得充分營養與水分」之目的。演講者搭配真實的案例，讓學生



更加了解「如何調整吞嚥困難者的飲食」，而其方法有：對於出現吞嚥緩慢無力症狀的個案，利用少量多餐、加入口味與香味較重的食物及混合不同軟硬質地食物一起進食；而對於出現口腔感覺變差的個案，改變方式則可以用進食將食物放在口中的最敏感區域、用較冷的溫度供應食物，增加感覺刺激、避免軟硬質地不同食物一起進食；對於出現口腔肌肉控制無力或不良的個案，食物以可以結合成食糰的半固狀態為佳、少量多餐、避免稀薄流質的食物。

日期：109 年 10 月 14 日

講者：李慧芬 營養師(系友)

講題：優格幸福時光 I

摘要：益生菌為近年相當熱門的話題營養品之一，凡是對於人體有益的菌便稱為益生菌，而益生菌存在於許多種類的發酵食品中，優格就為其中之一。但是市售的優格產品中許多都添加了提供優格凝固的添加物，如：果膠等，並非最天然無添加的優格。此次工坊讓同學能夠



先瞭解本次利用定溫發酵自製優格的方式過程、發酵過程中所使用的菌株類型為何、瞭解優格中的營養價值，以及實際在產品上的運用方式。當日工作坊製作了優格鮭魚洋蔥抹醬、乳清氣泡飲、優格奇亞籽布丁、優格綠豆面膜，透過實際操作的方式，使大家對於優格的認識不僅僅是只能單吃的食材，也能瞭解優格可以取代像是美乃滋、鮮奶油等高熱量

食品，除了提供大家豐富的知識，也對應用於幼兒或老人能有更健康的選擇。

日期：109 年 10 月 21 日

講者：李慧芬 營養師(系友)

講題：優格幸福時光 II

摘要：全球益生菌的消費

市場占比以亞洲佔了 4

成，全球最高，而乳酸菌

的產業不僅包含在食品

業，發酵、醫療、養殖等

產業也與其息息相關。近

年益生菌作為保健食品、

機能性食品的角色相當熱

門，因此產值也是相當可

觀，最主要是因為現代人

的文明病症多半是因為不良的生活習慣與飲食習慣造成腸道菌相失調，同時針對過敏、免疫調節、女性保養、腎臟保養補充益生菌，至今已有許多人體臨床研究證實其功效，而對幼兒的腸道保健也發現腸道微生物會影響兒童的發育，建立的關鍵則是在於母乳，另外若以益生菌菌株餵食早產兒，也可以降低幼兒腸道疾病的風險。此次工坊操作部分使用的是常溫優格粉所發酵的優格，味道較酸且強烈，同學們需要自己製作，同時帶來與大家分享並進行現場比較與品評，製作的產品為俄式燉肉、優格烘蛋、香蕉優格飲，相較於上一次工坊所學習的內容難度更高了。平常以為優格只能單吃，而這次卻能有那麼多料理的方法，使用優格在熟食上讓大家都覺得非常特別。藉由這次工坊更深刻的了解專業知識與職場的連接，面對不同的對象可以有不同的應用方法，以及提升技能的重要性。



日期：109 年 10 月 22 日

講者：吳麗雪 104 人力銀行銀髮事業處資深副總經理

講題：跨出職涯第一步準備最棒的自己

摘要：生涯規劃是人在一生中都要面對的課題，其重要性影響著一個人對於生活的態度，因此認識自己的這個課題越早鑽研對於人生規劃會越有幫助。然而生涯規劃需要考量的不只有自我認知，環境趨勢也是很重要的一環。國家發展委員會推估國民於2070年時人口數只剩下1582萬人，在少子化、高齡化的環境下，政府開始推動應變政策，例如：110年至113年國家發展策略之推動，目的是要讓台灣成為全球全球經濟的關鍵力量。藉由此次演講，期盼同學們能夠更加了解未來的方向，以利找尋自己的不凡。



日期：109年10月23日

講者：津采酒業林坤生釀酒師

講題：啤酒釀製(2)

摘要：林坤生釀酒師教授啤酒發酵中，糖化及初發酵技巧；歷經1個月今天將出發酵完成之啤酒進行後發酵(產生二氧化碳)及裝瓶。



日期：109年10月26日

講者：張志翔 味丹企業股份有限公司 副研究員

講題：食品感官品評介紹

摘要：食品開發過程必須透過感官品評以評估開發之產品是否具市場價值。本次演講邀請味丹企業股份有限公司張志翔副研究員向同學介紹感官品評的重要性及目前常用方法。新產品發是大部分食品組大四同學畢業專題努力的方向，張副研究員先向同學介紹目前業界常用之感官品評的方法，而後介紹其應用性及實例介紹。



日期：109年10月29日

講者：邱雪惠研究員 食品工業發展研究所

講題：銀髮族易咀嚼食品之產品趨勢與開發

摘要：隨著高齡化社會的到來，銀髮族易咀嚼食品的需求逐漸擴大，這也是食品加工產業的一大機會。演講內容除了說明高齡飲食問題、產品開發考量、加工方法、產品質地規範，也介紹了各國的相關產品。



日期：109 年 11 月 18 日

講者：詹益瑞 營養師

講題：長照營養需求 咀嚼吞嚥障礙營養照護

摘要：隨著醫療科技水平的提升，世界人口的平均餘命得以延長，而高齡化再加上少子化，如若政府不推出一套完善的長照措施，將會造成社會嚴重失衡。因為長照的需求日益提升，醫院更是需要與時俱進，而與我們專業息息相關的便是「營養照護」，因此課堂上老師結合業師，帶我們深入瞭解臨床長照上的基礎知識，以及在營養素的營缺下對老年人帶來的各項優缺點，最後針對「咀嚼吞嚥障礙營養照護」做詳細的介紹。



日期：109 年 11 月 19 日

講者：林娉婷 中山醫大副教授

講題：粒線體營養之輔酶 Q10 於高齡慢性疾病之臨床應用

摘要：飲食不均是造成慢性病的主因，尤其當體內氧化壓力過大時，所衍生的心血管疾病更是常見，經由娉婷老師的說明後。了解新穎保健食品 Q10 的應用。Q10 在臨床上的應用非常廣泛，除了成人心血管疾病之外，對於小兒心臟病亦有助益，且探討到劑量與劑型的差異對受試者的接受度及功效性，真的是非常難得的研究成果。

日期：109 年 11 月 29 日

講者：房太廚 Nick 烘焙師

講題：繽紛馬卡龍點心實作

摘要：烘焙相關知識在本系並無課程教授，故本次活動特別邀請在甜點烘焙領域授課相當受學員喜愛的講師-房太廚 Nick。講師的講解過程相當詳細，一個個步驟教學，同時告訴我們原理以及自身經驗，使大家可在理論與實務相互應用瞭解；又因本次主題是希望製作給予幼兒的點心，根據其飲食原則與興趣偏好，選擇色彩繽紛多變，內餡以天然食物製成的馬卡龍，希望同學在經過半日的聽課與手作後，能更有效的應用當日所學知識，未來多變地發揮在其他的點心設計中。



日期：109 年 12 月 02 日

講者：方子涵 營養師

講題：銀髮族飲食質地分類與實作

摘要：銀髮族之相關產業為現今食品營養發展相當重要的一環，近年政府積極推廣社區長者的營養攝取要符合三好一巧，其主軸便為希望長輩們能「吃得下、吃得夠、吃得對、吃得巧」；要實現三好一巧的首要工作便是吃得下，透過本次活動使同學瞭解近年政府及專家學者所擬定之食物飲食質地分類原則，根據此原則同學將進行眾多食材的切割、烹調、試吃、分類等操作，明白食物的特性、尺寸、烹煮時間長短、檢測方式等。本次邀約的講師為本系校友-金門社區方子涵營養師，其為金門負責推廣三好一巧口號之營養師，同時也為飲食質地分析之種子營養師，課程中先是講解分類原理，而後進行實際操作並與同學們討論成果，提醒進行檢測時重要的注意事項。



日期：109 年 12 月 04 日

講者：劉康佑 源友企業股份有限公司副研究員

講題：專業品評員訓練方式(以咖啡為例)

摘要：感官品評的方法之一是以專業品評員進行品評，源友企業股份有限公司徵選品官員的面試時，應者必須從 9 項測試咖啡樣品中分別依照甜、酸、苦三種不同口感排序，因此在某些食品廠任職味蕾必須非常靈敏。劉副研究員先介紹源友企業股份有限公司架構，接者介紹咖啡應有之風味特性，最後是示範手沖咖啡及品評的方法。最後同學自行操作沖咖啡及品評。



日期：109 年 12 月 08 日

講者：謝昆霖 營養師

講題：吃對營養品，樂齡養生 100 分

摘要：台灣高齡化的走向已確定不變，如何從健康或亞健康族群就開始保健自己的身體是一個重要課題。此次謝昆霖營養師演講，讓我們受益良多，透過謝昆霖營養師搭配詳細且明瞭的課程內容為我們解說，讓我們能更好的學習和了解。謝謝謝昆霖營養師用心的演講，也謝謝淑茹老師替我們請來優秀的營養師為我們授課，希望下次還有機會能跟不同的講師學習到更博大精深的知識。



日期：109 年 12 月 09 日

講者：林聖敦教授 弘光科大食品科技系

講題：塑膠包材之特性、風險管控與標示

摘要：特地邀請弘光科大食品科技系的林聖敦教授做專題演講，題目為“塑膠包材之特性、風險管控與標示”。目前可應用在食品包材的分類，編號為 1-7 號，依照編號順序，說明每一種包材(PET, HDPE, PVC, LDPE, PP, PS, 其他)的特性，包含耐溫度的範圍、熱封特性、透氧性、與食物接觸等特性，與其對人體及環境的影響性。學生也都專心聆聽並勤作筆記。



日期：109 年 12 月 15 日

講者：黃楓盛詮亞股份有限公司業務副理

講題：粉劑食品原料製程及應用

摘要：讓同學們了解食品原料生產業者可以提供各種不同形式的原料，給食品加工業者應用。黃副理介紹各種不同形式的原料，例如粉劑、液體、原態、半固體等，重點於詮亞股份有限公司生產之各式粉劑原料。除介紹粉劑原料之製程及目前應用之各式產品，亦準備實際樣品給同學品嘗。最後黃副理分享其於本系就讀時之生活及畢業後之經驗。

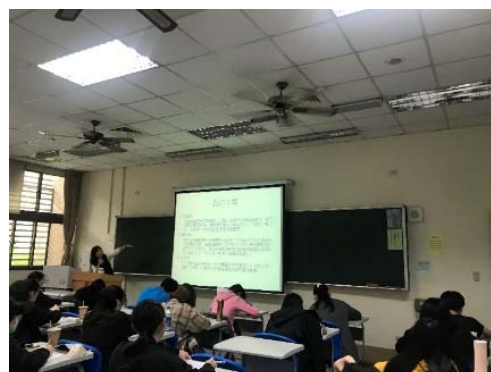


日期：109 年 12 月 29 日

講者：江惠嫻 台灣菸酒股份有限公司烏日啤酒廠品管科技佐

講題：釀酒原料

摘要：介紹釀製啤酒所需的原料及釀製過程。江惠嫻系友是台啤水果啤酒的研發者，因此也分享其研發水果啤酒的歷程及食品營養相關專業知識融合應用在他的酒研發工作中。



109 學年度第一學期教學活動

時間	課程	參訪單位
109/10/20	食品衛生與安全	久津實業股份有限公司大甲廠
109/11/05	營養教育與諮詢	大肚青春會館/共廚說菜
109/11/26	食品微生物	久津實業股份有限公司彰化廠、雅啤精釀啤酒廠氏啤酒
109/11/27	設計思考與實踐	瑞峰農場、大雅農會
109/12/04	設計思考與實踐	宜泰食品公司、建聆公司
109/12/18	產品開發與永續發展	沙鹿社區發展協會 食營系易咀嚼產品開發：易咀嚼產品喜好性調查
109/12/22	食品原料學	梧棲魚市場
109/12/31	營養教育與諮詢	大肚青春會館/共廚說菜
109/10-12	向日葵種子隊	弘道老人基金會-清水長青快樂學堂及幼兒園
109/10-12	「食安青年軍」戶外教育	

活動名稱：食品衛生與安全課程參訪久津實業股份有限公司大甲廠

時 間：109 年 10 月 20 日

內容摘要：食品衛生與安全課程介紹 HACCP 系統，同學至食品加工廠了解 HACCP 系統實際運作情況。



▲於會議室合照



▲參觀走道



▲ 殺菌室

▲ 裝箱室

活動名稱：營養教育與諮詢課程- 大肚青春會館/共廚說菜

時 間： 109 年 11 月 05 日、109 年 12 月 31 日

內容摘要：此課程著重在教導學生如何將營養專業知識、諮詢及溝通的原則運用至個人或團體營養衛教，因此除了專業飲食知識之外，如何利用敘事之能力將專業知識轉化成能與一般民眾交流之內容，也是本課程的核心目標。本課程以大肚青春會館及好伴社區廚房為主要場域，教導學生具有良好敘事溝通與諮詢技巧，增加營養教育之能力，並使學生熟練營養諮詢之運作方式，提升個別與團體衛教之能力。

本次活動來到大肚青春會館，藉由認識大肚社區長輩及其健康狀況，一同設計出符合長輩需求且健康營養之菜單。本活動分為五組，分別有主食、主菜、半葷菜、素菜及湯品，每組有 2 位學生與 2 位長輩，學生透過採訪長輩，探索每位長輩回憶中的滋味，共同找回懷念的老味道，包含：高麗菜飯、炒冬粉、紅燒肉、汆燙花枝、白菜滷、塔香茄子、地瓜薑湯及香菇雞湯等等，期待下次相聚時，一起完成此道獨特料理，並將屬於自己的味道流傳給在場的參與者。



▲ 學生採訪長輩



▲ 學生採訪長輩



▲ 採訪結束後，與長輩一同歡唱



▲ 大合照



活動名稱： 食品微生物課程參訪久津實業股份有限公司彰化廠、雅啤精釀啤酒廠氏啤酒

時 間： 109 年 11 月 27 日

內容摘要： 為了解飲料工廠的規模、產品製程、檢驗，安排參訪久津食品彰化廠、雅啤精釀啤酒廠。到達久津食品彰化廠後首先林一芳廠長介紹久津食品的組織架構、產品及品質要求，接著由研發人員介紹各種產品之產線，最後實際參觀生產線。到達雅啤精釀啤酒廠後，廠長介紹釀酒之原料及程序，並讓同學親自從發酵桶中取酒試飲，這是非常新鮮的經驗。



▲林一芳廠長介紹久津食品



▲研發人員介紹各種產品之產線



▲參觀走道



▲包裝區



▲蔬果前處理（礙於疫情不能進入）



▲自動倉儲



▲散裝區



▲與廠長大合照



▲發酵槽



▲同學親自從發酵桶中取酒試飲



▲廠長親自擔任吧檯手



▲與廠長大合照

活動名稱：食品一探索式微專題-參訪宜泰食品公司、建聆公司

時 間：109 年 12 月 04 日

內容摘要：宜泰食品股份有限公司-軒記台灣肉乾王為全台最大肉乾加工廠，姚琦揚總經理說明創業歷程；師生在導覽員的解說下，瞭解肉乾工廠的運作。建聆公司是一家以專營食品香料、調味料、添加物、香辛料為主要的公司，陳明建廠長介紹公司的產品與通路，並說明各種加工設備的作用。



▲姚琦揚總經理介紹公司集團與肉乾製程



▲王正新老師致贈姚總經理感謝狀和紀念品



▲參訪肉乾工廠



▲導覽員介紹肉乾工廠的品管室



▲肉乾工廠食品添加物庫房



▲老師、同學與姚總經理合照



▲建聆公司陳明建廠長說明公司的經營



▲王正新老師致贈陳廠長感謝狀和紀念品



▲建聆公司陳廠長介紹機器設備 1-芳苑廠



▲建聆公司陳廠長介紹機器設備 2-芳苑廠



▲參訪建聆公司溪湖廠 1



▲參訪建聆公司溪湖廠 2

活動名稱：產品開發與永續發展課程至沙鹿社區發展協會作食營系易咀嚼產品開發：易咀嚼產品喜好性調查

時 間：109 年 12 月 18 日

內容摘要：到沙鹿社區發展協會進行易咀嚼產品喜好性調查，以了解高齡長者對產品的喜好程度。同學們攜帶三項易咀嚼產品，包括菜尾食光~復刻菜尾湯、即食紅薏仁四神餐包、軟食粒-調味軟豆，到沙鹿社區發展協會進行高齡長者喜好性評估活動，並與他們互動，以了解高齡長者對產品的喜好程度。



▲ 蔡理事長開場介紹



▲ 軟食粒-調味軟豆



▲ 菜尾食光-復刻菜尾湯



▲ 即食紅薏仁四神餐包



▲ 協助填寫問卷



▲ 協助填寫問卷



▲ 協助填寫問卷

▲大合照

活動名稱：食品原料學課程參訪梧棲魚市場

時 間：109 年 12 月 22 日

內容摘要：食品組大一原料學課程介紹水產原料，讓學生實際看到台灣的各種漁獲。



▲梧棲漁市場廣場大合照



▲同學認真給各種水產拍照



▲各種蚌類



▲好稀奇的馬鞭魚

活動名稱：向日葵種子隊至弘道老人基金會-清水長青快樂學堂

時 間：109 年 11-12 月

內容摘要：本學期黃延君老師營養組同學進行專業服務學習「向日葵種子隊」至弘道老人基金會-清水長青快樂學堂。以營養衛教方式，藉此傳遞營養相關知識，總計 8 次，服務 184 人次。讓同學在服務中加深專業之應用能力。主題內容包含鬥陣來測量身體、開心優格日、我的餐盤銀髮篇、你有鈣念嗎?、五色蔬果的重要、三高保健報你知、作伙顧目睷、你好！印尼！



▲鬥陣測量身體



▲開心優格日



▲我的餐盤銀髮篇



▲你有鈣念嗎?



▲五色蔬果的重要



▲三高保健報你知



▲作伙顧目睷



▲你好！印尼！



▲出隊前排練

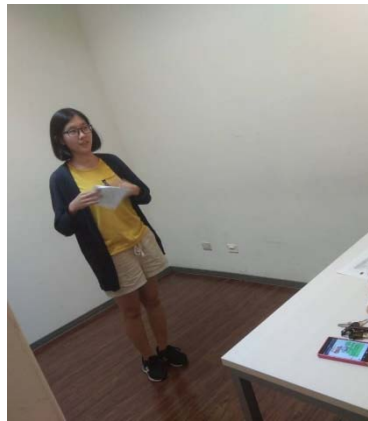
活動名稱：向日葵種子隊至至尚恩幼兒園-文森幼兒園-新欣園幼兒園

時 間：109 年 10-11 月

內容摘要：本學期黃延君老師營養組同學進行專業服務學習「向日葵種子隊」至至尚恩幼兒園-文森幼兒園-新欣園幼兒園，總計 12 次，服務 880 人次。讓同學在服務中加深專業之應用能力。主題內容包含沙鹿番薯知多少(食農教育)、視力保健(衛生安全)、認識水痘(疾病)、感恩節說故事(文化主題)。



▲活動說明會-境外生



▲服學團隊招募選拔(1)



▲服學團隊招募選拔(2)



▲向日葵種子隊總驗收(1)



▲向日葵種子隊總驗收(2)



▲向日葵種子隊總驗收(3)



▲團隊反思(1)



▲團隊反思(2)



▲團隊與老師反思(3)



▲新欣園幼兒園-沙鹿番薯知多少-沙鹿特色農作物分享



▲尚恩幼兒園-沙鹿番薯知多少-活動過程



▲文森幼兒園-沙鹿番薯知多少-認識地瓜食品



▲新欣園幼兒園-視力保健-眼睛構造教學



▲尚恩幼兒園-視力保健-與小朋友一同製作萬花筒



▲文森幼兒園-視力保健-與幼兒園大合照



▲新欣園幼兒園-感恩節說故事-和小朋友一起製作感恩節海報



▲尚恩幼兒園-感恩節說故事-一起吃南瓜圓



▲文森幼兒園-感恩節說故事-製作感恩節圖卡



▲新欣園幼兒園-認識水痘-水痘症狀講解
產出作品



▲尚恩幼兒園-認識水痘-預防五步驟



▲文森幼兒園-認識水痘-大合照



防疫小書(1)



防疫小書(2)



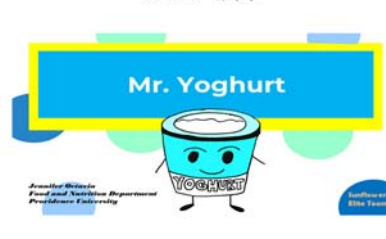
防疫小書(3)



優格小書(1)



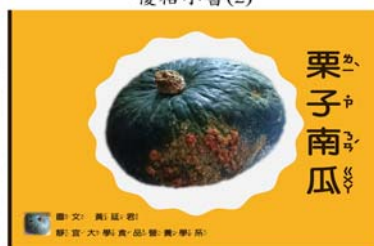
優格小書(2)



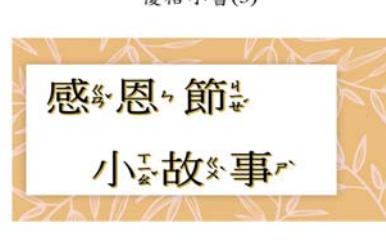
優格小書(3)



南瓜小書(1)



南瓜小書(2)



南瓜小書(3)

活動名稱：「食安青年軍」戶外教育

時 間：109 年 10 月至 109 年 12 月

內容摘要：近年來食安問題日漸嚴重，為加強食品安全問題的宣導，靜宜大學食品營養學系食安青年軍於 109 年 10-12 月至台中市高中進行 11 場次食安教育宣導，內容包含農藥殘留與檢測、認識食品添加物、瘦肉精檢測、微生物檢測。



▲清水高中學生與食安青年軍師生大合影。



▲學生們認真聆聽講師上課。



▲食安青年軍在實驗後，教導學生如何以三合一瘦肉精快篩檢測盤看實驗結果的意義。



▲學生分工合作，以坊間不同肉品進行瘦肉精檢測，並詳細記錄於學習單中。



▲后綜高中學生與食安青年軍師生大合影。



▲學生認真聆聽介紹農藥殘留檢測實驗的流程及其注意事項。



▲實驗中分工合作，避免樣品交叉汙染。



▲以鹽水清洗蔬果，檢測是否能夠有效清除農藥。



▲苑裡高中學生與食安青年軍師生大合影。



▲認真聆聽講師介紹食品中微生物。



▲青年軍教導學生以探針在培養皿中劃菌。



▲學生正在檢測手上的大腸桿菌。



▲致用高中學生與食安青年軍師生大合影。



▲學生認真聆聽介紹農藥的種類及用途。



▲以有機磷檢測試劑進行農藥殘留檢測。



▲以坊間不同方式清洗蔬果。



1. 恭賀！詹恭巨老師榮獲 109 學年度院績優導師、周淑姿老師榮獲 109 學年度院教學優良獎，吳志忠老師榮獲系教學優良獎。
2. 恭賀！本系同學參加 2020 杜邦兩岸大學生創意競賽榮獲三等獎，作品名稱：「軟食粒~即食調味軟豆」，團隊成員：食品四 吳洛婷、林蓉琳、張雅宣、潘沅琪、馬靖雯；指導老師：食營系王培銘、趙秀真、張永和老師。靜宜大學食品營養學系同時榮獲最佳組織獎。
3. 恭賀！本系同學參加台灣食品科技學會舉辦『謝成源先生食品科技發展基金會 2020 台灣食品產業新一代創新產品競賽』，作品名稱：「菜尾食光~復刻菜尾湯」榮獲第三名，參賽學生：食品四 邱渝庭、張喻雯、蕭宇晴、廖育期、關文喆，指導老師：王培銘、趙秀真、翁瑤琴。
4. 本系營養四盧于君同學參與本校國際事務室所辦之出國交換學生，109/9/14~110/6/30 至捷克奧斯特拉瓦大學就讀。
5. 本學期食安青年軍於至台中市 6 所高中進行 11 場次食安教育宣導。
6. 本系參加「2020 臺灣科學節-中區科學市集」活動，於國立自然科學博物館戶外廣場區設置「食品安全」攤位，藉由歡樂有趣的方式向民眾傳遞知識，鼓勵輕鬆學知識，快樂玩科學！
7. 本學期翁瑤琴老師帶領營養組同學進行專業服務學習「幸福蒲公英-聽故事、學營養」，至台中市兒童福利中心，以營養衛教方式，藉此傳遞營養相關知識，總計 3 次，服務達 200 人次，讓同學在服務中加深專業之應用能力。
8. 本學期黃延君老師營養組同學進行專業服務學習「向日葵種子隊」至弘道老人基金會-清水長青快樂學堂，總計 8 次，服務 184 人次。至尚恩幼兒園-文森幼兒園-新欣園幼兒園，總計 12 次，服務 880 人次。以營養衛教方式，藉此傳遞營養相關知識，讓同學在服務中加深專業之應用能力。
9. 為使學生畢業後更有競爭力，除了加強學生的專業知識外，也應積極輔導學生考取專業證照，109 年食品檢驗分析乙級證照，通過考試 22 人，通過率 73.3%。109 年食品檢驗分析丙級證照，通過考試 39 人，通過率 91%。
10. 109 年第二次營養師專技高考應屆畢業生考取 7 人，及格率 17.07%；考取名單：呂佳穎、毛語葳、魏毓映、李玟靜、周子芸、楊子芸、葉姿秀。非應屆畢業生考取名單：林宥薰(106 碩畢)、許韶倚(108 畢)、譚至元 (108 畢)、王佳茵(108 畢)。
11. 109 年第一次食品技師專技高考畢業生考取名單：李懿芯(營養組 10806 畢)、洪熾翔(營養組 10806 畢)。
12. 109 年第二次保健食品初級工程師本系同學 7 人錄取，獲證率 30.43%。
13. 本系系友何亞倫營養師(96 畢)榮獲 2020 第三屆台灣午餐大賽亞軍~今天不給糖！萬聖





節的學校營養午餐。

14. 本系榮獲 109 學年度全校啦啦舞錦標賽第五名，109 學年度全校運動大會大隊接力女子組亞軍，籃球錦標賽女子組殿軍。
15. 本系系學會榮獲 2020 聖誕主題〈疫起 together〉佈置比賽榮獲第一名~「耶~誕生在營戰新冠的食代」。
16. 本學期霜淇淋販賣期間 109/09/19-110/01/01，每週四中午 11:00 至下午 16:00 於格倫樓食營實習工廠(G127)販賣本學期霜淇淋口味除基本香草、巧克力外，另有洛神花、樹葡萄+柳橙、抹茶等新口味。
17. 本系營養教育推廣室熱情開張，服務時間為 109/10/12-109/12/28 每週一、三中午每週一、三 12:00-13:00，服務對象為全校師生，地點於格倫樓 113（營養教育推廣室）。
18. 團膳實驗課程供應營養午餐，於 109/10/15-109/12/14 每週二及週四中午 11:50~12:30 供應，12/10 及 12/19 供應團膳特餐及三次蔬食餐。
19. 109/9/14、9/15 製作中秋月餅 400 份禮盒，內容物含精品咖啡、核桃鳳凰酥、玉兔餅乾等產品。
20. 110/01/08（五）舉辦畢業專題成果展，地點分別為食品組在食品工廠、營養組在格倫樓大廳。

食品四畢業專題共 24 組成品發表，獲獎名單如下：

名次	產品開發組專題題目	學生姓名
優選	軟食粒~即食調味軟豆	吳洛婷、林蓉琳、張雅宣、潘沅琪、馬靖雯
優選	黑嗨優古早蟪 s	吳洛婷、林蓉琳、張雅宣、潘沅琪、馬靖雯
佳作	甜四神	吳婉儀
佳作	香蕉優格	于宗平、呂健溥
佳作	軟銀適中	李品辰、陳沛珈
佳作	添加奇亞籽以取代部分脂肪對減脂法蘭克福香腸品質的影響	楊奕慈、朱珮瑄、金紹楷、李懿城、謝家蓁、盧玥蓁、張瑞珉、曾弘毅
佳作	戀戀米炫風	鄭佳莉、徐浥鈺、沈孜頤、葉豐賓、朱恩新、謝松憲

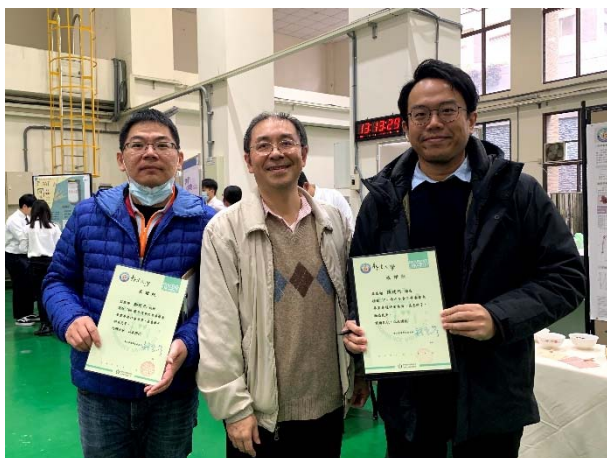
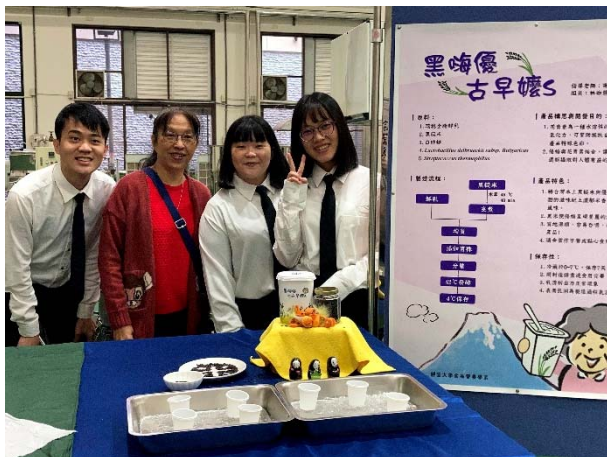
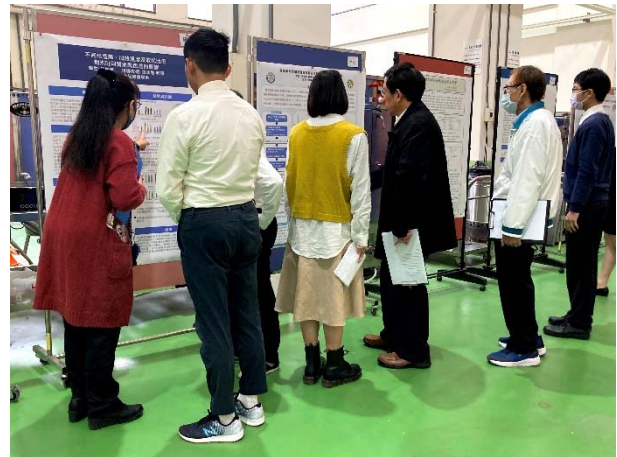
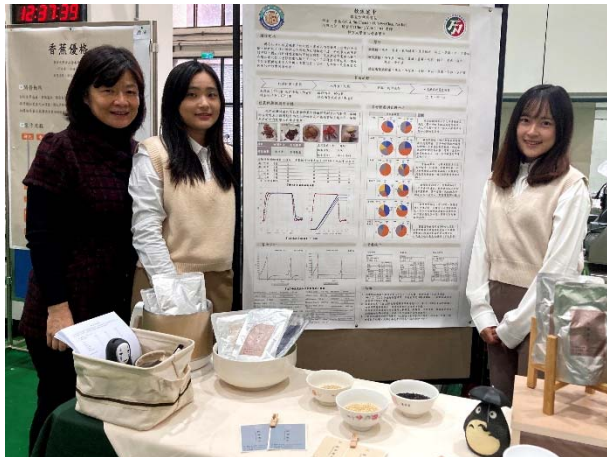
名次	專題研究組專題題目	學生姓名
優選	直鏈澱粉含量與酸醇降解程度對澱粉消化速率之影響	宋襄妤
佳作	製備方式對酸降解澱粉膨潤性質之影響	劉家佑
佳作	高銘益生菌	陳怡蓁
佳作	不同 pH 條件對紅麴菌生產色素的影響	陳怡蓁

營養四畢業專題共 12 組成品發表，獲獎名單如下：

名次	專題研究組專題題目	學生姓名
----	-----------	------



1	黃耆對抗疲勞評估研究	許斯涵、陳佳秀、曾靖軒、朱莉文、蔡宜津
2	探討紅藜對老化小鼠肝臟的抗氧化及細胞凋亡之影響	黃淳憶、湯家綾、邱怡歡
3	高齡糖尿病之氧化壓力與肌少症之關係	張羽彤





21. 校外實習：110 年寒假共計 12 位同學分別至國立臺灣大學醫學院附設醫院、臺中榮民總醫院埔里分院、弘光科技大學附設老人醫院、光田綜合醫院、高雄榮民總醫院屏東分院參與營養實習；110 年 2~6 月共 11 位同學分別至宏全、葡萄王、統一、台美、食工所(發酵生技)修習九學分企業實習(三)。
22. 110/1/24(日)-25(一)舉辦「靜宜大學食品營養學系生命科學營」，對象為高中生。讓高中生認識本校系之校園環境、學習場域與學系特色課程，參與師生約 50 人。
23. 詹恭巨老師榮退歡送會暨 2020 系友大會於 12 月 19 日舉辦，約 80 位老師及系友們返校參加表達對老師衷心的感恩與祝福。並與老師及學長姊、弟妹們敘舊分享畢業後的工作狀況。同時進行系友會會長、副會長改選，由邱宥棋系友擔任會長、應屆畢業生曾弘毅擔任任會長。



24. 感謝!本學期食營系友捐款畢業專題成果展競賽獎金、食營系系友獎學金、食營系系務發展基金及急難救助金。