

## 臺北市青少年發展暨家庭教育中心 函

地址：100025臺北市中正區仁愛路1段17號

承辦人：陳奕竹

電話：02-23514078轉1763

傳真：02-23512504

電子信箱：b29216@gov.taipei

受文者：新北市立蘆洲國民中學

發文日期：中華民國113年4月3日

發文字號：北市青交字第1133001375號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：「營養師」職涯發展體驗活動計畫及宣傳海報各1份

(31153746\_1133001375\_1\_ATTACHMENT1.pdf、31153746\_1133001375\_1\_ATTACHMENT2.jpg)

主旨：本中心113年度「營養師」職涯發展體驗活動，自113年4月10日起開放網路報名，敬請貴校轉知所屬學生踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、本活動將帶領學員了解營養師的專業和工作內容，同時探討均衡飲食、青春期煩惱、飲食心理等關鍵議題，並安排實作體驗活動加深學員對營養師工作的了解，以啟發其生涯探索的動力。

二、旨案活動規劃略述如下：

(一)活動日期：113年5月18日（星期六），共1日。

(二)活動地點：青發家教中心（臺北市中正區仁愛路1段17號）。

(三)活動對象與人數：國、高中職生（含自學生），30人。

(四)報名費用：新臺幣100元整。

(五)報名方式：網路報名。詳情可至青發家教中心官網報名

系統 (<https://reurl.cc/dLMVEz>) 查詢。

(六)辦理內容：

- 1、介紹營養師的工作與價值、均衡飲食原則、飲食與常見疾病關係及改善青春期常見困擾的飲食要點。
- 2、活動分組帶領學員進行實作：
  - (1)試著記錄自己或學員的飲食內容。
  - (2)分析飲食紀錄並動手改善，以提升飲食健康力。
  - (3)與同組學員共同討論並設計符合均衡飲食原則的外食搭配。
  - (4)製作便利鹹食點心。
- 3、活動期間鼓勵學員發問以及增加互動。
- 4、全程參與者將由青發家教中心頒發參加證書。

三、檢附旨案活動計畫及宣傳海報各1份如附件。

正本：臺北市政府教育局所屬公立國民中學、臺北市政府教育局所屬公立高級中學及高級職業學校（含附設國立高中）、臺北市私立高級中學及高級職業學校、臺北市立臺北特殊教育學校、臺北市立文山特殊教育學校、臺北市立啟聰學校、新北市立三多國民中學、新北市立三芝國民中學、新北市立中山國民中學、新北市立中平國民中學、新北市立中正國民中學、新北市立二重國民中學、新北市立五股國民中學、新北市立佳林國民中學、新北市立八里國民中學、新北市立大觀國民中學、新北市立平溪國民中學、新北市立文山國民中學、新北市立新莊國民中學、新北市立林口國民中學、新北市立欽賢國民中學、新北市立正德國民中學、新北市立永和國民中學、新北市立汐止國民中學、新北市立福營國民中學、新北市立積穗國民中學、新北市立義學國民中學、新北市立育林國民中學、新北市立萬里國民中學、新北市立鶯江國民中學、國立華僑高級中等學校、新北市立光復高級中學、新北市立石碇高級中學、新北市立金山高級中學、新北市立雙溪高級中學、新北市立淡江高級中學、新北市立中和高級中學、新北市立新北高級中學、新北市立新店高級中學、新北市立新莊高級中學、新北市立板橋高級中學、新北市立林口高級中學、新北市立泰山高級中學、新北市立三和國民中學、新北市立三峽國民中學、新北市立中和國民中學、新北市立五峰國民中學、新北市立光榮國民中學、新北市立土城國民中學、新北市立安溪國民中學、新北市立尖山國民中學、新北市立崇林國民中學、新北市立忠孝國民中學、新北市立新埔國民中學、新北市立新泰國民中學、新北市立明志國民中學、新北市立板橋國民中學、新北市立柑園國民中學、新北市立江翠國民中學、新北市立泰山國民中學、新北市立淡水國民中學、新北市立深坑國民中學、新北市立溪崑國民中學、新北市立漳和國民中學、新北市立瑞芳國民中學、新北市立碧華國民中學、新北市立

福和國民中學、新北市立自強國民中學、新北市立蘆洲國民中學、新北市立重慶國民中學、新北市立頭前國民中學、新北市立鳳鳴國民中學、新北市立鶯歌國民中學、新北市立三重高級中學、新北市立安康高級中學、新北市立三民高級中學、新北市立丹鳳高級中學、新北市立北大高級中學、新北市立明德高級中學、新北市立樹林高級中學、新北市立永平高級中學、新北市立海山高級中學、新北市立清水高級中學、新北市立秀峰高級中學、新北市立竹圍高級中學、新北市立錦和高級中學、新北市私立及人高級中學、新北市私立徐匯高級中學、新北市私立時雨高級中學、新北市私立竹林高級中學、新北市私立聖心女子高級中學、新北市私立辭修高級中學、新北市私立醒吾高級中學、新北市裕德高級中等學校、新北市立三重高級商工職業學校、新北市立新北高級工業職業學校、新北市立淡水高級商工職業學校、新北市立瑞芳高級工業職業學校、新北市立鶯歌高級工商職業學校、新北市立樟樹國際實創高級中等學校、新北市立坪林實驗國民中學、新北市立石門實驗國民中學、新北市立貢寮實驗國民中學、桃園市立桃園國民中學、桃園市立青溪國民中學、桃園市立文昌國民中學、桃園市立建國國民中學、桃園市立中興國民中學、桃園市立慈文國民中學、桃園市立福豐國民中學、桃園市立同德國民中學、桃園市立會稽國民中學、桃園市立大有國民中學、桃園市立經國國民中學、桃園市立新明國民中學、桃園市立內壢國民中學、桃園市立龍岡國民中學、桃園市立大崙國民中學、桃園市立興南國民中學、桃園市立自強國民中學、桃園市立東興國民中學、桃園市立龍興國民中學、桃園市立過嶺國民中學、桃園市立青埔國民中學、桃園市立中壢國民中學、桃園市立平鎮國民中學、桃園市立平南國民中學、桃園市立平興國民中學、桃園市立東安國民中學、桃園市立八德國民中學、桃園市立大成國民中學、桃園市立楊梅國民中學、桃園市立仁美國國民中學、桃園市立富岡國民中學、桃園市立瑞原國民中學、桃園市立楊明國民中學、桃園市立楊光國民中小學、桃園市立瑞坪國民中學、桃園市立大溪國民中學、桃園市立仁和國民中學、桃園市立南崁國民中學、桃園市立山腳國民中學、桃園市立大竹國民中學、桃園市立光明國民中學、桃園市立龍潭國民中學、桃園市立凌雲國民中學、桃園市立石門國民中學、桃園市立武漢國民中學、桃園市立大崗國民中學、桃園市立迴龍國民中小學、桃園市立幸福國民中學、桃園市立龜山國民中學、桃園市立大園國民中學、桃園市立竹圍國民中學、桃園市立觀音國民中學、桃園市立草漯國民中學、桃園市立永安國民中學、桃園市立大坡國民中學、國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校、桃園市立武陵高級中等學校、桃園市立陽明高級中等學校、桃園市立桃園高級中等學校、國立中央大學附屬中壢高級中學、桃園市立中壢商業高級中等學校、桃園市立中壢家事商業高級中等學校、桃園市立內壢高級中等學校、桃園市立平鎮高級中等學校、桃園市立永豐高級中等學校、桃園市立楊梅高級中等學校、桃園市立大溪高級中等學校、桃園市立南崁高級中等學校、桃園市立龍潭高級中等學校、桃園市立壽山高高級中等學校、桃園市立大園國際高級中等學校、桃園市立觀音高級中等學校、桃園市立新屋高級中等學校、基隆市立武崙國民中學、基隆市立碇內國民中學、基隆市立百福國民中學、基隆市立建德國民中學、基隆市立正濱國民中學、基隆市立成功國民中學、基隆市立南榮國民中學、基隆市立中正國民中學、基隆市立信義國民中學、基隆市立銘傳國民中學、基隆市立明德國民中學、基隆市立八斗高級中學、基隆市立暖暖高級中學、基隆市立安樂高級中學、基隆市立中山高級中學、光隆學校財團法人基隆市光隆高級家事商業職業學校、輔大聖心高級中學、二信學校財團法人基隆市二信高級中學、國立基隆高級商工職業學校、國立基隆女子高級中學

副本：

