



# 【高雄醫學大學】X【南山人壽】

## 健康守護青年軍認證課程 招生簡章

No.	日期	時間	主題	內容大綱	師資
<b>第一天</b>					
上課地點：濟世大樓二樓 CS210 教室 (校園地圖附於最後一頁)					
01	05/02 (二)	09:10   12:00 (3hrs)	四季養生秘訣 養生茶包製作、Q&A 與測驗	四季身體保健與養生藥膳 1. 透過實作，把所學的健康知識化為實體應用帶回家 2. 身體保健 Q&A 3. 牛刀小試	<b>黃宏庭 中醫師</b> 高雄市立中醫醫院 兒科主任
上課地點：濟世大樓二樓 CS201 教室 (校園地圖附於最後一頁)					
02	05/02 (二)	13:30   16:30 (3hrs)	2023 營養食安新思維 智慧飲食互動與測驗	調理身心營養-正念舒壓飲食 「正念飲食」是目前全球最受矚目的前瞻性飲食法，讓我們學習聆聽自己身體訊息，自我覺察當下感覺及想法，擁有正確的營養及運動知識，並能靈活運用，找到身體平衡點，讓自己更健康。 1. 透過模擬互動，加深正確飲食的觀念與落實 2. 牛刀小試(透過問問題，讓學員回答，幫學員做一下課程複習)	<b>蔡郁君 營養師</b> 阮綜合醫院營養師

No.	日期	時間	主題	內容大綱	師資
<b>第二天</b>					
上課地點：濟世大樓二樓 CS201 教室 (校園地圖附於最後一頁)					
03	05/04 (四)	09:10   10:30 (1.5hrs)	消化道癌症診斷與治療	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 消化道癌症 (食道癌、胃癌、大腸癌) 診斷與治療</li> <li>2. 牛刀小試( 透過問問題, 讓學員回答, 幫學員做一下課程複習 )</li> </ol>	<b>王耀廣 醫師</b> 高雄醫學大學 附設中和紀念醫院 胃腸內科主治醫師 高雄醫學大學 醫學系助理教授
04	05/04 (四)	10:40   12:00 (1.5hrs)	三高對身體的傷害	藉由醫師的講解, 讓學員了解三高對身體傷害的嚴重性, 才能引起大家注意自己身體的保健, 讓自己可以遠離三高的威脅	<b>黃洽鑽 醫師</b> 家庭醫學科 顧問醫師 前高雄醫院大學 家庭醫學科主任 前高雄醫院大學 社區醫學部部長 台灣家庭醫學會理事
05	05/04 (四)	13:10   14:30 (1.5hrs)	健康檢查指標判讀與解析 健康檢查報告 Q&A 與測驗	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 三高族群檢驗數據判讀與解析</li> <li>2. 檢驗報告數據的 Q&amp;A 互動 ( 讓學員可以對檢查報告的數據更有感, 進而提升對客戶服務的內涵 )</li> <li>3. 牛刀小試( 透過問問題, 讓學員回答, 幫學員做一下課程複習 )</li> </ol>	<b>黃莉文 老師</b> 高雄醫學大學 醫學檢驗生物技術學系 助理教授
06	05/04 (四)	14:40   16:00 (1.5hrs)	沒糖胖, 蓋健康!	肥胖已是公認第二型糖尿病的危險因子, 在台灣的肥胖盛行率, 大約每 4 人就有 1 人是肥胖, 如何控制血糖及肥胖, 達到「沒糖胖, 蓋健康」的目標, 是現代人重要的課題。	<b>張家禎 醫師</b> 高雄醫學大學 附設中和紀念醫院 家庭醫學科主治醫師

## 【報名資訊】

- 招生對象：南山人壽員工(請檢附南山人壽員工證明)
- 報名費用：3,600 元
- 報名方式：
  - (1) 網路報名：<http://dce.kmu.edu.tw/> (報名操作手冊)
  - (2) 臨櫃報名：上班期間 ( 星期一至五 ) 上午 9:00 ~ 17:00 ( 中午不休息 ) 請至本校勵學大樓 3 樓半教務處推廣教育與數位學習中心
  - (3) 通訊報名：請將報名表、南山員工證明、聯同報名費用 ( 請購買郵局匯票，匯票受款人請寫「高雄醫學大學」) 一起以掛號寄至高雄市三民區十全一路 100 號 ( 高雄醫學大學教務處推廣教育中心 收 )
- **招收名額：30 人以上開班，50 人額滿**
- 報名日期：即日起至 112 年 04 月 20 日或額滿為止

✂.....

### 111-2 健康守護青年軍認證課程報名表 ( 開課序號: 94409001 )

姓 名									性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
身分證字號									出生年月日	年 月 日
聯絡電話	公:		私:				手機:			
住 址										
E - mail										
注意事項	<p>1.高雄醫學大學為協助學員進行報名相關作業之目的，需蒐集您的姓名、性別、身分證字號、電話、地址、出生年月日等個人資料 ( 辨識類：C001、C003、C011、C013、C023、C038、C051 )，作為就學期間及台灣地區內進行聯繫，個人資料將保存 1 年。本校於蒐集您的個人資料時，若您不願意提供真實且完整的個人資料或有欄位未填寫，則可能對您的報名作業及參與本課程之權益有所影響。</p> <p>2.本人同意本表資料及上課時之個人肖像權由高雄醫學大學教務處推廣教育與數位學習中心於執行相關業務範圍內進行蒐集、處理與利用。</p> <p>3.如欲行使其他個人資料保護法第 3 條的當事人權利，請洽本校教務處推廣教育與數位學習中心。( extend@kmu.edu.tw ; ( 07 ) 3121101-2270 )</p> <p>本人已詳細閱讀上列告知事項且完全明瞭其內容。學員簽章：_____</p>									
推廣學號					承辦人 簽 章				收費 簽章	
日期 / 費用										

# 【上課教室】

