檔　　號:
保存年限:

長榮大學 函

地址：71101 台南市歸仁區長大路1號
聯絡人：黃婉婷
電話：(06)2785123分機1817
E-Mail：velantin@mail.cjcu.edu.tw

受文者：基隆市立中山高級中學

發文日期：中華民國115年9月15日
發文字號：長大教字第1150011699號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：課程海報_彩色人生的營養科學 (310903300Q_1150011699_doc1_Attach1.png)

裝

主旨：本校開設「彩色人生的營養科學」磨課師(MOOCs)課程，即日起開放免費修習，敬請惠予公告並鼓勵貴校師生踴躍報名修課，請查照。

說明：

訂

一、「彩色人生的營養科學」由本校保健營養學系陳妙齡主任、李亦臻、陳芳霈、呂佳陽及陳信宏教師共同講授。

二、本課程以健康飲食為核心，從均衡營養與六大類食物出發，探討糖分攝取、肥胖與體重管理，並介紹糖尿病、高血脂及高血壓的飲食調理原則。內容進一步涵蓋高齡營養與「三好一巧」觀念，以及保健食品、乳酸菌與發酵產品的保健價值，幫助學習者建立正確的營養知識，將所學應用於日常飲食與疾病預防，培養自主健康管理能力。

線

三、本課程內容亦適用高中職師生自學課程、認列公務人員研習時數，敬請轉知並鼓勵相關師資及單位修習課程。

四、課程訊息

(一)報名方式：請學員先於TaiwanLIFE平台註冊帳號，即可選課（https://taiwanlife.org）。

(二)課程時間：115年9月30日至116年6月30日。

(三)課程網址：https://reurl.cc/aEeGz4

(四)課程全程免費，不限修課對象，修習完畢並完成課程要求，即可獲得該課程之修課證明，詳見課程宣傳網站。(https://reurl.cc/xpRbnV)

五、檢附課程海報電子檔，敬請協助公告及推廣。

六、聯繫窗口：請洽本校教務處教資中心黃婉婷小姐，電話：(06)2785123分機1817。

正本：全國高級中等學校、各公私立大專校院
副本：本校教資中心、保健營養學系 電子公文交換章 2025/09/15 09:48:27