

澎湖縣教育會辦理 110 年度會員輕食研習活動實施計畫

一、主旨：為能增進會員健康飲食概念及瞭解各式食材特性，發展以辛香料及藥膳為基礎，因時調節寒熱及食時所宜的理念，特辦理健康飲食研習，期能在公餘時間，提升會員養生概念並促進聯誼。

二、辦理單位：

1. 指導單位：澎湖縣政府
2. 主辦單位：澎湖縣教育會
3. 協辦單位：國立澎湖高級海事水產職業學校

三、研習時間：110 年 12 月 4 日（六）上午 08：50～12：30

四、研習地點：國立澎湖高級海事水產職業學校

五、研習方式：

1. 講師講解
2. 餐飲科專業教室分組練習
3. 成品驗收

六、參與人員：優先順序為本會會員、澎湖縣各級學校教職員等共計 40 名。

七、報名時間：即日起至 110 年 12 月 1 日（三）12：00 前。

八、報名網址：<https://forms.gle/gpnFQHEJ2jnevqmy8>

九、活動經費：（詳見附件）

1. 經費來源：澎湖縣政府補助款及本會自籌款。
2. 經費分配：見附件經費概算表。

十、預期效益：推廣健康養生觀念，落實於日常生活中，並教育學子正確飲食態度。

十一、報名參加會員，完成全部課程後給予 4 小時之研習證明。

十二、本計畫經理監事會會議討論通過後陳請理事長核可後實施。

澎湖縣教育會辦理 110 年度會員輕食研習活動實施計畫

活動時間分配表

時間	活動名稱	活動概述	備註
08:50 09:00	報 到	【風雲際會】	綜合教學 實習大樓 2F
09:00 09:10	開 幕 式	【長官致詞及講師介紹】	餐服教室
09:10 10:40	研 習	【健康飲食概念】 【塑化劑及毒澱粉介紹】 【食材認識與營養解析】	餐飲科專業教室
10:40 12:10	分組練習	【健康披薩與布丁製作】	餐飲科專業教室
12:10 12:30	Q & A	【綜合座談】	餐服教室