

第 124 期【健康管理師規劃訓練課程】

「健康」是每個人都重視的事，加上全球高齡化、預防醫學和生物科技業的蓬勃發展，健康產業的預估產值就高達好幾兆美元。因此，結合科學化分析和整合式服務的「健康管理師」，一直是詢問度很高的熱門行業！根據人力研究統計，健康管理師將會是未來醫療保健市場主流。

健康管理師就像是專業醫療人士與親友、客戶間的「溝通橋樑」，負責與醫療人員和健康產業的專家們搭配（包括醫師、護理師、營養師、物理治療師、運動教練等），從目標、時間、精力、預算作為切入點，幫助理解專家們的觀點，同時把專家的醫囑或建議整合後，用個人化的方式融入，變成可在生活中執行的方案，是協助每個人在生活中獲得身心健康的重要角色！

【招生資訊】

- 招生對象：年滿 18 歲以上之學生或社會人士。
 - (1)對健康管理基本專業知識有興趣者或從事相關產業者。
 - (2)初次接觸此領域的學員，可建立其健康管理各領域知識的基礎。
 - (3)相關背景的醫護人員，可增廣健康管理的其他領域知識，增加跨領域的就業機會。
- ※本課程結束經評量合格（70 分以上）後，由台灣管理學會頒發健康管理師證書。
- ※報名學員需於開課當天須提供同護照英文姓名俾利製發健康管理師證書。
- 上課時間：113 年 08 月 03 日至 09 月 14 日。※113.09.14 下午為測驗日
每週六早上 09:00-12:00、下午 13:00-16:00，共 42 小時。
- 招生人數：以 25 人為原則，本組保留增額或不足額開班之權利。
- 教材資訊：教材為授課教師自編講義。
- 課程費用：報名費 \$500 元、學費 \$11,000 元。



聯繫電話：(02)2502-4654#18406



地址：台北市中山區民生東路 67 號



Email：ozzora10@gm.ntpu.edu.tw



國立臺北大學進修暨推廣部推廣教育組

【課程大綱】

授課時間	課程名稱	時數	課程綱要	授課講師
08/03(六) 09:00-12:00	個人健康促進與管理 I	3	<ul style="list-style-type: none"> ●健康促進之概念 ●健康行為自我效能評估 ●健康促進生活型態方式討論 ●做好個人健康管理應具備的認知與條件 	臺北市立聯合醫院 護理部 吳孟嬪部主任
08/03(六) 13:00-16:00	健康心理學	3	<ul style="list-style-type: none"> ●健康與心理 ●健康與壓力 ●健康與人格 ●心理調適與壓力因應 	臺北市立聯合醫院 呂宜峰臨床心理師
08/10(六) 09:00-12:00	職業健康 及職場健康管理	3	<ul style="list-style-type: none"> ●工作與健康的相關性 ●職業傷病簡介 ●特殊作業健康檢查與管理 ●個人與職場健康促進管理模式 ●做好職場健康管理應具備的認知與條件 	臺大醫院 環境及職業醫學部 施屏醫師
08/10(六) 13:00-16:00	運動與健康	3	<ul style="list-style-type: none"> ●運動對人體的作用及對健康的影響 ●體適能實務 ●運動處方擬定 ●運動傷害預防 	臺北市立聯合醫院 中興院區復健科 武俊傑主任
08/17(六) 09:00-12:00	個人健康促進與管理 II	3	<ul style="list-style-type: none"> ●健康促進之概念 ●健康行為自我效能評估 ●健康促進生活型態方式討論 ●做好個人健康管理應具備的認知與條件 	財團法人台灣省私立 台北仁濟院企畫研發 室 蔡麗珍主任
08/17(六) 13:00-16:00	中西醫整合 營養與保健	3	<ul style="list-style-type: none"> ●傳統中草藥養生飲食簡介 ●整合傳統營養的平民養生藥膳 ●健康與創意營養產業 	林森中醫院區 中醫部 吳建隆主任
08/24(六) 09:00-12:00	營養與健康	3	<ul style="list-style-type: none"> ●食品與營養基礎食品的营养價值 ●食物份數熱量計算與食物代換(結合日常食材運用) ●營養不均衡與細胞傷害、慢性疾病的相關性 ●營養不良的改善方法 	懷思健康管理顧問股 份有限公司 許秋萍營養師



08/24(六) 13:00-16:00	食品安全管理與食品 保健功能	3	<ul style="list-style-type: none"> ●機能性食品 ●健康食品法規 ●產業現況 ●食品添加物 ●食品衛生安全 ●食品風險評估 	懷思健康管理顧問股 份有限公司 許秋萍營養師
08/31(六) 09:00-12:00	健康與管理	3	<ul style="list-style-type: none"> ●健康的定義與管裡的需要 ●人體結構、系統及功能 ●基礎生理學與病理學 ●健康檢查與後續追蹤管理 	台灣動物輔助治療專 業發展協會 陳美麗名譽理事長
08/31(六) 13:00-16:00	健康管理的功能 及意義	3	<ul style="list-style-type: none"> ●健康管理及預防醫學的定義及應用範圍 ●健康管理師的定位與功能 ●健康管理的意義 ●如何建立健康管理計畫 ●如何與雲端科技相互結合 	台灣動物輔助治療專 業發展協會 陳美麗名譽理事長
09/07(六) 09:00-12:00	健康檢查的設計 與執行	3	<ul style="list-style-type: none"> ●認識健康檢查項目與指數解讀 ●健康檢查的功能與必要性 ●如何設計健康檢查 ●如何選擇健康檢查醫院或診所 	臺北市立聯合醫院 和平婦幼院區 陳美如副院長
09/07(六) 13:00-16:00	文明病的介紹 及飲食指導 I	3	<ul style="list-style-type: none"> ●胃腸消化道疾病 ●新陳代謝疾病:糖尿病、甲狀腺、痛風 ●骨骼關節疾病 ●血液相關疾病 	臺北市立聯合醫院 陽明院區家醫科 樊冠好醫師
09/14(六) 09:00-12:00	文明病的介紹 及飲食指導 II	3	<ul style="list-style-type: none"> ●代謝症候群 ●心血管疾病 ●腦血管疾病 ●癌症 	臺北市立聯合醫院 陽明院區家醫科 樊冠好醫師
09/14(六) 13:00-16:00	測驗及頒發證書	3	結業測驗	-

【※本校保留視實際情形適當調整課程、時間、教學方式之權利】



聯繫電話：(02)2502-4654#18406



Email：ozzora10@gm.ntpu.edu.tw



地址：台北市中山區民生東路 67 號



國立臺北大學進修暨推廣部推廣教育組

【報名方式】

- 報名期間：即日起至 113.08.01(四)截止，額滿提前截止。
- 報名方式：
 1. 網路報名：請至本組網站 (<https://dce.ntpu.edu.tw>) 點選進行線上報名。
 2. 通訊報名：請至本組網站下載報名表，填妥後回傳至 ozzora10@gm.ntpu.edu.tw。
 3. 現場報名：請於辦公時間（週一至週五 13:30~21:30）親至本組填寫報名表。
- 繳費方式：若報名人數已達開班標準，本組將主動以 E-mail 方式個別通知學員繳費，並給予個人專屬帳號，學員可使用 ATM(自動提款機)或 Web ATM 轉帳繳費。

• 優惠方案：

■ 符合下列條件者，可享本課程減免報名費 \$500 元：

- (1) 臺北大學在校學生或校友本人。
- (2) 曾經參加過本校推廣教育組課程之學員(需完成繳費)。
- (3) 身心障礙人士(需出示身心障礙證明/鑑輔會證明)。
- (4) 低收入戶(需檢附低收入戶證明)。
- (5) 65 歲以上長者(需檢附身分證件影本)。
- (6) 本校在職教職員工眷屬（限父母、配偶、子女）。
- (7) 本校退休教職員工本人。
- (8) 持有榮民證或第二類退除役官兵權益卡。

■ 符合下列條件者，可享本課程學費優惠：

- (1) 本校現職教職員工本人：學費 75 折。
- (2) 本校在校學生本人：學費 9 折。
- (3) 五人(含)以上團體報名繳費者：學費 85 折。
- (4) 三人(含)以上團體報名繳費者：學費 9 折。
- (5) 一人同時報名兩個以上課程者：學費 95 折。



※學費與報名費之優惠，僅能擇一使用。報名時需主動告知優惠身分，並出示有效證明文件，若未事先告知或證明文件不全者，恕不折扣，亦不得在報名繳費後申請退差額。

※本課程須先行繳納報名費，若享有折免報名費優惠之學員，將會扣抵在後續繳納之學費費用。

【注意事項】

- 一、本組蒐集之個人資料，僅作為個人資料特定目的 109 教育或訓練行政及 158 學生(員)(含畢、結業生)資料管理，非經當事人同意，絕不轉做其他用途，亦不會公布任何資訊，並遵守法律規定及本校個人資料保護管理制度安全控管要求，保障您的個人資訊安全。
- 二、開課日後報名者，缺課時數照常計算，且不得要求補課或學費之折扣，若無法同意請勿報名。
- 三、本課程為非學分班，學員缺課不超過全期三分之一者，將發給本校結業證明，不授予學位證書。結業證明本組僅保留半年，逾期須付費申請。
- 四、退費及相關規定
 1. 學員繳費後開課前無法就讀者，得申請退還所繳學費之九成；學員於開課後未逾全部課程三分之一時數無法就讀者，得申請退還所繳學費之二分之一；學員於開課後逾全部課程三分之一時數無法就讀者不予退費。除未開班外，報名手續費 \$500 元，概不退還。
 2. 學員人數未達開班人數時，本組得延期開課或停辦；如停辦該班次，本組悉數退還所繳費用，並通知於規定期限內辦理退費，逾期恕不受理。
 3. 辦理退費時需填寫退費申請表，並繳附學費收據正本、身分證正反面影本及學員本人之土銀或郵局存摺封面影本(若提供其他金融機構帳戶須扣除匯費)。因本校退費办理流程為一個月方會入帳，尚請申辦學員見諒。
- 五、學員在修習期間如有影響教師授課或其他學員學習等不當行為，經本組通知仍未改善者，得註銷其修讀資格，且不予退費。
- 六、為維護已繳費學員之權益，上課嚴禁試聽或冒名頂替，違者將照相存證並循法律途徑解決。
- 七、本課程如遇颱風、地震、天災等不可抗力因素，停課標準依據當日行政院人事行政總處公佈之台北市停課公告，且不另行補課。
- 八、患有或疑似患有 SARS、COVID-19 或其他法定傳染病者，本組得拒絕其入學及上課。個人若因疫情需進行隔離/檢疫/自主管理，致使無法上課者(需檢附相關證明)，開課前得申請全額退費，



聯繫電話：(02)2502-4654#18406



地址：台北市中山區民生東路 67 號



Email：ozzora10@gm.ntpu.edu.tw



國立臺北大學進修暨推廣部推廣教育組

課間則依比例申請退費。

九、本組保有變動預定課程、師資、遠距同步上課等簡章內容之權力，必要時將依實際開課情形作適當調整，若有變更將提前告知學員。

十、本組保留審核學員報名資格、增額錄取或不足額開班之權利。

十一、本短期課程學員恕不開放校內停車，請勿將汽車停入校園。不便之處敬請見諒。

十二、請確定您已詳閱各注意事項，再進行報名手續，報名即表示同意遵守本組一切規定。

簡章內容若有未盡事宜，本組保留修改之權利，並將公告於網站，恕不另行通知。



聯繫電話：(02)2502-4654#18406



地址：台北市中山區民生東路 67 號

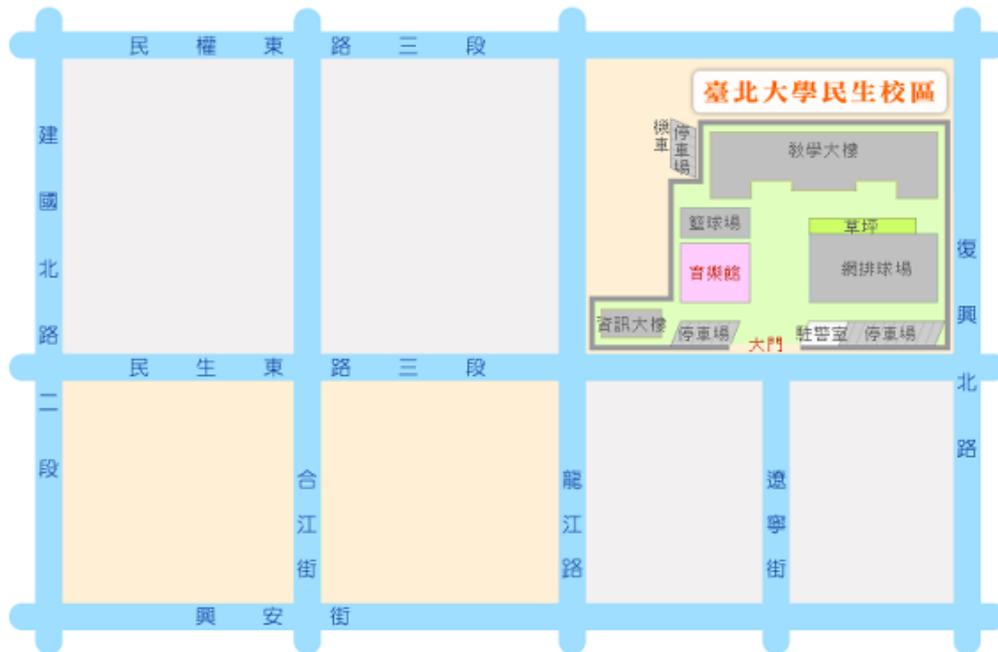


Email：ozzora10@gm.ntpu.edu.tw



國立臺北大學進修暨推廣部推廣教育組

【民生校區交通資訊】



【捷運路線】

• 捷運文湖線(棕線)中山國中站

沿復興北路往南步行約 300 公尺在民生東路右轉，繼續步行約 200 公尺抵達臺北大學。

• 捷運松山線(綠線)南京復興站

1 號出口出站，右轉沿遼寧街往北步行約 600 公尺，穿越民生東路後抵達臺北大學。

• 捷運中和線(橘線)行天宮站下車：

1 號出口出站，穿越松江路後沿民生東路往東步行約 900 公尺抵達臺北大學。

【公車路線】

• 臺北大學(臺北校區)：

12、277、286 副、298、298 區、5、505、612、612 區、643、680、民生幹線、紅 57。



聯繫電話：(02)2502-4654#18406



地址：台北市中山區民生東路 67 號



Email：ozzora10@gm.ntpu.edu.tw



國立臺北大學進修暨推廣部推廣教育組