

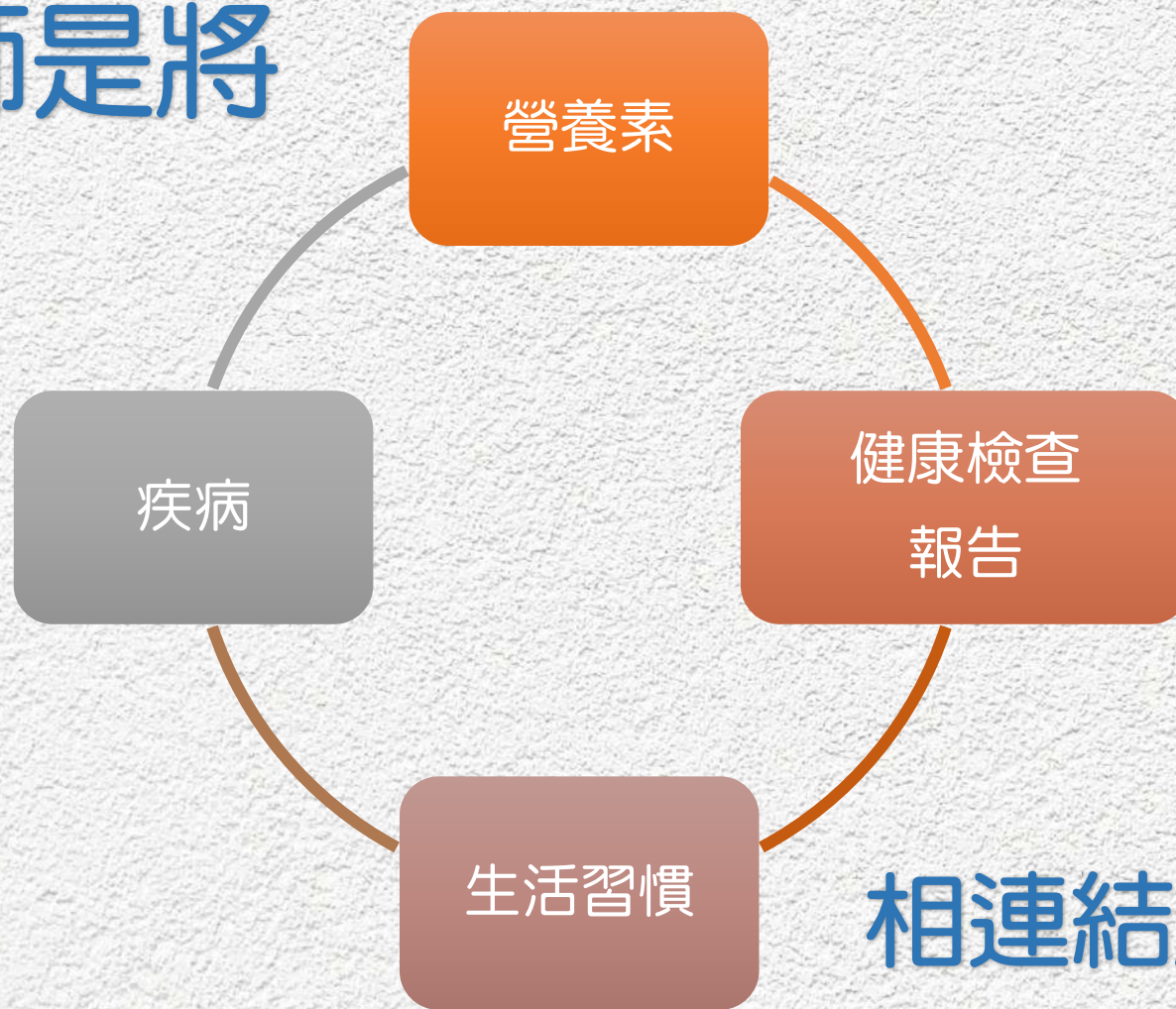


第5期

# 健康管理師規劃訓練課程

國立臺北大學進修暨推廣部  
推廣教育組與台灣管理學會合辦

# 健康管理師是將



相連結之應用人材

# 打開**健康事業**之門：

## 加入我們的**健康管理師**培訓！

您是否對醫療和健康議題充滿熱情？您是否渴望在健康管理領域蓬勃發展，為改善人們的生活和健康做出貢獻？如果是的話，那麼我們的健康管理師規劃訓練課程正等待著您的加入！

# 課程目標

「**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！

**※本課程因應新冠肺炎疫情考量，將視情況改以視訊授課※**

# 課程大綱

| 授課時間                      | 課程名稱              | 時數 | 課程綱要  | 授課講師                      |
|---------------------------|-------------------|----|---|---------------------------|
| 2023/12/2<br>09:00-12:00  | 運動與健康             | 3  | ●運動對人體的作用及對健康的影響<br>●體適能實務<br>●運動處方擬定 ●運動傷害預防                                     | 恩主公醫院<br>外科部<br>吳長晉 部主任   |
| 2023/12/2<br>13:00~16:00  | 文明病的介紹<br>及飲食指導 I | 3  | ●代謝症候群<br>●心血管疾病<br>●腦血管疾病<br>●癌症   | 恩主公醫院<br>健康管理中心<br>劉顯達 主任 |
| 2023/12/9<br>09:00-12:00  | 健康檢查的設計與執行        | 3  | ●認識健康檢查項目與指數解讀<br>●健康檢查的功能與必要性<br>●如何設計健康檢查<br>●如何選擇健康檢查醫院或診所                     | 恩主公醫院<br>護理部<br>蔡玟純 主任    |
| 2023/12/9<br>13:00~16:00  | 健康管理的功能及意義        | 3  | ●健康管理及預防醫學的定義及應用範圍<br>●健康管理師的定位與功能<br>●健康管理的意義<br>●如何建立健康管理計畫<br>●如何與雲端科技相互結合     | 恩主公醫院<br>護理部<br>蔡玟純 主任    |
| 2023/12/16<br>09:00-12:00 | 食品安全管理            | 3  | ●食品添加物<br>●食品衛生安全<br>●食品風險評估  | 新竹縣十興國小<br>張筱珮 營養師        |
| 2023/12/16<br>13:00~16:00 | 營養與健康             | 3  | ●食品與營養基礎食品的營養價值<br>●食物份數熱量計算與食物代換(結合日常食材運用)<br>●營養不均衡與細胞傷害、慢性疾病的相關性<br>●營養不良的改善方法 | 恩主公醫院<br>營養室<br>江詩雯 副主任   |

# 課程大綱

| 授課時間                      | 課程名稱               | 時數 | 課程綱要  | 授課講師                                    |
|---------------------------|--------------------|----|---|---|
| 2023/12/23<br>09:00-12:00 | 文明病的介紹<br>及飲食指導 II | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●胃腸消化道疾病</li> <li>●新陳代謝疾病:糖尿病、甲狀腺、痛風</li> <li>●骨骼關節疾病</li> <li>●血液相關疾病</li> </ul>                                | 恩主公醫院<br>家庭醫學科<br>鄭文琦 醫師                |
| 2023/12/23<br>13:00~16:00 | 健康與管理              | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●健康的定義與管理的需要</li> <li>●人體結構、系統及功能</li> <li>●基礎生理學與病理學</li> <li>●健康檢查與後續追蹤管理</li> </ul>                           | 恩主公醫院<br>護理部<br>游嘉瑋 督導長                 |
| 2024/1/6<br>09:00-12:00   | 職業健康及職場健康管理        | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●工作與健康的相關性</li> <li>●職業傷病簡介</li> <li>●特殊作業健康檢查與管理</li> <li>●個人與職場健康促進管理模式</li> <li>●做好職場健康管理應具備的認知與條件</li> </ul> | 臺大醫院新竹台大分院<br>環境及職業醫學部<br>施屏 醫師         |
| 2024/1/6<br>13:00~16:00   | 食品保健功能             | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●機能性食品</li> <li>●健康食品法規</li> <li>●產業現況</li> </ul>  | 葡萄王生技股份有限公司<br>朱嘉宙 產品經理                 |
| 2024/1/20<br>09:00-12:00  | 健康心理學              | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●健康與心理</li> <li>●健康與壓力</li> <li>●健康與人格</li> <li>●心理調適與壓力因應</li> </ul>  | 嘉誼心理治療所(立案中)<br>魏仲琳 臨床心理師               |
| 2024/1/20<br>13:00~16:00  | 中西醫整合<br>營養與保健     | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●傳統中草藥養生飲食簡介</li> <li>●整合傳統營養的平民養生藥膳</li> <li>●健康與創意營養產業</li> </ul>  | 恩主公醫院<br>中醫部<br>張晉賢 部主任                 |
| 2024/1/27<br>09:00-12:00  | 個人健康促進與管理          | 3  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●健康促進之概念</li> <li>●健康行為自我效能評估</li> <li>●健康促進生活型態方式討論</li> <li>●做好個人健康管理應具備的認知與條件</li> </ul>                      | 藍色邊境健<br>康管理顧問股份有限<br>公司醫療事業部<br>蔡麗珍 顧問 |
| 2024/1/27<br>13:00~16:00  | 測驗及頒發證書            |    | 結業測驗  |   |

# 報名資訊

報名資格：年滿 18 歲以上、建議高中職畢業之人士。

招生對象：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。

上課時間：112 年 12 月 02 日至 113 年 01 月 27 日。（1/13選舉日停課一次）

每週六早上 09:00-12:00、下午 13:00-16:00，共 42 小時。

※113/01/27 下午為測驗日。

上課地點：國立臺北大學三峽校區（新北市三峽區大學路 151 號）。

招生人數：未滿 20 人繳費不開班，本組保留增額或不足額開班之權利。

課程費用：報名費 500 元，學費 11,000 元。

# 報名資訊

**報名期間**：即日起至 112. 11. 28(二)截止，額滿提前截止。

**報名方式**：

1. 網路報名：請至本組網站線上系統報名註冊個人資料。
2. 現場報名：請於辦公時間（週一至週五 09:00~21:30）親至本組進行報名。

※現場會有辦公室同仁協助操作系統，因此請記得攜帶手機前往，若有想以信用卡付款者，則請將卡片帶在身上以利報名流程進行。

**繳費方式**：採兩階段收費，第一階段先繳交報名費 500 元，第二階段則是等候本組通知，待報名人數已達開班標準，本組將主動以 E-mail 及電話方式通知學員繳學費，屆時再請學員至系統網頁上選擇以 ATM 繳款或是信用卡付款繳納，恕無現金方式。



# 優惠方案

## 優惠方案：

符合下列條件者，可享本課程（非學分班）**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。

**學費優惠資格**（符合下列條件者，可享本課程學費優惠方式如下）：

- 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。

# 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，學員缺課超過全期三分之一者，「不得參與結業評量測驗」；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、本課程無補課機制，敬請學員報名後踴躍出席，以維護自身權益。因應新冠疫情考量，本組將視實際情形採「同步或非同步遠距教學授課」，並適當調整課程、時間及教學方式之權利。課前請先評估硬體設備是否符合遠距軟體需求，若硬體設備不符需求，將不另行退費，退費申請亦按相關規定進行辦理。

## 五、退費及相關規定

- 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。
- 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。
- 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。

# 注意事項

- 六、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。
- 七、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。
- 八、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新北市停課公告，且不另行補課。
- 九、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，課間則依比例申請退費。
- 十、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。
- 十一、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。

# 聯繫方式

國立臺北大學進修暨推廣部《三峽推廣教育組》

電話：(02)8674-1111 #66466 鄭小姐

傳真：(02)26748066

地址：國立臺北大學三峽校區（新北市三峽區大學路151號商學院）

Email：[kimicheng@gm.ntpu.edu.tw](mailto:kimicheng@gm.ntpu.edu.tw)

網址：<https://eec.ntpu.edu.tw/>