

112年度高等教育深耕計畫

主軸計畫成果報告書

總計畫「跨校/跨領域教師增能社群」

執行策略：總計畫「跨校/跨領域教師增能社群」

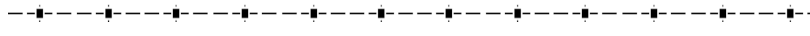
社群名稱：以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜

指導單位：教育部技職司

主辦單位：長庚科技大學

承辦單位：長庚科技大學保健營養系

活動日期：中華民國 112 年 5 月 1 日~ 112 年 11 月30 日

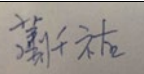


壹、活動檢核	P.
貳、活動經費	P.
參、活動時程表	P.
肆、活動議程表	P.
伍、活動簽到表	P.
陸、活動海報	P.
柒、活動照片	P.
捌、專題講座內容	P.
玖、回饋單統計	P.
拾、成果產出	P.

壹、活動檢核

總計畫 跨校跨領域教師增能社群成果檢核表			
社群名稱	以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜		
社群執行起迄日期	112年5月01日至112年11月30日	社群人數	7人 (本社群之成員)
核定經費	30,000元	實際執行經費	30,000元
社群活動執行內容重點概述	本社群希望透過對無麩質飲食應用於功能醫學—抗發炎和抗過敏的營養治療上有深入的瞭解，並透過無麩質食譜設計與實作，與社群成員建立無麩質應用於功能醫學治療的學理和實作的食譜和教案，並將此成果應用於相關課程—營養與老化、養生保健飲食概論和美容與保健。		
是否依據核定之質量化指標執行？ <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，原因_____			
質化指標	提升成員對於無麩質的臨床功效、餐食開發和未來發展等相關知識之瞭解與餐食的開發。	執行成效	本計畫執行完成後，提升學員對無麩質飲食的認識和臨床上的應用，所設計無麩質的養生保健食譜，可將成果融入於相關課程中，以深化相關課程臨床應用上的廣度及增強未來與業界接軌的機會。
量化指標	至少三次利用無麩質開發健康料理食譜與實作	執行成效	完成四次無麩質養生保健餐食設計和實作，並有一次成果檢討會，總計共開發八道相關保健料理，提供三門課程—營養與老化、養生保健飲食概論和美容與保健等教材之應用。
是否與其他主軸活動進行成效倍增？ <input type="checkbox"/> 是，主軸___執行策略_____ <input checked="" type="checkbox"/> 否			
辦理此活動較著重之面向？ <input checked="" type="checkbox"/> 教學面 <input type="checkbox"/> 公共面 <input type="checkbox"/> 社會面 <input type="checkbox"/> 特色面			
檢討與建議	一、透過本次活動可以接觸更多市面上無麩質的保健產品，並透過不同領域成員的想法，讓開發的食譜更貼近市場的需求。 二、目前許多協會和基金會都有媒合產學的窗口，懇請學校多多提供產業發展的講座和相關的訊息，以提升產學合作的機會。		

申請教師(簽章)：



教資中心主管(簽章)：

教學發展與資源中心查核日期： 年 月 日 單位核章：

貳、活動經費預算與實際支出明細表

單位：新台幣元

編序	預算項目	預算支出			實際支出	差異說明
		單價	數量	總額		
1	膳食費	100 元/個	28	2,800 元	2,800 元	
2	印刷費	/份		元	元	
3	講座鐘點費	1,000/小時		元	元	
		2,000/小時	6	12,000 元	12,000 元	
4	交通費	/趟		元	元	
5	材料費	/份		元	元	
6	教學業務費	7,600/份	2	15,200 元	15,200 元	
7	雜支	/份		元	元	
總計					30,000 元	

承辦人：

(親簽) 經辦單位主管：

主軸計畫主持人：

說明：

1. 預算項目請就原修正申請書之支出預算明細資料填寫。
2. 實際支出欄位，請就實際執行的支出金額填寫，並說明差異原因。
3. 如有學校配合款支付之項目，務必填寫清楚。
4. 申請人應於計畫結束後一個月內繳交成果報告書(電子檔及紙本各一份)、滿意度問卷調查表及活動歷程檔案(含紀錄紙本、照片、影音檔、活動滿意度調查結果分析等)。
5. 為展現社群成果、擴大教師交流，成果報告書將進行紙本實體或線上展示。
6. 社群成員須參加教學發展與資源中心期末辦理之成果發表會。
7. 如本表不敷使用，請自行增列。

參、活動時程

日期	時間	研討內容
112年05月31日	11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(一)」
112年06月21日	11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(二)」
112年11月01日	11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(三)」
112年11月08日	11:00-14:00	無麩質餐食食譜開發實作(四)」 暨社群成果檢討會

肆、活動議程 (不足請自行增列)

長庚學校財團法人長庚科技大學
112年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群

「無麩質餐食食譜開發實作(一)」

一、目的：無麩質餐食食譜開發
二、時間：112年 05月31日(星期三) 上午11:00至13:00
三、地點：營養學實驗室
四、主辦單位：「以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜」社群
四、議程：

時間	主題	主持人/講者
11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(一)	蕭千祐

活動聯絡人：張學泰 蕭千祐 (分機 5494/E-mail:mozart@mail.cgu.edu.tw)

長庚學校財團法人長庚科技大學
112年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群

「無麩質餐食食譜開發實作(二)」

五、目的：無麩質餐食食譜開發
六、時間：112年 06月21日(星期三) 上午11:00至13:00
七、地點：營養學實驗室
四、主辦單位：「以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜」社群
八、議程：

時間	主題	主持人/講者
11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(二)	蕭千祐

活動聯絡人：張學泰 蕭千祐 (分機 5494/E-mail:mozart@mail.cgu.edu.tw)

長庚學校財團法人長庚科技大學
112年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群

「無麩質餐食食譜開發實作(三)」

一、目的：無麩質餐食食譜開發
二、時間：112年 11月01日(星期三) 上午11:00至13:00
三、地點：營養學實驗室
四、主辦單位：「以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜」社群
五、議程：

時間	主題	主持人/講者
11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(三)	蕭千祐

活動聯絡人：張學泰 蕭千祐 (分機 5494/E-mail:mozart@mail.cgu.edu.tw)

長庚學校財團法人長庚科技大學
112年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群

「無麩質餐食食譜開發實作(四)」

一、目的：無麩質餐食食譜開發
二、時間：112年 11月08日(星期三) 上午11:00至14:00
三、地點：團膳實驗室
四、主辦單位：「以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜」社群
四、議程：

時間	主題	主持人/講者
11:00-13:00	無麩質餐食食譜開發實作(四)	蕭千祐/吳清山
13:00-14:00	無麩質餐食分享會議	蕭千祐

活動聯絡人：張學泰 蕭千祐 (分機 5494/E-mail:mozart@mail.cgu.edu.tw)

伍、活動簽到表

長庚學校財團法人長庚科技大學 112 年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群			
活動名稱	以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜	地點	營養學實驗室
日期	112年5月24日(星期三)	時間	11:00~13:00
出席人員			
姓名	姓名	姓名	姓名
吳清山	鍾成沛	吳淑如	
張雅君	鍾成沛		
朱欣苒	張中明		
黃筱葳	吳淑如		

長庚學校財團法人長庚科技大學 112 年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群			
活動名稱	以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜	地點	營養學實驗室
日期	112年6月21日(星期三)	時間	11:00~13:00
出席人員			
姓名	姓名	姓名	姓名
吳清山	鍾成沛	吳淑如	
張雅君	鍾成沛		
朱欣苒	張中明		
黃筱葳	吳淑如		

長庚學校財團法人長庚科技大學 112 年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群			
活動名稱	以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜	地點	營養學實驗室
日期	112年11月1日(星期二)	時間	11:00~13:00
出席人員			
姓名	姓名	姓名	姓名
吳淑如	張雅君		
張雅君	張中明		
鍾成沛	鍾成沛		
黃筱葳			

長庚學校財團法人長庚科技大學 112 年度高等教育深耕計畫 跨校跨領域教師增能社群			
活動名稱	以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜	地點	護理實驗室
日期	112年11月8日(星期二)	時間	11:00~14:00
出席人員			
姓名	姓名	姓名	姓名
張雅君	黃筱葳		
鍾成沛	吳淑如		
黃筱葳	張中明		
鍾成沛			

陸、活動海報(若無，空白即可)

柒、活動照片



張中明老師分享無麩質餐食製作



吳清山老師無麩質餐食教學實作



無麩質餐食設計與實作



吳清山老師分享無麩質餐食的烹調技巧

捌、講座/授課內容(含諮詢內容等)

一、市售無麩質產品的選購技巧

二、無麩質食材和其他食材搭配的技巧

三、無麩質食譜開發和烹調上應注意的要點

玖、回饋單統計

長庚科技大學 112 度 以功能醫學角度開發無麩質餐食食譜 回饋評值表

1、基本資料

1-1. 您是來自	本校林口校區	本校嘉義校區	他校	其他單位
	6 人	人	人	1 人

1-3. 您一個月大約參加幾次高教活動	1 次	2 次	3 次	4 次	4 次以上
	6 人	1 人	人	人	人

2、知能提升

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
2-1 本活動提升您 <u>熟練的專業知識與技能</u>	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%
2-2 本活動提升您 <u>良好的溝通與表達知能</u>	6 人	1 人	人	人	人
	86%	14%	%	%	%
2-3 本活動提升您 <u>關懷社會的服務精神</u>	6 人	1 人	人	人	人
	86%	14%	%	%	%
2-4 本活動提升您 <u>實踐道德的思辨力</u>	6 人	1 人	人	人	人
	86%	14%	%	%	%
2-5 本活動提升您 <u>應用自然科學與數位能力</u>	6 人	1 人	人	人	人
	86%	14%	%	%	%
2-6 本活動提升您 <u>高效能的團隊合作知能</u>	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%
2-7. 本活動提升您 <u>宏觀的視野與世界互動知能</u>	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%

2-8. 本活動提升您多元化的生活能力	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%

3、活動辦理

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
4-1. 對本活動內容感到滿意 (如講題、講員、互動等)	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%
4-2. 對本活動的安排感到滿意 (如場地、時程、餐點等)	7 人	人	人	人	人
	%	%	%	%	%
4-3. 期望後續再辦理類似主題 (如講題) 的活動	100 人	人	人	人	人
	%	%	%	%	%
4-4. 期望後續再採用類似的活動形式 (如討論互動)	7 人	人	人	人	人
	100%	%	%	%	%

4、建議以後辦理哪些活動

- (1) 學習如何利用植物素材做成植物肉，或者如何利用益生菌改善蔬果的栽種品質。
- (2) 如何評估食物的碳足跡及如何在食物加工時降低碳排放。

5. 其他指導與回饋

- (1) 本次活動可以透過業界專家瞭解無麩質食材的特點，因此會比較清楚如何與其他食材作有效的搭配，在設計食譜和實作時比較能掌握重點。
- (2) 本次活動可以深入了解各種無麩質食材的料理技巧，以提供餐食開發和保健品開發構想，進一步提升簽訂產學合作的可能性。

拾、成果產出

無麩質食譜

一、蝦仁茼蒿蛋炒飯



二、時蔬茼蒿米粥



三、養生花椰菜米粥



四、吻仔魚花椰菜米粥



五、山藥泥細麵



六、小卷芋頭米粉



七、枸杞山藥泥



八、地瓜黑米甜湯

