

# 敏惠醫護管理專科學校

## 109年高等教育深耕計畫成果報告

|                   |           |           |            |           |
|-------------------|-----------|-----------|------------|-----------|
| 單位名稱              | 長健科       |           |            |           |
| 計畫編號              | 1-1-3     |           |            |           |
| 計畫名稱              | 「美好食光」工作坊 |           |            |           |
| 活動承辦人             | 方焄蓮       |           |            |           |
| 舉辦時間              | 109/10/26 |           |            |           |
| 舉辦地點              | 愛焙克烘焙坊    |           |            |           |
| 參與人數<br>(不足請自行增列) | 第一場次      | 學生：_32_人次 | 教師：__8__人次 | 其他：____人次 |
|                   | 人次加總      | 共_40_人次   |            |           |

### 一、計畫背景/目的

1. 鼓勵參與師生學習了解當季食材與健康之關聯性。
2. 學習用健康方式烹調當季食材產品用於照護者之技能。

### 二、活動流程表或課程日程表

| 時間                | 課程時間安排                   |         |          |
|-------------------|--------------------------|---------|----------|
| 9：00～10：30(1.5h)  | 環境介紹 安全須知簡介<br>介紹當季食材與健康 |         |          |
| 10：30～10：40       | 休息                       |         |          |
| 10：40～12：10(1.5h) | 製作甜點 I                   | 製作甜點 II | 製作甜點 III |
| 12：10～13：30       | 午膳&休息                    |         |          |
| 13：30～15：00(1.5h) | 製作餅乾 I                   | 製作餅乾 II | 製作餅乾 III |
| 15：00～15：30       | 場地復原                     |         |          |
| 15：30～～           | 賦歸                       |         |          |

### 三、執行情形

#### (一)質化:

參與教師與同學能了解學習利用當季食材新鮮蔬果，製備健康美味的各式點心，了解烘焙廚房用品設備的使用與安全事項須知，此次選擇的品項都是減油減糖配方，質地偏軟嫩的品項，例如布丁、慕斯蛋糕、鹹派等，選擇方式都屬於較簡易不繁瑣的，所學可以應用日後帶領社區長輩或照顧者族群時使用。

#### (二)量化:

參與教師同學們都第一次學習此類課程，活動期間大家共同完成了9種作品的製備，同學表示這是很難得之經驗，由麵粉、雞蛋等材料攪拌開始，學習到攪拌器、烤箱、電子秤等用法，最後看到親手做的作品完成之喜悅，難以言表。大家對於活動的滿意度均達8成以上感到非常滿意和滿意。

### 三、結論或建議

辦理此項活動對於校內師生運用食材製備食物的能力有所提升，學會糕點的基本原理運作以後，之後即可變化出各種點心，在陪伴長輩帶領健康促進活動時，有很好的幫助。

## 五、活動照片

|                              |            |      |     |
|------------------------------|------------|------|-----|
| 敏惠醫護管理專科學校 109學年度第1學期 研習活動剪影 |            |      |     |
| 活動主題                         | 「美好食光」工作坊  |      |     |
| 活動時間                         | 109年10月26日 | 研習地點 | 台南市 |



照片內容或描述：主辦人與店長合照



照片內容或描述：大合照



敏惠醫護管理專科學校 109學年度第1學期 研習活動剪影

活動主題 「美好食光」工作坊

活動時間 109年10月26日

研習地點 台南市



照片內容或描述：與成品大合照



照片內容或描述：現場老師教學



敏惠醫護管理專科學校 109學年度第1學期 研習活動剪影

活動主題 「美好食光」工作坊

活動時間 109年10月26日

研習地點 台南市



照片內容或描述：同學認真製作甜點



照片內容或描述：同學認真製作甜點