

台南市光華高級中學教師參加校外各項研習會心得報告

報告人：劉玲芳

會議名稱	103 年度國立暨私立高級中等學校南區衛生組長研習會	主辦單位 承辦單位	教育部國民及學前教育署 國立南投高級中學
日期	103 年 10 月 16、17 日（星期四、五） 研習時數：10 小時	研習地點	溪頭青年活動中心

一、研習目的：

- (一) 落實高級中等學校衛生組長在職訓練，辦理衛生教育、推動環境保護節能減碳、加強辦理健康促進及建立健康生活行為、執行校園食品安全管理、校園傳染病預防、緊急疫情處理等之宣導，提升學校衛生工作專業知能與技能。
- (二) 透過實務分享與經驗交流，凝聚共識，激勵學校人員士氣，以期加速推展學校衛生相關工作，營造環保節能、健康活力之永續校園。

二、研習內容：

- * 專題演講（一）：校園安全食品之認識 講師：文長安講師（輔仁大學餐旅系）
- * 專題演講（二）：菸害防治及認識電子菸之危害 講師：林清麗講師（董氏基金會）
- * 分組討論及經驗分享：
 1. 如何推動學校環境教育，以落實永續環境的環保概念。
 2. 如何預防校園傳染病發生，以維護師生衛生健康。
 3. 如何落實推動健康促進學校相關議題，以建構健康優質校園。
- * 專題演講（三）：校園販售食品查核業務宣導 講師：黃昭郎局長（南投縣政府衛生局）
- * 專題演講（四）：心靈成長 講師：林朱健科長（南投縣政府衛生局前疾病管制科）
- * 分組討論總結報告 * 綜合座談、閉幕式

三、研習心得：

豬油渣成為餐飲業增香食材，良心強烈建議：不要買半流體或液體的豬油，以避免餿水油或其他劣質油品的危害。此外建議政府：1. 飼料用油業者建檔列管。2. 豬油渣流向一定要稽查。3. 使用半流體或液體硬脂酸之食品業者一定要建卡列管。

橄欖油是唯一從水果中萃取的市售油品，然而在龐大的商業市場中，商人為了如期交貨、提高利潤…等等因素，在製作過程中常偷斤減兩，但上架時卻仍標誌為特級初榨橄欖油，使橄欖油純粹的特性被玷污，更對誠實的生產者極度不公平，也破壞了自由經濟市場的美意。

對於購買醬油的建議：貴的醬油不一定是好醬油。便宜的醬油一定是化學製的醬油。強力行銷的醬油，購買時宜謹慎為之。購買醬油時，顏色不宜太深。滷食物時，容易上色的醬油通常都有添加焦糖色素。小廠生產的大桶盛裝醬油，屬化學醬油之機率很高，團體膳食應避免購買。不敢標示製造廠商的醬油，應儘量少買。

「食品安全」是最近國人最夯話題，在本次研習中，透過文長安講師詳細說明食品製造流程，對許多日常食品多了許多認識，但同時也更迷惑：到底該如何購買安全食品？怎麼吃才是安全的？

學務主任：

黃美紅

教務主任：

張樹仁

校長：

光華高中 張淑霞