

### 97學年度健康促進系列活動--創意健康料理大賽

◎ 學務處生活輔導組 王雅琦 2008-12-09

現代人普遍生活忙碌，外食比例偏高，在外選購餐點與食物的機會也大大提升，因此，如何選擇兼具健康及營養價值的餐點，便成爲一項重要的課題。爲喚起本校教職員工生對於健康飲食的重視，學務處在學務長蔣立琦教授的精心策劃與大力支持下，於97年12月9日(星期二)晚間於互助大樓B1學生餐廳辦理「創意健康料理大賽」，期藉由創意健康營養食材的料理競賽活動，並輔以講座方式，加強均衡營養及健康飲食的宣導與推廣，強化教職員及學生對飲食的重視，進而促進身體健康。

本次活動內容包含「健康營養專題演講」、「有獎徵答」、「創意健康料理大賽」、「藥膳火雞風味大賞」、「票選及評選」與「公佈得獎名單及頒獎」等六大主題。在健康營養專題演講及有獎徵答部分，邀請校內外講師共五位以座談會方式進行健康營養概念之宣導，老師們活潑有趣的演講方式，高度引起與會同學的熱烈參與及發言；創意料理大賽部分，由於報名狀況相當踴躍，經初賽甄選後，評選六組於入圍總決賽，參賽選手們各個花招百出、創意十足，令在場師生驚嘆不已！比賽結果由本校營養系黃惠煥主任、徐國強副教授、蔡佳文助理教授、二位校外講師及參與學生共同評選，並由藥學二張雅婷與陳尹晨同學榮獲第一名、運醫三黃南憬與詹文惠同學榮獲第二名、運醫四葉建緯與黃濃怡同學榮獲第三名及超級人氣王。

同時，在活動會場，亦提供由本校中醫系及營養系同學協助參與製作之「藥膳火雞」，供與會師生品嚐，場面熱鬧非凡、盛況空前。

蔣立琦學務長對於本次活動的推展可謂不遺餘力，由策劃到執行階段都積極參與，有鑑於活動性質廣泛引起全校同學的興趣，因此在活動當天，除了吸引廣大人潮湧進會場外，更使參與師生度過了特別難忘的一晚！參與同學紛紛表示類似活動可在未來擴大辦理，讓更多對料理有興趣的同學有機會一展長才，同時也藉由活動增進師生間的情誼與良性互動，創造溫馨和樂的校園氛圍。

在此特別感謝營養系黃惠煥主任、徐國強副教授、蔡佳文助理教授熱情參與及指導，使活動順利圓滿、倍增光彩！

【相關圖片】



活動中邀請校內外講師共五位進行「健康營養專題」綜合座談。



參與同學發言踴躍，與講師互動良好。



營養專家現場指導與評分。



參賽同學與講師群暨全體工作人員大合照。