

# 112 年度(112-1)職涯輔導活動成果報告表

日期：112 年 3 月 26 日

學校名稱	中山醫學大學		
活動名稱	就業促進講座-台灣銀髮友善食品與高齡友善飲食環境推動現況		
活動日期	113 年 03 月 06 日		
活動時間	12:00-14:50		
活動地點	正心樓 0212 教室		
活動參與人數	105 人	活動對象	營養系大三~大四及研究所學生
講師	王怡晶	現任職務	食品工業發展研究所產品及製程研發中心資深研究員

## 執行重點

### 一、活動重點及目的：

台灣將於 2025 年邁入超高齡社會，隨著年齡增長、生理機能下滑、慢性病盛行，逐漸面臨飲食生活問題。因此「高齡飲食」成為未來醫療保健營養重要趨勢與開發市場。食品工業發展研究所自 2016 年起承接多樣政府部門「銀髮友善食品」，因此邀請王怡晶資深研究員來與同學分享有關質地飲食、銀髮友善食品發展與高齡友善飲食環境，在現今與未來市場的重要性。

透過此次活動，希望提供學生一個深入瞭解高齡飲食藍海市場的機會，以加強他們在「高齡飲食」的專業知識與實務應用。

(1) 提供學生深入瞭解高齡飲食相關議題的機會：透過此次活動，學生將有機會深入瞭解高齡者的飲食質地注意事項。透過與講師互動，學生可以更全面地了解高齡飲食的實務層面。

(2) 建立學生與「高齡飲食」領域專家之間的緊密聯繫：透過與業界專家的實際交流，建立學生與專業人士之間的橋樑。這將有助於學生未來在營「高齡飲食」領域進行實習或就業時，能夠更容易地選擇適合自己專業發展的方向。

(3) 提升學生的專業自信心與學習動力：透過與營養領域的講者互動，學生不僅可以學習到最新的產業趨勢與研究發展，也能夠在與專業人士的對話中不斷拓展自己的知識面，從而提升專業自信心，激發學習的動力。活動執行情形

### 二、活動特色及執行情形：

(1) 活動日期：113 年 3 月 6 日

(2) 活動地點：中山醫學大學正心樓 0212 教室

(3) 參加師生人數：108 人

(4) 活動特色及執行概況：

此活動邀請到食品工業研究所產品及製程研發中心資深研究員同時也是食品質地單元暨銀髮友善餐食研究團隊主持人王怡晶 研究員為同學講解高齡質地飲食與高齡友善食品市場。活動開始由主持人黃詩茜助理教授介紹講者背景，接著王研究員由食品工業研究所起源與介紹自己 2016 年起率領團隊執行行政院農業委員會計畫，針對農產食

材的質地、營養、調味等相關技術及產品進行研發，規劃出銀髮友善食品質地分規格（容易咀嚼、牙齦咀嚼、舌頭壓碎、無須咀嚼）四等級。近年來更進行國內銀髮友善食品評選，一路以來的規畫概念。王研究員更是帶來餅乾讓同學實地去測試質地飲食規格訂定原理，讓同學更加了解進一步去考量長者的飲食型態，吞嚥功能到食物研發的類型，並講解各種食物可能對長者發生吞嚥風險。王研究員更說到台灣即將邁入的超高齡社會，實際點出像是失智症長者實際面臨的飲食咀嚼的問題，更讓同學去了解生理機能老化的實際面，以及高齡友善飲食環境規劃時應注意的事項，也都是同學較未曾思考過的層面，也顯現出面對超高齡社會銀髮友善食品與環境的藍海市場之營養專業重要性。

時間	活動流程
12:00-12:30	報到、用餐、相關職輔活動之宣導及宣傳「臺灣就業通」，並介紹「勞動部中彰投分署」之服務內容與服務據點。
12:30-13:00	宣導「高齡飲食」未來需求與發展趨勢
13:00-14:30	演講
14:30-14:50	Q&A 交流討論

### 三、活動之質量化指標：

參與活動學生人數為 105 人，回饋問卷填寫人數 63 人，活動整體滿意度 91.9%。

### 四、具體檢討與建議：

面對高齡少子人口結構快速變動之飲食需求，營養專業人員之多元培育相當重要，此場活動也讓學生了解，除了臨床營養外，因應未來高齡社會長者飲食需求，如何整合營養均衡、質地技術、市場洞察及消費行為調查與行銷都是未來重要市場。因活動時間有限，未來希望可以再辦理餐食質地量測分級實作課程，讓同學能更實際了解食物質地與長者飲食的困難。

## 活動剪影



講師說明攝食能力與攝食狀況所造成的風險



講師介紹質地飲食的分



講師與同學互動式回饋



同學實際測試模擬咬碎餅乾的質地



活動與會合照



頒發感謝狀

(表格不足請自行延伸)