

2026 年桃園市營養師公會繼續教育課程

【營養 Z 世代】

一、主辦單位：社團法人桃園市營養師公會

二、課程日期：115年03月14日(星期六) 上午8時30分至16時40分

三、活動地點：桃園市龜山區復興街7號_桃園長庚轉運站

(長庚國際會議中心_討論室A)

四、報名事項：

(一)報名時間：即日起開放報名至115年03月08日(星期日)截止

(二)報名人數：80位名額，額滿為止

※以上時間若提早額滿，即以報名時間依序認列上課資格。

※請勿重複報名，重複者將依最後報名時間認列。

(三)報名費用：本會會員免費

(需繳交115年常年會費才符合有效會員)

(四)報名連結：<https://www.tyrd.org.tw/publicUI/D/D101.aspx>



(桃園營養師公會首頁 / 繼續教育 / 研習活動報名)

(五)課程聯絡人：桃園市營養師公會幹事 電話：03-3281200 #2544

(六)本研習課積分認證如下：

中華民國營養師公會全國聯合會營養師繼續教育積分(申請中)

中華民國營養師公會全國聯合會長照繼續教育積分(申請中)

五、課程表：

2026 年桃園市營養師公會繼續教育課程

營養 Z 世代研討會

時間	主題	主講人
09:00-09:50	AI 思維協作：重塑營養簡報的知識敘事力	許惠雯 營養師
09:50-10:00	中場休息	
10:00-10:50	食安守門人 聰明選擇 安心飲食	文長安 老師
10:50-11:00	中場休息	
11:00-11:50	食安守門人 聰明選擇 安心飲食	文長安 老師
11:50-12:50	中午用餐休息	
13:00-14:40	每日瑜珈助你穩定血糖與體重	嚴美瑜 Maggie 營養師
14:40-14:50	中場休息	
14:50-16:30	胰島素阻抗修復策略：從營養、腸道與細胞多面向介入，重啟健康代謝	呂美寶 營養師
16:30-16:40	簽退~賦歸	

六、注意事項：

(一) 本課程無提供餐點，午餐需自理。

為維護場內乾淨整潔，場內不能進食。

(二) 為響應環保，請自備環保杯，本研習課程不提供紙杯。

(三) 配合防疫政策，請全程配戴口罩。

(四) 汽車為收費停車場，學員需自行繳費。

(五) 地理位置圖



【防詐騙、查課程，保障長照人員權益】長期照顧服務人員繼續教育課

程查詢路徑(衛福部長照專區 <https://1966.gov.tw> 首頁>長照服務人員

專區>繼續教育課程相關資源)