



## 【網路課程】銀髮膳食均衡及配膳

### 課程簡章

- 一、 **主辦單位**：財團法人老五老基金會。
- 二、 **課程對象**：照顧服務人員、居家服務督導員、社會工作師、社會工作人員及醫事人員、照顧管理專員及照顧管理督導或長照服務相關計畫之人員。
- 三、 **授課講師**：財團法人老五老基金會 林品秀 營養師
- 四、 **課程時間**：課程可觀看期間為 2025/03/04~2026/03/03，影片時間總長為 1 小時 45 分。
- 五、 **課程連結**：<https://learn.ofo.org.tw/course/245>
- 六、 **課程積分**：預計申請專業課程 2.1 點積分。
- 七、 **課程費用**：內部員工免費 / 會員 \$150 元 / 非會員 \$300 元(非會員請以網頁頂端非會員課程報名表進行報名)。
- 八、 **課程大綱**：

老化常伴隨著生理和心理的改變，銀髮族若沒有注重飲食及生活習慣，及早開始做準備，可能因退化的病況影響飲食攝取，造成營養不均衡，進而免疫系統失調、抵抗力下降，導致各種慢性病發生。

另外銀髮族常有缺牙、無牙，或是假牙不合適的情況，影響咀嚼能力甚鉅，看著佳餚有食慾卻咬不下去，是十分的可惜!長久以來蛋白質、熱量的攝取不足也可能造成肌少症發生!本課程將從均衡飲食觀念由淺入深介紹，也適用於健康的成人，並提供許多為銀髮族配膳的小撇步!
- 九、 **報名注意事項**：
  1. 報名時請務必核對填寫之個人資訊是否正確，以免影響後續積分申請與研習證書之發放。

2. 本課程屬於網路繼續教育課程，依規定網路課程積分最多以 40 點計算，請自行留意已累積之網路課程積分數量，其他積分相關限制與規定，請依政府單位公告為準。
3. 觀看完整課程且測驗通過合格 ( 可在時間內重複考試，測驗成績需達 70 分 ) 與回覆滿意度問卷調查，方可視為全程完訓始得申請積分，獲得電子研習證書。
4. 此課程預計於每季末與截止日(2025 年 6 月底/9 月底/12 月底/2026 年 3 月初)結算統計，並進行長照積分成果回送作業，因此完成課程者的積分點數，將於最接近的季末結算時間送出申請，整堂課程最晚將於 2026 年 3 月初截止申報長照積分，請報名學員務必於 2026/03/03 17:00 時間截止前完成課程。
5. 購買課程後如因個人因素未於課程期限內通過課程，將無法取得積分，恕無法補課與退費。
6. 年費會員如因個人因素未於會籍期限內通過課程，將無法取得積分，恕無法補課與退費。
7. 線上課程僅提供電子版研習證書，如有需要請自行下載列印，證書核發後請盡速確認證書資料是否正確，如有需更正之處，請於核發日起 2 日內通知課程承辦人，並於 7 日內自行下載妥善存檔備份；如有逾期未下載、遺失等個人因素造成之狀況，可與課程承辦人申請補發紙本證書，每份酌收補發費用\$100。
8. 本會保有最終修改、變更、活動解釋及取消本活動之權利。

**※如因未符合以上事項或相關積分限制要求，而無法通過積分審查者，恕無法取得相關積分與研習證書，亦不得申請退費，敬請見諒。**