



健康管理學系

Department of Health Management, I-Shou University

發行日期：2021年4月1日

發行者：義守大學健康管理學系系學會

執行編輯：第16屆 魏佑潔、傅鈺軒

系刊第14期

系學會會長的話

第十六屆 高子甯

《本屆系學會榮獲本校優良社團》



接任系學會會長後，經歷許多過去不曾接觸過的事情，像是負責主持會議、參加幹部訓練、幫新生適應大學生活、解答系上同學的疑惑等，非常具有挑戰性。

雖然系會的事務很繁雜，但也因為擔任會長這個職位，讓我更懂得如何時間管理，學習適當的分配讀書及課外活動的時間；同時也透過系會辦理各項活動的機會，學會和不同個性的人相處，聆聽他人的意見及溝通協調的技巧。

擔任系學會幹部以來總是必須面對各種壓力，但這樣的過程不只讓自己變的更好，也使自己能夠勇於接受各項挑戰。在系學會的這段時間，很開心讓我有機會能跟系會夥伴們共同努力、一起成長，也讓我們的大學生活更為充實而難忘。



第十六屆系學會幹部全體成員

公共衛生師考試規則審查通過 預定110年舉辦考試

專門職業及技術人員高等考試公共衛生師考試規則草案於今(26)日上午經考試院第13屆第12次會議審查通過，公共衛生師考試之應試科目包括衛生法規及倫理、生物統計學、流行病學、衛生行政與管理、環境與職業衛生、健康社會行為學等6科目，試題題型將採申論式與測驗式之混合式試題，以應試科目總平均成績滿60分為考試及格。

公共衛生師法於109年6月3日公布，蔡英文總統曾表示此為亞洲第一；公共衛生師將會在促進國人健康的陣容以及在台灣防疫國家隊

中更為亮眼。考選部將積極展開建置公共衛生專業領域典試委員人才資料庫，規劃舉辦首次公共衛生師考試。

公共衛生師法通過後，主管機關衛生福利部必須配合研訂相關子法並審查應考資格，考選部配合衛生福利部所需作業期程，預訂於110年7月後受理公共衛生師考試報名，並於11月舉辦首次專技人員高考公共衛生師考試。



本文出處：考選部109/11/26

系友回娘家 - 分享守護民眾健康的多元職涯

講者 高邱敬恬 (102年畢業生) 高雄市政府衛生局醫政事務科 專案助理
李文薰 (108年畢業生) 全安聯合技師事務所 副工程師
許雅欣 (104年畢業生) 董氏基金會食品營養中心 專員

· 時間：109年12月5日
· 地點：醫學院區 A0102

在立法院三讀通過「公共衛生師法」，公共衛生師專技人員正式上路之際，健康管理者已成為各行各業都不可或缺的重要角色。今年本系系友回娘家特別邀請三位在職業安全衛生、非營利組織及衛生單位等不同領域的優秀系友，回系上跟學弟妹們分享個人職涯規劃與工作中的甘苦談。

高邱敬恬系友由於自己為原住民的身份，在學期間不僅擔任系學會會長，也參與系上辦理的多項原民健康促進活動，因此在畢業後即在高雄市衛生局醫政科工作，負責推動原民社區健康營造相關的業務，也屢屢帶領社區獲得各種獎項，鼓勵學弟妹多參加系學會，也多參與辦理系上各項健康促進活動，對未來職極有幫助。

許雅欣系友畢業後即在董氏基金會食品營養中心擔任活動企劃，負責多項與民眾飲食健康相關之專案，而進入董氏基金會的契機即源於當年在選擇實習單位時，即決定到非營利組織發揮健康促進專業，也因為表現優異，在畢業後即進入該機構工作，迄今都覺得慶幸自己能選擇這份工作，不僅能發揮在系上所學，也十分有意義。

李文薰系友是本次最年輕的分享者，雖然108年才畢業，但早於就學期間就取得職業安全衛生管理員的證照，並自許能成為一名稱職的職業安全衛生人員，因此畢業後即如願進入全安聯合技師事務所擔任副工程師，負責台積電的職業安全衛生管理

事宜，為守護勞工的健康盡一份心力。

系友們都提到系上的學習，不僅能幫助他們在職場上發揮健康管理的長才，也讓他們找到熱愛的工作，近年新興公共衛生議題層出不窮，已顯示出國家公共衛生人才的不可或缺，而系友的多元職涯表現更突顯各領域都需要健康管理的專業，期許在校的學弟妹們都能秉持守護民眾健康的使命，為社會貢獻專業。



第十四屆健康管理實習成果花絮

實習成果發表會是成為健康管理專業人員的重要里程碑。本次的多元場域實習成果發表主題為「翱翔」，象徵著本系學生在透過實習活動，已培養展翅天際的能力。祝福也期許每個學生們，能成為國人健康的重要推手！



實習心得分享 - 大同養護中心照服工作體驗

在大同實習的日子裡，讓我感到無比充實。除了照服員的日常工作之外，實習單位也舉辦許多在職教育課程，也安排我們參訪洗腎中心和食物銀行，不僅讓我們加深學校所學的知識，也了解到不同單位在長照體系下的運作模式。

在實習中，觀察到照服機構的長輩有多數時間都在看電視，為能提升長輩的活力與健康，我們運用課程所學設計適合長輩的水果卡牌搶答遊戲，在遊戲中不僅讓長輩能活動身體，也能讓他們動腦，以延緩失能。此外，由於口腔照護已是高齡者照顧的重要環節，因此實習單位也讓我們去社區嘗試口腔衛教，教導長輩正確刷牙以及口腔衛生的重要性，並利用回饋示教的方式確認長輩確實學會維持口腔衛生的技巧，最後才使用牙菌斑顯示劑檢查長輩牙齒是否刷乾淨。

在實習的過程，也曾經遭遇長輩因進食

嚥到的狀況，當下雖然也使用哈姆立克法，但長輩嘴巴緊閉不肯張開，緊急之餘，趕快拿湯匙把他嘴巴扳開並將食物挖出來長輩才得救，雖然有驚無險，但這次的事件也讓我意識到透過實習學習實務上解決問題的應變能力有多重要。

最後，很高興在暑假實習中有這麼多的學習，感謝我的組員以及實習老師給予幫助，讓我擁有這麼寶貴的經驗。



在大同養護中心實習的許恆碩同學分享充實又寶貴的暑期實習經驗

其它實習成果剪影



在董氏基金會心理衛生中心實習的林宜宣同學，用桌遊遊戲陪伴高齡長輩進行學習活動



在高榮家庭醫學科實習的蕭雅玲同學，以健康專業協助高齡長輩進行健康檢查



原民兒童健康營隊 - 飛向賽嘉、健康無垠

系上舉辦原民兒童健康營隊已行之有年，在這期間也服務過無數原民學童。健康營隊不僅讓系上學生能將所學之專業知識回饋於社會，同時也能培養學生規劃及統籌活動的能力。希冀透過寓教於樂的營隊活動改善當地健康問題並教導兒童正確健康觀念，減少偏鄉原民地區因資源分配不均所導致之城鄉差距。

很榮幸於企劃案課程中被選定為110年寒假營隊的主辦者，在籌備過程中，團隊進行了多次需求評估，針對賽嘉國小所遇之營養攝取及肥胖問題為亟須處理之健康議題做為課程主軸，並結合系上所學之營養學、體

適能及預防醫學等課程帶入活動設計方案中，讓生硬的知識透過遊戲達到寓教於樂的效果，增進學童學習動機並培養正確的健康觀念。

本次「飛向賽嘉、健康無垠」寒假營隊原訂於2月中出國，但因疫情影響而延期，團隊們為此成立防疫小組，並將更多防疫觀念帶入活動設計中，希望在疫情穩定後，能帶給賽嘉國小學童們最安心也最充實的營隊活動。

第十五屆 簡欣虹



在賽嘉國小進行需求評估，與場域師生合影

桌遊融合健康教育「健管系」學生創新有理

透過遊戲學習，激勵學童內化健康意識與養成健康習慣。義守大學「健康管理學系」很用心！50位大學生合力研發出三套視力保健、兩套健康體位桌遊，並辦理五場次衛教服務，招募三所國小種子教師，做為永續推動健康桌遊的教學先鋒。

在義大「健管系」的《健康促進》課程安排下，該系學生不僅學習健康方案設計與執行的專業能力，也實際將此能力應用於在地場域中。50位大學生藉此更深化了解燕巢國小、安招國小及鳳雄國小三所學童的健康問題，並合力研發出三套視力保健桌遊〈視力探險家〉、〈美麗新視界〉與〈用eye看世界〉，以及兩套健康體位

桌遊〈營養排排站〉、〈營養課對課〉同時辦理五場次衛教服務，協助培育三校各一名的種子教師，成為永續推動桌遊融入健康教學的帶領者。

義大「健管系」榮獲109年度教育部「大學社會責任實踐(USR)」中「以智慧生技導入健康創客小將養成計畫」補助，負責「健康遊戲達人培育」任務，聚焦以桌遊做為衛生教育媒材，鼓勵學生運用所學專業，鼓勵在地國小學童透過遊戲深化健康意識，進而養成良好健康習慣；大學生所設計的五套桌遊衛教活動，贏得國小師生熱烈回響，推廣健康上的創意更獲得滿滿讚賞，期待未來能有更多合作機會。

指導老師廖梨伶指出，透過該計畫引導大學生破除對傳統衛教模式的刻板印象，自然運用「遊戲化」元素，帶領國小學童體驗全新的健康學習歷程；大學生藉此學習從專業者角度切入，思考如何創新突破衛教與實務結合可能遭遇的困境，有助深化解決問題能力。而對國小學童來說，透過桌遊遊戲，潛移默化健康的知能，提升生活中的實踐力，可說是雙贏。



· 本文出處：中央社報導 109/11/16



義大「健管系」團隊前往燕巢國小師生推廣健康教育，互動熱絡。



義大「健管系」學生設計〈營養課對課〉桌遊，引導學童認識餐盤中的學問。



〈營養排排站〉桌遊設計精細，學童透過遊戲可充份認識六大類食物的重要性。

「健康管理實務初探」課程介紹 - 透過扎根學堂認識健康管理學系專業

本系於109學年度始，配合校方扎根學堂的政策，在大一開設了「健康管理實務初探」的課程，課程中包括小專題、系友生涯發展分享、業界實務演說與產業參訪，期望此課程讓學生用新視野新觀點來看待本系未來職場，也能提升個人在此未來職場的專業信心。鑑於高齡銀髮產業已是台灣與世界的趨勢，也充滿商機，然多數人對高齡銀髮市場之概念多存在傳統刻板印象，認為高齡市場只能從事勞力密集之照顧員工作，而對高齡市場之刻板印象也是以虛弱、退化、消極等，在高齡市場日新月異的同時，此刻刻板印象也限縮本系學生對未來銀髮就業新創業產業市場的想像力。

在本課程中所安排的參訪，跳脫傳統參訪養護中心或醫院等高齡照護單位，而反而選擇長期引進日本在宅老化新穎科技服務或福祉產品之「福樂多醫療福祉事業」，以及重新用正向觀點行銷活力老化之「弘道基金會」，都是建構於此思維，期待學生能在實際透過本次參訪，接觸這類型創新及科技產品或服務，重新建構未來高齡市場之形象，並提出高齡科技服務或產品的新創點，以使本系在大一的階段，就能開始認知到在本系習得之專業，與現有或未來市場之高度連結性。

廖梨伶 教授兼系主任



學生至福樂多居家生活館實際操作高齡科技輔具，重新認識銀髮市場



學生至弘道老人基金會參與創意高齡服務初體驗，個個唱作俱佳。



陳貞宇系友
(現任恆安老人長照中心居家督導員兼副組長)
向學弟妹們說明高齡照護市場與專業角色



本系通過大學校院 第三週期 系所評鑑！

經財團法人高等教育評鑑中心基金會大專校院委託辦理
品質保證認可通過，有效期間為六年。

(2020年1月1日至2025年12月31日)



榮譽榜

109學年度學生社團評鑑

第16屆 健康管理學系系學會-優勝



109學年度新生盃

第17屆新生 排球賽女生組-冠軍



109年職業衛生技師

第5屆 黃仁董

109年度大學社會責任實踐(USR) 學生成果競賽

第15屆 簡欣虹 USR Hub組-微電影-優勝、海報-優勝



第15屆 張卿媛、陸品涵 USR 組-海報 佳作

乙級職業安全衛生管理員證照

第13屆 林雅芬、第12屆 李文蘭

第11屆 陳姿璇

108-2 健康創意桌遊講思讀書會 獲優良讀書會

第16屆：賴泊心、傅鈺軒、林琬婷、楊舒閏、高子甯、黃郁茜、
魏筠欣、魏佑潔、林佩綺、黃季涵

公共衛生核心課程基本能力測驗 通過名單

第15屆：黃宥瑄、黃照芳、陳姿穎、陳美蕓、董鈴靜、
邱影渝、林佳瑩、蘇煜翔、張馨尹、張卿媛

獲獎心得

新生盃排球賽 女生組冠軍

第十七屆 黃靖煊

在大學生活的開始，我決定加入系排這個大家庭。一開始大家還在懵懂階段，團隊內的氛圍有些鬆散，但在大家的磨合和努力練習，我們越來越有默契，看到大家漸漸的上軌道，我覺得很欣慰也很開心。這次的比賽能夠獲得冠軍，是大家的努力，很感謝學姊的指導和系排夥伴們的互相合作，沒有他們的支持，就沒有這次得冠軍。



我們就是勝利方程式

系學會活動花絮 讓我們一起創造美好的大學回憶

迎新宿營 歡迎健管新鮮人

第十六屆 魏佑潔

這次的「義生與你相健」迎新宿營由我擔任總召的角色，也是多年來第一次和他系（生科系）共同合辦的活動。從開始定案到活動辦理的籌備期間，其實行程是非常緊湊的，陸續開了非常多次的會議，過程中才發現舉辦宿營這樣的大型活動，尤其又是兩系合辦的活動，其實沒有我想像的容易，遭遇到不少問題，也難免會與工作夥伴產生摩擦跟爭執，但也因此讓我學習到該怎麼去應對以及處理這些事情。

第一次辦這麼大型的活動，在活動中的工作會議、活動前的團練甚至是活動當天到檢討會，都讓我學習到許多過去沒有的經驗。例如：開會的時候應該怎麼表達，才能讓工作夥伴們清楚每個細節；如何對於每個任務組別的進度有良好的掌控；以及如何在最有效率的情況下讓各項工作可以完成等。

整個籌劃及執行過程，其實很辛苦，但當活動結束，尤其在閉幕時，看著學弟妹每個人臉上都掛滿笑容，當他們告訴我，他們覺得這次活動辦得很好，就覺得一切都值得了！



「義生與你相健」迎新宿營大合照



就是要烤肉，秋天跟系上同學一起烤肉最棒了！



配合萬聖節辦理的制服趴，大家的妝都好特殊！



聖誕趴透過交換禮物，營造系上溫馨的聖誕節氣氛

考試資訊

(僅供參考，請以主辦單位公告為準)

110年公共衛生師專技高考

- 考試資格：國內外醫事或公共衛生相關學系（包括：衛生教育、衛生福利、健康管理、環境衛生、健康產業、健康政策）畢業，並曾修習公共衛生18學分以上。
- 考試時間：預計於11月辦理
- 考試科目：針對公共衛生核心課程，包括生物統計、流行病學、衛生行政與管理、環境與職業衛生、社會行為科學共五個考科。
- 及格標準：各考科成績滿分為100分，以達60分為及格。

110年度職業安全衛生管理技術士技能檢定考試（乙級）

- 考試資格：國內外專科以上學校肄業，修畢工業安全、工業衛生相關科目9學分以上者；核心科目合計至少須有5學分，每項目最高認定2分
- 建議報考時間：大三即可報考

報名時間

第一梯：110/1/5-1/14
第二梯：110/4/27-5/6
第三梯：110/8/25-9/3

測驗時間

110/3/21
110/7/11
110/11/7

110年公務人員衛生行政高考暨普考

(本年度起考科修訂，詳見考選部網站)

報名時間

110/3/12(五)-03/22(一)

考試時間

普考：
110/7/09(五)-7/13(二)
高考：
110/7/11(日)-7/13(二)