

**臺灣健康管理學會**  
**2022 初階健康管理師認證訓練課程**  
**自強基金會 課程簡章**

主辦單位：臺灣健康管理學會、財團法人自強工業科學基金會

地址：300 新竹市光復路二段 101 號清華大學第四綜合大樓

上課日期：2/12(六)、2/13(日)、2/19(六)、2/20(日)、3/5(六)、3/6(日)，共 6 日。

自強基金會電話：03-5263116 #3214

臺灣健康管理學會電話：03-6102460 Line ID: @306mqycq

(學會保留更換講師和調整課程順序的權利)

## 臺灣健康管理學會簡介

### 壹、學會簡介

本會自 2002 年 11 月 12 日創辦以來積極推動各項健康管理之學術活動、人才培訓與刊物出版，並致力於傳遞正確的健康管理知識予社會大眾，期盼透過健康飲食、良好的生活習慣、運動與體適能、環境健康、心理健康管理等五大手段，從預防保健之觀點，幫助個人身、心、靈之健全發展，以達到健康老化之終極目標。

### 貳、學會開設之證照課程

學員於結訓後可參加本會所舉辦之健康管理師證照考試。本會之證照為多家醫療院所與企業機構認定之專業證照，可證明照護與保健諮詢能力，對於醫護人員、托老托幼照護人員、健康醫療保險、健康管理中心人員、或從事餐飲與其他大健康產業從業人員有重要實質幫助，可提升求職就業的競爭力，對於保健食品、醫療保險、住宅管理等業務部門或一般企業的健康管理部門也能提供協助相關教育訓練。

#### 一、健康管理師訓練班

分為初階健康管理師以及高階健康管理師，其所授課程包括健康管理學、文明病基礎、心理健康管理、健康飲食與烹調、生活營養學、健康管理方法與活動、生活環境與健康、健康照護與促進。

#### 二、中醫養生健康管理等證照班

從中醫的角度，教授養生與健康管理的觀念，以黃帝內經、穴位、食補等課程，深入淺出，講述健康養生的正確方法。

#### 三、醫護華語能力測驗認證

外籍人士經教育部認證之華語文中心修習醫護華語文課程滿一定時數，可報考本學會舉辦之語文能力測驗，測驗結果將以分數區分能力等級，發放證書。此認證目的為增進外籍人士醫病溝通、醫護照護能力。

## 初階健康管理師認證訓練課程表

(因應可能有不可抗拒因素，主辦單位保留課程內容及講師異動的權利，敬請見諒！)

日期	時間	課程名稱	時數	講師
2 月 12 日 (六)	10:00~12:00	生活保健與營養	120 分鐘	林志城
	12:00~13:00	午餐	60 分鐘	
	13:00~15:00	健康飲食與保健食品	120 分鐘	林志城
	15:00~15:10	休息	10 分鐘	
	15:10~17:10	慢性病的疾病成因與預防	120 分鐘	趙櫻花

日期	時間	課程名稱	時數	講師
2 月 13 日 (日)	10:00~12:00	淺談健康管理	120 分鐘	林淑芳
	12:10~13:00	午餐	60 分鐘	
	13:00~15:00	生活習慣與自主健康管理	120 分鐘	林淑芳
	15:00~15:10	休息	10 分鐘	
	15:10~17:10	急救與身體評估	120 分鐘	趙櫻花

日期	時間	課程名稱	時數	講師
2 月 19 日 (六)	10:00~12:00	身體與心靈的關係	120 分鐘	范書培
	12:10~13:00	午餐	60 分鐘	
	13:00~15:00	中醫健康管理	120 分鐘	姜凱莉
	15:00~15:10	休息	10 分鐘	
	15:10~17:10	輔助醫學漫談(含芳香療法)	120 分鐘	姜凱莉

日期	時間	課程名稱	時數	講師
2 月 20 日 (日)	10:00~12:00	心理健康管理	120 分鐘	范書培
	12:10~13:00	午餐	60 分鐘	
	13:00~15:00	生活環境與健康	120 分鐘	陳志郎
	15:00~15:10	休息	10 分鐘	
	15:10~17:10	環境與居家安全	120 分鐘	陳志郎

日期	時間	課程名稱	時數	講師
3 月 5 日 (六)	10:00~12:00	資訊運用與健康管理	120 分鐘	林哲揚
	12:10~13:00	午餐	60 分鐘	
	13:00~15:00	健康體適能實務應用	120 分鐘	洪彰岑
	15:00~15:10	休息	10 分鐘	
	15:10~17:10	運動健康管理	120 分鐘	洪彰岑

日期	時間	課程名稱	時數	講師
3 月 6 日 (日)	10:00~12:00	健康數據資訊解讀	120 分鐘	陳銘樹

日期	時間	課程名稱	時數	講師
3 月 13 日 (日)	10:00~11:00	證照考試 I	60 分鐘	
	11:00~11:10	休息	10 分鐘	
	11:10~12:10	證照考試 II	60 分鐘	

## 師資群

(按姓名筆畫順序)

林志城老師 元培醫事科技大學生技製藥系教授 臺灣健康管理學會理事長

林淑芳老師 元培醫事科技大學企管系主任 臺灣健康管理學會秘書長

姜凱莉老師 中華國際自然醫學整復協會教育總監

洪彰岑老師 元培醫事科技大學健管系主任

范書培老師 行動心理師

陳志郎老師 元培醫事科技大學環衛系助理教授

林哲揚老師 元培醫事科技大學企管系助理教授兼人事室主任

陳銘樹老師 臺灣健康管理學會常務理事 亞東科技大學醫務管理系教授

趙櫻花老師 元培醫事科技大學護理系助理教授

# 臺灣健康管理學會

## 初階健康管理師考照相關事宜

### 證照考試科目：

- 一、考試科目為健康管理學、生活習慣病的基本知識、心理的健康管理、生活保健與營養、生活環境與健康、保護身體的健康知識(含急救)等六科目，每一科皆超過 60 分，方可取得初階健康管理師證照。
- 二、如超過三節課未到者，則不得參加證照考試。
- 三、如未考過，可於一年內隨學會舉辦之其他場次認證課程進行補考，只需補考未過科目，補考費用每科為 1000 元。若超過一年者，請重新參加認證課程。
- 四、通過名單將於考試結束後一個月內公佈。

### 證照期限與展延：

- 一、通過本會考試取得初階健康管理師證書，其有效期限五年，年限屆滿得申請展延。申請展延者須於證書有效期限到期日後三個月內向本會提出申請。
- 二、申請展延者須備齊申請表、証書正本與相關證明。展延資格如下：
  - (一) 於證照有效期限內，參與本會主辦或合辦之活動滿 40 小時（非本會辦理者須滿 80 小時），可申請換證。
  - (二) 若未於證照有效期限內，參與本會主辦或合辦之活動滿 40 小時（非本會辦理者須滿 80 小時），則於證照到期後，註銷證照，必須重新參加證照考試，方能取得證照。

初階健康管理師證書有效期限展延結果，由本會通知之，並得視實際需要收取審核費。