

# 國際獅子會 MD300D 複合區 函

會址：彰化縣員林市中正路 372 號 5 樓  
電話：04-7682351 傳真：04-7682353  
電子信箱：twmd300d@gmail.com  
聯絡人：中文秘書 陳代欣

受文者：各區總監辦事處

發文日期：中華民國 111 年 03 月 14 日

發文字號：(111) 秘隆字第 031 號

附件：抗糖種子教師培訓課程及報名表

主旨：D 複合區舉辦 2021-2022 年度培訓抗糖種子教師研習營，名額有限，敬請各區提報 15 名參加。

說明：

- 一、為加強糖尿病防治宣導，培訓本區獅友成為抗糖種子教師，並且回到社區推廣糖尿病防治並運用指尖血糖機協助社區居民篩檢血糖。
- 二、培訓日期：111/03/27（星期日）08：00~16：20。
- 三、培訓地點：D 複合區會館  
（彰化縣員林市中正路 372 號 5 樓）
- 四、招生名額：40 位學員/報名截止日：111 年 03 月 23 日
- 五、報名專線：D-3 區辦公室 0958-319355  
D-5 區辦公室 04-8534918
- 六、結業證書：全程參與且完成學科與術科測驗頒發「結業證書」一張。
- 七、檢附抗糖種子教師培訓活動流程及報名表各一份。
- 八、報名費：2500 元（含血糖機、採血試片、採血針頭一組、創區抗糖種子教師 polo 衫）。
- 九、匯款銀行：銀行名稱 凱基銀行(代碼809)員林分行  
戶名：國際獅子會三〇〇D複合區籌備處江達隆  
帳號 6017-01-0000044-3  
轉帳後請告知各區，以利入帳作業，以匯款順序為優先錄取

國際獅子會三〇〇D 複合區議長 糖尿病防治委員會主任委員

江達隆 陳泳幸

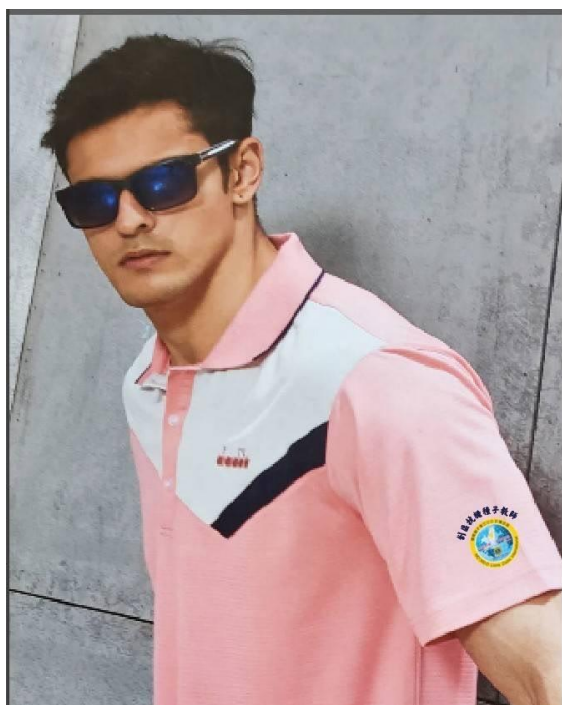
## 抗糖種子教師培訓課程

培訓日期：111/03/27(日)上午 8:00 - 下午 4:20

培訓地點：D 複合區會館（彰化縣員林市中正路 372 號 5 樓）

時間	課程內容	附註	課程時間
08：00~8：30	報到	300D 複合區	30 分
08：30~08：45	開訓典禮	300D 複合區	15 分
08：45~09：30	糖尿病控制目標與合併症	紀乃正醫師主講	45 分
09：30~10：10	自我監測血糖的重要性	龐憶琴護理師	40 分
10：10~10：40	實際操作血糖機	龐憶琴護理師	30 分
10：40~10：50	休息一下		10 分
10：50~11：30	認識醣類與份數代換	江幸芸營養師	40 分
11：30~12：10	我能吃多少	江幸芸營養師	40 分
12：10~13：10	午餐（適合糖尿病）		60 分
13：10~14：00	以九宮格實作飲食配置	江幸芸營養師	50 分
14：00~14：20	糖尿病與運動	龐憶琴護理師	20 分
14：20~14：40	實作運動 30 分鐘	龐憶琴護理師	20 分
14：40~14：50	休息一下		10 分
14：50~15：20	口服藥與注射針劑的注意事項	龐憶琴護理師	30 分
15：20~15：40	注射針劑操作與試打	龐憶琴護理師	20 分
15：40~16：20	結訓典禮/頒發 結業證書	300D 複合區	40 分

單位(cm)	S	M	L	XL	2L	3L	5L
胸圍	96	102	106	112	116	122	126
肩寬	48	51	53	56	58	61	63
身長 (後中量)	67	69	71	74	76	78	80
袖長 (肩點量)	22	23	23.5	24	24.5	25	25.5



左袖 寬7CM 高6.6CM



區別： 區

### 抗糖種子教師培訓課程報名表

連絡人：

NO	分會	姓名	E-mail	連絡電話	性別	董素	制服尺寸	匯款帳號後5碼
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

報名截止日：111 年 03 月 22 日