



# 中華民國肥胖研究學會 114 年度健康體重管理士課程



課程上線：114 年 5 月 25 日(星期日)

課程關閉：114 年 8 月 15 日(星期五)

考試時間：114 年 8 月 17 日(星期日)

日期	課程主題	講師
5/25(日) 課程 上線   8/15(五) 課程 關閉	引言	劉燦宏 理事長 中華民國肥胖研究學會
	認識肥胖症肥胖的定義及與疾病關係	蕭敦仁 醫師 敦仁診所 院長
	由自己做起瞭解身體密碼組成分析	劉燦宏 醫師 臺北市立萬芳醫院 院長
	心態建立啟動心理動機	蘇琮祺 諮商心理師 四季心心理諮商所 所長
	飲食管理食物、營養素和熱量	劉怡里 營養師 中華民國肥胖研究學會 理事
	運動管理日常生活活動量與運動	林頌凱 醫師 台灣運動醫學學會 秘書長
	保健食品、營養品與體重管理	吳映蓉 博士 臺灣營養基金會 董事
體重管理方法面面觀	鄭伶琪 營養師 佳齡健康營養部 主任	

主辦單位：中華民國肥胖研究學會