

# 聖約翰科技大學98學年度第1學期

## 休閒運動與健康管理系「職場體驗導航計畫-L. S. H. M夢工場」

### 教育訓練執行成果報告

10月至11月外聘老師來上課。



期中驗收。



在學習如何使用雪克杯!



11/30~12/4 試賣活動內場服務同學。



日期：98年11月30日至99年1月15日

地點：聖約翰書城-築夢花園咖啡館

主題：築夢花園咖啡廳(餐飲服務組)

主持人：柯淨文 老師

實習人員：休健二真同學

參加人數：每日客數約60位

活動成果：1.自 98 年 9 月份起，每週開放 4 場技能培訓講座課程，總計辦理場次為 16 場，參加人數 110 人，並於技能培訓講座後，設置築夢花園咖啡廳，由餐飲服務組同學將所習之餐飲技能，實際應用於夢工場活動中，建置學生一處職場情境模擬之實習機會。  
2. 築夢花園咖啡廳自十二月份開幕，營業時間為週一至週五上午 10:30 至晚上 8:30 分止，自營業以來，總計每日到客人數約 60 人。

# 聖約翰科技大學98學年度第1學期

## 休閒運動與健康管理系「職場體驗導航計畫-L. S. H. M夢工場」

### 教育訓練執行成果報告

提供徒手療法-肩頸紓壓



提供徒手療法-手臂肌肉放鬆



提供徒手療法-手臂肌肉放鬆



提供徒手療法-小腿肌肉放鬆



日期：98年10月19日起

時間：週一至週五12:00~13:00採現場報名制，週一至週四17:00~19:00採預約制

地點：百齡堂2樓養生保健教室

主題：寶芝林健康舒壓會館(健康服務組)

主持人：蔡文程 老師

參加人員：休健二真共27位學生

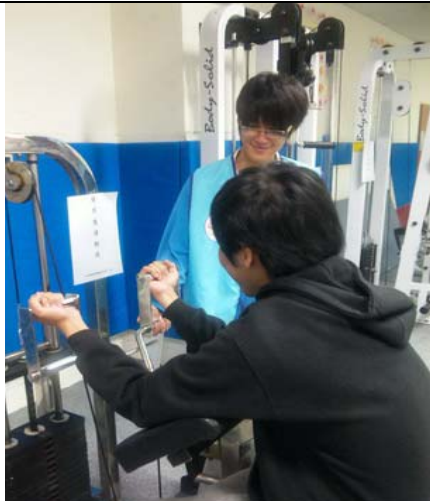



參加人數：十月：20位 十一月：29位 十二月：9位 總計：58位

活動成果：這學期提供的服務為徒手療法、運動傷害急救與防護、營養與體重控制諮詢服務，而本學期共有 58 位教職員及學生報名，其中也統計出教職員多半因為肩頸痠痛而接受徒手療法的養生紓壓按摩，而另外本學期體育組也辦理陸上運動會及球類競賽，故有不少選手接受運動貼紮防護及運動傷害急救，也預計下學期配合體育組辦理的競賽活動擴大舉辦徒手療法及運動傷害急救與防護服務。

# 聖約翰科技大學98學年度第1學期

## 休閒運動與健康管理系「職場體驗導航計畫-L. S. H. M夢工場」

### 教育訓練執行成果報告

<p>健身處方指導服務</p> 	<p>健身處方指導服務</p> 
<p>健身處方指導服務</p> 	<p>健身處方指導服務</p> 
<p>日期：98年10月19日起 時間：週一 1300~17:40 週二 11:00~18:30 週三 13:00~17:40 週四 11:00~17:40 週五11:00~17:00 地點：百齡堂1樓體適能中心 主題：樂活休閒育樂中心(休閒運動服務組) 主持人：李文田 老師 參加人員：休健二真共11位學生 參加人數：10月：76位 11月：149位 12月：164位 1月：36位 總計：425人 活動成果：本學期提供健身處方指導服務、協助教職員工生之運動技能學習指導、各項運動比賽籌辦服務，因體適能中心器材眾多，還是有部分學生對於較專業的器材不會操作，因此對於此項服務感到非常貼心，而下學期預計會推出更多新服務，也會配合體育組及休健系上所辦理的活動，達到學習及職場體驗的宗旨。</p>	

# 聖約翰科技大學98學年度第1學期

## 休閒運動與健康管理系「職場體驗導航計畫-L. S. H. M夢工場」

### 教育訓練執行成果報告

眾多選手正在排隊等著紓壓服務



選手正在接受紓壓服務



選手正在接受紓壓服務



選手正在接受紓壓服務



日期：98年12月5日

時間：14:00

地點：聖約翰大道

主題：2009 環大台北自行車挑戰賽

參加人員：休健二真-寶芝林健康舒壓會館(健康服務組)學生

參加人數：約400人左右

活動成果：此次配合 2009 環大台北自行車挑戰賽的活動，聖約翰科技大學為終點站，因此系上也決定派出休健二真-寶芝林健康舒壓會館(健康服務組)的學生，提供參賽的選手徒手療法及賽後放鬆按摩與運動貼紮服務，而參賽選手們也對此項服務深感窩心，對於剛騎完 160km 的賽程來說，即時的紓壓放鬆無疑是最好的 happy ending 呢!