



金榜學員：沈珮鈴_

原就讀學校：東京農業大學短期大學 - 營養系

經驗談：

在來志聖上課前，曾經參加過一次專技高考，但因為我是從日本營養系畢業的，所以有許多的專有名詞和台灣翻譯不同，而且，公衛及團膳根本就完全不同，所以分數不盡理想，於是中途就做了逃兵。

在決定重新投入考場時，曾上網搜索資料，經過比較後，發現志聖的邱老師風評相當的好，於是決定加入志聖這個大家庭。第一次上課時，那久遠未碰的生化果然讓我吃盡苦頭，但漸漸的在邱老師詳細的解說，讓我用理解的方式來記憶而不用再死背名詞定義。邱老師更厲害的是將生化、營養及膳療整合在一起，只要每次下課回家後有做複習，當邱老師上課再次提到時，就會多理解一次可增加記憶力，減少背誦的負擔。

至於我最害怕的公衛，則在秦老師有趣又有精神的教授下，清楚了解營養政策教育及營養計劃並且產生一點小興趣，對申論題的答題方式講解精闢，尤其是到總複習及題庫班，公衛老師講解的題目都非常實用。

食衛李老師的講義很豐富，因為講解內容靈活一直跳來跳去，剛開始上課很不能適應，要補充的也很多，不過後來就慢慢習慣了，甚至為自己能跟上腳步而感到高興。

看到 2 本厚厚的生理學課本(竟然有 18 章耶)，第一個反應是怎麼讀的完，生理楊老師利用 Powerpoint 就像聽演講般的上課，讓我覺得新鮮，尤其是複雜的免疫系統，楊老師用戰爭部隊的方式來加深我們的記憶，真的是讚 Y。但畢竟是範圍多的生理學，所以念起來還是覺得有點龐雜，若能夠將講義內容完整讀過 1-2 次後，將課本上的歷屆考題都做一遍，再佐以總複習時的大表，基本的生理考試相信是無法難倒我們的!

團膳文老師每次開始上課前，都會先和我們分享當天在衛生局當志工所遇到的課題，聽起來好像和考試無關，但實際上，不論是對考試或日後的工作都有很大的幫助，而文老師豐富的團膳經歷對我們而言，更是一大助力。

班導一秉霖會不定時的幫我們加油打氣，也會請考上的學長姐回來分享經驗

志聖營養師_考取經驗談

談，而膳療、生化與營養學都有小考，所以平時就有所準備，在後期會有很大的助益，即使沒念完，也要去參加考試，除了讓自己有緊張感外，更可以加深的印象。

每當我覺得累了或是無力時，就會想起食衛李老師常所說的「痛苦下的再堅持、程度到了營養師就是你的了！」這些話在這準備過程中給我很多力量，好好加油，你的努力一定會成功的。