亞洲大學

食品營養與保健生技學系

保健(妝品、食品、7+1)實習成果報告

(實習類別請自行修改)

 實習期間：年月日～年月日

 實習單位：

 班級：

 學號：

 姓名：

**113實習報告寫作指引**

**壹、實習報告撰寫格式：**

紙張：白色A4紙。

首頁：註明報告主題、實習單位、實習單位指導主管、指導老師、班級、姓名、學號、繳交日期。

字體：標楷體，字體大小12。

段落：行距採單行間距。

版面設定：上、下側為2.5 cm，左、右側為3.1cm。

頁數：**至少10頁**(不含首頁)。

**貳、實習報告內容：**

**一、實習成效**

1.實習單位對實習生交通、住宿及伙食之處理情形如何？是否理想？請分別

敘述。

(1)交通

(2)住宿

2.實習單位主管之教導方式如何?

3.實習之工作性質如何？

4.對擬前往此單位實習之學弟妹有何建議？

5.其他

**二、實習心得**

1.本實習符合你的期望與需要嗎？請說明之。

2.描述你個人在實習過程中，對單位有何貢獻…等等。

3.敘述你在實習單位中所負責的工作內容。

4.請自我分析你自己在實習過程中，專業知識、實務技能、人際關係處理、未來就業準備…等各方面是否有成長。

**三、實習生活剪影**

 1.實習工作相關、活動照片、訪視照片….等

 2.實習活動、實習週記錄表和實習心得等