



弘光科技大學餐旅管理系 2025年校外實習說明會



113年10月24日

校外實習說明會

簡報可於餐旅系網頁
實習專區/國內實習單位
說明會簡報 下載



校外實習作業預定日程表

日期	活動名稱	備註
113年10月	實習機構名額索取	系上作業
114年1月	公告各實習機構缺額及分發成績排序	學生line大群組
114年02月17日 (一)	113-2學期開學日	
114年3月	校外實習選填志願(撕榜單) (亞廚組、西廚組、餐旅組)	相關訊息 另行公告
114年4月	校外實習面試	依系上及實習機構安排

實際日程以系上公告為主。



校外實習作業預定日程表

日期	活動名稱	備註
114年4月	確認第一階段面試結果	
114年5月	第二階段面試及結果公佈	
114年6月	編列實習手冊、簽訂合約書	系上作業
114年6月	校外實習行前說明會	
114年7、8月	國外實習/校外實習開始	依各機構報到日期
115年4、5月	校外實習結束	

實際日程以系上公告為主。



記下來了嗎？



瞭解了嗎？



歷年合作實習機構



合作飯店 (北部)

台北君悅	慕舍酒店	寒舍艾美	遠東香格 里拉
台北君品	亞都麗緻	文華東方 酒店	雲朗集團
晶華	喜來登	W Hotel	台北國賓



合作飯店 (台中)

裕元花園

豐邑Moxy酒店

長榮桂冠

福華

台中港酒店

日月千禧



合作飯店 (其他地區)

日月潭雲品

新竹喜來登

台南晶英

桃園翰品

涵碧樓

台南遠東



合作餐廳

王品集團

瓦城

饗賓餐旅

開展集團

吉比鮮釀

皮諾可可

鼎泰豐

漢來美食

頂粵吉品



合作餐廳

Impromptu by Paul Lee	与玥樓	JL Studio 餐廳
NARA	MEAT GQ	侯布雄
元YUAN	鳥苑餐廳	俺達の肉屋
小樂沐	星野集團	Forchetta



合作機構(海外)

地區	機構名稱	面試者
新加坡	The Singapore EDITION THE WESTIN SINGAPORE The Fullerton Hotel /The Fullerton Bay Hotel Shangri-La Rasa, Sentosa, Singapore Pan Pacific Singapore Kilo Singapore House on The Moon Restaurant JW Marriott Hotel Singapore South Beach Orchard Hotel Singapore nostalgia hotel Singapore Nicolas Le Restaurant	第一階段： 代辦人員 第二階段： 業者

合作機構(海外)

地區	機構名稱	面試者
日本	溫泉旅館、渡假旅館	日本-iNNi Consulting
義大利	ALMA義大利國際烹飪學院	第一階段： 系上師長 第二階段： ALMA師長





校外實習分發標準



第24屆校外實習分發標準(大一)

序號	項目	分配	說明
1	學業成績	15分	1.採計一年級2個學期之學業成績平均。 2.採計實際轉系、轉學入餐旅系之學期。
2	照證關相旅餐(及腦電含文語) 獎得賽競	5分	項一獎得賽競性國全2分 項一獎得賽競際國3分 具丙級/電腦/語文/其他相關證照一張1分 張一照證級乙具2分 **僅採計入學後
3	服務成績 志工時數：系辦依系統登記認證結果統計。 服務成績上限50小時。 依就讀餐旅系之學期，等比例採計。 ▲假如大一完成服務成績(志工)100小時→直接達標，大二不必再做志工服務。	20分	1. 協助系務志工時數_____小時(此處登記原始時數) 2. 協助餐旅系相關社團(飲調社、西廚社、國青社、品酒社、時尚甜點社)：每社團最高250小時為上限，且每人最高30小時，由社團統一開立提供系辦認證；協助餐旅系系學會：上限50小時 3. 參加系學會者：憑系學會出示幹部證明，可抵免志工時數，取得此項分數。(幹部出席率需達9成) 4. 擔任弘光學生社團幹部、班級幹部1分/學期、社長及班代2分/學期 5. 協助餐旅系教師：上限10小時 6. 非餐旅系社團及校內非餐旅系單位上限10小時
4	旅之習學 系辦依系統登記認證結果統計 依就讀餐旅系之學期，等比例採計。	10分	學習之旅時數認可15小時 ▲假如大一完成學習之旅30小時→直接達標，大二不必再參加活動(※但是，期初、期末大會為必要出席，一定要參加)。
	計合	50分	

第24屆校外實習分發標準(大二)

序號	項目	分配	說明
1	績成業學	5分	1.採計二年級2個學期之學業成績平均。 2.採計實際轉系、轉學入餐旅系之學期。
2	競賽照證 (含資訊、文語、賽競等獎得)	5分	項一獎得賽競性國全(5、3、2分)。 項一獎得賽競際國(金6、銀4、銅2分)。 張一照證級丙具5分。 級乙具(或國際級)張一照證10分。 **僅採計入學後
3	專業服務200小時 (採計至二下學期結束) 依就讀餐旅系之學期， 等比例採計。 ▲假如大一完成服務成績(志工)100小時→直接達標，大二不必再做志工服務。	25分	*專業服務採用小時認可制，每學期採計至多100小時 1.協助系辦公室專責工作(每學期採計至多100小時)。 2.系學會與社團幹部協助系上活動(每學期/每人80小時)。 3.擔任班級幹部(每學期60小時/班代80小時)。 4.擔任系上教師課程小老師(每學期80小時)。 5.參加系學會與系上社團活動(每學期採計至多100小時)。
4	學習表現 依就讀餐旅系之學期， 等比例採計。	15分	1.習學表現採用點可認數制，總點數為40點。 2.認可點數含:期初、期末聯合班會、系舉辦相關演講、活動等。 3.參加系學會辦理相關活動。 4.每場活動採認點數以公告為準。
計合		50分	
重要說明		以上，大一+大二4項基本績成列為三上(必)【專題實務】成績50%。	

第24屆校外實習分發標準-外加分數

**僅採計入學後

項次	加分	項次	加分
全民英檢初級初試通過	2分	日本語能力試驗五級通過	2分
全民英檢初級通過或 TOEIC多益350分以上	5分	日本語能力試驗四級通過	5分
全民英檢中級通過或 TOEIC多益550分以上	10分	日本語能力試驗三級通過	10分

※備註：

1. 依「弘光科技大學餐旅管理系學生實習準則」第二章第十四條，若校內實習報告未如期繳交者，扣減校外實習單位分發成績總積分5分。
2. 依分發標準項目序號，依次往下比序，再同分繼續往下比，最後還是同分則抽籤決定。
3. 本表修正通過後，自113年09月06日起實施。

經113年09月06日「餐旅管理系實習委員會」審核通過





選填實習志願(撕榜單)



校外實習選填志願(撕榜單)

預計辦理月份：114年3月

方式：廚藝組(亞廚、西廚)

餐旅組

二組依各組同學成績排序進行選填

順序：由成績高者優先選填志願



撕榜單注意事項

1. 事前排定選擇目標之順位 (3 - 4家)
2. 每人於現場僅可選取1個職缺
3. 隨時掌握現場名額之變動
4. 確認選取之飯店及工作部門/單位



國內選填志願之原則

亞廚組
西廚組

內場

外場

餐旅服務組

餐旅業各
部門(餐飲
內場除外)

依《弘光科技大學餐旅管理系學生實習準則》辦理



國內實習機構媒合

- 媒合第一階段提供職缺，讓每位學生都能確實選填志願並安排面試。
- 第一階段面試不成功者，再次提供第一階段尚有缺額，安排學生進行第二次媒合。
- 確定實習機構與選送學生意願後，雙方簽訂「弘光科技大學學生校外實習合約書」，分為A.僱傭關係契約、B.非僱傭關係契約。

依《弘光科技大學餐旅管理系學生實習準則》辦理



海外實習遴選之條件

一、必要項目：「弘光科技大學餐旅管理系日間部校外實習分發序位成績表」須達六十分以上。

二、義大利專案基本要件：

(一) 研修本系義大利相關課程(包含義大利廚藝、義大利語言)成績及格。

(二) 修畢一、二年級英文課程成績及格或達成本校語文能力畢業門檻之相關規定。

三、非義大利專案基本要件：

(一) 依各國語言需求，研修該項進階語文課程及格。

(二) 日文檢定N5(含)以上。

(三) 達成本校語文能力畢業門檻之相關規定。

(四) 達成該國家語言要求標準。

依《弘光科技大學餐旅管理系學生實習準則》辦理



選哪一家呢?????

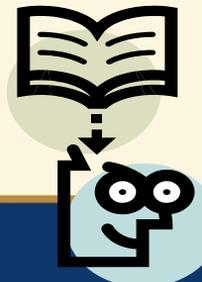


選哪個單位或部門 ????



撕榜單前準備工作

1. 上網搜尋各實習機構資訊
2. 分析自我條件(興趣、專長、特質……)
3. 確認自己的實習目標機構
4. 請教家人、師長、朋友
5. 模擬志願排序



選填實習機構應確認事項

1. 實習之目標(飯店、餐廳)
2. 實習之部門或單位(櫃檯/房務/
中西餐廳/中西廚房/烘焙…)
3. 確認需求之資格及提供之條件
(語文、證照、宿舍 …)

務必親自選填



注意事項

1. 沒有選錯
2. 沒有看錯
3. 沒有幫別人選
4. 沒有私下更換之機會



挑選實習機構建議

1. 請教目前或之前實習之
學長/學姐
2. 至目標部門當 PT 實際
體驗





校外實習(面試)



面試規定事項

- ◆ 服裝：著整齊系服
- ◆ 髮型：
 1. 禁止染髮或挑染
 2. 利用髮膠或定型液固定頭髮
- ◆ 準備資料：
 1. 機構制式履歷表
 2. 貼上正式大頭貼



服儀參考-男性

1. 禁止染髮、穿鼻環或唇環。
2. 鬍子需修整乾淨。
3. 兩側頭髮及鬢角長度不能超過耳朵。
4. 梳整頭髮整齊伏貼不毛燥。



服儀參考-包頭

1. 禁止染髮、穿鼻環或唇環。
2. 使用黑色無亮片或任何珠飾的髮網梳理成髻。
3. 梳理整齊服貼不毛燥。
4. 兩側頭髮不散落，瀏海不遮住臉頰且露出雙耳。



服儀參考-馬尾

1. 禁止染髮或穿鼻環或唇環。
2. 使用黑色髮夾或橡皮筋梳理成馬尾。
3. 梳理整齊服貼不毛燥。
4. 兩側頭髮不散落，瀏海不遮住臉頰且露出雙耳。



實習機構面試

日期：暫定114年4月(依系上及實習機構安排)。

錄取：實習機構通知錄取名單，同學考慮後確認回覆。

未找到理想實習機構者，進入第二階段



實習機構面試

【注意事項】

1. 準備資料：依各機構規定填寫制式履歷等表單，準備面試資料。
2. 辦理請假手續：面試同學自行填請假單，並知會任課教師。





最後 一哩路？

面談技巧





再次叮嚀



起心動念。 如何選擇適合自己實習單位

- 隨波逐流？
- 想要多學習工作技能？

內場？ 外場？
房務？ 服務中心？
更多？



- 想要多賺一點錢？
- 想要平安度過這一年？

起心動念. 如何選擇適合自己實習單位

- 仔細思考自己的人格特質
- 我是否具備職場工作能力
- 我是否做過功課了



起心動念. 如何選擇適合自己實習單位

- 你還剩下多少時間可以準備?
- 國外? 【日本. 新加坡. 義大利】
台中?
台北? 【住宿：合租. 分租. 親戚家】



你還能選擇~海外實習



☆日本實習☆



☆新加坡實習☆



☆澳洲實習☆



☆義大利實習☆



起心動念。 如何選擇適合自己實習單位

帶著準備好的心情
迎向全新的實習生活

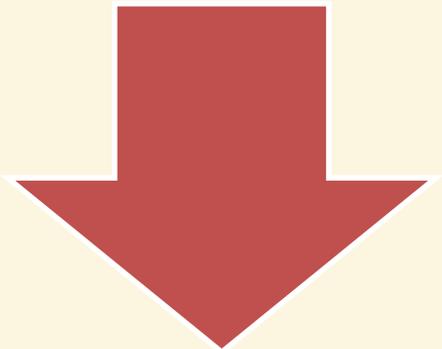
預祝大家 **收穫滿滿**



成功是給能夠
堅持到最後的人

加強競爭力，
學習永遠不嫌晚





你無法
改變過去



但是你可以
決定未來！



Q & A 時間

