

# 高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事C據點 115 年 2 月課程活動表

據點地址：[高雄市苓雅區福德三路109巷10號1樓](#) 報名電話(07)7519644

時間	週一	週二	週三	週四	週五
09:00-09:30	報到、生理量測				
09:30-10:00	自由時間：齊來歡唱、健康讚美操、手語、詩歌				
10:00-12:00	2/2、2/9 2/23 2/16 春節 人體使用手冊 /余亮	2/3、2/10 2/24 2/17 春節 舒活瑜珈 劉玉娟	2/4、2/11、2/25 預防及減緩失能 (芳香療法結合懷舊桌遊健腦益智好營養)1-3 黃芊珈	2/5 健腦音律動 滋動/林淑蓉 2/12/活力體適能/江奕韻 2/19 春節 2/26 健腦音律動 滋動/林淑蓉	2/6* <b>衛教講座</b> 中醫現代健康管理與養生/陳建鑫 2/13 身體部位保養/黃瓊儀 2/20 春節 2/27 228 補假
12:00-12:30	餐前準備(洗手準備用餐)				
12:00-13:00	午餐				
14:00-16:00	2/2、2/9 2/23、 2/16 春節 樂活智能 張筱箴	2/3 種子藝術手作 /蘇秋仁 2/10 種子藝術手作 /蘇秋仁 樂齡桌遊	2/4 認識經絡穴位 蘇景星 2/11 認識經絡穴位 蘇景星 藝術創作	歡樂卡拉 OK	藝術創作
16:00-16:10	自由活動、相互交流、準備回家				

※衛教講座可供一般社區民眾參加，名額有限，請事先電話預約報名