

高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事C據點 115 年 4 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) 722-4283

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	<p>4/6 清明節</p> <p>4/13. 4/20. 4/27</p> <p>生活 3C 達人</p> <p>邱睿鈞</p>	<p>4/7. 4/14. 4/21. 4/28 舒活瑜珈/劉玉娟</p>	<p>4/1. 4/8. 4/15. 4/22. 4/29</p> <p>預防及減緩失能(芳香療法結合懷舊桌遊健腦益智好營養)8-12</p> <p>黃芊珈</p>	<p>4/2. 4/9. 4/16. 4/23 4/30</p> <p>健腦音律動滋動</p> <p>王惠鈴</p>	<p>4/3 清明節連假休</p> <p>4/10 玩繩編織趣</p> <p>黃瑜媚</p> <p>4/17 玩繩編織趣</p> <p>黃瑜媚</p> <p>*衛教講座</p> <p>4/24 中醫現代健康管理與養生/</p> <p>陳建鑫</p>
12:00-12:30	餐前準備(洗手準備用餐)				
12:00-13:00	午餐				
14:00-16:00	<p>4/6 清明節</p> <p>4/13. 4/20. 4/27</p> <p>樂活智能</p> <p>張筱箴</p>	<p>4/7 海洋理肌畫</p> <p>顏可茶</p> <p>4/14 樂齡桌遊</p> <p>4/21 手工家事皂</p> <p>顏可茶</p> <p>4/14 樂齡桌遊</p>	<p>4/1. 4/8. 4/15. 4/22. 4/29</p> <p>經絡穴位調理</p> <p>蘇景星</p>	<p>歡唱卡拉 OK</p>	<p>藝術創作</p>
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