

高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事C據點 115年_5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	5/4. 5/11. 5/18 5/25 生活 3C 達人 邱睿鈞	5/5. 5/12. 5/19. 5/26 舒活瑜珈 劉玉娟	5/6 春日小桌花/ 顏可茶 5/13 萬家燈火/ 邱佳鈺 5/20 檸檬皮洗碗 精/顏可茶 5/27 高齡的運動 與營養/黃芊珈	5/7. 5/21. 5/28 健腦音律動滋動 /王惠鈴 5/14* 衛教講座 病主法及預立醫 療/官鴻珍	5/1勞工節 5/8預防失智症/凱旋 醫院 5/15身體鬆活按摩/ 林芸安 5/22中醫現代健康管 理與養生/陳建鑫 5/29老人保護與預防 通報/吳睿桐護理師
12:00-12:30	餐前準備(洗手準備用餐)				
12:00-13:00	午餐				
14:00-16:00	5/4. 5/11. 5/18. 5/25 樂活智能 張筱箴	樂齡桌遊	5/6. 5/13. 5/20. 5/27 經絡穴位調理 蘇景星	歡唱卡拉 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