

高雄市立中醫醫院(永康里)醫事C據點 115 年 10 月課程活表

據點地址：高雄市苓雅區河北路 60 號(聖味增德堂一樓弘道中心)

時間	週三		週四		週五	
08:30-09:30	報到、生理量測、聽音樂、分享心情點滴					
09:30-11:30	--	--	10/1	健康雕塑身材/ 黃淑花	10/2	樂活體適能/ 張筱箴
	10/7	芳香保養奇緣/ 林容竹	10/8	※衛教講座 中醫解析健康與 運用/阮致盛	10/9	國慶連假放假
	10/14	手作+體適能/ 陳慧美	10/15	助眠芳香療法/ 薛嘉琪	10/16	舒筋增肌好活 力/※謝佳蓉
	10/21	芳香保養奇緣/ 林容竹	10/22	活化腦細胞/ 薛嘉琪	10/23	樂活體適能/ 張筱箴
	10/28	芳香保養奇緣/ 林容竹	10/29	精油手工皂/ 薛嘉琪	10/30	樂活體適能/ 張筱箴
11:30-13:30	餐前準備(洗手準備用餐)/午餐/午休					
13:30-14:00	報到/生理量測					
14:00-16:00	10/7.10/14.10/21.10/28. 舒活瑜珈/劉玉娟		10/1.10/15. 種子手作/蘇秋仁 10/8.10/22.10/29 歡唱卡拉 OK		10/2.10/16.10/23.10/30. 健腦彈唱烏克麗麗/ 陳文英	
16:00-16:30	自由活動、相互交流、準備回家					

據點地址：高雄市苓雅區河北路 60 號(聖味增德堂一樓弘道中心)

※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樂

預約電話：(07)7133186#152.153 衛教室護理師江美玲