高雄市立中醫醫院(中正里)醫事C據點115年11月課程活表

據點地址：高雄市苓雅區廣州一街163號11樓(芥菜種教會)

<table>
<tr><th>時間</th><th colspan="2">週一</th><th colspan="2">週二</th><th colspan="2">週四</th></tr>
<tr><td>09:00-09:30</td><td colspan="6">報到、生理量測</td></tr>
<tr><td rowspan="5">9:30 - 11:30</td><td>11/02</td><td>音樂律動
/陳彩霞</td><td>11/03</td><td>身體鬆活按摩
/林芸安</td><td>11/05</td><td>*衛教講座
中醫多元養生
/陳建蠡</td></tr>
<tr><td>11/09</td><td>音樂律動
/陳彩霞</td><td>11/10</td><td>樂活肌力伸展
/黃秀惠</td><td>11/12</td><td>體適能養生功法
/林韓茹</td></tr>
<tr><td>11/16</td><td>音樂律動
/陳彩霞</td><td>11/17</td><td>身體鬆活按摩
/林芸安</td><td>11/19</td><td>輕軌一日遊</td></tr>
<tr><td>11/23</td><td>音樂律動
/陳彩霞</td><td>11/24</td><td>樂活肌力伸展
/黃秀惠</td><td>11/26</td><td>體適能養生功法
/林韓茹</td></tr>
<tr><td>11/30</td><td>音樂律動
/陳彩霞</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>11:30-12:00</td><td colspan="6">餐前準備(洗手準備用餐)</td></tr>
<tr><td>12:00-14:00</td><td colspan="6">午餐/午休</td></tr>
<tr><td>14:00-16:00</td><td colspan="2">11/02、11/09、
11/16、11/23、
11/30
歡樂舞趣
/張筱箴</td><td colspan="2">11/03 蘆薈清潔劑
/顏可棻
11/10 手機AI生活應用
/邱睿鈞
11/17 心想事橙掛件DIY
/胡妤睿
11/24 手機AI生活應用
/邱睿鈞</td><td colspan="2">11/05 氣功養身
/陳姵璇
11/12 種子藝術手作
/蘇秋仁
11/19 輕軌一日遊
11/26 種子藝術手作
/蘇秋仁</td></tr>
<tr><td>16:00-16:30</td><td colspan="6"></td></tr>
</table>

※衛教講座可供一般社區民眾參加，名額有限手，請事先電話預約報名

預約電話：(07)7133186#152 153　衛教室護理師江美玲