

高雄市立中醫醫院

婦女養生保健健康講座暨養生藥膳品嚐新聞稿

肩、肘酸痛暨骨質疏鬆症自我照護

終日辛勞的媽媽，肩、肘疼痛或酸痛暨骨質疏鬆經常困擾著您嗎？

在這溫馨的五月母親節，本院專為媽媽設計的課程，如何利用食療及中醫、藥，使您也能在家輕鬆照顧自己的身體，課程由傷科主任謝冠生醫師主講，並備有養生茶飲及四珍藥膳品嚐，歡迎您報名參與。

參加對象：一般民眾（上課學員可登錄公務時數）

報名費：免費

報名人數：每班限額 40 名

上課地點：本院 3 樓會議室（高雄市前金區中華三路 68 號 3 樓）

報名專線：(07) 2318286 或 2163186 轉 633 衛教室

聯絡人：高雄市立中醫醫院 衛教室 許明敏 2163186 轉 632

備有養生茶飲及四珍藥膳品嚐，歡迎您報名參與

上課時請自備環保杯、耐熱碗筷

日 期	時間/內容		工作人員
5 月 9 日 週五	13:30~14:00	報到	志工
	14:00~16:00	肩、肘酸痛暨 骨質疏鬆症 自我照護	謝冠生醫師