

高雄市立中醫醫院

「夏季養生」健康講座新聞稿

炎炎夏日到來，中醫提到暑氣傷心，會令我們身體產生一些不舒服的症狀，如中暑、腸胃炎、口乾舌燥、濕疹、香港腳、疲倦…等，應如何避免夏日疾病，並安然快樂的度過夏季，就由我們來告訴您：「如何做好夏季養生」。本院於6月辦理「夏季養生」專題講座，邀請有興趣的民眾共同參與。

參加對象：一般民眾（上課學員可登錄公務人員時數）

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

上課時請自備環保杯及耐熱碗筷。

日期	時間/內容	時間/專題演講		講師
6月26日 週四	13:30-14:00 報到	14:00~14:50 15:10~16:00	夏季養生藥膳 中醫夏季養生	蔡明陽藥師 許智超醫師

為響應政府廉潔核心價值的活動，政風室將搭配6月份專題講座宣導，教導大家如何共同推動廉潔好風氣，大家做伙來。