

高雄市立中醫醫院中醫保健免費教學

在現代的社會中，求溫飽已非難事，但人的慾望卻無止盡，汲汲營營於名利追求的結果，身衰神弱，以致百病叢生，中醫養生之道就是根據生命發展及 24 節氣的規律，才能保養身體，減少疾病發生，延緩衰老，卻病延年。

本院 5-6 月辦理 4 場中醫保健課程，運用養生保健在於日常生活上，規劃一系列的講座。

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 40-50 名

教學地點：本院三樓會議室（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

上課期間備有養生茶飲，請自備環保杯。

課程表：

日期	時間	內容	講師	開始報名
105.05.09 (週一)	13:40 報到 14:00~16:00	銀髮族預防保健	吳青峯醫師	04/18
105.05.26 (周四)	09:10 報到 9:30~11:30	長壽養生	黃宏庭醫師	05/02
105.06.15 (週三)	09:10 報到 9:30~11:30	癌症的中醫預防 保健	吳瀚德醫師	05/26
105.06.28 (週二)	13:40 報到 14:00~16:00	簡易的穴位按摩 保健	謝冠生醫師	06/08