

115年度臺中市太平區衛生所C據點長照站(醫事C)第4期冬季班10月服務內容

	週一	週二	週三	週四	週五
9:00	上課報到、量血壓、據點公共環境清潔、據點園藝整理				
9:30 至 11:30	跨齡永續銀髮照護整合 方案 CL-14-0011 童淑寬 老師 (預防延緩失能) 音樂體適能及益智積木 多元課程劉孟芬老師 (健康促進)	樂活體智能訓練 林廣聞 老師 (健康促進)	小農美學新生活 陳梅齡 老師 (健康促進)	金曲一手手 白明美 老師 (健康促進)	樂活動一動 陳沛羽 老師 (健康促進)
11:30 至 12:00	午餐供餐 (週五為蔬食環保餐，當天僅供應蔬食餐點)				
12:00	午休時間				
12:30	上課報到、量血壓、據點公共環境清潔、據點園藝整理				
13:00 至 15:00	肌力有氧億定 GO 游采函 老師 (健康促進)	樂齡養肌班 蕭易昀 老師 (健康促進)	樂齡活躍運動 GOGOGO 蔡鈴華 老師 (健康促進)	銀髮體適能 杞俊德 老師 (健康促進)	樂活肌力 GO 高德翰 老師 (健康促進)

※據點得依實際服務情況彈性調整課程師資及業務