

# 113 學年度第 2 學期

## 樂大一年級「健康生活大改造」課程表

上課時間：週四 15：10～17：00，共 12 次

授課教師：郭昶志 老師

週次	日期	上課教室	課程主題
1	2/27	濟世大樓二樓 CS201 教室	活躍的頭腦與心靈:心智活動 (一)
2	3/6		活躍的頭腦與心靈:心智活動 (二)
3	3/13		電影欣賞與職能觀點探討-明 日的記憶
4	3/20		認識老年憂鬱
5	3/27		電影欣賞與職能觀點探討-金 盞花大飯店
6	4/10		人體力學、預防跌倒原則與運 動(一)
7	4/24	濟世大樓二樓 CS210 教室	感恩的心-母親節慶祝活動:職 能為關係建立之媒介
8	5/1	濟世大樓二樓 CS201 教室	人體力學、預防跌倒原則與運 動(二)
9	5/8	濟世大樓二樓 CS210 教室	居家安全、生活輔具與環境改 造
10	5/15	濟世大樓二樓 CS201 教室	運用日常活動訓練平衡能力
11	6/5		健康飲食、營養與食品標籤大 破解
12	6/12		畢業成果展現與課程回顧

# 113 學年度第 2 學期

## 樂大一年級「閱讀身體檢查數據」課程表

上課時間：週四 13：10～15：00，共 12 次

週次	日期	上課教室	課程主題	授課醫師
1	3/6	濟世大樓二樓 CS201	骨質疏鬆症	陳韋如
2	3/13	濟世大樓二樓 CS211	何謂血色素低？ 該進一步做什麼檢查？	柯韋媛
3	3/20	濟世大樓二樓 CS201	一般性健檢的常規項目	
4	3/27		健檢的用意與種類	蔡育皓
5	4/10	濟世大樓三樓 CS312	何謂血壓、血糖偏高？ 怎麼辦？	王彤安
6	4/24	濟世大樓二樓 CS210	你有脂肪肝嗎？	賴筱晴
7	5/1	濟世大樓二樓 CS201	肝功能檢查及肝炎	楊家祺
8	5/8	濟世大樓二樓 CS210	抗體&疫苗	
9	5/15	濟世大樓二樓 CS201	高尿酸和痛風	陳映蓉
10	5/22	濟世大樓二樓 CS210	三酸甘油酯或膽固醇指 數偏高？肥胖？如何判 讀與改善？	
11	5/29	濟世大樓二樓 CS201	心臟亂跳？認識心悸	賴筱晴
12	6/5		尿液檢驗有尿蛋白？	陳韋如

**113 學年度第 2 學期**  
**樂大一年級「樂活肌力動起來」課程表**

上課時間：週五 13：10～15：00，共 12 次

上課地點：濟世大樓地下二樓 舞蹈教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	3/7	基礎核心與活動度訓練	黃子唐
2	3/14		
3	3/21		
4	3/28	基礎肌力訓練	
5	4/11		
6	4/25		
7	5/2	間歇與動力鏈訓練	
8	5/9		
9	5/16		
10	5/23	全身訓練	
11	6/6		
12	6/13		