

新竹國泰綜合醫院護理科
『高齡健康樂活』研習會

教學研究委員會

一、活動目的

高齡化已是一種全球化的現象，台灣於2018年成為高齡社會，推估將於2026年邁入超高齡社會。積極促進身體活動與延緩身體機能退化的課程，有助於控制慢性疾病，預防長者認知障礙症，提高體能健康和生
活質量。此次以「健康樂活」為主軸，藉由營養為基礎、運動適能為概念、兼顧心理調適課程，期許讓學員在臨床照護上更貼近長者的心。

二、主辦單位：新竹市護理師/護士公會

三、協辦單位：新竹國泰綜合醫院護理科

四、課程時間：113年7月19日(平日)；09:00—12:30

五、課程地點：新竹國泰綜合醫院 第一分館5F會議室

六、參加資格：新竹地區醫療機構、衛生單位等護理人員

七、報名費用：免費

八、報名方式

1. 一律採線上報名，請掃描右側 QRcode。
2. 報名期限：113年6月11日至6月30日
3. 限額 10 名【恕不接受現場報名】。
4. 主辦單位聯絡人：姜玉蓮小姐，03-5278999轉2865。



九、教育積分：護理人員繼續教育積分申請中

十、課程內容

時間	主題	負責人
09:00- 09:20	報到	劉詩吟 護理長 周宜貞 個案管理師
09:20- 09:30	課程介紹	許鈺菽 副主任
09:30- 11:00	預防高齡者肌少症的營養與運動	羅敏秀
11:00- 11:10	休息	
11:10- 12:30	高齡瞻妄長者的照護	羅敏秀

講師介紹

羅敏秀 職能治療師

學歷：臺灣大學 職能治療所

專業資格：甲類輔具評估人員證書 全聯中職強字第1096000012號

現職：大心居家職能治療所