

109 年度 9-12 月健康促進「健康瘦身快樂人生」活動預定表

週次	日期	時間	主題	內容	地點
一	9/14 至 9/18	9:00-21:00	◎體適能中心活動報名	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走報名	校園健康步道	衛保組
	9/21 至 9/26	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	衛保組
三	9/30	13:00-14:00	★疾病講座 1	新冠肺炎宣導	商館 8201
	9/28 至 9/30	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
四	10/5 至 10/8	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
	10/12 至 10/16	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
六	10/21	13:00-14:00	●菸害防治宣導講座		體育館 4F
	10/23	14:55-16:40	●新潮舞蹈*2	心肺有氧訓練	3 樓韻律教室
	10/19 至 10/23	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
七	10/28	13:00-14:00	●藥物濫用宣導講座		體育館 3F 視聽教室
	10/26 至 10/30	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
八	11/2 至 11/6 (期中考)	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
九	11/00	13:30-17:00 18:00-20:00	★新生補體檢(含進修部)	衛保組組務工作	體育館 2F
	11/11	13:00-15:00	●美食 DIY*2	製作減重中西式餐點	商學館 1 樓中 餐廚房
	11/9 至 11/13	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
十	11/18	13:00-14:00	★疾病講座 2	肺結核防治	商管 8201
	11/16 至 11/20	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
十一	11/25	13:00-14:00	●反毒菸害宣導講座		體育館 3F 視聽教室
	11/00	08:00-14:00	五專前三年及全校教職員施打 流感疫苗	醫護人員	體育館 4F 籃球場

	11/23 至 11/27	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
	12/00	14:00-16:00 18:00-20:00	學生體檢報告亦常複檢(含 進修部)	衛保組組務工作	體育館 2F
	11/30 至 12/4	9:00-21:00	◎體適能中心活動	請持學生證至健康中心 換會員卡即可免費進入	體適能中心
		12:00-13:00	◎三環三線樂活健走	校園健康步道	前山警衛室
十 三	12/9 暫	13:00-14:00	● 愛滋病防治宣導講座		體育館 3F 視 聽教室
	12/7 至 12/11	全週 總結算	減重班活動結束	減重班開始實施後測及 結算成績	衛保組
十 四	12/14 至 12/18	全週 總結算		減重班開始實施後測及 結算成績	衛保組
十 五	12/21 至 12/25	全週 總核銷		減重班活動經費核銷	衛保組