

109 年度臺南市政府衛生局「體健設施使用教育訓練」議程表

一、 目的

民眾使用公園體健設施作為運動或伸展的工具，但可能會因器材使用方法不熟悉而至運動傷害，為提高民眾體健設施安全性，本局預計結合運動指導員，帶領民眾正確使用公園體健設施，因此辦理本教育訓練，期望培育更多種子師資進入社區帶領民眾安全、有效率的使用體健設施。

二、 主辦單位:臺南市政府衛生局

三、 參加對象:國民健康署預防及延緩失能保健師資

四、 報名網址:<https://pse.is/3a3rqa>，請於 109 年 12 月 9 日中午 12:00 前報名。

五、 議程表:請擇一場次報名參加

場次	活動日期	時段	主題	任職單位/主講人	地點
1	12 月 10 日 (星期四)	09:00-13:00	1. 長者使用器材安全及運用毛巾、彈力帶說明 2. 使用器材前暖身 3. 如何使用器材、毛巾、彈力帶	職能治療師公會	衛生局東興辦公室 5 樓階梯教室
2	12 月 11 日 (星期五)	14:00-16:00	1. 長者使用器材安全說明 2. 使用器材前暖身 3. 如何使用器材	力躍運動健康管理顧問有限公司	崇德社區公園(台南市東區崇德七街 33-45 號)
3	12 月 14 日 (星期一)	14:00-16:00	1. 長者使用器材安全說明 2. 使用器材前暖身 3. 如何使用器材	力躍運動健康管理顧問有限公司	千禧公園(台南市東區)