

臺北市立浩然敬老院113年7月份活動彙整表

編號	日期	星期	時間	活動名稱	活動類別	內容及特色	參加對象	協辦單位	主責單位	負責人
休閒育樂										
1	7月2日	二	9:00-10:50	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中3區長者	無	中3區	游嘉彤
2	7月2日	二	13:30-14:30	大力水手	休閒育樂	口語表達能力和人際互動	本組長者	活躍動社團	保養組	劉忠月
3	7月3日	三	13:30-14:30	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	本組長者	無	保養組	劉忠月
4	7月4日	四	13:45-15:15	懷舊電影欣賞	休閒育樂	電影欣賞	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
5	7月4日	四	14:00-15:30	住友聯誼會活動	休閒育樂	健康操、歡唱活動、茶敘	致中組長者	傳神居家照顧協會	中1區	林欣蓉
6	7月5日	五	13:30-14:30	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	本組長者	無	保養組	劉忠月
7	7月5日	五	17:00-19:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院長者	無	社工組	黃懿儀
8	7月6日	六	13:50-15:30	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中1區長者	無	中1區	林欣蓉
9	7月7日	日	13:45-15:15	卡啦ok同樂會	休閒育樂	歌唱活動	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
10	7月8日	一	14:30-15:30	樂活銀髮，逗陣sng	休閒育樂	桌遊益智遊戲	致中組長者	無	中2區	張佩蓉
11	7月9日	二	13:30-14:30	蔬果好健康	休閒育樂	專注力、觀察力和人際互動	本組長者	活躍動社團	保養組	劉忠月
12	7月9日	二	14:00-15:30	住友聯誼會歡唱活動	休閒育樂	歡唱活動	中2區長者	無	中2區	張佩蓉
13	7月10日	三	13:30-14:30	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	本組長者	無	保養組	劉忠月
14	7月11日	四	13:45-15:15	懷舊電影欣賞	休閒育樂	電影欣賞	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
15	7月12日	五	13:30-14:30	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	本組長者	無	保養組	劉忠月
16	7月12日	五	17:00-19:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院長者	無	社工組	黃懿儀
17	7月14日	日	13:45-15:15	卡啦ok同樂會	休閒育樂	歌唱活動	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
18	7月16日	二	09:30-10:50	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中3區長者	無	中3區	游嘉彤
19	7月16日	二	13:30-14:30	接龍遊戲	休閒育樂	表達能力和人際互動	本組長者	活躍動社團	保養組	劉忠月
20	7月17日	三	13:30-14:30	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	本組長者	無	保養組	劉忠月
21	7月18日	四	13:45-15:15	懷舊電影欣賞	休閒育樂	電影欣賞	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
22	7月18日	四	14:00-15:30	113年度7月份慶生會活動	休閒育樂	慶生活動	本院長者	無	社工組	賴櫻芬
23	7月19日	五	13:30-14:30	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	本組長者	無	保養組	劉忠月
24	7月19日	五	17:00-19:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院長者	無	社工組	黃懿儀
25	7月20日	六	13:50-15:30	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中1區長者	無	中1區	林欣蓉
26	7月21日	日	13:45-15:15	卡啦ok同樂會	休閒育樂	歌唱活動	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
27	7月22日	一	14:30-15:30	樂活銀髮，逗陣sng	休閒育樂	桌遊益智遊戲	致中組長者	無	中2區	張佩蓉
28	7月23日	二	13:30-14:30	瘋狂氣球賽	休閒育樂	應變能力和人際互動	本組長者	活躍動社團	保養組	劉忠月
29	7月23日	二	14:00-15:30	住友聯誼會歡唱活動	休閒育樂	歡唱活動	中2區長者	無	中2區	張佩蓉
30	7月24日	三	13:30-14:30	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	本組長者	無	保養組	劉忠月
31	7月25日	四	13:45-15:15	懷舊電影欣賞	休閒育樂	電影欣賞	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
32	7月26日	五	13:30-14:30	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	本組長者	無	保養組	劉忠月
33	7月26日	五	14:00-15:00	慶生會	休閒育樂	蛋糕慶生	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
34	7月26日	五	17:00-19:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院長者	無	社工組	黃懿儀

臺北市立浩然敬老院113年7月份活動彙整表

編號	日期	星期	時間	活動名稱	活動類別	內容及特色	參加對象	協辦單位	主責單位	負責人
35	7月28日	日	13:45-15:15	卡啦ok同樂會	休閒育樂	歌唱活動	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
36	7月30日	二	14:30-15:00	慶生會	休閒育樂	慶生會	本組長者	無	保養組	劉忠月
養身健康										
1	7月1日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
2	7月1日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
3	7月1日	一	14:00-17:00	復能活動	健康復能	職能治療	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
4	7月3日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
5	7月3日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
6	7月3日	三	14:00-15:00	正位瑜珈	健康促進	改善肌肉痠痛及姿位不正	員工	無	保養組	王韻寧
7	7月5日	五	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
8	7月6日	六	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
9	7月8日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
10	7月8日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
11	7月8日	一	14:00-17:00	復能活動	健康復能	職能治療	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
12	7月9日	二	16:00-17:00	食再動健康美體控班	健康促進	營養課程提升健康飲食知能	員工	無	保養組	王韻寧
13	7月9日	二	13:30-14:00	GOGO健康操	健康促進	活動筋骨、舒展身心	中2區長者	無	中2區	張佩蓉
14	7月10日	三	9:00-9:30	高齡樂活健康操	健康促進	活動筋骨、舒展身心	中1區長者	無	中1區	林欣蓉
15	7月10日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
16	7月10日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
17	7月10日	三	14:00-15:00	正位瑜珈	健康促進	改善肌肉痠痛及姿位不正	員工	無	保養組	王韻寧
18	7月12日	五	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
19	7月13日	六	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
20	7月15日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
21	7月15日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
22	7月15日	一	14:00-17:00	復能活動	健康復能	職能治療	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
23	7月16日	二	09:00-9:30	養身健康操	健康促進	活動筋骨、舒展身心	中3區長者	無	中3區	游嘉彤
24	7月16日	二	16:00-17:00	食再動健康美體控班	健康促進	營養課程提升健康飲食知能	員工	無	保養組	王韻寧
25	7月17日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
26	7月17日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
27	7月17日	三	14:00-15:00	正位瑜珈	健康促進	改善肌肉痠痛及姿位不正	員工	無	保養組	王韻寧
28	7月19日	五	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
29	7月20日	六	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳

臺北市立浩然敬老院113年7月份活動彙整表

編號	日期	星期	時間	活動名稱	活動類別	內容及特色	參加對象	協辦單位	主責單位	負責人
30	7月22日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
31	7月22日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
32	7月22日	一	14:00-17:00	復能活動	健康復能	職能治療	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
33	7月23日	二	13:30-14:00	GOGO健康操	健康促進	活動筋骨、舒展身心	中2區長者	無	中2區	張佩蓉
34	7月23日	二	16:00-17:00	食再動健康美體控班	健康促進	營養課程提升健康飲食知能	員工	無	保養組	王韻寧
35	7月24日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
36	7月24日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
37	7月24日	三	14:00-15:00	正位瑜珈	健康促進	改善肌肉痠痛及姿位不正	員工	無	保養組	王韻寧
38	7月26日	五	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
39	7月27日	六	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
40	7月29日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
41	7月29日	一	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
42	7月29日	一	14:00-17:00	復能活動	健康復能	職能治療	和3、4樓長者	無	致和組	黃舒玲
43	7月30日	二	15:00-16:00	食再動健康美體控班	健康促進	有氧運動增加心肺耐力、增肌減脂	員工	無	保養組	王韻寧
44	7月31日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、肌力訓練及平衡活動	致中組長者	無	保養組	李葳
45	7月31日	三	13:30-14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶、沙包肌力訓練運動	保養組長者	無	保養組	李葳
46	7月31日	三	14:00-15:00	正位瑜珈	健康促進	改善肌肉痠痛及姿位不正	員工	無	保養組	王韻寧
多元輔療										
1	7月4日	四	14:00-15:00	113年住民支持團體環境變遷，生活好自在	多元輔療	手部活動、圍康	致和組長者	無	社工組	楊宗霖
2	7月11日	四	14:00-15:00	113年住民支持團體環境變遷，生活好自在	多元輔療	手部活動、圍康	致和組長者	無	社工組	楊宗霖
3	7月16日	二	13:30-15:30	樂活植栽生活趣	多元輔療	手作植栽活動	致中組長者	無	中1區	林欣蓉
4	7月18日	四	14:00-15:00	113年住民支持團體環境變遷，生活好自在	多元輔療	手部活動、圍康	致和組長者	無	社工組	楊宗霖
5	7月25日	四	14:00-15:00	113年住民支持團體環境變遷，生活好自在	多元輔療	手部活動、圍康	致和組長者	無	社工組	楊宗霖
志工服務										
1	7月3日	三	14:30-15:30	臺北基督之家活動	志工服務	宗教服務	本院長者	臺北基督之家活動	社工組	陳伶伊
2	7月4日	四	7:30-10:30	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	宗教服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
3	7月10日	三	14:30-15:30	臺北基督之家活動	志工服務	義剪服務	本院長者	臺北基督之家活動	社工組	陳伶伊
4	7月11日	四	7:30-10:30	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	宗教服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
5	7月13日	六	09:00-11:00	伽耶山基金會活動	志工服務	義剪服務	本院長者	伽耶山基金會活動	社工組	陳伶伊
6	7月16日	二	13:30-16:30	新北市永誠慈善公益會義剪指甲	志工服務	宗教服務	本院長者	新北市永誠慈善公益會	社工組	陳伶伊
7	7月17日	三	14:00-16:00	臺北基督之家活動	志工服務	義剪服務	本院長者	臺北基督之家活動	社工組	陳伶伊

臺北市立浩然敬老院113年7月份活動彙整表

編號	日期	星期	時間	活動名稱	活動類別	內容及特色	參加對象	協辦單位	主責單位	負責人
8	7月18日	四	7:30-10:30	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	宗教服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
9	7月24日	三	14:00-16:00	臺北基督之家活動	志工服務	義剪服務	本院長者	臺北基督之家活動	社工組	陳伶伊
10	7月25日	四	7:30-10:30	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	宗教服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
11	7月27日	六	09:00-11:00	伽耶山基金會活動	志工服務	義剪服務	本院長者	伽耶山基金會活動	社工組	陳伶伊
12	7月29日	一	14:00-15:30	真耶穌教會活動	志工服務	宗教服務	本院長者	真耶穌教會活動	社工組	陳伶伊
其他活動										
1	7月12日	五	09:30-10:30	院長與院民有約	其他活動	院長與長者座談	本院長者 (中三區)	無	社工組	黃懿儀