臺北市立浩然敬老院115年10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	10月2日	五	14:00~15:00	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
2	10月3日	六	14:00~15:30	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中1區長者	無	中1區	陳慧如
3	10月5日	一	13:45~16:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院安養型住民	無	社工組	黃懿儀
4	10月5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	魏玉婷
5	10月6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	姚燕娟
6	10月6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	魏玉婷
7	10月7日	三	14:00~15:00	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
8	10月9日	五	14:00~15:00	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
9	10月12日	一	13:45~16:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院安養型住民	無	社工組	黃懿儀
10	10月14日	三	14:00~15:00	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
11	10月15日	四	14:00~15:50	慶祝115年重陽摸彩暨10月份壽星長者慶生活動	休閒育樂	慶生活動	本院安養型住民	台北市林姓宗親總會婦女會	社工組	賴櫻芬
12	10月16日	五	14:00~15:00	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
13	10月17日	六	14:00~15:30	卡拉OK歡唱	休閒育樂	歌唱	中1區長者	無	中1區	陳慧如
14	10月19日	一	13:45~16:00	蚊子電影院	休閒育樂	電影欣賞	本院安養型住民	無	社工組	黃懿儀
15	10月19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	魏玉婷
16	10月20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	姚燕娟
17	10月20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	魏玉婷
18	10月21日	三	14:00~15:00	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
19	10月23日	五	14:00~15:00	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
20	10月27日	二	14:10~15:00	保養組10月慶生會	休閒育樂	慶生活動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
21	10月28日	三	14:00~15:00	卡啦ok歡唱	休閒育樂	歌唱活動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
22	10月30日	五	14:00~15:00	懷舊電影	休閒育樂	人際互動	保養組長者	無	保養組	劉忠月
養身健康(111年之前為健康促進)										
1	10月1日	四	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	10月2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
3	10月2日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
4	10月3日	六	13:30~14:00	高齡樂活健康操	復能運動	活動筋骨、舒展身心	中1區長者	無	中1區	陳慧如
5	10月3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
6	10月5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
7	10月5日	一	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
8	10月5日	一	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	社會參與及功能訓練	保養組長者	延希職能治療所	保養組	李葳
9	10月6日	二	09:00~9:30	養身健康操	復能運動	活動筋骨、舒展身心	中3區長者	無	中3區	姚燕娟
10	10月6日	二	13:30~14:00	GOGO健康操	復能運動	活動筋骨、舒展身心	中2區長者	無	中2區	魏玉婷
11	10月6日	二	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	社會參與及功能訓練	和3、4樓長者	延希職能治療所	保養組	李葳
12	10月6日	二	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
13	10月7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
14	10月7日	三	13:30~14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳

臺北市立浩然敬老院115年10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
15	10月8日	四	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
16	10月9日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動 (雙十節補假,暫停1次)	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
17	10月9日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動 (雙十節補假,暫停1次)	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
18	10月10日	六	13:30~14:10	肌少症改善運動 (雙十節補假,暫停1次)	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
19	10月12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
20	10月12日	一	13:30~14:10	肌少症改善運動	復能運動	社會參與及功能訓練	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
21	10月12日	一	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	社會參與及功能訓練	保養組長者	延希職能治療所	保養組	李葳
22	10月13日	二	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
23	10月13日	二	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	社會參與及功能訓練	和3、4樓長者	延希職能治療所	保養組	李葳
24	10月14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
25	10月14日	三	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
26	10月15日	四	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
27	10月16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
28	10月16日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
29	10月17日	六	13:30~14:00	高齡樂活健康操	復能運動	活動筋骨、舒展身心	中1區長者	無	中1區	陳慧如
30	10月17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
31	10月19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	10月19日	一	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
33	10月19日	一	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	社會參與及功能訓練	保養組長者	延希職能治療所	保養組	李葳
34	10月20日	二	13:30~14:00	GOGO健康操	復能運動	活動筋骨、舒展身心	中2區長者	無	中2區	魏玉婷
35	10月20日	二	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
36	10月20日	二	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	彈力帶運動	和3、4樓長者	延希職能治療所	保養組	李葳
37	10月21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
38	10月21日	三	13:30~14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
39	10月22日	四	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	10月23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
41	10月24日	二	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	10月26日	一	13:30~14:10	肌少症改善運動 (光復節補假,暫停1次)	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
43	10月27日	二	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
44	10月23日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動	復能運動	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
45	10月26日	一	13:30~14:10	肌少症改善運動	復能運動	社會參與及功能訓練	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
46	10月27日	二	14:00~17:00	職能治療活動	復健復能活動	彈力帶運動	和3、4樓長者	延希職能治療所	保養組	李葳
47	10月28日	三	13:30~14:10	肌少症改善運動	健康復能	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳
48	10月28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
49	10月29日	四	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
50	10月30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
51	10月30日	五	13:30~14:10	肌少症改善運動 (遇當月慶生會活動,暫停1次)	復能運動	彈力帶運動	和3、4樓長者	無	保養組	李葳

臺北市立浩然敬老院115年10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
52	10月30日	五	14:00~17:00	職能治療活動 (原訂每週一，因10/26遇光復節補假，故調整至10/30進行)	復健復能活動	社會參與及功能訓練	保養組長者	延希職能治療所	保養組	李葳
53	10月31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
多元輔療										
1	10月13日	二	13:30-15:30	幸福御守吊飾	多元輔療	藝術創作、抒發心情	致中組長者	無	中3區	姚燕娟
2	10月29日	四	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	陳慧如
志工服務										
1	10月1日	四	7:00-10:00	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	義剪服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
2	10月3日	六	09:30-11:10	伽耶山基金會活動	志工服務	宗教服務	本院長者	伽耶山基金會活動	社工組	陳伶伊
3	10月7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
4	10月8日	四	7:00-10:00	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	義剪服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
5	10月12日	一	14:00-17:00	義剪指甲	志工服務	義剪服務	本院長者	新北市永誠慈善公益會	社工組	陳伶伊
6	10月14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
7	10月14日	三	13:00-16:00	義剪頭髮	志工服務	義剪服務	本院長者	新北市永誠慈善公益會	社工組	陳伶伊
8	10月15日	四	7:00-10:00	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	義剪服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
9	10月17日	六	09:00-10:50	心靈成長	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
10	10月17日	六	09:30-11:10	伽耶山基金會活動	志工服務	宗教服務	本院長者	伽耶山基金會活動	社工組	陳伶伊
11	10月21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
12	10月22日	四	13:30-15:30	經絡紓壓	志工服務	經絡紓壓	本院長者	新北市永誠慈善公益會	社工組	陳伶伊
13	10月22日	四	7:00-10:00	長青榮譽服務團-專業服務組義剪服務	志工服務	義剪服務	本院長者	本院義剪組	社工組	陳伶伊
14	10月28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
其他活動										
1	10月4日	日	8:00~10:00	2026扶輪社健檢活動	其他活動	健檢服務	本院長者	無	社工組	黃懿儀
2	10月13日	二	14:00~15:30	Uber 2026重陽敬老活動	其他活動	體驗活動	本院長者	無	社工組	黃懿儀