

113 學年第二學期 The second semester of the 113th academic year.

月份 Month	活動日期 Date	健康議題 Health Issues	活動方式 Method	地點 Place
<u>三月</u>	1. 114 年 3 月 5 日 (三) 18:30-19:30	1. 與大安健康中心及住宿組，共同辦理「新型菸品的危害與防治講座」。The Dangers and Prevention of New Tobacco Products Lecture	1. 實體講座 In-person lecture	1. 男一舍 2 樓交誼廳 Male Dorm 1, 2nd Floor Lounge
	2. 114 年 3 月 15 日 (六) 9:00-16:00	2. 與台大醫院感染控制中心，於社團博覽會設攤，共同舉辦「愛滋與反歧視(含性教育)」健康促進有獎徵答活動。"AIDS and Anti-Discrimination (Including Sex Education)" Health Promotion Quiz Contest	2. 社團博覽會設攤 Setting Up a Booth at the Club Expo	2. 社團博覽會攤位 Setting Up a Booth at the Club Expo

	<p>3. 114 年 2 月 24 日至 5 月 29 日辦理「增肌減脂健康體位」活動"Muscle Gain and Fat Loss for a Healthy Body" Activity</p> <p>(1) 3 月 12 日 (三) 12:20-13:20</p> <p>(2) 3 月 19 日 (三) 12:20-13:20</p> <p>(3) 3 月 28 日 (五) 12:20-13:20</p>	<p>3. 增肌減脂健康體位」活動:"Muscle Gain and Fat Loss for a Healthy Body" Activity</p> <p>(1) 「健康減重與迷思破解」衛教講座。"Healthy Weight Loss and Myth Busting" Health Education Lecture</p> <p>(2) 「帶你健康吃外食」衛教講座。"Guide to Healthy Eating Out" Health Education Lecture</p> <p>(3) 「增肌減脂飲食實戰-你認識吃進肚子裡的食物嗎?」衛教講座。"Muscle Gain and Fat Loss Diet in Practice- Do You Know What You're Eating?" Health Education Lecture</p>	<p>3. 實體講座 In-person lecture</p>	<p>3. 保健中心二樓衛教室 Health Center, 2nd Floor Health Education Room</p>
--	--	---	----------------------------------	--

	4. 114 年 3 月 20 日 (三)12:20-14:00	4. 與台大醫院牙科部及管理學院共同辦理「享受美食與快樂人生——進入 AI 世代的口腔醫療與保健」。 "Enjoying Delicious Food and a Happy Life Oral Healthcare in the AI Era"	4. 實體講座 In-person lecture	4. 管理學院 B01 階梯教室及 B107 小會議室 School of Management, B01 Lecture Hall and B107 Small Meeting Room
	5. 114 年 3 月 24 日 (一)18:30-19:30	5. 與大安健康中心及住宿組，共同辦理「肺結核知多少？」衛教講座。 "How Much Do You Know About Tuberculosis?" Health Education Lecture	5. 實體講座 In-person lecture	5. 大一女舍 1 樓會議室 Freshman Female Dormitory, 1st Floor Conference Room
<u>四月</u>	1. 114 年 4 月 16 日 (三)12:20-13:30 2. 114 年 4 月 23 日 (三)12:20-13:30 3. 114 年 4 月 30 日 (三)12:20-13:30	1-3. 增肌減脂-基礎有氧及核心肌力訓練 Muscle Gain and Fat Loss - Basic Cardio and Core Strength Training	1-3. 實體活動 In-person activity	1. 保健中心二樓衛教室 Health Center, 2nd Floor

	4. 114 年 4 月 24 日 (三)12:20-13:30	4. 「癌症健康篩檢活動」說明會 "Cancer Health Screening Event" Information Session	4. 實體講座 In-person activity	4. 保健中心二樓衛教室 Health Center, 2nd Floor Health Education Room
<u>五月</u>	1. 114 年 5 月 7 日 (三)12:20-13:30	1. 增肌減脂-基礎有氧及核心肌力訓練 Muscle Gain and Fat Loss - Basic Cardio and Core Strength Training	1. 實體活動 In-person activity	1. 保健中心二樓。Health Center, 2nd Floor
	2. 114 年 5 月 14-15 日 (三、四)13:00-16:30	2. 「癌症健康篩檢活動」 (Cancer Health Screening Campaign)	2. 癌篩活動 Cancer Screening Event	2. 保健中心一樓。Health Center, 1st Floor
	3. 114 年 5 月 21 日 (三)12:20-13:30	3. 心靈紓壓手做活動 Mental Stress Relief Handcraft Activity	3. 實體活動 In-person activity	3. 保健中心二樓。Health Center, 2nd Floor

~~ 開課時間或內容有所變動，以活動報名系統為主 ~~

