

聖約翰科技大學97學年度第1學期

休健系教學卓越計畫「徒手保健療法研習會」執行成果報告

徒手保健療法研習會活動訊息



徒手保健療法研習會團體合照



徒手保健療法研習會活動集錦



徒手保健療法研習會活動集錦



日期：97年11月18日(二)13:30~18:00
97年11月25日(二)13:30~18:00
97年12月2日(二)13:30~18:00
97年12月9日(二)13:30~18:00

地點：百齡堂二樓養生保健教室

主題：健康體魄與毅力鍛鍊培育計畫-徒手保健療法研習會

主持人：莊文傑老師

演講者：家豐診所復健科依技術主任李文芳醫師

參加人員：全校教職員工

參加人數：共313人

活動過程：四場上課內容如下

- 一、現代傳統療法介紹、現代傳統療法技術簡介與示範、基礎技術指導與演練、徒手療法之功能、禁忌症與適應症...
- 二、推拿法指導與演練：揉法、壓法、推法、拿法
- 三、伸展法技術指導與演練：頸部肌肉、腰部肌肉、上肢肌肉、下肢肌肉
 - a、常見痠痛問題與工作職場文明病處理介紹
落枕、駝背、腰背痠痛、五十肩、網球肘、坐骨神經痛、退化性關節炎
 - b、課程總測驗：徒手操作技術測驗

透過四場講座及實際操作示範，使本校學生學習簡易之推拿方式，處理現代人常見之文明病「痠痛問題」，本次研習會相當實用。四場講座全程出席者頒發結業證書共13位同學，考試合格之同學頒發徒手保健療法C級證書。