

# 嘉義市公園

- 1 頂庄公園
- 2 香湖公園
- 3 長榮公園
- 4 中央廣場公園
- 5 中正公園
- 6 市府前廣場公園
- 7 嘉義公園
- 8 文雅公園
- 9 二二八紀念公園
- 10 文昌公園
- 11 義昌公園
- 12 文化公園
- 13 崇文公園
- 14 南田公園
- 15 短竹公園
- 16 宣信公園
- 17 南興公園
- 18 芳草公園
- 19 八掌溪親水公園
- 20 湖內公園
- 21 民生公園
- 22 興嘉公園
- 23 友忠公園
- 24 港坪運動公園
- 25 北社尾公園

stm 天主教中華聖母修女會醫療財團法人  
 天主教聖馬爾定醫院  
 ST. MARTIN DE PORRESS HOSPITAL  
 服務Service 信賴Trust 關懷Mercy

# 嘉義市運動地圖 帶您GoGoGo



- |   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
| <p><b>1 頂庄關懷站</b><br/>嘉義市東區義教街538號</p> <p><b>2 福正宮</b><br/>嘉義市東區圳頭里盧厝160號之1</p> <p><b>3 王田里健康小站</b><br/>嘉義市東區圓福街32號</p> <p><b>4 文雅里健康小站</b><br/>嘉義市東區文心街36號</p> | <p><b>5 盧厝里關懷站</b><br/>嘉義市東區大雅路一段288巷120號</p> <p><b>6 短竹里健康小站</b><br/>嘉義市東區短竹公園</p> <p><b>7 東門社區關懷站(救恩堂)</b><br/>嘉義市東區延平街27號</p> <p><b>8 興村教會健康小站</b><br/>嘉義市東區軍輝路43號</p> | <p><b>9 新店里關懷站</b><br/>嘉義市東區林森東路269巷102弄8號</p> <p><b>10 北門里健康小站</b><br/>嘉義市東區長榮街208號</p> <p><b>11 垂楊里關懷站</b><br/>嘉義市西區仁愛路293巷47號</p> <p><b>12 興村健康小站</b><br/>嘉義市東區溪興街265號之1</p> | <p><b>13 經國新城關懷站(L棟活泉之家)</b><br/>嘉義市西區新榮路35巷1號1樓</p> <p><b>14 湖內里關懷站(上帝爺廟)</b><br/>嘉義市西區民生南路840號</p> <p><b>15 興安里社區發展協會</b><br/>嘉義市東區興美一街21號</p> | <p><b>社區C級巷弄長照-中山站</b><br/>嘉義市東區民權路52-9號</p> <p><b>社區C級巷弄長照-蘭潭站</b><br/>嘉義市東區小雅路513巷10-1號</p> |
|---|---|---|--|---|

版權所有，圖文非經同意不得轉載或公開播送

stm 健康小站

2020年

聖馬爾定醫療體系

健康小站關懷站

社區C級巷弄站

嘉義市公園

【健康小站/關懷站暨嘉義市運動地圖】

指導單位：國民健康署  
出版：天主教聖馬爾定醫院  
主編：慢性病防治中心 電話：05-2756000#3313  
美編：行銷企劃科 地址：嘉義市大雅路二段565號



# 健康小站/關懷站 嘉義市暨 運動地圖



### 運動時請著



舒適寬鬆  
吸汗的衣服

依各人需求  
攜帶拐杖

帶水壺

穿襪子、布鞋

健康小站關懷據點：

依在地社區需求發揮在地老人自助互助功能，  
提供老人健康促進文康活動、活絡筋骨、交友、話家常；  
並結合聖馬爾定醫院提供免費健檢服務，  
如定期量血壓或血糖服務…等。



# 社區C級巷弄長照



服務對象



年滿65歲以上長者

服務項目



社會參與、健康促進、共餐服務、關懷訪視、  
電話問安、預防及延緩失能服務

服務時間



週一至週五8:30-16:00

中心站

服務地點



嘉義市民權路52-9號

服務電話



(05)2756226

蘭潭站

服務地點



嘉義市小雅路513巷10-1號

服務電話



(05)2756026



全部免費

※如需報名請於服務時間親洽服務地點或電洽各據點服務電話

星期	週一	週二	週三	週四	週五
8:30-9:00	報到及檢測-血壓、血糖、脈搏、體溫、體重、體脂、腰圍				
9:00-11:00	健康促進系列課程與團體活動 ●動態：運動、柔軟、伸展、健康操、瑜珈、肌耐力訓練 ○靜態：健康講座、茶敘、棋藝、心靈療癒、音樂饗宴、手作課程、 書法、繪畫、正念療癒、影片欣賞、書報閱讀、桌遊課程 ※每週辦理一場預防延緩失能課程(為期12週)				
11:00-12:30	快樂共餐時間(12:00-12:30收拾餐具及用餐環境)				
12:30-13:30	據點午休時間				
13:30-14:00	報到及檢測-血壓、血糖、脈搏、體溫、體重、體脂、腰圍				
14:00-16:00	健康促進系列課程與團體活動 ●動態：運動、柔軟、伸展、健康操、瑜珈、肌耐力訓練 ○靜態：健康講座、茶敘、棋藝、心靈療癒、音樂饗宴、手作課程、 書法、繪畫、正念療癒、影片欣賞、書報閱讀、桌遊課程				
16:00~	平安回家				

指導單位 嘉義市長期照顧管理中心

承辦單位 Stm 天主教聖馬爾定醫院 ST. MARTIN DE PORRES HOSPITAL