

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

活動日期	活動名稱	活動地點	講師/主持人	主辦單位	協辦單位	活動聯絡人
114. 09. 01(一) 14:00-15:00	香氛乳液 樂趣輕鬆 (芳療乳液 DIY 限額, 需電聯報名)	中興社區關懷據點 (柳營區中垵里 360 號)	陳筱霈老師 黃春樺 護理師	柳營區衛生所	中興社區 發展協會	黃春樺 6220464*102
114. 09. 02(二) -10. 03(五) 08:00-21:00	從心開始， 描繪你的樂齡人生攝影 展覽活動	臺南市立圖書館 公園總館 3 樓空間 (北區公園北路3號)	無	北區心衛中心	臺南市立 圖書館 公園總館	黃炯翰 2510723*210
114. 09. 02(二) 14:00-15:00	認識憂鬱症 與珍愛生命守門人	新興醫院1樓大廳 (新營區中興路 10 號)	新興醫療社團 法人新興醫院 陳嘉凌 護理師	新興醫療社團 法人新興醫院	無	陳嘉凌 6330011*120
114. 09. 03(三) 09:00-10:00	心彩繪·袋著走	關廟區五甲社區關懷據點 (關廟區大富街 86 號)	關廟區衛生所 廖怡琇 護理師	關廟區衛生所	五甲社區 關懷據點	張乃馨 5952395*206
114. 09. 03(三) 09:00-10:00	心理促進宣導	下營區衛生所 (下營區中山路二段 137 號)	嘉南療養院 孫秀芳 護理師	嘉南療養院 社區精神科	下營衛生所	童子涵 2795019*1076
114. 09. 03(三) 14:00-15:30	「遇見幸福，心種希望」 心理健康講座 及手作 DIY	土溝里活動中心 (後壁區土溝里 56-18 號)	幸福種子工作室 黃安琪 講師 李昭憲 護理師	後壁區衛生所	土溝里 活動中心	李昭憲 6872624*107
114. 09. 04(四) 10:00-12:00	心手相連~ 創作療癒時光	公館關懷據點 (左鎮區岡林里 31 號) (原岡林國小舊址)	左鎮區衛生所 游瑤茹 所長	左鎮區衛生所	公館社區 發展協會	吳孟禪 5731114*107
114. 09. 04(四) 14:00-16:00	從心出發音樂會暨 心理健康月宣導	清芳社區活動中心 (玉井區中正里健康街 10 號)	玉井區衛生所 楊雅芬 護理師	玉井區衛生所	中正里 清芳社區 發展協會	溫淑真 5742275*126
114. 09. 04 (四) 19:00-20:30	我的孩子不上學： 談青少年拒學的成因、 治療及系統支持的角色	政大書城臺南店 (中西區西門路二段 120 號 B1 樓)	奇美醫院 林健禾 醫師 楊立澤 諮商心理師	奇美醫院 精神醫學部	奇美醫療 財團法人 佳里奇美醫院 國立臺南大學 特殊教育中心	楊心理師 2228116*58191 報名庶務 2133111*645
114. 09. 05(五) 09:00-11:00	健康促進講座	東和關懷據點 (南化區東和里 19-1 號)	臺南市立醫院 胡怡芬 講師	南化區衛生所	東和懷據點	陳鈺雲 5771139*202
114. 09. 05(五) 09:30-10:30	陪你走出心裡的陰天： 讓心理健康更靠近你我	郭綜合醫院 門診大樓二樓門診區 (中西區民生路二段 22 號)	郭綜合醫院 王智謙 臨床心理師	郭綜合醫院 臨床心理室	無	王智謙 2221111*1145
114. 09. 05(五) 10:00-11:00	老來不孤單，心情有人伴	後甲社區長照機構(日照中心) (東區中華東路一段90號2樓)	東區衛生所 王梓羽 護理師	東區衛生所	後甲日照	王梓羽 2674085*211
114. 09. 06(六) 14:00-16:00	心靈對話： 陪你聊傷、療癒自己	政大書城台南店 (中西區西門路二段120號 B1樓)	緩緩心理諮商所 邱思華 臨床心理師	關廟心衛中心	政大書城台南 店	呂沛樺 5955525*318
114. 09. 07(日) 09:00-12:30	認識老年憂鬱症 長者量六力 守護健康好生活	鹽水武廟廟埕 (鹽水區武廟路 87 號)	營新醫院 廖玉鈴 護理師	營新醫院	新營區公所 鹽水區公所 新營衛生所 鹽水衛生所 臺南市衛生局	廖玉鈴 6592345*856

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

114.09.07(日) 13:30-16:30	心靈轉運站～ 電影賞析 片名:(只要我長大)	臺南文化中心國際廳B1F會議室 (東區中華東路三段332號)	心理健康科 蘇恩平 技士	臺南市政府衛生局 心理健康科	市政府文化局 臺南文化中心	劉子豪 2679751*176
114.09.08(一) 09:00-11:00	年老不憂鬱-動動肢體， 轉念心更寬	大社里活動中心 (新市區大社里159號)	嘉南藥理大學 林秀碧 助理教授	新市區衛生所	無	蕭婉蓉 5992504*206
114.09.08(一) 10:00-11:00	善終三法	麻豆新樓醫院二樓門診區 (麻豆區麻佳路一段207號)	麻豆新樓醫院 施惠慈 社工組長	麻豆新樓醫院 社工室	麻豆新樓醫院 身心內科	李承恩 5702228*1181
114.09.09(二) 10:00-11:00	家庭照顧者心理健康	麻豆新樓醫院二樓門診區 (麻豆區麻佳路一段207號)	麻豆新樓醫院 李承恩 社工師	麻豆新樓醫院 社工室	麻豆新樓醫院 身心內科	李承恩 5702228*1181
114.09.10(三) 09:00-10:00	從微景觀紓壓的療癒時 光，帶您找回生命力	中營關懷中心 (下營區開化里中營242號)	椿手作工作室 傅清月 老師	下營區衛生所	椿手作工作室	盧秋妙 6892149*114
114.09.10(三) 09:00-11:00	愛笑人生心自在	永康區西灣里活動中心 (永康區永華路201巷12號)	臺灣愛笑瑜珈協會 陳美麗 理事 永康區衛生所 吳依菱 護理師	永康區衛生所	西灣社區 發展協會	吳依菱 2326507*202
114.09.10(三) 09:30-10:30	自殺防治宣導	學甲區第五社區關懷據點 (學甲區中洲里313-2號)	佳里奇美醫院 鄭淑君 社工師	佳里奇美醫院	學甲區 第五社區 關懷據點	鄭淑君 7263333 *32132
114.09.10(三) 09:30-10:30	心理健康講座	安南醫院第一醫療大樓一樓大廳 (安南區長和路二段66號)	安南醫院 劉建廷 臨床心理師	安南醫院精神科	安南醫院	劉蕙婕 3553111*3693
114.09.10(三) 09:30-10:30	心理健康篩檢	安南醫院第一醫療大樓一樓大廳 (安南區長和路二段66號)	安南醫院精神科 劉蕙婕 臨床心理師	安南醫院精神科	安南醫院	劉蕙婕 3553111*3693
114.09.10(三) 09:30-10:30	精神科日間病房 病友作品義賣	安南醫院第一醫療大樓一樓大廳 (安南區長和路二段66號)	安南醫院精神科 陳彥瑜 職能治療師	安南醫院精神科	安南醫院	劉蕙婕 3553111*3693
114.09.10(三) 10:00-11:00	孕產婦及婦女心理健康	麻豆新樓醫院二樓門診區 (麻豆區麻佳路一段207號)	麻豆新樓醫院 張育裴 心理師	麻豆新樓醫院 社工室	麻豆新樓醫院 身心內科	李承恩 5702228*1181
114.09.10(三) 10:00-12:30	吹出好心情 健康樂活動	平陽里活動中心 (山上區平陽里石子崎48號)	新生舞蹈運動館 許雅雲 老師 山上區衛生所 許麗燕 護理師	山上區衛生所	山上區公所 平陽里辦公處	許麗燕 5781013*206
114.09.11(四) 09:00-10:00	和諧不是一致 建立平衡的心理健康	安定農會5樓會議室 (安定區安定里58號)	安定區衛生所 黃素玲 護理長	安定區衛生所	安定區農會	安定衛生所 5922022
114.09.11(四) 09:00-10:00	網路珍愛生命守門員	洪外科醫院門診等候區 (中西區民生路二段60號)	洪外科醫院 蔡佩紋 護理師 陳怡靜 護理師	洪外科醫院	無	洪外科醫院 2240011*85
114.09.11(四) 10:00-11:00	老人心理健康促進	麻豆新樓醫院二樓門診區 (麻豆區麻佳路一段207號)	麻豆新樓醫院 賴佳君 社工師	麻豆新樓醫院 社工室	麻豆新樓醫院 身心內科	李承恩 5702228*1181
114.09.11(四) 13:30-16:30	洗出好運， 皂你幸福！	六甲區衛生所3樓會議室 (六甲區二甲里中華路110號)	民間專家 葉博如 老師 六甲區衛生所 侯玉菁 護理師	六甲區衛生所	無	侯玉菁 6982013*205

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

114.09.12(五) 10:00-11:00	人身安全保護	麻豆新樓醫院二樓門診區 (麻豆區麻佳路一段 207 號)	麻豆新樓醫院 李家玉 社工	麻豆新樓醫院 社工室	麻豆新樓醫院 身心內科	李承恩 5702228*1181
114.09.12(五) 09:00-10:00	心快活、才健康， 你不能忽視的健康秘訣	五條港里活動中心 (中西區成功路 343 號 3 樓之 2)	中西區衛生所 張素芬 護理師	中西區衛生所	五條港里 活動中心	王琬之 2252403*223
114.09.12(五) 09:00-10:00	講師講解心情溫度計 及長者憂鬱量表 學員實際完成測驗	五條港里活動中心 (中西區成功路 343 號 3 樓之 2)	中西區衛生所 張素芬 護理師	中西區衛生所	五條港里 活動中心	王琬之 2252403*223
114.09.12(五) 09:00-10:00	讓社區長者- 快樂生活安心養老講座	大恩里活動中心 (南區大同路二段 750 巷 186 號)	安平身障服務中心 蔡菲比 社工師 南區衛生所 黃婷怡 護理師	南區衛生所	大恩里 活動中心	黃婷怡 2618578*209
114.09.12(五) 09:00-11:00	安眠配方 鎮靜有方 打造青少年心理韌性	長榮大學 (歸仁區長大大路 1 號)	喜樂藥局 張鳳梅 藥師	臺南市政府衛生 局 關廟心衛中心	-	姜佳琪 6357716*172 呂沛樺 5955525*318
114.09.12(五) 09:00-11:00	減壓心法 一笑甩憂鬱	樹林里活動中心 (七股區樹林里樹林 5-8 號)	臺灣愛笑瑜伽協會 陳美麗 笑長	七股區衛生所	樹林社區 發展協會	李浩嫻 7872277*116
114.09.12(五) 09:00-11:00	手作減壓，香氣療心 心理舒壓手作擴香盆	佳化里活動中心 (佳里區佳化里佳興三街 35 號)	衛生福利部長照人員 繼續教育講師 許寶聯 老師	佳里區衛生所	無	蔡錦慧 7224106*108
114.09.12(五) 10:00-10:30	「聽見心的聲音」 心理健康活動	信一骨科醫院門診大廳 (新營區民生路 43 之 26 號)	信一骨科醫院 何朱蟬 護理師	信一骨科醫院 護理部	無	何朱蟬 6350035*605
114.09.12(五) 10:00-12:20	正念飲食 透過食物的認識、烹調及 品嚐，療癒我們的身心!	土崎里活動中心 (龍崎區土崎里礁坑子 21 之 6 號)	黃永順 廚藝講師 龍崎區衛生所 林千惠 護理師	龍崎區衛生所	龍崎區圖書館	林千惠 5941397*207
114.09.12(五) 11:00-12:00	心情時光： 一起走出情緒的陰天	慈愛醫院 1 樓病房 (北區北園街 89 之 1 號)	開元寺慈愛醫院 陳佳伶 營養師	開元寺慈愛醫院	無	陳佳伶 2384111*1390
114.09.13(六) 10:00-11:00	探索心靈繪本 心理健康扎根	下營區圖書館 (下營區文化街 117 號)	鹽水心衛中心 江孟庭 護理師	鹽水心衛中心	無	江孟庭 6521103*213
114.09.14(日) 09:00-12:00	社區癌症篩檢 暨心理健康宣導	全聯福利中心新化忠孝店 (新化區忠孝路 202 號)	部立臺南醫院新化分院 賴玉婷 代理護理長	部立臺南醫院 新化分院	新化區衛生所	賴玉婷 5911929*3882
114.09.14(日) 10:00-11:00	探索心靈繪本 -心理健康扎根	柳營區圖書館 (柳營區柳營路二段 59 號)	鹽水心衛中心 江孟庭 護理師	鹽水心衛中心	無	江孟庭 6521103*213
114.09.15(一) 09:00-11:00	植得好心情 -療癒多肉種植趣	東山區東山里活動中心 (東山區東山里 223 號)	東山區衛生所 黃玉連 護理師	東山區衛生所	東山里 社區發展協會	黃玉連 6802618*106 733106

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

114.09.15(一) 09:30-11:30	療癒系漆扇： 用色彩呵護 內在的你	振興里活動中心 (北區林森路三段 181 號)	北區衛生所 彭伊賢 講師 郭嘉玲 護理師	北區衛生所	振興里 活動中心	郭嘉玲 2252404*205
114.09.15(一) 10:00-11:00	心理健康宣導講座： 心靈也要健檢： 你今天心情好嗎？	新營醫院醫療大樓第一會議室 (新營區信義街 73 號)	衛福部新營醫院 林仙玉 社工師	衛福部新營醫院	無	林仙玉 6351131*2345
114.09.15(一) 15:00-16:00	睡眠(失眠) 與心理健康之關係	新昌里活動中心 (南區府緯街 136 號)	臺南市立醫院 黃旖翎 社工師	臺南市立醫院	新昌里 活動中心	黃旖翎 2609926*25201
114.09.16(二) 09:00-11:00	療癒紓壓手作活動 (名額有限,需事先預約)	鹽水綠色照顧站 (鹽水區歡雅里 25-1 號)	營新醫院 沈碧鳳 營養師	鹽水區衛生所	鹽水區農會	朱鈺馨 6521041*212
114.09.16(二) 09:00-11:00	放鬆後再出發~ 紓壓手作	北門區蚵寮保吉活動中心 (北門區保吉里蚵寮 239 之 5 號)	北門區衛生所 林梓銘 護理師	北門區衛生所	南縣區漁會	林梓銘 7862043*104
114.09.16(二) 14:00-15:00	心情溫度計— 憂鬱症的臨床徵兆 及珍愛生命風險評估	高榮臺南分院8樓視聽教室 (永康區復興路 427 號)	高榮臺南分院 張虹宜 臨床心理師	高榮臺南分院 身心醫學科	無	張惠華 3125101*65528 莊琇惠 3125101*65525
114.09.17(三) 09:00-10:30	長者樂活紓壓-動態靜心 與呼吸；淺談頌鉢與鉢的 共震音頻身心放鬆	大內長壽俱樂部 (大內區內江里 285 號)	杉東運動工作室 李怡靜 體適能教練 陳麗玉 頌鉢老師	大內區衛生所	杉東 運動工作室	陳玉真 5761044*101
114.09.17(三) 09:30-10:30	認識憂鬱症及珍愛生命	光福里綠洲關懷據點 (柳營區柳營路二段 238 號)	柳營奇美醫院 劉昭芬 護理長	社區發展科	精神科	劉昭芬 6226999 *73764
114.09.17(三) 10:00-11:00	病安月 (用藥安全、 防跌、珍愛生命)	嘉南療養院一樓門診大廳 (仁德區裕忠路 539 號)	嘉南療養院 程育英 護理師	嘉南療養院 護理科	嘉南療養院護 理科	蔡鈺君 2795019*1106
114.09.17(三) 14:00-15:00	一起動起來 壓力 out、心情 up	加穎實業有限公司 (將軍區西甲里西湖 80 之 9 號)	將軍區衛生所 謝家珉 老師 葉文惠 護理師	將軍區衛生所	加穎實業 有限公司	葉文惠 7942007*121
114.09.18(四) 09:00-10:00	精心護您好 心情講座	東昇里關懷據點 (柳營區東昇里成功街 30 號)	鹽水心衛中心 江孟庭 護理師	鹽水心衛中心	無	江孟庭 6521103*213
114.09.18(四) 09:00-11:00	身心和諧之旅 壓力舒緩感官療癒體驗	歸仁區區公所 3 樓 (歸仁區中山路二段 2 號)	臺南市立醫院 胡怡芬 衛教師 歸仁區衛生所 陳鈺君 護理師	歸仁區衛生所	無	陳鈺君 2393309*211
114.09.18(四) 09:00-11:00	「拼~心情」 馬賽克藝術小旅行	新營區興業里活動中心 (新營區公誠街 2-13 號)	Jins 設計工作室 徐嘉貞 講師	新營區衛生所	新營區 興業里 活動中心	林恩如 6355696*304
114.09.18(四) 09:00-11:00	彩繪盆栽 及手作植栽課程	灣丘社區關懷據點 (楠西區灣丘里鳳興 28-1 號)	楠西區衛生所 陳筱霏 營養師	楠西區衛生所	灣丘社區 關懷據點	王董誼 5751006*105
114.09.19(五) 09:00-12:00	醫心醫意~護相支持	成大醫院門診大廳 (北區勝利路 138 號)	呂宗樺 醫師 陳好庭 社工師 黃敬甯 臨床心理師 劉忠穎 個管師	成大醫院 精神部	成大醫院	劉忠穎 2353535*7089
114.09.19(五) 09:30-10:30	真愛你我他	嘉南里活動中心 (善化區 80 之 1 號)	善化區衛生所 黃馨瑩 護理師	善化區衛生所	善化區衛生所	黃馨瑩 5837035*223

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

114.09.19(五) 10:00-12:00	給自己一個微笑- 健康月講座及手作DIY	億載關懷據點 (安平區億載里安億路308號)	關廟區衛生所 廖怡琇 護理師	安平區衛生所	億載關懷據點	王黛琳 2996885*212
114.09.21(日) 09:00-12:00	《靜心舒眠工作坊》 刮去煩憂，靜享好夢	新市區老人文康活動中心 (新市區社內里91-22號)	禾心心理諮商所 林吟芸 諮商心理師	善化心衛中心	新市區圖書館	郭慧雅 5810105*194
114.09.21(日) 10:00-11:30	用生命影響生命教育	樂活全齡綜合診所4樓教室 (仁德區中正路二段1225號)	知名作家 蔡昭偉(蔡傑爸) 仁德區衛生所 王筑瑄 護理師	仁德區衛生所	樂活全齡 綜合診所	王筑瑄 2704153*210
114.09.22(一) 08:30-09:20	幸福密碼三部曲 幸福甜甜圈吊飾DIY	新達里關懷據點 (學甲區新達里新興路23號)	創學衛生教育工作室 黃莉文 講師	學甲區衛生所	新達里辦公處	陳秋燕 7833359*109
114.09.23(二) 09:00-11:00	彩繪盆栽 及手作植栽課程	灣丘社區關懷據點 (楠西區灣丘里鳳興28-1號)	楠西區衛生所 陳筱霽 營養師	楠西區衛生所	灣丘社區 關懷據點	王董誼 5751006*105
114.09.23(二) 09:30-11:00	愛笑人生 樂開懷	後營日照中心 (西港區營西里後營1-2號2樓)	臺灣愛笑瑜珈協會 陳美麗 理事	西港區衛生所	後營日照中心	方柔今 7952338*112
113.09.23(二) 09:30-11:30	114年社區長者 心理健康促進活動 療癒多肉 點石成栽	新營區民榮社區發展協會 (新營區南興里南昌街135號)	衛生福利部 長照人員繼續教育 許寶聯 講師	心理健康科	社區發展協會	才于珊 2679751*166 顏羿禎 6521103*210
114.09.23(二) 09:30-11:30	事事如意.平安就是福 (手做紓壓皂)	麻豆區海埔活動中心 (麻豆區海埔里43號)	同員商行 Cora姐姐手工坊 張鶴櫻 講師 麻豆區衛生所 許瑞娟 護理師	麻豆區衛生所	同員商行 Cora姐姐 手工坊	許瑞娟 5722215*112
114.09.24(三) 14:00-16:00	安眠配方 鎮靜有方 打造青少年心理韌性	國立臺南大學附屬啟聰學校	禾心諮商所 金音如 心理師	臺南市政府衛生局 關廟心衛中心	-	姜佳琪 6357716*172 呂沛樺 5955525*318
114.09.25(四) 09:00-10:00	珍愛生命， 別輕易跟生命說再見	洪外科醫院門診等候區 (中西區民生路二段60號)	洪外科醫院 蔡佩紋 護理師 陳怡靜 護理師	洪外科醫院	無	洪外科醫院 2240011*85
114.09.25(四) 09:00-11:00	身心紓壓~ DIY手繪月球燈	官田區關懷據點 (官田區官田里315號)	官田區衛生所 黃婉菁 護理師	官田區衛生所	官田社區 發展協會	廖佩玉 5791493*222
114.09.25(四) 09:30-10:30	生活一點綠， 心靈不焦慮	坎頭里活動中心 (白河區坎頭里2鄰坎子頭19號)	白河區衛生所 黃閔萱 護理師	白河區衛生所	坎頭里社區 發展協會	王慧娟 6852014*202
114.09.25(四) 09:30-11:30	樂齡創作·心安自在 心理健康月啟動	南興里活動中心 (安南區安興街435巷2號)	安南區衛生所 李蕙仿 護理師 曾謹幃 護理師	安南區衛生所	南興里 活動中心	曾謹幃 2567406*210
114.09.25(四) 14:30-15:30	壓力調適 與珍愛生命	急診大樓六樓大會議室 (中西區中山路125號)	衛生福利部 臺南醫院 林文彬 社工師	衛生福利部 臺南醫院	無	林文彬 2200055*4501
114.09.26(五) 13:30-14:30	擁抱自己的力量 運用精油平衡身心	新化國小 (新化區中山路173號)	晶喜揚有限公司 陳淑樺 芳療師	新化區衛生所	新化國小	張書錦 5906025*129

## 2025 年「改變自殺敘事：陪伴生命，注入希望」心理健康月系列活動

114.09.27(六) 10:00-11:00	社區有愛 生命無礙	小西里活動中心 (中西區府緯街4巷6號)	仁村醫院 李怡燁 社工師	仁村醫院 護理部	小西里社區 關懷據點	盧貝姿 2152607*302
114.09.27(六) 10:00-12:00	禪繞「足芳」杯墊	安南區社區心理衛生中心 (安南區安和路一段205號)	臺南市政府衛生局 李翠鳳 局長 陳月英 科長	北區心衛中心	無	吳佳真 2510723*204
114.09.30(二) 09:00-12:00	銀向心樂活 趣味賽第二彈	鹽水心衛中心1樓多功能室 (鹽水區武廟路21號)	謝孟璇 職能治療師	鹽水心衛中心	無	顏羿禎 6521103*210 江孟庭 6521103*213
114.10.02(四) 09:00-12:10	秋韻團圓 花好月圓迎中秋	佳里區六里活動中心 (佳里區佳東路327巷20號)	手創藝術發展協會 洪淑瑛 講師 鹽水心衛中心 蔡宛岑 護理師	鹽水心衛中心	佳里區衛生所	蔡宛岑 6521103*212 蔡錦慧 7224106*108
114.10.04(日) 10:00-11:00	探索心靈繪本 心理健康扎根	鹽水區圖書館 (鹽水區月津路14之1號)	鹽水心衛中心 江孟庭 護理師	鹽水心衛中心	無	江孟庭 6521103*213
114.10.19(日) 09:00-12:00	《靜心舒眠工作坊》 刮去煩憂，靜享好夢	玉井區圖書館 (玉井區民族路218號)	禾心心理諮商所 林吟芸 諮商心理師	善化心衛中心	玉井區圖書館	郭慧雅 5810105*194
114.10.19(日) 09:30-12:30	心靈轉運站～ 電影賞析 片名:(善良的牧本先生)	新營文化中心4樓演講室 (新營區中正路23號)	柳營奇美醫院 吳家榕 臨床心理師	臺南市政府衛生局 心理健康科	市政府文化局 新營文化中心	劉子豪 2679751*176