

# 課程名稱 | 養生與自我推拿(早上班)

課程屬性 | 台江分校

課程編號 | 992-992TN1

授課老師 | 許祥清

最高學歷/ 空中專科學校 企業管理科

相關學經歷/ 屏東東港婦嬰西醫院、屏東潮州永生中醫院、國立中山大學中醫社講師、屏東東港婦嬰西醫院、屏東潮州永生中醫院、耕聖中醫診所/針灸、推拿講師、仁德社區大學、南關社區大學

現職/ 台南社大講師. 南關社大講師. 仁德社大講師

上課時間 | 每週三上午09:00-11:50 第一次上課日期 2010年09月08日 (星期三)

課程理念



## 關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

1. 順應自然環境的變化、給予學生最正確保養的方法，以達到健康為目的。  
2. 是一門著重實際自我推拿演練技巧，穴位認識及應用，配合中藥與飲食療法，確實達到學以致用的課程。

2. 修此門課需具備什麼條件？

如果你具備孝順心與耐心，愛護自己，珍惜生命，歡迎全家人修課。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

(1) 配合講義解說. (2) 實際操作.  
(3) 認識自己的身體. (4) 穴位的活用.  
(5) 達到身體保健、預防疾病擴大的目的。

4. 如何取得學分？(評量方式)

出席率、實務檢測。

5. 備註&推薦書目

《人體使用手冊》吳清忠

著，達觀出版

招生人數 | 40 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 3 學分 3000 元 (18 週課程/一次上課 3 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2010-09-08 上午09:00~11:50	陰陽五行與經絡 息息相關	《健康殺手“體內三濁”“體外兩害”》
2	2010-09-15 上午09:00~11:50	五臟六腑全在經 絡的掌握之下	《一切慢性病都可以用「推腹法」去解決》

3	2010-09-29 上午09:00~11:50	經絡通，氣血順，身體就好	《身無「三濁」一身輕》
4	2010-10-06 上午09:00~11:50	經絡“不通則痛”是人體不適的根源	《想吃什麼就吃什麼》
5	2010-10-13 上午09:00~11:50	臟腑經絡與按摩保健	《一分鐘學會道家養生祕法》
6	2010-10-20 上午09:00~11:50	按摩能疏通經絡調節免疫	《美容的根本是保養身體內部》
7	2010-10-27 上午09:00~11:50	望神色斷疾病	《一小時內解酒毒》
8	2010-11-03 上午09:00~11:50	找到“阿是”穴就找到病痛點	《足療可以補充人的底氣》
9	2010-11-10 上午09:00~11:50	哪兒生病，摸摸穴位就知道	《學中醫的入門之法是足底按摩》
10	2010-11-17 上午09:00~11:50	按摩的功效	《熬了夜要吃這些藥去補？》
11	2010-11-24 上午09:00~11:50	第二節生命閱讀週	《美容從喝五色養顏粥開始》
12	2010-12-01 上午09:00~11:50	全身穴位圖	《六味地黃丸不是補腎的通用專方》
13	2010-12-08 上午09:00~11:50	按摩的種類與手法	《玄妙五行治疑病～導引法》
14	2010-12-15 上午09:00~11:50	學習按摩手法的 要求	《刮痧最合適治皮膚、肌肉和關節的病》
15	2010-12-22 上午09:00~11:50	艾灸的方法	《隨身好醫生～刮痧、拔罐與按摩》
16	2010-12-29 上午09:00~11:50	十四條“決生死、除百病”經絡	《小病的治療只需蜻蜓點水》
17	2011-01-05 上午09:00~11:50	有病時，經絡按摩要對症	《舉手投足皆治病～墜足功》
18	2011-01-12 上午09:00~11:50	無病時，經絡按摩可益壽延年	《讓你在瞬間強壯起來的升陽法》