



會訊

社團法人新竹市腎友協會

*為節省資源，如有：收件人已遷移、
或住址變更或錯誤、停止寄發及
重複收到兩份等以上情形，
請您來電告知；謝謝您!!!

~有您的支持與鼓勵，
是本會最大的原動力~

活動快報

腎友生活大小事{腎友家屬支持照顧/透析經驗分享交流研討會}

一、時 間：民國 109 年 9 月 27 日（日）上午 10 時

二、地 點：新竹市身心障礙福利服務中心/向日葵大樓
（新竹市竹蓮街 6 號 8 樓/一般教室）

三、活動內容：腎友生活大小事/主講人~陳建鳴 創會長

.....
109 年 9 月 27 日(星期日)~出席人數統計表

腎友大名_____，同行家屬_____人，總共_____人。西點餐盒素食____人。

【經費有限】為了訂定餐盒，參加者務必先報名，以便訂定用餐盒。

【若未回報者】當天將不預留（請務必於 109 年 9 月 24 日前回覆本會。

電話：5253301 傳真：5253318 ps. (欲參加者請務必要先報名喔!!!!)。謝謝您的合作。

新竹市腎友協會-理事長 韓進宏暨全體理監事=祝福您閤家平安健康快樂！

誠摯的邀請您

※以上有任何疑問請電：03-5253301 或 LINE/電話 0937-137907 林小姐洽詢

本會電話：03-5253301 傳真：03-5253318

會 址：新竹市長和街 20 巷 3 號 1 樓

劃撥帳號：19359397 戶名：新竹市腎友協會

E-mail：ch.linabby@msa.hinet.net

新竹市腎友協會-網址：<http://www.hcrsfvac.artcom.tw>

新竹市辦理 109 年運動 i 臺灣/竹市 i 運動

腎友體適能~舞蹈課程*

【腎友體適能~舞動人生~舞蹈學習課程】

一、計畫目的：

- (一)本計畫願景在於「自發、樂活、愛運動」，其中「自發」為強化腎友自發性、自主性的規律運動習慣；「樂活」為讓運動結合生活及文化，發展個人的特色運動；「愛運動」為培養腎友運動興趣，使腎友從為個人健康而運動，提升為愛好運動而運動。
- (二)本課程以國際標準舞蹈運動為主軸，透過肢體的伸展，舒筋韻律，配合音樂的節律，以逐漸增強音樂聽力和肢體張力及體能耐力；達到健身及韻律肢體美感。
- (三)促使腎友及其陪同家屬鍛鍊較佳的體適能，培養良好的運動習慣，建立以運動紓解壓力的管道，使其解除身心方面的壓力，提升其自信心及肯定自我價值感，讓腎友擁有健康的身心靈；進而擴展社交活動。
- (四)透過運動舞蹈課程的學習讓腎友與同儕間相互鼓勵，增進人際關係，進而從中發掘自我、肯定自我、提生活品質

二、指導單位：教部體育署、新竹市政府

三、主辦單位：社團法人新竹市腎友協會

四、活動日期：109 年 9 月 1 日至 11 月 24 日下午 3:00~5:00 止。

五、活動時間：每星期二，13:00 熱身/複習時間。教學時間 15:00-16:30。
個別指導 16:30-17:00。

六、活動地點：新竹市身心障礙福利服務中心/向日葵大樓 9F/竹蓮街 6 號-9F。

七、教學老師：溫正繁 老師

八、參加對象、人數：本會會員及家屬、志工等 30 人。

九、活動費用：全體學員免費。[本活動有投保公共意外險]。

腎友體適能~舞動人生~舞蹈學習課程-報名表

姓名	性別	出生年月日	住址/連絡電話
			電話： 住址：

☆配合政府防疫執行實名制，敬請確實填寫電話、地址以便於因應異常狀況立即通報。

※以上有任何疑問請電：03-5253301 或 0937-137907 林小姐洽詢

本會電話：03-5253301 傳真：03-5253318

會 址：新竹市長和街 20 巷 3 號 1 樓

劃撥帳號：19359397 戶名：新竹市腎友協會

E-mail：ch.linabby@msa.hinet.net

新竹市腎友協會-網址：<http://www.hcrsfvac.artcom.tw>

運動 i 台灣，竹市 i 運動〔活動流程及報名表〕

盡舞競舞/超越障礙~舞蹈比賽

- 一、指導單位：教育部體育署
 二、主辦單位：新竹市政府
 三、承辦單位：社團法人新竹市腎友協會
 三、活動日期：109 年 11 月 1 日星期日。
 四、活動時間：上午 9：00~16:00
 五、活動地點：新竹市身心障礙福利服務中心/向日葵大樓 9 樓
 (新竹市竹蓮街 6 號-9 樓)。

六、活動內容/程序：

09：00～9：30	= 簽名報到、相見歡、整隊/彩排
09：30～9：50	= 迎賓舞曲/主席致詞、介紹貴賓、貴賓致詞
09：50～10：00	= 裁判長宣佈舞蹈競賽規則~頒發感謝狀
10：00～12：00	= 身障團體/社區團體/新住民/銀髮族/盡舞競舞
12：00～16：00	= 餐敘~熱舞/競舞/舞林高手秀舞/盡舞競舞/頒獎

七、報名需知：1. 請欲參加者請 E-mail 或 LINE 或電話或傳真至本會。

※(主辦單位將依據;報名人數準備餐盒)[餐盒茶水依報名人數預定，
 歉難當天做增加、以避免浪費食物]。

※活動當日/最晚 10 點前須報到簽名完成。

以上若有疑問~歡迎洽詢；新竹市腎友協會／電話 03-5253301

E-mail：ch.linabby@msa.hinet.net

LINE~0937137907 連絡人：林秋紅

〔出席觀眾/報名表〕拉拉隊/親朋好友家屬/觀眾：

姓 名	姓 名	姓 名	備註/素食

(本表如不敷使用時請自行增加)(為免資源浪費,餐盒茶水依報名人數預定，
 歉難當天做增加、以避免數量有誤)謝謝！

讓永恆的愛與熱情，舞動每一個生命....

社團法人新竹市至愛服務協會舉辦第 33 屆～

「障友社會參與-讓我挺你～陪你看世界美麗風景」活動

一、指導單位：新竹市政府

二、主辦單位：社團法人新竹市至愛服務協會

三、活動日期：109 年 10 月 25 日(星期六)7:40~17 時

*集合時間：上午 7：40～8：00 時(每人須戴口罩、發燒者請勿出席、逾時不候)。

*集合地點：新竹市議會前大門口[新竹市政府旁]、新竹市中正路 122 號。

ps. 行動不便輪椅需自行準備

四、活動地點：台北木柵動物園。

五、參加費用：每人酌收 200 元。 PS. [繳費後不能退費]。

(主辦單位提供：專車、保險、門票、午餐/素食西點、礦泉水等)。

六、參加人數：30 人報名之家屬不得超過障友人數

七、報名日期：即日起至 9 月 30 日截止(額滿提前截止)。

*備註：本次活動；本會為受邀單位，敬請 欲參加人員務必於期限內完成報名手續(名額有限)請把握機會哦！！！！

^@^...^@^ 台北木柵動物園-報名表

編號	姓名	性別	出生年月日	類別	身份證字號	通訊處	輪椅(√)	素食(√)
1								素食(√)
2								素食(√)
3								素食(√)

附註：本表為辦理保險，請詳填仔細

ps. (報名繳費後不得退費)

Ps. 請於 9/30 日前連同報名費(每人 200 元)繳費後才算報名完成。

(109.10/25 上午 7:40~新竹市政府前集合；上午 8:00 準時出發，逾時不候)

～本協會辦理《器官捐贈簽卡宣導、愛腎宣導》活動～

三、活動日期：109 年 10 月 17 日（星期六）12 時～20 時

四、活動地點：新竹市東門城圓環旁（如：歷年場地圖位置）

五、活動內容及時間：

系 列 名 稱	時 間	說 明
「器官捐贈卡」 宣導期	10 月 1-17 日	透過文宣寄發學校、公司、社團及社區廣為宣導
「器官捐贈卡」 簽卡宣導	10/17 日 12～20 時	設置定點籲民眾簽名響應、支持器官捐贈宣導意義、鼓勵民眾簽卡
贈送彩球	10/17 日 12～20 時	現場贈送宣導彩球

六、參加對象：志工含民眾。

Ps. 歡迎腎友到場為志工們加油唷!!



.....

為落實本會成立服務宗旨及讓更多的腎臟病友們了解政府施行的福利服務、申辦手續及本會提供的服務，敬請您於自己所在透析之醫療院所，將本會腎友入會表；轉告給不知道或初期透析之腎友了解本會之服務宗旨，以嘉惠腎友們。[凡做血液透析、腹膜透析、腎移植者，贊同本會宗旨、填具申請表即成為正式會員]、[入會表必須附, 身障證明者/免會費]經本會理監事核定既成為正式會員。

.....

~~~意見反應區~~~

您對於協會有任何的意見，都可以在下面留言~寄回協會或來電告知”~~意見欄~~

※以上有任何疑問請電：03-5253301 或 0937-137907 林小姐洽詢

本會電話：03-5253301 傳真：03-5253318

會址：新竹市長和街 20 巷 3 號 1 樓

劃撥帳號：1 9 3 5 9 3 9 7 戶名：新竹市腎友協會

E-mail：[ch.linabby@msa.hinet.net](mailto:ch.linabby@msa.hinet.net)

新竹市腎友協會-網址：<http://www.hcrsfvac.artcom.tw>