

目錄

理事長的話／李洮俊	1
衛教文章	
● 如何幸福瘦？／馬文雅醫師	2
● 社區健康餐盒推廣／尤偉銘營養師	4
● 老年糖尿病人的肌力訓練／林錕鋒教練	8
● 控糖秀心得分享／郭亞晴護理衛教師	11
歡迎投稿	
● 徵求稿件	13
● 版權頁	14

