



國家科學及技術委員會補助

## 以人工智慧導向的虛擬智能健康運動服務產學技術聯盟

Artificial Intelligence-oriented Virtual Intelligent Health and Exercise Service Alliance

2026 年第 01 期

電子報

### 運動健康新知

《原來有高招》研究：每天睡足 6 小時、運動 30 分鐘可提升認知能力

《原來有高招》每天快走 11 分鐘可能會讓壽命增加！研究指出每週進行 75 分鐘中等強度運動，早死風險會降低 2 成

《原來有高招》最新研究證實「快節奏運動」比輕度活動更能幫助大腦健康！每天只要 5 分鐘腦力提升又讓幸福感翻倍

《原來有高招》停經後，運動要怎麼做，對腦袋和骨頭才真的有幫助？

《原來有高招》手抖、忘東忘西？練「這項運動」9 個月，幫大腦抗氧化、變靈敏！

《原來有高招》運動真的能拯救大腦！帕金森氏症該怎麼動？科學家幫你把標準答案找出來了！

### 會員發展實力秀

《會員亮點 NEWS》Tobii 攜手 Play For Dream Technology 聚焦 MR、VR 等前沿領域建立堅實合作關係

### 活動精彩花絮

《精彩活動花絮》德光愛心會 C 級巷弄長照據點醫學講座

《精彩活動花絮》「2024 台灣醫療科技展」暨聯盟推廣活動

《精彩活動花絮》「2024 中華商管科技學會年會暨學術研討會」聯盟推廣活動

《精彩活動花絮》聯盟攜手高登智慧科技股份有限公司聚焦 2025 全球消費性電子展(CES)探索產學合作新契機



國立成功大學  
National Cheng Kung University



國立屏東科技大學  
National Pingtung University of Science and Technology



亞洲大學  
ASIA UNIVERSITY



國家科學及技術委員會補助

# 以人工智慧導向的虛擬智能健康運動服務產學技術聯盟

Artificial Intelligence-oriented Virtual Intelligent Health and Exercise Service Alliance

2026 年第 01 期

電子報

網 站 >



FB 粉專 >



LINE@ >

