

臺北市萬華區樂齡學習中心 108 年度第 1 期招生簡章

一、實施目的

- (一)樂活:營造溫馨快樂學習環境，歡喜相聚廣結益友；成立優質學習社群團體，永續樂齡終身學習。
- (二)智慧:增進鄉土文化、生態環境與社區發展之關懷；擔任志工服務，傳承銀髮智慧增益人生價值。
- (三)健康:建立正確養生保健觀念，正向老化樂而忘齡；促進代間互相學習分享，尊重彼此精進溝通。

二、招生對象:民國 53 年 4 月 1 日以前出生，年滿 55 歲以上民眾皆可報名參加。

三、上課日期:自 108 年 4 月 15 日(星期一)起，上課時間和地點詳見課程內容。

四、報名須知

(一) 報名地點和時間：

1. 【第一階段】108 年 3 月 25 日(一)至 3 月 28 日(四)上午 9 時至 12 時，在本校大辦公室接受各班別報名。
108 年 3 月 28 日(四)下午 5 時前於老松國小網站和萬華區樂齡學習中心網站公告未額滿班別清單。
2. 【第二階段】108 年 3 月 29 日(五)上午 9 時至 12 時，在老松國小輔導室接受未額滿班別之報名。逾期恕不再受理報名。
3. 【公開抽籤】報名人數超額之班別，108 年 4 月 1 日(一)上午 10 時於老國小校史室公開抽籤。錄取名單於當日下午 5 時前公告於老松國小穿堂公佈欄、老松國小網站和萬華區樂齡學習中心網站。

(二) 報名方式：

1. 本人攜帶國民身分證正本，詳填報名表始完成報名。若無法親自報名，請務必填妥委託書並將身分證影本交給受委託人，方可報名。受委託人請備身分證正本待驗(委託書須依本中心專屬的委託書格式填寫，若格式有誤者，一律退件)。
2. 簡章可至老松國小警衛室和輔導室索取，亦可上老松國小網站、萬華區樂齡學習中心網站下載。

五、注意事項

- (一)第一階段報名每人最多填報 2 門課程(本中心志工不在此限)；第二階段報名不限。
- (二)請學員報名前務必審慎考量，凡公佈各班錄取者，恕不接受更換班別。
- (三)每門課程學員未達 20 名，恕不開班。為維護上課品質，所有課程謝絕旁聽和試聽。
- (四)凡公告錄取名單後退出者或開課後第 1、2 堂連續缺席者，本中心將刪除學員資格(亦喪失下期報名該門課程資格)。本中心依序通知候補者，然顧及課程完整性，第 4 堂課起即不再候補學員。
- (五)各課程視講師需求將酌收材料費(詳見課程內容所列)，請於第一次上課時繳交給各班班長(志工)。
- (六)各班如有校外參觀教學，學員需投保旅行平安險。可於上課時繳交保險費，由各班班長(志工)收取後統一辦理。

六、學員規範

- (一)108 年 4 月 15 日(一)上午 9:00 於本校多功能階梯教室進行開學典禮，請全體學員務必出席。
- (二)學員進出老松國小校園請配戴上課證，配合校園門禁管理的相關規定。
- (三)請珍惜學習資源，全體學員準時上下課，凡遲到早退 20 分鐘者，以缺席計。
- (四)學員上課請親自簽到，切勿代理簽名。缺席超過 1/3 課程者，即喪失下期報名該門課程資格。
- (五)請維護本中心場地清潔與設備物品，共同保護校園學童安全，並避免在教學區喧嘩，以免影響學童上課安寧。
- (六)樂齡學習中心志工由本中心(老松國小輔導室)聘任後，接受志工成長課程，一年一聘，以順利和諧推展樂齡學習中心業務。

七、聯絡洽詢:臺北市萬華區老松國民小學輔導室 電話:(02)23361266 分機 140-143

八、臺北市萬華區樂齡學習中心官方 LINE，ID: @gqy8875t，歡迎學員加入。



九、課程內容

(一)必修課程

課程名稱	上課時間/主題/主講	地點
開學典禮(發給上課證和開學禮)	4/15(一)9:00/樂齡課程規劃和上課須知	多功能階梯教室
「樂活、智慧、健康」專題講座	4/15(一)9:30~11:30/活力適能有氧律動/胡松德	
	5/20(一)9:30~11:30/文史主題小旅行/高傳棋	
樂齡成果發表	6/10(一)9:30~11:30/銀髮族交通安全停看聽/交通大隊	多功能階梯教室
	6/28(五)14:00~16:00/表演	鄉土教育中心
	6/25(二)至 6/30(日)9:00~16:00/學員作品展	

(二)選修課程

(第一階段每人至多報名二門，第二階段不限。)

不限報名人數，超出名額時抽籤錄取

編號	課程名稱	上課時間	講師	上課時間	課程內容	上課地點	名額	材料費	備註
1	陶笛初階	週一下午 2:00~ 4:00	陳子隆	4月:15、22、29 5月:6、20、27 6月:3、10、17、24 (10堂)	陶笛相關常識及基礎吹奏，並依學員選擇曲目提供樂譜吹奏指導。	樂齡教室 1	25	0 元	自備複管中音 C 調陶笛。
2	西點烘焙	週一下午 2:00~ 4:00	戴郁文	4月:15、22、29 5月:6、20、27 6月:3、10、17、24 (10堂)	透過簡單的烘焙魔法，讓學習者愛上烘焙，感受手作甜點的成就感和幸福滋味。	樂齡教室 3	25	1000 元	自備圍裙和餐盒。材料費於第 1 次上課繳交。
3	排舞	週一下午 2:00~ 4:00	周明璋	5月:27 6月:3、10、17、24 (5堂)	透過律動提升心肺功能，增強體力，達到運動養生。	韻律教室	25	0 元	著輕便服裝，自備飲水和乾淨的運動鞋。
4	傳統歌謠傳唱	週二上午 9:30~ 11:30	鄭秋菊 沈姿宜	4月:16、23、30 5月:7、14、21、28 6月:4、11、18 (10堂)	開啟傳統民謠傳唱，含戲曲等創作歌謠。	視聽教室	100	0 元	
5	烏克麗麗初階	週二上午 10:00~ 12:00	鄭皓恩	4月:16、23、30 5月:7、14、21、28 6月:4、11、18 (10堂)	從 4 歲到 80 歲都能輕鬆上手，世界最易學的彈唱樂器，搭配時代金曲教學，彈唱夢想立刻完成！	樂齡教室 1	25	100 元	自備樂器，第 1 週老師會帶琴借同學彈，諮詢後再購買適合自己的。材料費於第 1 次上課繳交。
6	書法藝術初階	週三上午 9:30~ 11:30	李光明	4月:17、24 5月:1、8、15、22、29 6月:5、12、19 (10堂)	中華文字之美，各家字帖介紹，臨摹書寫。	樂齡教室 2	32	150 元	自備文房四寶。材料費於第 1 次上課繳交。
7	創意手作初階	週三上午 9:30~ 11:30	朱泰陽 梁麗玉	4月:17、24 5月:1、8、15 (5堂)	教授吸管和打包帶藝術、中國結飾和玩布趣等。	樂齡教室 1	25	250 元	材料費於第 1 次上課繳交。
8	萬華歷史古蹟導覽	週三下午 2:00~ 5:00	張璿文	4月:17 5月:1、8、29 6月:5、19、26 (7堂)	認識萬華及臺北地區的文化資產，增進對鄉土文化的關懷。上課方式以戶外走讀為主，報名學員請衡量自身體能狀況。	大辦公室 (或樂齡教室 1)	50	0 元	必須自行繳費投保旅行平安險，投保者請於開學典禮或第 1 次上課時繳交保險費。
9	認識青草藥	週四上午 9:30~ 11:30	翁義成	4月:18、25 5月:2、9、16、23、30 6月:6、13、20 (10堂)	從日常生活的路邊野草，青草茶及苦茶的植物分辨及栽培，讓樂齡生活更加健康充實。	樂齡教室 1	30	300 元	材料費於第 1 次上課繳交。
10	蝶谷巴特初階	週四上午 9:30~ 11:30	梅舜蘭	5月:23、30 6月:6、13、20 (5堂)	將美麗圖型剪裁，拼貼裝飾於家飾物品或傢俱上，展現出創意設計的裝飾藝術。	樂齡教室 2	25	400 元	材料費於第 1 次上課繳交。
11	E化生活網路社群	週四上午 9:30~ 11:30	許慶堂	4月:18、25 5月:2、9、16、23、30 6月:6、13、20 (10堂)	認識電腦基礎概念，與科技時代接軌。	電腦教室 2	30	0 元	
12	觀光日語初階	週四下午 2:00~ 4:00	顏尚誠	4月:18、25 5月:2、9、16、23、30 6月:6、13、20 (10堂)	日語 50 音、生活日語會話、日本文化古蹟介紹、童謠歌唱。	樂齡教室 1	30	0 元	
13	彩墨繪畫初階	週四下午 2:00~ 4:00	陳森政 (拙園)	4月:18、25 5月:2、9、16、23、30 6月:6、13、20 (10堂)	增進學員繪畫與書法技巧，提昇審美能力，並豐富人文藝術生活。	樂齡教室 2	30	100 元	自備畫筆和顏料。材料費於第 1 次上課繳交。
14	行動上網雲端學習初階	週四下午 1:30~ 3:30	蔡基福	4月:18、25 5月:2、9、16、23、30 6月:6、13、20 (10堂)	認識雲端網路所帶來的生活改變，並能活用於生活的改善。	電腦教室 2	30	0 元	自備 android 智慧型手機
15	家飾編織初階	週五上午 9:30~ 11:30	李亞震	4月:19、26 5月:3、17、24 (5堂)	棒針、鉤針各種針法打包裝袋編織。	樂齡教室 1	25	0 元	材料自備

臺北市萬華區樂齡學習中心 108 年度第 1 期報名表

- 本人親自報名(無須填寫委託書)，並已詳閱招生簡章，以維護自身權益。 學號：
 委託報名(須填寫委託書)，並已詳閱招生簡章，以維護自身權益。

姓名 性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	學歷	<input type="checkbox"/> 研究所 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 其他
出生 年 月 日	民國 年 月 日	年滿	<input type="checkbox"/> 55-64 歲 <input type="checkbox"/> 65-74 歲 <input type="checkbox"/> 75-84 歲 <input type="checkbox"/> 85 歲以上
身分證 字號		連絡電話	住家： 手機：
緊急 聯絡人		聯絡地址	
	電話： 關係：	<input type="checkbox"/> 新生(第一次參加萬華樂齡課程) <input type="checkbox"/> 舊生(曾上過的課程)：	
第一階段每人最多填報 2 門課程(本中心志工不在此限)；第二階段不限。 「選您所愛，愛您所選」請珍惜學習資源，報名錄取後能準時上下課。			
報名 課程 (請打勾)	星期	早上	下午
	一	必修課程(全體學員參加): 【開學典禮】4/15 上午 9:00 【系列講座】4/15、5/20、6/10 週一上午 9:30 至 11:30	<input type="checkbox"/> 1. 陶笛初階(10 堂) <input type="checkbox"/> 2. 西點烘焙(10 堂) <input type="checkbox"/> 3. 排舞(5 堂)
	二	<input type="checkbox"/> 4. 傳統歌謠傳唱(10 堂) <input type="checkbox"/> 5. 烏克麗麗初階(10 堂)	
	三	<input type="checkbox"/> 6. 書法藝術初階(10 堂) <input type="checkbox"/> 7. 創意手作初階(5 堂)	<input type="checkbox"/> 8. 萬華歷史古蹟導覽(7 堂) ※戶外教學必須自費辦理旅行平安險
	四	<input type="checkbox"/> 9. 認識青草藥(10 堂) <input type="checkbox"/> 10. 蝶谷巴特初階(5 堂) <input type="checkbox"/> 11. E 化生活、網路社群(10 堂)	<input type="checkbox"/> 12. 觀光日語初階(10 堂) <input type="checkbox"/> 13. 彩墨繪畫初階(10 堂) <input type="checkbox"/> 14. 行動上網雲端學習初階(10 堂)
	五	<input type="checkbox"/> 15. 家飾編織初階(5 堂)	必修課程(全體學員參加): 【成果發表】 6/28(五)14:00~16:00 6/25(二)~6/30(日)9:00~16:00

※本人報名編號_____的課程 並已詳細閱讀臺北市萬華區樂齡學習中心簡章並遵守相關規範，

本人簽名：_____

經手人：_____