

臺北市南港區成德國民小學辦理 108 年度第 2 期樂齡學習課程招生簡章

- 一、實施目的：提供 55 歲以上國民活躍老化之核心課程與各類選修課程，繼續學習及參與，促進其自身之健康、安全，並提升生活品質，達成樂齡學習目標。
- 二、招生對象：民國 53 年 9 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 9 月 16 日（一）起，時間及地點請見課表。
- 四、報名需知：

(一) 報名地點、時間：

1. 【第一階段】108 年 8 月 21 日（三）上午 8 時 30 分至 11 時 30 分止於本校 1 樓樂齡中心接受各班別報名。**8/21（三）當日下午 4 時前於本校校門口公佈欄、本校樂齡中心網站及南港樂齡學習中心官方 line 帳號公告未額滿班別清單。**
2. 【第二階段】108 年 8 月 22 日（四）上午 8 時 30 分至 11 時 30 分止於本校 1 樓樂齡中心接受未額滿班別之報名。
3. 【公開抽籤】報名人數超額之班別，將於 108 年 8 月 22 日（四）下午 2 時於本校 1 樓樂齡中心公開抽籤。**錄取名單將於當日下午 4 時前公告於本校校門口公佈欄、本校樂齡中心網站及南港樂齡學習中心官方 line 帳號。**

(二) 報名方式：本人攜帶國民身分證正本、詳填報名表並繳交**水電費 100 元/班**始完成報名。每人限委託 1 位學員代為報名，**報名程序完成並中籤者，若欲取消報名，將不退還水電費，請學員自行斟酌；未中籤者，核實退還所繳費用。**

(三) 報名表可至本校警衛室索取，亦可上本校樂齡學習中心網站下載，網址：
<http://classweb.ctps.tp.edu.tw/eweb/senioredu>

五、注意事項：

- (一) **每人最多報名 3 門課程（不含必修專題講座）**；本中心志工名額採外加方式，不在此限。為避免影響上課品質，各課程志工名額至多外加，若超出名額則抽籤決定。
- (二) 第二階段報名結束後，因影響是否開班，故不接受退出或退費，請審慎考量。
- (三) 每門課程於報名時需繳交**水電費 100 元/班**，必修講座課程不收水電費。
- (四) 為維護上課品質，所有課程謝絕旁聽或試聽；本期各課程無正當理由缺課 2 次（含）以上者，將不得報名下期課程。
- (五) 各課程視講師需求將酌收教材或材料費，請於開課後繳交予各班班級代表或志工。
- (六) 本中心舊生仍需依規定完成所有報名程序，若班別額滿亦須參與抽籤作業。
- (七) 學期中學員若因個人因素請假，將不補課、退還水電費餐費。
- (八) 共餐活動需自付費用。
- (九) 本中心志工可自由報名各課程，並需協助講師及本中心各項工作，如講義印製、費用收取等。歡迎學員踴躍報名擔任樂齡志工！
- (十) **本校樂齡課程係教育部及教育局補助辦理，因開課牽涉各年度之補助款額度，故本校保留課程調整、變更或終止之權利。**

六、本案聯絡人：本校輔導室沈志強主任，電話：2785-1376 轉 161。

七、南港區樂齡學習中心官方 LINE，ID: [@xky3630b](https://www.line.me/tw/ky3630b)，歡迎加入！

八、108 年第 2 期課程週表



星期	上午	下午
一	09:00-12:00 台北采風(9/16~11/18)	14:00-16:00 水墨藝術(9/16~12/9)
二	09:00-11:00 舞動樂齡(9/17~/12/10；11/5 停課)	※10/11(五)國慶日彈性放假及 11/25(一)體表會補假日不上課。 ※樂齡上課時間及地點有時需配合學校 活動做臨時進行調整，尚祈見諒及配 合。 ※標記星號為貢獻服務課程，可登錄志 工時數，採自由報名方式辦理。
三	08:00-08:30 樂齡爺奶故事列車(9/18~12/25)※	
五	10:00-12:00 專題講座(9/20, 1/10, 1/17) 08:30-10:10 漢方有氧 A 班(9/27~1/3) 10:20-12:00 漢方有氧 B 班(9/27~1/3) 10:20-12:00 銀髮創意 DIY 班(9/27~1/3) 12:00- 共餐活動(9/20~1/17) 週五中午共 17 次 09:00-11:00 樂齡爺奶玩戲劇(9/20~12/20)※	

九、課程內容

編號	課程名稱	上課時間	講師	課程說明	上課地點	備註
1	專題講座 (含始業式、休業式) (必修)	週五上午 10:00~12:00 9月:20 (暨始業式) 1月:10 1月:17 (暨休業式)	外聘講師	外聘專家講授銀髮交通安全、家庭互動、健康生活等	本校 1 樓樂齡教室	為必修，請全體學員務必參加
2	台北采風 (招收 20 名)	週一上午 9:00~12:00 9月:16、23、30 10月:7、14、21、28 11月:4、11、18	潘文彬老師	簡介台北地區的自然生態與步道，並實際走訪。	本校 1 樓樂齡教室、戶外步道	請學員自行投保校外參觀保險
3	水墨藝術 (招收 20 名)	週一下午 14:00~16:00 9月:16、23、30 10月:7、14、21、28 11月:4、11、18 12月:2、9	郭豐光老師	基礎點畫、用筆技法、線之表現、樹枝、葉片、四君子等，盡情遨遊國畫世界。	本校 1 樓樂齡教室	學員自備文房四寶並自付材料費用。
4	舞動樂齡 (招收 20 名)	週二上午 9:00~11:00 9月:17、24 10月:1、8、15、22、29 11月:12、19、26 12月:3、10	蔡香老師	加入成德早起會舞蹈班的行列，舞動樂齡青春活力！	本校 1 樓樂齡教室	需配合參與校內外展演，服裝另購。
5	<漢方有氧創意開走>A班 (招收 60 名)	週五上午 8:30~10:10 9月:27 10月:4、18、25 11月:1、8、15、22、29 12月:6、13、20、27 1月:3	戴旭志教授 文化大學團隊	結合有氧運動之基本觀念與動作所設計之能改善循環系統功能、促進人體各部分肌肉和關節活動增加身體的柔軟度、協調性之課程。	本校 1 樓樂齡教室	為讓每位學員都有機會上課，每人僅得擇一班別參加，不得重複報名
6	<漢方有氧創意開走>B班 (招收 60 名)	週五上午 10:20~12:00 9月:27 10月:4、18、25 11月:1、8、15、22、29 12月:6、13、20、27 1月:3				
7	銀髮創意 DIY 班 (招收 25 名)	週五上午 10:20~12:00 9月:27 10月:4、18、25 11月:1、8、15、22、29 12月:6、13、20、27 1月:3	劉美幸老師 美團	動動手、捏捏紙黏土，在老師指導下創作美觀與實用的作品！	本校 1 樓樂齡教室	需自付材料費 150 元/人。
8	共餐活動 (自由報名)	週五中午 12:00~ 9月:20、27 10月:4、18、25 11月:1、8、15、22、29 12月:6、13、20、27 1月:3、10、17		帶著一刻愉悅的心，於下課後與同學們一同享受美味的午餐吧！	本校 1 樓樂齡教室	學員需自備餐具，每餐需自付餐費 10 元。
9	※樂齡爺奶故事列車(※本課程屬貢獻服務類別，可登錄志工時數，自由報名)	週三上午 08:00~08:30 9/18~12/25 (週三上課日) (日期為暫定，確定後將再行通知)	故事媽媽	拾起孫子最愛聽的故事書，在週三晨光時間與孩子們一同分享吧！	本校低年級各班教室	學員選課後將由志工進行說明事宜
10	※樂齡爺奶玩戲劇(※本課程屬貢獻服務類別，可登錄志工時數，自由報名)	週五上午 09:30~11:30 9/20~12/20 (週五上課日) (日期為暫定，確定後將再行通知)	故事劇場	成德週五故事劇場聞名遐邇，歡迎有興趣表現自我的夥伴們一起同樂！	本校 3 樓圖書室	

臺北市南港區成德國民小學 108 年度第 2 期樂齡學習課程報名表

姓名		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	學歷	<input type="checkbox"/> 研究所 <input type="checkbox"/> 大學 <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"/> 55-65 歲 <input type="checkbox"/> 65-75 歲 <input type="checkbox"/> 75-85 歲 <input type="checkbox"/> 85 歲以上	
身分證字號		聯絡電話	住家： 手機：	
緊急聯絡人	姓名： 電話：	聯絡地址	關係：	

※每人最多報名三門課程，本中心志工不在此限※

報名課程 (請打 V)	請勾選最多 3 門	星期 時段	一	二	三	五
		上午	<input type="checkbox"/> 台北采風 (9/16~11/18) 9:00-12:00 **戶外參觀保險費需自行辦理。	<input type="checkbox"/> 舞動樂齡 (9/17~12/10; 11/5 停課) 10:00-12:00	<input type="checkbox"/> 樂齡爺奶 故事列車 (9/18~12/25) 8:00-8:30	<input type="checkbox"/> 漢方有氧 A 班 (9/27~1/3)8:30-10:10 <input type="checkbox"/> 漢方有氧 B 班 (9/27~1/3)10:20-12:00 <input type="checkbox"/> 銀髮創意 DIY 班 (9/27~1/3)10:20-12:00 <input type="checkbox"/> 樂齡爺奶玩戲劇 (9/20-12/20)9:30-11:30
		下午	<input type="checkbox"/> 水墨藝術 (9/16~12/9) 14:00-16:00			<input type="checkbox"/> 共餐活動 (9/20~1/17)週五 17 次 *需自付 170 元
自由報名	<input type="checkbox"/> 我願擔任樂齡志工，可報名不限堂數課程，並願遵守相關規範					

※學員已繳交選修課程水電費 每班 100 元 X _____ 班 = _____ 元

經手人：_____ 中華民國 108 年 月 日

臺北市成德國小 108 年第 2 期樂齡學習課程學員報名繳費收執聯

學員 _____ 報名參加以下課程，並已繳交水電費 _____ 元整。

- 週一上午台北采風(9/16~11/18，戶外參觀保險需自理) 週一下午水墨藝術(9/16~12/9)
週二上午舞動樂齡(9/17~12/10)
週三上午樂齡爺奶故事列車(9/18~12/25)
週五上午漢方有氧 A 班(9/27~1/3) 週五上午漢方有氧 B 班(9/27~1/3)
週五上午銀髮創意 DIY 班(9/27~1/3)
週五上午樂齡爺奶玩戲劇(9/20~12/20)

※※提醒您：必修講座課程時間為 9/20(五)、1/10(五)、1/17(五)上午 10-12 時。

經手人：_____ 中華民國 108 年 月 日

臺北市成德國小 108 年第 2 期樂齡課程共餐報名表

本人報名參加，共餐時間為配合樂齡課程 108 年 9 月 20 日-109 年 1 月 17 日週五上課日中午共餐(10/11 國慶彈性放假停餐)，共計 17 次，繳交自付金額新台幣 170 元整，其餘食材費用由臺北市政府社會局補助。

葷 素 (選擇後無法更動)

報名人簽名：_____

聯絡手機：_____

經手人：_____ 108 年 月 日

臺北市成德國小 108 年第 2 期樂齡學習課程學員共餐繳費收執聯

學員_____報名參加 108 年 9 月 20 日-109 年 1 月 17 日週五上課日中午共餐(10/11 國慶彈性放假停餐)，共計 17 次，繳交自付金額新台幣 170 元整，其餘食材費用由臺北市政府社會局補助。

。 葷 素 (選擇後無法更動)

特此證明

經手人：_____ 108 年 月 日

委 託 書

本人_____因故無法親自報名 貴校 108 年度第 2 期樂齡課程，今委託_____先生（小姐）代理報名。

此致

臺北市南港區成德國民小學（臺北市南港區樂齡學習中心）

委託人：_____（簽章）

國民身份證字號：_____

住址：_____縣(市)_____鄉(鎮市區)_____路(街)
_____段_____巷_____弄_____號_____樓

電話：_____

受委託人：_____（簽章）

國民身份證字號：_____

住址：_____縣(市)_____鄉(鎮市區)_____路(街)
_____段_____巷_____弄_____號_____樓

電話：_____

中 華 民 國 1 0 8 年 月 日

※註：委託人請備身分證影本錄案，受託人請備身分證正本待驗。