


113 年度第一期 招生簡章

- 一、宗旨：辦理終身學習課程宣揚『活到老，學到老』的精神，經由多元課程及活動，提供已退休或準備退休者一個培養興趣與適應老年生活之管道，透過參與獲得樂活的精彩人生。
- 二、主辦單位：財團法人台中市私立甘霖社會福利慈善事業基金會
- 三、指導單位：衛生福利部社會及家庭署
- 四、服務對象：年滿 45 歲以上（民國 68 年前出生者）均可報名參加。
- 五、上課時間：**113 年 2 月 26 日至 113 年 6 月 28 日止共 18 週**
- 六、上課地點：台中市中區民權路 100 號 4 樓
- 七、報名日期：(一)原班生：即日起受理報名、請攜帶上課證。(優先權保留至 **112/12/30** 止)。逾期未繳費者原班生不保留位置。
(二)新生：**113 年 1 月 2** 日起，週一至週五上午 8:00~12:00 下午 13:30~17:00 受理報名額滿為止。請攜帶身分證報名。
- 八、連絡電話：(04) 2222-0678 轉 200、201 朱小姐、譚小姐
- 九、費用：(一)報名費：第一次報名者需繳交報名費 200 元。
(二)研習費：1. 一般科目：年滿 45 歲以上 2350 元；年滿 65 歲以上 1900 元；年滿 90 歲以上 1000 元。
2. 特殊科目費用另計。
(三)本會志工自 **112/7/1 至 112/12/30** 日止，服務滿 40 小時者，且於 **113/1/21** 前完成報名，費用可享 9 折優惠。
(四)銀行匯款：(請先來電確認應繳金額)
帳號：

 銀行代號：
- 
長青官方 LINE
- 十、退費規定：(一)若人數未達 16 人不開班，可申請轉班或全額退費(含報名費)，實際開班情形依現場公告為主。未開學前申請退費者，請填具申請單，經核准後需酌扣手續費 200 元。(報名費恕不退還)。
(二)於開學後第 3 次上課前提出退費者請填具申請單，經核准後可退費 80%，逾期恕不得以任何理由申請退費。
- 十一、注意事項：(一)請於報名前詳閱活動簡章相關規定，並瞭解上課時間及教學內容，開放接受長青官方 LINE 報名，並請於報名後三天內(含當日)完成匯款，逾期取消資格。
(二)欲旁聽課程者，一般科目每門每次 150 元，特殊科目 200 元。
(三)颱風季節若台中市政府發佈台中市停止上班上課或停課不停班，本校皆停課(不補課)，如遇國定假日，課程順延。
(四)請勿頂替他人上課，以免影響課堂秩序及學員權益。
(五)上課中未經學校及教師同意禁止私自錄音或錄影。
(六)113/2/26 起陸續開課，請依各班上課時間準時出席，不另行通知。

十二、課程內容：

※應用語文學系						
課程編號	課程科目	課程大綱	上課時間	指導老師	名額	備註
1131A01	日語中級	日語中級 學習『EZ Japan 日語會話課-主題5』開始、學習日常生活會話，自然的日語表達。(具中級程度)	(三) 10:10~12:00	板井悠乃	24	
1131A02	日語進階A班	來學日本語初中級，第3課開始。(具中級程度) 為了說話時更清楚表達自己的想法、理解對方說的表達，學文法、口語和現在流行的話。	(一) 08:10~10:00	富田創	40	
1131A03	日語進階B班	大家的日本語進階I，第41課開始。(具基礎者)	(五) 10:10~12:00	板井悠乃	40	
1131A04	日語初級A班	大家的日本語進階I，第35課開始…。(具基礎者)	(一) 10:10~12:00	富田創	40	
1131A05	日語基礎班	大家的日本語初級I，第12課開始…。(具基礎者)	(二) 14:10~16:00	邱秀瑛	40	
1131A06	快樂說英語	用簡單易懂的英語詞彙，輕鬆、活潑即時說出口。	(四) 10:10~12:00	洪奕聰	24	
※藝術學系						
1131B01	水墨畫創作	由筆墨運用各種技法介紹，探討水墨畫的魅力(形式、光影、神韻、壯麗、山水、藝術、禪境)呈綜合之美的創作。	(五) 14:10~16:00	何木火	25	特殊科目 3350元
1131B02	鉛筆速寫	描繪技法基本在於鉛筆筆法~透過鉛筆速寫，透過運筆、構圖方式、透視處理及光影觀察及簡化筆觸達到一起手繪自己城市。	(一) 14:10~16:00	黃至民	20	
※數位生活學系						
1131C01	愛上手機應用班	1. 認識智慧手機操作，解決生活上的問題。2. 結合手機App功能，享受E世代所帶來的樂趣與便利。3. LINE貼圖製作，擁有自己專屬免費貼圖。4. 臉書帳號與生活應用，隨時掌握最新動態。5. 配合健康養生資訊，讓學員重視各項保健常識與生活習慣。	(一) 14:10~16:00	謝序昌	25	特殊科目 2350元

課程編號	課程科目	課程大綱	上課時間	指導老師	名額	備註
1131C02	手機攝影應用班	1. 學習用手機來拍攝與錄影，各種攝影模式的應用。 2. 學習攝影技巧與後製影像編輯軟體來製作相片與影片 3. 理論與實際的相結合應用在生活上各種不同題材的表現 4. 結合技巧與美感攝影藝術性的表現	(五) 10:00~11:50	林梓棕		特殊科目 2350 元
※音樂藝術學系						
1131D01	天籟美聲 A 班	一起來欣賞學唱美好的歌曲！	(一) 10:10~12:00	張明錄 江珍徵	40	
1131D02	天籟美聲 B 班	一起來欣賞學唱美好的歌曲！	(二) 10:10~12:00	張明錄 江珍徵	40	
1131D03	國台語 卡拉 OK 班	各種曲風國台語歌曲教唱。	(三) 13:30~15:20	陳慧瑜	40	
1131D04	國台語卡拉 OK 歌唱班	以腹式呼吸法訓練發聲、認識基本樂理、加強視譜能力歌唱技巧，歡唱學習豐富生活樂趣。	(四) 10:10~12:00	楊妲綾	40	
1131D05	東洋卡拉 OK A 班	日本 NHK「日本のうた」播出的歌星表演之演歌、歌謠的新曲教唱。	(五) 13:30~15:20	施文欽	40	
1131D06	東洋卡拉 OK B 班	日本 NHK「日本のうた」播出的歌星表演之演歌、歌謠的新曲教唱。	(三) 13:20~15:10	施文欽	40	
1131D07	東洋卡拉 OK C 班	日本 NHK「日本のうた」播出的歌星表演之演歌、歌謠的新曲教唱。	(二) 10:10~12:00	施文欽	40	
1131D08	精選日語 歌謠班	1. 日語新舊流行歌謠教唱。 2. 歌詞大意解說。3. 日語歌謠獨特發聲及裝飾音教唱。	(四) 14:10~16:00	陳慧瑜	40	
1131D09	西洋卡拉 OK 班	西洋懷念老歌教唱。	(三) 15:20~17:10	張美玉	40	
1131D10	輕輕鬆鬆 學陶笛進階	複管陶笛、樂曲練習及更高階的吹奏技巧，讓音樂融入生活中。(具基礎者)	(三) 10:10~12:00	蘇義堡	40	特殊科目 2500 元
1131D11	烏克麗麗	烏克麗麗外型小巧，易攜帶，簡單易學的樂器，可自彈自唱，快樂學習，老少咸宜。	(三) 08:10~10:00	蘇義堡	25	特殊科目 3600 元 小班制

課程編號	課程科目	課程大綱	上課時間	指導老師	名額	備註
1131D12	手語好好玩	手語是手部十指的運動，手指靈活了，大腦活絡了，記憶也強化了！歌詞透過纖纖十指表達意境及內心的情感，展現身心靈的愉悅感！可謂動動手、動動腦，肯定不會老！	(三) 08:10~10:00	陳瑞婷	24	2350元 (14周) 小班制
※健康舞蹈學系						
1131F01	社交舞進階 A班	三步吉魯巴、倫巴。	(四) 14:10~16:00	張素真	20	
1131F02	社交舞進階 B班	恰恰、探戈。	(一) 14:10~16:00	張素真	20	
1131F03	社交舞 初階班	倫巴、六步吉魯巴。	(二) 14:10~16:00	張素真	20	
1131F04	單人舞	探戈、華爾滋。	(三) 15:30~16:30	張素真	20	1800元
1131F05	樂活 土風舞班	認識不同國家的舞蹈特色；還有不同舞風的創作型土風舞，簡單易學，兼具傳統與流行，讓我們一起來舞動青春。	(四) 08:10~09:40	鄭惠文	20	
1131F06	神奇的不倒 翁健走杖運 動	1. 不倒翁健走杖運動：肌力與體適能訓練、肢體控制訓練、平衡訓練、姿勢矯正、關節伸展運動等。2. 瑜珈球關節動作訓練。3. 啞鈴&彈力帶肌力訓練。4. 坐姿&站姿心肺適能運動。	(二) 08:10~10:00	李世明	20	特殊科目 3600元
1131F07	有氧排舞	簡易舞蹈動作搭配音樂，可提高心肺功能和肌耐力，增加體能的簡易運動	(一) 08:20~09:50	魏燕翎	20	1300元 (10週)
1131F08	律動排舞	跟時下流行歌曲，加上易學動作，結合不同舞風，隨音樂擺動讓身心靈釋壓力，既心情愉悅又能提高韻律感	(三) 08:20~09:50	魏燕翎	20	1300元 (10週)
1131F09	基礎瑜珈	利用簡單體位法，增強核心，提升身體柔軟度，利用伸展可改善身體緊繃痠痛，學習不同肌肉的建立與拉伸！達到舒壓伸展的效果！	(五) 08:20~09:50	魏燕翎	20	1300元 (10週)

甘霖基金會服務項目：

送餐服務、日間照顧服務、居家服務、社區整合型服務中心(A單位)

長青大學、社區關懷據點

了解更多：<https://www.glsf.org.tw/>



甘霖基金會官網