

活動看板

集集好看、部部精彩，
長輩們千萬別錯失良機，
歡迎您蒞臨觀賞！

【免費電影欣賞】地點：**2樓202室**

日期	活動時間	活動內容
1月5日 (一)	09:00	翻滾吧！男孩 「再苦也要練下去、哭完繼續練下去、生完氣繼續練下去、摔倒爬起來再繼續練下去、再痛也要練下去……」跳脫沉重批判式的傳統紀錄片，本片在熱鬧無比的流暢節奏中，呈現輕鬆幽默的影像觀察，從教練對小朋友嚴父慈母的關愛，到當年隊友失聯四散的感嘆，今昔對比之間，點出對國內體育養成環境的省思。
1月12日 (一)	09:00	去看小洋蔥媽媽 慘遭失業失婚又有著洋蔥般的地中海圓形禿頭的兒子雄一，人生已經過到谷底，只能帶著拖油瓶兒子回老家照顧失智的母親滿江；原本不抱任何希望，卻意外地轉折。
1月19日 (一)	09:00	班傑明的奇幻旅程 「你可以選擇大聲咆哮，也可以選擇咒罵命運之神，但到了最後，你終究得看開。」電影從反方向的鐘開始，一個臥病在床的老婦，堅持要女兒讀一本日記給她聽。日記裡寫著一個男孩班傑明，生理上是由老而逐漸年輕的逆向成長。
1月26日 (一)	09:00	橫山家之味 導演雙親相繼離世後的作品，他希望能拍出一部充滿歡笑而富生命力的電影獻給父母。透過靜謐的綠蔭、低迴的鄉愁，藉由已經離家的成年孩子們返家與年邁的父母共度夏日時光，捕捉生命中點滴細微卻又引起層層漣漪的悸動。
自由入場，全程禁止飲食		

江湖在走

左轉觀念要有！

左轉車應讓對向直行車先行！

側撞(含左右轉) 占全市事故約 19.8%

1 進入路口減速慢行

2 確認對向來車

3 行穿線前停讓行人

追撞占全市事故約 11.2%

直行車行經路口也要減速慢行最安全囉！

高雄市政府交通局

業務放大鏡

~新傳教學與展演服務~

為使本市55歲以上市民有機會繼續貢獻所長、服務社會，使其專長及技藝得以發揚延續，以提升自我價值感及提供回饋社會機會，進而成為有社會產能的快樂銀髮族，本中心招募此具有專長的長輩，並尊稱其為「傳承大使」，運用此長青人力至各地薪傳教學與展演。

傳承大使至各地薪傳教學與展演，自從推廣以來深獲好評，目前有287位長輩加入服務行列，才藝類別包含藝文、語言、手工藝、音樂、保健運動、其他綜合等6大類，歡迎各單位辦理課程或活動時多加運用，本中心可支援講師鐘點費，每年1、5、8月受理申請，洽詢電話：本中心服務課7710055轉3335。

人物特寫

傳承大使 林世昌老師

本中心傳承大使林世昌老師，人稱「阿昌哥」，同時也是一位街頭藝人，擅長演唱。多年來他走訪各大景點與活動場合表演，發現許多觀眾其實都熱愛站上舞台唱歌，也因此萌生想教大家「把歌唱好」的念頭，進而報考本中心的傳承大使。

阿昌哥的教學方式相當獨特。他會先帶領大家了解歌曲的背景故事，或歌手詮釋這首歌時的心境，再進一步講解演唱時的重點技巧，最後帶領學員一起練唱。有位學員分享，特別喜歡阿昌哥「不教五線譜、不看豆芽菜」的方式，因為自己小時候已經看太多符號，現在更想單純享受唱歌的樂趣。

目前，阿昌哥固定在仁武區與楠梓區的社區據點教授長輩歌唱。今年1月，他將在本中心1樓古早風鋪開課，相信學員們一定滿載而歸！

中心服務項目

1. 照顧及關懷服務：獨居老人關懷訪視、日間照顧服務、日間託老服務、失智老人服務。
2. 一般老人服務：文康休閒服務、進修服務、志願服務、長青人力資源運用、各項諮詢服務、社區照顧關懷據點、行動式老人文康休閒巡服務。
3. 一般行政業務：場地租借服務、接待團體參訪。

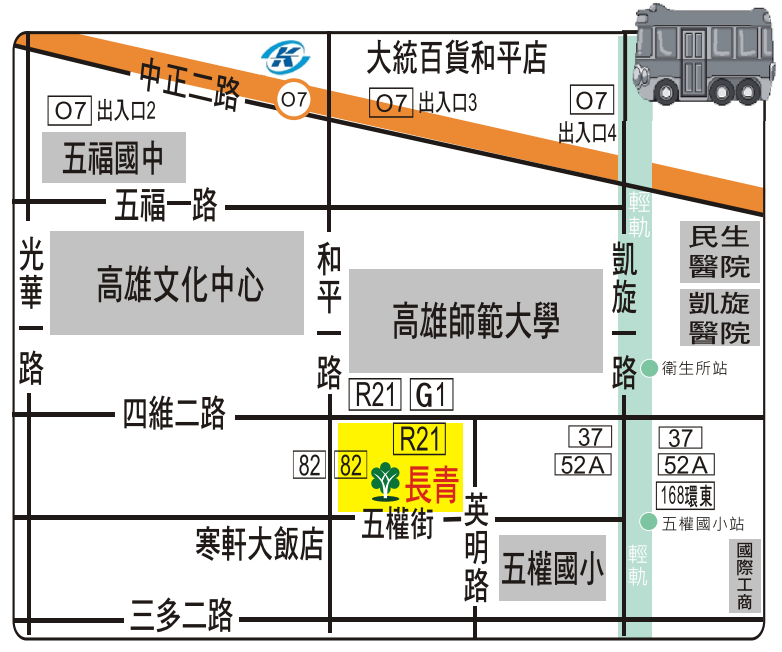
★本中心空間開放時間：星期一至星期六08:30~11:30、13:30~16:00 (16:00後進行環境清潔消毒)

★本中心上班服務時間：星期一至星期六08:00~12:00、13:30~17:30 (國定假日及周日休館)

- ◆捷運路線

 1. 搭捷運橘線至**07 文化中心站3號出口**，搭**R21**路公車至長青中心下車。
 2. 搭捷運紅線三多商圈站下車，**3號出口**搭接駁公車**R21**，至長青中心下車。
- ◆公車路線：

G1、37、52A、82、R21、168環東



地 址：802042 高雄市苓雅區四維二路51號

電 話：07-7710055

傳 真：07-7719070

網 址：senior.kcg.gov.tw

e-mail：senior@kcg.gov.tw

長青學苑專線：07-7715370

傳真：07-7715972

老人關懷服務專線：0800-095785

消費者保護協會：1950

長照專線：1966

法務部爆料廉政檢舉專線：02-23167586

檔案多元應用—檔案管理局：<https://www.archives.gov.tw>

月活動表

長青中心網站

2026

115年

1 月份

高雄市政府社會局
長青綜合服務中心

活動表



高雄市114年長青學苑聯合成果展，於11月29日(六)下午在高雄大遠百廣場熱鬧登場，學員們展現樂活不老、終身學習的精神風貌。



「樂。無齡博覽會」於11月28日(五)至30日(日)於高雄展覽館舉行，社會局策展推廣社區照顧關懷據點以及各項老人福利服務。

黏貼郵票

活動表索取辦法：本活動表免費索取，如需郵寄，請附回郵一年(票值72元郵票)並註明姓名、住址、電話及「函索活動表」字樣，逕寄本中心服務課即可。

1月份活動表		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
【長青日間託老服務】 服務對象： 設籍本市符合下列條件且生活能自理者： 1.滿70歲以上之老人。 2.滿65歲以上身心功能退化、行動稍有不便、較缺乏社會參與及社會互動者（領有身心障礙手冊或相關證明者）。 3.優先服務對象：以80歲以上及65歲以上身心功能退化（領有身心障礙證明或相關證明者）之老人優先。 服務時間：週一～週五08:30-16:30，國定例假日休息 服務地點：長青中心5樓501室 服務內容：生活照顧服務、健身運動、保健服務、教學、文康休閒、聯誼活動、諮詢服務等。						◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎節目欣賞-歡樂管弦樂團Live秀 2樓202室 13:30~16:30 ◎薪傳教學-國台語懷舊金曲 1樓古早風味舖 14:00~16:00
		◎電影欣賞-翻滾吧！男孩 2樓202室 09:00~11:30 ◎薪傳教學-手繪春聯 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎血糖檢測活動 3樓大廳 08:00~09:00 ◎藥物保健諮詢服務 1樓保健諮詢中心 14:00~16:00 ◎薪傳教學-創意氣球 1樓古早風味舖 14:00~16:00 ◎節目欣賞-長青國樂團表演 2樓多功能教室 14:00~16:30	◎薪傳教學-青春廣場舞 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎一般健康醫療諮詢服務 1樓保健諮詢中心 09:30~11:30 ◎薪傳教學-種子吊飾 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎薪傳教學-玩花藝 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎老人免費法律諮詢服務 (預約電話7710055分機3328) 3樓老人關懷服務室 09:00~11:30 ◎薪傳教學-彩色鉛筆畫 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎節目欣賞-歡樂管弦樂團Live秀 2樓202室 13:30~16:30 ◎薪傳教學-國台語懷舊金曲 1樓古早風味舖 14:00~16:00
收費標準： 收託服務費每人每月200元，繳費以3個月為1期，低收入戶免費，中低收入戶自付50%（餐食自理，活動講義、材料等費用自行負擔）。 報名方式： 攜帶身分證正本、2吋相片2張，到現場填寫收託資料卡；中低收入戶或65歲以上身心功能退化者請備身心障礙證明或醫師證明等相關證明文件。 報名地點：本中心501室 洽詢電話：7710055轉3337或3501		◎電影欣賞-去看小洋蔥媽媽 2樓202室 09:00~11:30 ◎薪傳教學-手繪春聯 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎藥物保健諮詢服務 1樓保健諮詢中心 14:00~16:00 ◎薪傳教學-創意氣球 1樓古早風味舖 14:00~16:00 ◎節目欣賞-長青國樂團表演 2樓多功能教室 14:00~16:30	◎薪傳教學-青春廣場舞 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎一般健康醫療諮詢服務 1樓保健諮詢中心 09:30~11:30 ◎薪傳教學-種子吊飾 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎薪傳教學-玩花藝 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎薪傳教學-彩色鉛筆畫 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎節目欣賞-歡樂管弦樂團Live秀 2樓202室 13:30~16:30 ◎薪傳教學-國台語懷舊金曲 1樓古早風味舖 14:00~16:00
【預防老人走失－「安心手鍊」】製發服務 服務對象： 1.設籍本市之年滿60歲市民且具有失智、精神異常或智能障礙等情形者可以公費方式申請。 2.設籍本市未滿60歲之身障者符合 (1)失智症者(59歲以下) (2)45歲以上未滿60歲之智能障礙、精神障礙者 (3)曾走失之身心障礙者，如無相關證明可以自費方式申請，手鍊版每條250元。 洽詢電話：長青中心3樓教保課7710055轉3364		◎電影欣賞-班傑明的奇幻旅程 2樓202室 09:00~11:30	◎藥物保健諮詢服務 1樓保健諮詢中心 14:00~16:00 ◎薪傳教學-創意氣球 1樓古早風味舖 14:00~16:00 ◎節目欣賞-長青國樂團表演 2樓多功能教室 14:00~16:30	◎薪傳教學-青春廣場舞 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎一般健康醫療諮詢服務 1樓保健諮詢中心 09:30~11:30 ◎薪傳教學-種子吊飾 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎薪傳教學-玩花藝 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎老人免費法律諮詢服務 (預約電話7710055分機3328) 3樓老人關懷服務室 09:00~11:30 ◎薪傳教學-彩色鉛筆畫 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎節目欣賞-歡樂管弦樂團Live秀 2樓202室 13:30~16:30 ◎薪傳教學-國台語懷舊金曲 1樓古早風味舖 14:00~16:00
【薪傳教學】 上課對象不限年齡，需事先報名。 請洽1樓古早味風味舖 7710055轉3104		◎電影欣賞-橫山家之味 2樓202室 09:00~11:30	◎藥物保健諮詢服務 1樓保健諮詢中心 14:00~16:00 ◎薪傳教學-創意氣球 1樓古早風味舖 14:00~16:00 ◎節目欣賞-長青國樂團表演 2樓多功能教室 14:00~16:30	◎薪傳教學-青春廣場舞 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎一般健康醫療諮詢服務 1樓保健諮詢中心 09:30~11:30 ◎薪傳教學-種子吊飾 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎薪傳教學-玩花藝 1樓古早風味舖 09:00~11:00 ◎薪傳教學-彩色鉛筆畫 1樓古早風味舖 14:00~16:00	◎節目欣賞-歌友聯歡表演 2樓202室 09:00~11:30 ◎節目欣賞-歡樂管弦樂團Live秀 2樓202室 13:30~16:30