

高雄市鳳山長青學苑115年度下學期【樂齡推廣課程】招生簡章



編碼	班級名稱	授課老師	上課時間	教室	名額	學費	課程簡介
B36	AI 影像故事家	賴建成	星期四 10:10-12:10	201	32	900元	輕鬆有趣地學習手機拍照與AI修圖，將生活點滴化為動人的照片故事與短片。體驗仿LINE貼圖與創意影像設計，讓每張照片都能活起來、說出屬於自己的故事。 ◆自備用品：可上網智慧手機。 ◆其他費用：書籍費150元。
B37	易經看人生	徐錦文	星期四 10:10-12:10	205	59	900元	易經被譽為「群經之首」，蘊含哲學智慧，可洞察人生的本質，指引我們應對人生的各種際遇。循序導入原理與卦象應用，結合實例解析，掌握智慧洞見，助你面人生課題。 ◆其他費用：書籍費150元。
B38	實用社交舞	林民賢	星期四 10:10-12:10	多功能	50	900元	本期教學實用探戈及熱情恰恰恰，老師示範帶動，學員實際參與練習，有疑問可隨時發問，老師也會親自個別指導！
B39	AI 影像剪輯 速成手機班	連蘭惠	星期四 13:00-15:00	204	36	900元	輕鬆學手機AI影片剪輯，LINE個人專屬動態貼圖，享受智慧科技的創作樂趣。 ◆其他費用：戶外教學1次保險費共40元，戶外教學費用另計。
B40	台語日語 初級歌唱班	陳珮珮	星期四 13:00-15:00	205	59	900元	教唱日文歌曲及台語歌曲，讓同學輕鬆快樂歡唱。 ◆其他費用：講義200元(必購)、有聲教材150-200元(選購)。
B41	隸書入門·明代 行草書選臨 (下)	朱國和	星期四 15:10-17:10	201	40	900元	教授隸書入門技法與明代行草書的書寫方法。從工具材料、碑帖的選擇，到執筆、臨摹、創作，循序漸進，適合初學者和進階研究者，能夠輕鬆、快速的寫出一手好字，提高美學素養、充實生活。 ◆其他費用：教材影印費200元。
B42	手機攝影 AI 編修班	連蘭惠	星期四 15:10-17:10	204	36	900元	用手机拍出好照片！教學人像、風景攝影及構圖、修圖、AI編修，兩次戶外實拍，輕鬆成為攝影達人！◆其他費用：戶外教學2次保險費共80元，戶外教學費用另計。
B43	國台語 金曲歌壇班	陳珮珮	星期四 15:10-17:10	205	59	900元	樂理教學、認識簡譜、音名、唱名、換氣、裝飾音、轉音、國台語歌曲歌唱。 ◆其他費用：講義200元(必購)、有聲教材150-200元(選購)。
B44	鼓動身心樂 活—非洲鼓與 律動樂趣	洪婉玲	星期四 15:10-17:10	101	36	900元	在輕鬆節奏中體驗非洲鼓與身體打擊的樂趣，提升協調力、增進音樂感，激發創意與團體默契，享受健康樂活新體驗。 ◆自備用品：非洲鼓，可由老師代購。 ◆其他費用：講義200元。
B45	國標舞研習班	歐陽 勳和	星期四 15:10-17:10	多功能	50	900元	本期研習動人曼妙拉丁倫巴，著重基本步，架型與引導訓練，浪漫的舞樂中，演繹互動整首舞曲，好跳好學 ◆建議程度：教學內容從基礎~進階，略俱基礎更佳。
B46	中音直笛高階班	許文玲	星期五 08:00-10:00	202	40	787元	本班看譜、節奏、吹奏已有多年經驗，教材涵蓋古典木笛、民謠、流行民歌。歡迎有吹奏基礎的音樂愛好者加入。 ◆自備用品：自備中音直笛(可由老師代購)。 ◆其他費用：教材費100元。
B47	二胡中階班	郭粹麒	星期五 08:00-10:00	204	32	787元	學習拉奏熟悉的民謠小品，懷念老歌，享受拉琴的樂趣。 ◆建議程度：需學過D調、G調把位音階。 ◆其他費用：樂譜一本270元。
B48	合唱班	張怡君	星期五 08:00-10:00	205	59	787元	課程將搭配教材進行發音與聲部練習，並提供歌唱技巧的個別指導。課程涵蓋流行與藝術歌曲，進行齊唱及三部(三部)合唱教學，提升歌唱能力。 ◆其他費用：歌譜300元，教完才需換新，伴奏費另計，依人數分攤。
B49	舒心療癒空靈鼓	黃淑敏	星期五 10:10-12:10	202	36	787元	一起敲出療癒好心情！空靈鼓音色柔和舒暢，無須樂理基礎，簡單好學，快樂享受音樂時光。 ◆需自備空靈鼓。 ◆本課程使用D調15音空靈鼓，可代購；鼓架、譜架及樂譜資料本視實際情況需要自行添購或代購亦可。
B50	保健運動班	黃美華	星期五 10:10-12:10	多功能	50	787元	暖身運動，強化身體核心肌群，加強腳部肌耐力，放鬆脊椎關節，達到行走自如的目標，讓您走路爬樓梯沒煩惱。 ◆自備用品：彈力帶、阻力帶、阻力圈，可由老師代購。 ◆其他費用：講義80元。
B51	數位相機攝影 解析班	鄭承榮	星期五 15:10-17:10	204	60	787元	報導攝影、紀實攝影、人文風景、建築、等攝影藝術創作。完全攻略、創作感動又專業的影像作品。美學與藝術培養、專題性研究。 ◆其他費用：本班有多次戶外教學，保險費另計。
B52	國台語歌唱班	張怡君	星期五 15:10-17:10	205	59	787元	課程涵蓋國語、台語流行歌曲，將搭配教材進行發音練習，並提供歌唱技巧個別指導，提升歌唱能力。 ◆其他費用：歌譜300元，教完才需換新，伴奏費另計，依人數分攤。

指導單位：高雄市政府社會局

主辦單位：高雄市政府社會局長青綜合服務中心

承辦單位：義守大學 官網：<http://www.isu.edu.tw/eec>

電話：07-7470668、傳真：07-7470807

- 上課地點：高雄市鳳山老人活動中心(光遠路222號-大東公園內、近大東捷運站1號出口)
- 報名資格：設籍高雄市年滿55歲(60年次)以上之市民
- 上課課程：115年8月31日(一)~115年12月18日(五)(共16週)
- 報名日期：115年7月16日(四)、115年7月17日(五)，上午9:00至11:30、下午1:30至4:30。額滿抽籤，未滿額之班級可繼續報名。
- 報名方式：現場報名，請至高雄市鳳山老人活動中心二樓203辦公室辦理。
- 抽籤時間：於115年7月23日(四)上午9:00電腦抽籤，並公告結果於學苑布告欄與本苑網頁。
- 報名規定：
 - 每人報名不限班數，報名時請填妥報名表及攜帶身分證正本或出具戶口名簿正本加上任一有照片之證件，若無攜帶身分證正本或上述相關證明，恕不接受報名。
 - 報名後請依規定時間準時上課，恕不另行通知。
- 收費標準：
 - 每班每期900元，因部分課程逢國定假日，依上課週數訂定收費金額。

星期一班級	星期二班級	星期三班級	星期四班級	星期五班級
14堂課	16堂課	16堂課	16堂課	14堂課
787元	900元	900元	900元	787元
 - 持有效中度以上身心障礙證明、低收入或中低收入戶證明報名者學費減半。(報名時須出具證明)
 - 上課所需教材與講義費用另計。
- 未達開班人數(25人)之班級，於8月21日(五)上午公告於本苑網站及辦公室。請持收據正本至辦公室辦理退費，恕不另行通知。
- 開班之班級退費標準：需持收據正本至203學苑辦公室辦理
 - 第一階段：8月28日(一)16:30前，全額退費。
 - 第二階段：8月31日(五)至9月4日(五)16:30前，退還75%費用。
 - 第三階段：9月7日(一)至9月11日(五)16:30前，退還50%費用，逾期不再受理。
- 請詳閱簡章，慎選班級，並請斟酌個人程度報名。得於開學兩周內(9月11日止)攜帶「繳費收據」辦理轉班手續，以1次為限(欲轉之班別尚有剩餘名額才予受理)，逾期恕不受理。
- 上課期間，原則上採用實體授課，因應不可抗力因素致無法實體上課時，將採用線上授課，學員若不能配合上課時視同缺席，不退費亦不補課，請斟酌報名。
- 各班每次上課時數為2小時，為維護上下課秩序，請各位教師及學員共同遵守。學員座位由本苑電腦抽籤決定，請於開課後查看點名表，並依座號入座。
- 收據請妥善保管作為上課資格之證明。
- 本苑因公務、活動或遇颱風、地震、天災因素而公告停課(放假標準比照國小，請注意新聞發布)，需請各班另行安排補課。國定假日休假不上課，已按比例扣除課程費用。
- 本簡章內容如有異動，依本苑公告內容為準。各式公告請見本苑網頁最新消息：<https://eec.isu.edu.tw/news>，亦可掃描右上角條碼查看最新消息。

課程介紹

編碼	班級名稱	授課老師	上課時間	教室	名額	學費	課程簡介
B01	國台語歡喜歌唱 A 班	胡明芳	星期一 08:00-10:00	205	59	787元	教唱卡拉 OK 可點唱的歌曲，含新歌流行歌曲。教識簡譜、唱譜及唱詞。 ◆其他費用：歌本 200 元(必購)、VCD、CD 各 200 元(選購)
B02	健康單人舞	林素蘭	星期一 08:00-10:00	101	36	787元	無基礎可，本班屬於個人舞班，不需舞伴，教學單人律動、恰恰、探戈、吉魯巴、華爾滋等。 ◆自備用品：乾淨室內休閒鞋
B03	素描基礎班	鄭雅穗	星期一 10:10-12:10	201	35	787元	從基本線條、色階、型態開始訓練，運用講義圖稿分析基本架構與輔助線的方法，畫出各種立體透視圖與明暗表達。 ◆自備用品：素描筆、圖畫紙等，可由老師代購。 ◆其他費用：講義 50 元
B04	入門日語初級 I	郭彥志	星期一 10:10-12:10	202	45	787元	從教材『新 e 世代日本語第 1 冊』第 12 課教起，課程進度隨學員學習狀況滾動調整。 ◆建議程度：至少會日語五十音，程度約『大家的日本語初級 I』第 4 課 ◆自備用品：課本請學員自行購買
B05	易經 64 卦生活智慧	徐錦文	星期一 10:10-12:10	204	60	787元	教學《易經》義理之解讀，讓人生境界趨吉避凶與自然開闊，進而提升心靈文化素質，讓每個人快樂又自在。 ◆其他費用：講義 150 元
B06	國台語歡喜歌唱 B 班	胡明芳	星期一 10:10-12:10	205	59	787元	教唱卡拉 OK 可點唱的歌曲，含新歌流行歌曲。教識簡譜、唱譜及唱詞。 ◆其他費用：歌本 200 元(必購)、VCD、CD 各 200 元(選購)
B07	素描進階班	鄭雅穗	星期一 13:00-15:00	201	35	787元	觀察事物形體的結構、光線、比例關係進行分析與架構，運用線條的明暗色階變化，表達事物的豐富層次感(需有素描基礎)。 ◆自備用品：素描筆、圖畫紙等，可由老師代購。 ◆其他費用：講義 50 元
B08	入門日語班初級 II	郭彥志	星期一 13:00-15:00	202	45	787元	承接上一期課程，『新 e 世代日本語第 2 冊』第 9 課教起，建議至少已會普通變化，大專院校日語程度一年以上。課程進度隨根據學員學習狀況滾動調整。教科書請學員自行購買。
B09	手機進階應用班	倪昇暉	星期一 15:10-17:10	202	36	787元	目前趨勢下，日常會用到的手機 APP 教學，行動支付的應用、網路購物的教學、社群聊天的操作-以 Facebook(臉書)為教學，讓學員認識現在大環境手機的重要性及實用性。 ◆自備用品：可上網智慧型手機。
B10	手機 Google 快易通	張嘉慶	星期二 08:00-10:00	201	36	900元	學會 Google 產品(例如：相簿、地圖、Youtube、助理)，各種必備操作技能，由淺入深掌握 Google 各種產品的手機應用技巧 ◆自備用品：可上網智慧型手機。
B11	詩詞欣賞	陳玉燕	星期二 08:00-10:00	204	60	900元	詩詞賞析，包含詩經、樂府詩、古詩、唐詩、宋詞。◆其他費用：講義 150 元。
B12	健康多功能運動	陳琪琪	星期二 08:00-10:00	多功能	60	900元	各式運動教學，地板動作，強化核心肌群、肌耐力，增進心肺功能，促進新陳代謝，增加元氣活力。有興趣、初學者皆可報名。 ◆自備用品：運動地墊、彈力帶與彈力球(可由老師代購)。
B13	筆電進階-Google 雲端硬碟	張嘉慶	星期二 10:10-12:10	201	36	900元	電腦進階課程-Google 雲端硬碟及文件製作、使用教學。 ◆自備用品：請自備 Windows 11 筆記型電腦。
B14	好声音國台語歌唱班	陳琪琪	星期二 10:10-12:10	204	60	900元	樂理教學、認識簡譜、音名、唱名、換氣、裝飾音、轉音、國台語教唱。 ◆其他費用：歌譜 200 元、有聲教材 150-200 元。
B15	盆景及蔬果栽培班	黃傳賢	星期二 10:10-12:10	205	59	900元	結合理論與實務操作，讓學員親自設計盆景及蔬果從幼苗到收成的栽培實作。 ◆其他費用：講義 50 元，植栽材料另計。
B16	運動與武術	陳慈玲	星期二 10:10-12:10	101	36	900元	武術運動入門，教學步法、身法，搭配暖身、平衡、拉筋、緩和等，促進身體關節的靈活度及促進肌耐力，不需任何器具，適合所有人的運動。 ◆自備用品：乾淨室內運動鞋。
B17	舞動青春有氧班	宋孟潔	星期二 10:10-12:10	多功能	60	900元	課程將時下流行音樂結合有氧步型，不管是否有運動經驗都能從中獲得極大的樂趣與運動的效果，有效提升身體五大適應，延緩老化。
B18	琵琶柳琴中阮基礎班	吳素梅	星期二 13:00-15:00	204	45	900元	琵琶、柳琴、中阮屬於彈撥樂器，藉由熟悉的中外歌曲，以及基礎訓練的練習曲，達到學習及娛樂的效果。 ◆其他費用：講義 100 元。

編碼	班級名稱	授課老師	上課時間	教室	名額	學費	課程簡介
B19	皮拉提斯-核心肌力訓練	宋孟潔	星期二 13:00-15:00	101	36	900元	有別於瑜珈著重柔軟度與肌耐力訓練，強調呼吸及體位法；皮拉提斯更注重運用身體的肌肉來加強核心，整合身體骨骼。 ◆自備用品：瑜珈墊、彈力繩、滾筒(可由老師代購)。乾淨室內運動鞋。
B20	輕鬆學 AI 手機短影音剪輯班	陳雅婷	星期二 13:00-15:10	205	32	900元	認識 AI 影音工具，與 ChatGPT 基本應用。透過手機錄影與實際拍攝作品，學習 AI 剪輯軟體，輕鬆完成影片剪輯，製作短影音與生活紀錄影片。 一支手機即可操作，降低製作成本，提升影音表達能力，完成個人作品。 ◆需自備手機。
B21	快樂聽·說學日語	吳昭梅	星期二 15:10-17:10	201	45	900元	學習在日本生活的各種情況下所需的日語，例如在日本工作、購物、外出、吃飯以及與他人互動。 ◆建議程度：適合學過基本動詞變化程度學習者 ◆其他費用：講義影印費 200 元。
B22	二胡高級班	俞雪琴	星期二 15:10-17:10	202	32	900元	課程將會搭配「適合高級程度」的流行歌曲、民謠與二胡曲，調整學員的演奏技巧，恕不收無基礎者。 ◆建議程度：D、G、C、F、降 B、A，三把 ◆其他費用：講義費 100 元(多退少補)。
B23	論語導讀	李鶯英	星期二 15:10-17:10	204	60	900元	論語是古代儒家經典十三經之一，體現孔子的政治主張、倫理思想、道德觀念及教育原則。是華夏傳統優良文化典範，能撥亂反正，移風易俗，促進社會祥和。 ◆其他費用：講義 100 元，其他課本自由選購。
B24	漢醫養生	陳慈玲	星期三 08:00-10:00	205	59	900元	介紹藥食通用的蔬果、常用藥材等，了解如何透過簡單材料保養身體，如藥膳或茶飲的搭配。 ◆其他費用：講義 130 元(選購)。
B25	樂活悅心健康舞	侯沛玲	星期三 08:00-10:00	101	36	900元	活動身體，流流汗，跟著不同的音樂旋律擺動，輕鬆簡單不用記動作，只需帶著一顆開心的心，伸展身體配合呼吸完成課程。
B26	青春歡笑手語班	朱建安	星期三 10:10-12:10	201	40	900元	以手語歌教學為主，藉由手語的美，在共學的时光激活腦力及四肢，無須基礎，只要喜歡及想學的都歡迎報名，教學器材老師自備。 ◆其他費用：講義影印費共 100 元。
B27	國台語歌唱班	黃品秀	星期三 10:10-12:10	204	60	900元	精選流行國台語歌曲教唱，加強節拍、音準定調、句子的流暢，唱出歌曲的味道。 ◆其他費用：講義課本 200 元(必購)，影音輔助教材 150-200 元(選購)。
B28	舒活瑜伽	蔡佳珊	星期三 10:10-12:10	多功能	50	900元	瑜珈可以有效釋放與舒緩身心壓力，同時能強化核心肌群，提高身體各部位的靈活性，規律練習瑜珈能夠增進身心靈健康與快樂。 ◆自備用品：瑜珈墊、溫開水與毛巾。
B29	快樂生活美語	楊寧台	星期三 15:10-17:10	202	51	900元	輕鬆自然的脫口說出外國朋友聽得懂的生活美語，合乎時代潮流的美語，搭配英文歌曲輕鬆學習，課程中補充旅遊的句型，加強觀光常用的詞彙。 ◆其他費用：新學員講義費 50 元。
B30	中音直笛吹奏班	許文玲	星期三 15:10-17:10	204	48	900元	中音直笛聲音溫潤飽滿貼近人聲，本班是延續課程，同學們都小有經驗，但是老師還是會從看譜、音符、簡譜、指法、吹奏等基礎開始教起，歡迎新朋友加入。 ◆自備用品：自備中音直笛(可由老師代購)。 ◆其他費用：教材費 100 元。
B31	活力運動班	黃美華	星期三 15:10-17:10	多功能	50	900元	暖身運動，強化身體核心肌群，加強腳部肌耐力、放鬆脊椎筋脈，讓您行走自如、走路後膝沒煩惱。 ◆自備用品：彈力帶、阻力帶、阻力圈(可由老師代購)。 ◆其他費用：講義 80 元。
B32	大家的日本語進階讀本篇	吳昭梅	星期四 08:00-10:00	201	45	900元	閱讀日文故事、電子郵件、採訪、問卷調查、食譜等各種題材，體驗閱讀的樂趣，透過文章內容深入學習日本語。 ◆其他費用：『大家的日本語讀本篇進階改訂版』(大新書局) 360 元、窗口邊的豆豆兒童故事講義 100 元。
B33	手機生活應用	倪昇暉	星期四 08:00-10:00	202	36	900元	手機的系統差異、基礎按鈕的位置及功能介紹，生活中的應用程式：LINE、公車時刻表、如何對發票、醫院掛號等等實用的 APP。 ◆自備用品：可上網智慧型手機。
B34	運動體適能-肌力人生	施柏璋	星期四 08:00-10:00	101	36	900元	肌力訓練、反應訓練、協調性訓練、滾筒放鬆、按摩球深層放鬆。學習如何自己運動，並認識人體構造，了解運動的奧秘。 ◆自備用品：瑜珈墊、彈力帶、滾筒、按摩球，可由老師代購。
B35	國際排舞綜合班	李宜寬	星期四 08:00-10:00	多功能	50	900元	學習國際排舞平台公告的舞碼，基礎&進階穿插，分解動作、漸進式教學，學習多元的舞步與音樂風格。會錄影上傳 YouTube 交流。 ◆建議程度：有國際排舞/舞蹈基礎或勇於挑戰者。 ◆自備用品：適合跳舞的白色運動鞋。 ◆其他費用：講義 50 元；治裝費約 300-600 元。