

鳳山長青學苑 115 年度【公費推廣課程】課程表

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 / 10:00	A01(201) 書法陶冶班 (楊碧霞)	A09(202) 鳥蟲體書法班 (王燕惠)	A15(201) 編織美學創作班 (朱美玲)		
	A02(204) 易經生活智慧班 (徐錦文)	A10(205) 園藝植栽班 (黃傳賢)	A16(202) 手機基礎班 (張嘉慶)		
			A17(204) 日文歌唱班 (黃品秀)		
			A18(多功能) 健康運動樂活 B 班 (陳琪琪)		
10:10 / 12:10	A03(多功能) 樂活瑜珈 (蔡佳珊)		A19(202) 日本藝術造花班 (李亞嫻)	A26(202) 零成長進階 日文看看 (郭彥志)	A32(204) 數位相機 基礎攝影解析 (鄭承榮)
			A20(205) 玩遍世界旅遊英語 (李宜霓)	A27(204) 快樂基礎英文班 (楊寧台)	A33(205) 英文歌唱班 (張怡君)
13:00 / 15:00	A04(204) 國中國文班 (孫儂文)	A11(201) 水墨山水班 (洪震輝)	A21(202) 心筆觸・樂活禪繞基礎班 (黃馨嫻)	A28(201) 洞簫班 (何明秋)	A34(205) 日文歌唱班 (張怡君)
	A05(205) 國台語怡悅歌唱 A 班 (胡明芳)	A12(202) 二胡進階班 (俞雪琴)	A22(204) 六孔 C 陶笛吹奏班 (許文玲)	A29(202) 棉紙撕貼藝術 (劉瓊芬)	A35(多功能) 社交舞初級班 (林素蘭)
		A13(多功能) 社交舞進階班 (歐陽劭和)	A23(205) 看手在說話 (黃美華)	A30(多功能) 多元運動班 (黃美華)	
			A24(多功能) 體適能之肌力訓練 (施柏璋)		
15:10 / 17:10	A06(204) 國語識字班 (孫儂文)	A14(多功能) 社交舞基礎班 (李淑娟)	A25(205) 二胡中級班 (俞雪琴)	A31(202) 即可秀進階 I 日語班 (郭彥志)	A36(201) 經穴學與推拿 (陳慈玲)
	A07(205) 國台語怡悅歌唱 B 班 (胡明芳)				A37(202) 水墨畫班 (洪廣煜)
	A08(多功能) 健康運動樂活 A 班 (陳珮珮)				A38(多功能) 氣功禪修健康養生 (林秀葉)

鳳山老人活動中心鄰近汽車及機車停車位數量不多，請多運用大眾運輸交通系統

交通路線：

【公車：鳳山轉運站(捷運大東站)站牌代碼：2099】步行至大東公園內約 5-10 分鐘路程

5	橘 8	橘 17	8010 區間
23	橘 10A、橘 10B (假日均停駛)	橘 18(原 8504)、橘 18A	大樹祈福線
87	橘 11A、橘 11B	長庚醫院接駁車	T201(週一~週三)
紅 10	橘 16A、橘 16B	建國幹線(88)	

【捷運：橘線大東站 1 號出口】步行至大東公園內約 5-10 分鐘路程



高雄市鳳山長青學苑115年度【苑本部公費班課程】招生簡章

★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(網頁: <https://www.isu.edu.tw/eec>)

★上課地點：高雄市鳳山老人活動中心(鳳山區光遠路 222 號/大東公園內、近大東捷運站)

★長青學苑電話：07-7470668 傳真：07-7470807

★鳳山老人活動中心電話：07-7460886 傳真：07-7413462



學苑最新消息

一、招生對象

1. 招生對象：年滿 55 歲以上(民國 60 年前出生，含當年)之設籍高雄市者為主要招生對象。
2. 開班條件：各班依預定招生名額，額滿抽籤。各班報名未達開班人數時(20 人)，不予開班。

二、報名、上課地點：高雄市鳳山老人活動中心 2F (高雄市鳳山區光遠路 222 號)。

三、上課期程

1. 【上學期】自 **115 年 3 月 2 日 (一) 起至 115 年 6 月 19 日 (五)**。自 3 月 2 日 (一) 起陸續開課，不另行通知。
通識週：115 年 4 月 20 日(一)至 115 年 4 月 24 日(五)為通識課程週，公費各班停課一週，請踴躍參與通識課程。
2. 【下學期】自 **115 年 8 月 31 日 (一) 起至 115 年 12 月 18 日 (五)**。自 8 月 31 日 (一) 起陸續開課，不另行通知。
通識週：115 年 10 月 19 日(一)至 115 年 10 月 23 日(五)為通識課程週，公費各班停課一週，請踴躍參與通識課程。

四、報名、抽籤與繳費時間

報名	1. 網路報名：114 年 12 月 18 日(四)~114 年 12 月 21 日(日)止 ，報名網址請見學苑網頁最新消息。 2. 現場報名：114 年 12 月 23 日(二)~114 年 12 月 29 日(一)止 ，09:00~11:30、13:30~16:30，週末與國定假日無受理現場報名。 *擇一方式報名即可。 *網路報名請留意務必輸入正確個人資料，字母與數字請勿混用。 *現場報名時，請務必攜帶 身分證正本 或出具戶口名簿正本加上任一有照片之證件 及相關證明文件 ，若無攜帶或上述證明，恕不接受報名，驗後歸還。 * 每人最多報名 2 班 ，經查違反規定者，即取消所有錄取班級上課資格。 *報名後，經查核若不符合報名條件者(戶籍地未設於高雄市、年齡不符等)，將取消資格。
抽籤	115 年 1 月 2 日(五)，上午 9:00 公開抽籤，抽籤地點另行公告。 *抽籤順位請見下表。
繳費	115 年 1 月 8 日(四)~115 年 1 月 9 日(五)止，上午 09:00~11:30 下午 13:30~16:30。 *請至 203 辦公室辦理繳費。未按時繳費者，視同全數放棄。
補缺額	115 年 1 月 14 日(三)，9:00 至 10:00 驗證投籤，10:00 開始抽籤(投籤與抽籤地點另行公告)。 *已達開班標準且未滿額之班級將辦理補缺額，缺額資訊將於 1 月 12 日(一)公告於網頁與 203 辦公室。 *中籤者需於 115 年 1 月 14 日(三)16:30 以前至 203 辦公室繳費，逾期則視為放棄。

五、抽籤順位

階 段	年 齡／身 份	說 明
第一階段	1. 第一順位：年滿 55 歲以上且具中度以上身心障礙者及其必要陪伴者(註：身心障礙證明背面需載明)。 2. 第二順位：年滿 90 歲以上者。 3. 第三順位：80 歲至 89 歲者。	1. 錄取人數不得超過招生人數 1/4。如報名人數超過招生人數 1/4，第一順位、第二順位優先錄取，剩餘名額進行第三順位公開抽籤，未錄取者併入下一階段年齡抽籤；如報名人數未超過上課人數 1/4，剩餘名額併入下一階段年齡抽籤。 2. 身心障礙者業經需求評估結果，認需人陪伴者，其必要陪伴者以一人為限，得依其意願申請必要陪伴者進入教室陪同。須年滿 55 歲以上，得報名同一班級，且座位相鄰，依該年齡層繳費。 3. 依報名順序選位。
第二階段	年滿 65-79 歲者 (民國 36~50 年出生)	1. 含第一階段抽籤後剩餘名額進行第二階段抽籤。 2. 依中籤順序依序排位。
第三階段	年滿 55-64 歲者 (民國 51~60 年出生)	1. 含第一第二階段抽籤後之剩餘名額進行抽籤。 2. 依中籤順序依序排位。

六、收費標準：(不含上課課本、講義、教材、材料、器具、伴奏費、戶外教學費)

年 齡 別 (不限月份)	公費推廣課程
年滿 65 歲以上者(民國 50 年以前出生者，含 50 年)	免費
年滿 60-64 歲者(民國 51~55 年出生)	每班 500 元
年滿 55-59 歲者(民國 56~60 年出生)	每班 1000 元
年滿 55 歲且持低收入戶證明或中度以上身心障礙手冊者	免費

七、退班與退費規定

1. 如需辦理退費，請於 2 月 26 日(四)前憑「錄取繳費收據」申請退費。
2. 65 歲以上不需繳費學員如無法上課，請於補缺額報名(1 月 13 日)前向辦公室提出放棄錄取資格。

八、出缺席規定

1. 為善用資源與福利，連續 3 次或累積缺席達(含)5 次以上，取消該學員該堂課上課資格，釋出名額另行公告辦理補缺額。
2. 缺席率以點名簿出席狀況為標準，因故請假與無故未到皆列入缺席計算，惟病假(須附看診證明)不列入。

九、注意事項：

1. 請先詳閱簡章，慎選班級，各班課程請斟酌自己程度報名。得於開學一周內(含 3 月 6 日)攜帶身分證正本辦理轉班手續，但以 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。
2. 為珍惜課程學習資源，請勿同時報名兩班(含)以上之同時段課程，經本苑查證將予以取消該時段銜堂課程。
3. 上課課本、講義、教材、材料、器具、伴奏費、戶外教學等請自備(費)。
4. 學員請勿以他人名義報名上課，經查屬實後，中心除公佈姓名外，所繳學費不予退回，並停止上課 1 年，敬請學員自重。
5. 上課請服裝儀容穿戴整齊，勿帶寵物；本苑不定期訪班點名，工作人員查驗時不得拒絕。
6. 為確保報名學員上課權益，未報名錄取者請勿進入教室旁聽。
7. 逢國定假日或本苑辦理活動公告停課，或遇颱風、地震、天災災害等因素，比照本市國民小學停課辦理；以上皆不另外補課。
8. 各班每次上課時數為 2 小時，請勿於前堂課程未下課時進入教室，已下課班級學員勿在教室內停留，望學員們共同遵守。
9. 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。
10. 本簡章內容如有異動，依本苑公告內容為準。各式公告請見鳳山長青學苑網頁最新消息：<https://reurl.cc/L6x2Ka>

鳳山長青學苑 115 年度【公費推廣課程】介紹

編碼	班級名稱	授課老師	每週上課時間		教室	名額	課程簡介
A01	書法陶冶班	楊碧霞	一	08:00-10:00	201	32	教學握筆法、基礎筆法、楷書、行書、草書、隸書教學，未學過書法者可參加，墨寶自備。教材費：教材影印費每學期 180 元。
A02	易經生活智慧班	徐錦文	一	08:00-10:00	204	60	藉由易經的內容，讓學生提升其內涵，以深入淺出的方式介紹瞭解易經哲理，應用生活，藉由古人的智慧，打開覺察，避免悔各的人生。教材費：講義每學期 110 元。
A03	樂活瑜珈	蔡佳珊	一	10:10-12:10	多功能	50	瑜珈可以有效釋放與舒緩身心壓力，同時能建立與強化核心肌群，提高身體各部位的靈活性，透過規律的瑜珈練習，能夠增進身心靈之健康與快樂。學員僅需自備瑜珈墊、溫開水與毛巾，以及一顆輕鬆愉快的心來享受練習即可。
A04	國中國文班	孫儼文	一	13:00-15:00	204	40	依翰林版國中國文三下課本，按課講解該課大綱、作者詳細介紹、課文內容與意義。教材費：課本一本約 300 元，視進度購買，上完才需買下一本。
A05	國台語 悅歌歌唱 A 班	胡明芳	一	13:00-15:00	205	59	教唱卡拉 OK 可以點唱的歌曲，含新歌流行歌曲。教識簡譜、唱譜及唱詞。教材費(每學期)：歌本 200 元(必購)，VCD 或 CD 各 150 元(選購)。
A06	國語識字班	孫儼文	一	15:10-17:10	204	40	以南一四上課本為主，介紹每一個生字的構造與意義，並解說寫字要領，再講述課文內容與大意。教材費：課本一本約 200 元，視進度購買，上完才需買下一本。
A07	國台語 悅歌歌唱 B 班	胡明芳	一	15:10-17:10	205	59	教唱卡拉 OK 可以點唱的歌曲，含新歌流行歌曲。教識簡譜、唱譜及唱詞。教材費(每學期)：歌本 200 元(必購)，VCD 或 CD 各 150 元(選購)。
A08	健康運動 樂活 A 班	陳珮珮	一	15:10-17:10	多功能	60	各種健康運動操、活動筋骨，提升新陳代謝，強化肌耐力，預防肌少症。請自備水瓶、彈力帶(100 元)、彈力球(100 元)、手腕鈴(70 元)、響板(30 元)，可由老師代購。
A09	鳥蟲體書法班	王燕惠	二	08:00-10:00	202	40	鳥蟲書是中國古文字，文字與鳥形融為一體，展現了書法獨特的意境和神韻。新學員從基本筆法由淺入深，舊學員依程度安排合適進度。自備墊布、大楷兼毫筆、墨汁、宣紙、硯台。教材費：影印每學期約 50 元。
A10	園藝植栽班	黃傳賢	二	08:00-10:00	205	59	了解植物栽培原理與實際操作，理論與實際相結合，介紹如何修剪、施肥、換盆及有機蔬果栽培。植栽材料另計。
A11	水墨山水班	洪震輝	二	13:00-15:00	201	40	1、介紹樹、石、山的基本筆法。2、介紹山坡湖泊、山巒雲霧與瀑布的畫法。3、介紹房舍、廟宇、船的畫法。
A12	二胡進階班	俞雪琴	二	13:00-15:00	202	32	課程將會搭配「適合進階程度」的流行音樂與二胡曲，讓學員了解二胡進階程度的演奏技巧。依據學員上課情況，彈性調整適合的講義，每學期的收教材影印費 100 元，多退少補。(★恕不收無基礎者，需會 D、F、G、降 B 調)
A13	社交舞進階班	歐陽 勵和	二	13:00-15:00	多功能	50	研習實用社交舞，著重架型與引導訓練調整，舞樂中，健康快樂練習酷炫花式。上學期教學恰恰、華爾滋，下學期教學探戈、吉魯巴。(須有基礎，自備舞鞋)
A14	社交舞基礎班	李淑娟	二	15:10-17:10	多功能	50	三步吉魯巴、探戈、華爾滋、恰恰恰等實用社交舞步，學員可輕鬆學會各種實用社交舞步，以達運動健身之目的。
A15	編織美學創作班	朱美玲	三	08:00-10:00	201	35	探索編織世界的奧妙，用一支勾針及編織技法，完成托特色，帽，圍巾等，更加入創新課程花花世界，等你來加入我們的快樂課程。教材費：每學期講義費用約 100 元、勾針與線材每學期約 300 元。

編碼	班級名稱	授課老師	每週上課時間		教室	名額	課程簡介
A16	手機基礎班	張嘉慶	三	08:00-10:00	202	30	智慧型手機基本操作、拍照、LINE、APP 生活應用，讓您在輕鬆的氛圍中，享受學習的樂趣！(請自備可上網的安卓或蘋果系統-智慧型手機)
A17	日文歌唱班	黃品秀	三	08:00-10:00	204	60	精選新歌、老歌，附翻譯、註釋，加強節拍、音準、句子的流暢性，唱出歌曲的味道(需具備日語五十音基礎)。教材費(學期)：必購講義 200 元，影音輔助教材 150-200 元自由選購。
A18	健康運動 樂活 B 班	陳琪琪	三	08:00-10:00	多功能	60	各種健康運動操、活動筋骨，提升新陳代謝，強化肌耐力，預防肌少症。請自備水瓶、彈力帶(100 元)、彈力球(100 元)、手腕鈴(70 元)、響板(30 元)，可由老師代購。
A19	日本藝術造花班	李亞嫻	三	10:10-12:10	202	35	使用日本高級布質紙帶模擬花朵自然生態，展現手作的細緻，讓作品栩栩如生，凸顯時尚，更多采多姿。紙帶花的保存得宜，十年完好如新。(材料費每學期約 1300 元，約 5-6 樣作品)
A20	玩遍世界 旅遊英語	李宜寬	三	10:10-12:10	205	55	邊玩樂邊學英語，從行程規劃到各種旅遊情境，全面掌握必備英語！海外旅遊輕鬆上手！教材費：玩遍世界旅遊英語每本 260 元，講義費每學期 100 元，多退少補。【不適合初學者；需認識英語單字 800 字以上】
A21	心筆觸·樂活繪 繞基礎班	黃馨嫻	三	13:00-15:00	202	35	課程內容涵蓋禪繞畫基本筆劃與圖樣創作，培養專注與放鬆。無需繪畫基礎，具專注與學習意願即可，學員自備色鉛筆、鉛筆、紅筆。材料費：紙磚及步驟本 150 元(必購)。自行準備或由老師代購：1. 筆類工具 250 元、2. 收納冊 100 元(含視紙和內頁)、3. 布袋 100 元(下學期才需要)。
A22	六孔 C 陶笛 吹奏班	許文玲	三	13:00-15:00	204	45	六孔 C 陶笛是學樂器的熱門首選，簡單易學，聲音飽滿溫潤、攜帶方便。本班已有看譜、吹奏經驗，但是老師會協助新同學學習，同學也樂於互相切磋。歡迎新舊生一起報名。教材費每學期 100 元，樂器可自備或請老師代購。
A23	看手在說話	黃美華	三	13:00-15:00	205	50	教學簡易日常生活手語單字、認識聽障文化，溝通無障礙；手語帶動唱，優美流行音樂，配合手語，呈現手語飛舞之美，輕鬆活潑充滿歡樂。教材費：歌本上下學期 240 元、講義 80 元、CD 自由選購。
A24	體適能 之肌力訓練	施柏璋	三	13:00-15:00	多功能	50	在這堂課主要以肌力訓練、反應訓練、協調性訓練、滾筒放鬆；運動過程中需要站立與坐下或臥下，會反覆地重複，故學員需具備以上能力。需要自備瑜珈墊、彈力帶、彈力圈、滾筒，可由老師代購。
A25	二胡中級班	俞雪琴	三	15:10-17:10	205	32	搭配「中級程度」的流行音樂曲目，了解二胡中級程度的演奏技巧。依據學員上課情況，彈性調整適合的講義，每學期的收教材影印費 100 元，多退少補。(★恕不收無基礎者，需會 C、D、F、G、降 B 調)
A26	零成長進階 日文玩看看	郭彥志	四	10:10-12:10	202	51	從大家的日本語(進階 II)第 44 課教起，需大專院校學過日語至 1 年半以上程度，需已知動詞變化及普通形文法。課程進度根據學員學習狀況滾動調整。教科書請學員自行購買。
A27	快樂基礎英文班	楊寧台	四	10:10-12:10	204	60	生活英語單字、日常生活動詞、可以開口生活用語對話，也藉由英文歌曲學會標準美語發音、增進聽力。教材影印費一學期 50 元。
A28	洞簫班	何明秋	四	13:00-15:00	201	40	八孔洞簫演奏及教學，內容涵蓋：古典國樂曲、國台語歌曲、民謠、小調。教材費：講義 2 冊共 500 元，樂器可自備也可開學時團購。
A29	棉紙撕貼藝術	劉瓊芬	四	13:00-15:00	202	35	使用有色棉紙，利用棉紙纖維特質，運用撕、搓、拉、捲的簡單手法，撕貼生動的畫作，沒有畫畫基礎者也可學。自備水彩筆 2 支、鑷子、剪刀和裝糊(代購 160 元)。材料費：依課程計畫上學期使用 5 份材料計 1900 元、下學期 4 份材料計 1920 元。
A30	多元運動班	黃美華	四	13:00-15:00	多功能	50	暖身運動，強化身體核心肌群，地板運動伸展脊椎，放鬆關節，加強四肢運動訓練，達到行走自如為目標，讓您走路爬樓梯沒煩惱。自備瑜珈墊、阻力帶、阻力圈(老師可代購)。教材費：講義 160 元。
A31	即可秀 進階 I 日語班	郭彥志	四	15:10-17:10	202	51	從大家的日本語(進階 I)第 27 課教起，建議至少大專院校日語一年以上程度，需已知動詞變化及普通形文法。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。
A32	數位相機 基礎攝影解析	鄭承榮	五	10:10-12:10	204	60	從基礎攝影至深入創作，讓學習者先了解曝光、反差、色溫、層次、細節、色彩對比、熟練功能操作。本班有多次戶外教學，且須配合辦理平安保險。
A33	英文歌唱班	張怡君	五	10:10-12:10	205	59	課程涵蓋英文流行歌曲、經典歌曲，將搭配教材進行發音練習，並提供歌唱技巧的個別指導，提升歌唱能力。歌譜 300 元，教完才需換新，伴奏費另計，依人數分攤。
A34	日文歌唱班	張怡君	五	13:00-15:00	205	59	課程涵蓋日文演歌、流行歌曲、五十音教學，將搭配教材進行發音練習，並提供歌唱技巧的個別指導，提升歌唱能力。歌譜 300 元，教完才需換新，伴奏費另計，依人數分攤。
A35	社交舞初級班	林素蘭	五	13:00-15:00	多功能	50	從基本步教起，男女舞步分開講解，搭配舞伴練習，適合初學者，上學期教學吉魯巴、探戈，下學期教學華爾滋、恰恰。
A36	經穴學及推拿	陳慈玲	五	15:10-17:10	201	42	經絡是連接臟腑的通道，透過講述介紹身體的各處穴道位置，認識其功能與應用方式，並實際操作練習，增進身體的健康。教材費：講義每本 130 元，自由選購。
A37	水墨畫班	洪廣煊	五	15:10-17:10	202	40	教授水墨花鳥、山水，由淺至深，由簡入繁，初學、深造皆宜。課中並論及繪畫技巧、意境構圖、畫史畫論、題款用印等。教材費：每學期講義 100 元。
A38	氣功禪修 健康養生	林秀葉	五	15:10-17:10	多功能	45	醫學氣功禪以動功調暢身形，舒通經脈；以靜功潛能音樂調養心靈，紓解壓力，使身心和諧健康。視學員情形輔以配套功法。教材費：功夫球一組 2 顆 300 元、木質手鏈一條 300 元。有練該項功法時才需要購買。