**2024臺南市安南區南興樂齡學習中心城西學習點113年01-12月課程表**

**一、依據：教育部「邁向高齡社會老人教育政策白皮書」**

**二、目的：**

 **（一）提供社區銀髮族終身學習、健康快活、自主與尊嚴及社會參與等教育活動。**

 **（二）整合教育資源，建立社區學習據點，鼓勵銀髮族走出家庭參與學習。**

**三、指導單位：教育部**

**四、主辦單位：臺南市政府教育局**

**五、承辦單位：臺南市安南區南興國小**

**六、協辦單位：臺南市安南區城西里社區發展協會**

**七、參加對象：55歲以上社區人士**

**八、聯絡方式：社區照服員葉秀芬(06-2573058)**

**九、上課時間：每月每週 星期三 早上9:30-11:30**

**十、上課地點：台南市安南區城西里社區活動中心**

**十一、活動經費：由教育部補助，學員免費。**

**十二、課程內容：**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **次別** | **日期** | **課程主題** | **主持人/講師** | **課程類別** |
| **1** | **01/03(三)** | **高齡社會新趨勢****樂齡學習重要性** | **龔玉珠老師** | **(社參)核心課程** |
| **2** | **01/10(三）** | **銀齡外出 平安攻略** | **郭首麗老師** | **(交安)核心課程** |
| **3** | **01/17(三）** | **預防失智憶起來** | **郭首麗老師** | **(心靈)核心課程** |
| **4** | **01/24(三）** | **預防失智憶起來** | **郭首麗老師** | **(心靈)核心課程** |
| **5** | **02/07(三）** | **春節** |  |  |
| **6** | **02/14(三）** | **春節** |  |  |
| **7** | **02/21(三)** | **阮ㄟ故鄉文史-府城鄉土情** | **林永裕老師** | **自主課程** |
| **8** | **02/28(三)** | **和平紀念日** |  |  |
| **9** | **03/06(三)** | **悅閱活憶樂抗老-1** | **劉秀香老師** | **(心靈)核心課程** |
| **10** | **03/13(三)** | **悅閱活憶樂抗老-2** | **劉秀香老師** | **(心靈)核心課程** |
| **11** | **03/20(三)** | **悅閱活憶樂抗老-3** | **劉秀香老師** | **(心靈)核心課程** |
| **12** | **03/27(三)** | **悅閱活憶樂抗老-4** | **劉秀香老師** | **(心靈)核心課程** |
| **13** | **04/03(三)** | **樂唱「戲」說歌仔-1** | **郭秋萍老師** | **自主課程** |
| **14** | **04/10(三)** | **樂唱「戲」說歌仔-2** | **郭秋萍老師** | **自主課程** |
| **15** | **04/17(三)** | **旅遊學習-樂遊雲嘉南探險家-1** | **高辰吉老師** | **(人際)核心課程** |
| **16** | **04/24(三)** | **旅遊學習-樂遊雲嘉南探險家-2** | **高辰吉老師** | **(人際)核心課程** |
| **17** | **05/01(三)** | **老後重要的事-安養信託** | **張良鏗老師** | **(安全)核心課程** |
| **18** | **05/08(三)** | **五月馨香創藝--糕點** | **張瓊霞老師** | **自主課程** |
| **19** | **05/15(三)** | **樂享第三人生** | **林民芬老師** | **(心靈)核心課程** |
| **20** | **05/22(三)** | **樂享第三人生** | **林民芬老師** | **(心靈)核心課程** |
| **21** | **06/05(三)** | **端午粽飄香(水果冰粽)** | **張瓊霞老師** | **自主課程** |
| **22** | **06/12(三)** | **運動保健:樂齡氣功-1** | **彭智鳳老師** | **(運動)核心課程** |
| **23** | **06/19(三)** | **運動保健:樂齡氣功-2** | **彭智鳳老師** | **(運動)核心課程** |
| **24** | **06/26(三)** | **居家用電聽我說** | **孫幸博老師** | **(安全)核心課程** |
| **25** | **07/03(三)** | **食在均衡呷百二1** | **陳慧如老師** | **(食營)核心課程** |
| **26** | **07/10(三)** | **食在均衡呷百二2** | **陳慧如老師** | **(食營)核心課程** |
| **27** | **07/17(三)** | **旅遊學習-樂遊雲嘉南探險家-3** | **高辰吉老師** | **(人際)核心課程** |
| **28** | **07/24(三)** | **旅遊學習-樂遊雲嘉南探險家-4** | **高辰吉老師** | **(人際)核心課程** |
| **29** | **08/07(三)** | **食在均衡呷百二3** | **陳慧如老師** | **(食營)核心課程** |
| **30** | **08/14(三)** | **食在均衡呷百二4** | **陳慧如老師** | **(食營)核心課程** |
| **31** | **08/21(三)** | **樂齡健身趣1** | **吳宇弘老師** | **(運動)核心課程** |
| **32** | **08/28(三)** | **樂齡健身趣2** | **吳宇弘老師** | **(運動)核心課程** |
| **33** | **09/04(三)** | **在地農漁產-創意料理** | **蘇秀碧老師** | **自主課程** |
| **34** | **09/11(三)** | **秋節餅香樂團圓** | **張瓊霞老師** | **自主課程** |
| **35** | **09/18(三)** | **樂當記憶達人** | **郭首麗老師** | **(心靈)核心課程** |
| **36** | **09/25(三)** | **樂用電動代步器**  | **郭首麗老師** | **(交安)核心課程** |
| **37** | **10/2(三)** | **樂當記憶達人** | **吳淑妃老師** | **(心靈)核心課程** |
| **38** | **10/9(三)** | **樂當記憶達人** | **吳淑妃老師** | **(心靈)核心課程** |
| **39** | **10/16(三)** | **樂享第三人生3** | **林民芬老師** | **(心靈)核心課程** |
| **40** | **10/23(三)** | **樂享第三人生4** | **林民芬老師** | **(心靈)核心課程** |
| **41** | **11/6(三)** | **樂齡反詐小尖兵1** | **高辰吉老師** | **(安全)核心課程** |
| **42** | **11/13(三)** | **樂齡反詐小尖兵2** | **高辰吉老師** | **(安全)核心課程** |
| **43** | **11/20(三)** | **樂齡反詐小尖兵3** | **高辰吉老師** | **(安全)核心課程** |
| **44** | **11/27(三)** | **樂齡反詐小尖兵4** | **高辰吉老師** | **(安全)核心課程** |
| **45** | **12/4(三)** | **樂唱「戲」說歌仔-3** | **郭秋萍老師** | **自主課程** |
| **46** | **12/11(三)** | **樂唱「戲」說歌仔-4** | **郭秋萍老師** | **自主課程** |
| **47** | **12/18(三)** | **在地農漁產創意料理** | **張瓊霞老師** | **自主課程** |
| **48** | **12/25(三)** | **齡躍精彩 樂活人生****樂齡學習成果交流** | **龔玉珠老師** | **(社參)核心課程** |