

# 114學年度左鎮國民小學 健康促進學校評選



## 七.社區連結與合作： 學校社區關係

7-1-1

學校實施正式或非正式課程  
有邀請社區人士共同參與  
發揮學校健康促進的影響力

## 7-1-1 社區連結與合作：學校社區關係

### 115 年度臺南市左鎮區左鎮國小慶祝兒童節暨趣味競賽 實施計畫

- 壹、依據：本校校務行事曆。
- 貳、目標：激發良好運動風氣，鍛鍊強健體魄，養成團體互助合作及團隊精神，推展全民體育，提倡正當休閒娛樂，造就動靜皆宜之現代國民。
- 參、活動日期：115 年 4 月 1 日(三)
- 肆、活動地點：左鎮國小校園。
- 伍、參加對象：左鎮國小全體教職員工生及家長。
- 陸、活動流程：如附件二
  - (一) 慶祝活動
    - 1. 頒發兒童節禮品
    - 2. 三好校園行動劇演出
  - (二) 競賽項目：如附件二
  - (三) 競賽規則：依各獎項頒發獎品。
- 柒、活動內容
  - 一、趣味西拉雅~飛盤擲準大賽
    - (一) 參加人員：全校分三組比賽及親子組。
    - (二) 器材：安全飛盤及寶特瓶。
    - (三) 規則：每位學生擲飛盤 1 次，由裁判算擲倒的瓶數，交接下一位擲準，以積分頒發獎項。
  - 二、西拉雅競技~我是神射手(傳統射箭比賽)&我是神射腳(西拉雅小飛番)及親子組
    - (一) 參加人員：中高年級學生&幼兒園低年級學生參加。
    - (二) 器材：西拉雅傳統簡易型弓箭、足球及簡易球門。
    - (三) 規則：每位學生二箭，射中標靶者一箭一分，以積分頒發獎項。  
每位學生踢球至球門處，射進球門得一分，以積分頒發獎項。
  - 三、復活節活動-滾彩蛋比賽
    - (一) 參加人員：全校分三組比賽及親子組。
    - (二) 器材：塑膠雞蛋、大湯匙及三角錐。
    - (三) 規則：每位學生用大湯匙滾動雞蛋，往前跑到三角錐處再折回起點，以完成速度頒發獎項。
  - 四、西拉雅競技~大隊接力競賽：分幼一二及中高年級兩組
    - (一) 人數：原則上幼一二組每隊 15 名學生參加，中高年級每隊 13 人參加。
    - (二) 規則：幼一二組每人跑 50 公尺，中高年級組每人跑 100 公尺，採計一次決賽。
- 捌、獎勵：優勝隊伍及人員頒發獎品。

玖、經費來源：自籌。

拾、本計畫呈校長核示後實施，修正時亦同。

承辦人：



校長：



附件一：工作分配表

項 目	工 作 內 容	負 責 人	完 成 時 間
總 務 組	活動器材及獎品購置或租借、經費核銷	總務處全體同仁、孟蘊慧	115.03.27 (五)
行 政 組	工作計畫擬定、場地規劃、工作協調、節目單、文宣 <i>活動通知單(於 115.03.25 前發下)</i> <i>活動預演(暫定 115.03.27 及 03.31)</i>	教導處全體同仁	115.03.25 (三)
攝 影 組	攝影	王鎧文	115.04.01 (三)
	照相	顏志霖	
場 地 器 材 組	協助場地畫線、標記及佈置 負責運動會當天各項節目器材之準備及搬運	柯泰安、洪峯政 小六男志工：2名	115.03.30 (一)
裁 判 組	趣味競賽及徑賽(大隊接力)裁判長 (比賽前先行點名)	柯泰安	115.04.01 (三)
	裁判組支援人員	陳容芯、蔡心慈、杜盈萱 穆崑郎、龍瑞香、莊雅惠	
接 待 及 獎 品 組	來賓接待引導、競賽獎品發放	孟蘊慧、林富婷	115.04.01 (三)
衛 生 組	場地垃圾袋放置及環境恢復	杜盈萱、洪峯政 環保小尖兵 4 名	115.04.01 (三)
救 護 組	負責活動當天人員救護事宜	蘇憶屏	115.04.01 (三)
警 衛 組	負責活動進行之校園安全及車輛管制工作	蔡麗卿	115.04.01 (三)
大 會 司 儀	開、閉幕程序控制、節目介紹、串場、競賽成績播報	陳容芯	115.04.01 (三)

附件二：

## 115 年度左鎮區左鎮國小慶祝兒童節暨趣味競賽活動流程

時間	項目	參與者	器材組 (負責人)
09:00~09:30	開幕典禮	家長及全體教職員工	司儀：教導主任
	頒發兒童節禮品 三好校園行動劇	頒發兒童節禮品 三好校園行動劇	頒獎兒童節禮品(教導處) 三好校園活動(學務組)
9:30~10:00	我是神射手(中高) 我是神射腳(幼低)	全校分為三隊 親子組	弓*3 付 箭*12 支 箭靶*3 組 足球*3 個 三角錐*6 個 發令：總務主任 裁判：陳容芯、蔡心慈、 杜盈萱、穆崑郎、 龍瑞香、莊雅惠
10:00~10:30	飛盤擲準大賽 (全校)	全校分為三隊 親子組	安全飛盤*15 三角錐*6 寶特瓶*30 發令：總務主任 裁判：陳容芯、穆崑郎、龍瑞香
10:30~11:00	復活節活動- 滾蛋比賽(全校)	全校分為三隊 親子組	雞蛋*3 個 大湯匙*3 個 三角錐*6 個 發令：總務主任 裁判：蔡心慈、杜盈萱、莊雅惠
11:00~11:30	大隊接力	1. 幼兒園及一二年級 (四個接力區) 2. 中高年級(二個接 力區)	頭套 3 色，每色 20 條 接力棒*3 發令：柯泰安 裁判：陳容芯、穆崑郎、杜盈萱
11:30~11:50	頒獎典禮 及環境整理	全體教職員工生	司儀：教導主任
11:50~12:40	午餐及放學	全體教職員工生	午餐執秘

## 趣味競賽分組名單

### A 組

序號	班級	姓名
1	幼兒園小班	鄭歆詠
2	幼兒園中班	周亞豫
3	幼兒園中班	胡奕澄
4	幼兒園中班	鄭詠蓮
5	幼兒園中班	黃柏綸
6	幼兒園大班	羅紹祐
7	幼兒園大班	邱豐叡
8	一年甲班	尤靚云
9	一年甲班	王子綺
10	一年甲班	蕭子宸
11	一年甲班	賴家瑜
12	二年甲班	楊品沅
13	二年甲班	王于菲
14	二年甲班	盧怡辰
15	二年甲班	簡盛佑
16	二年甲班	陳希
17	三年甲班	呂沛芸
18	三年甲班	簡滂儀
19	三年甲班	簡瑤瀨
20	三年甲班	卓柏勳
21	三年甲班	賴正宇
22	四年甲班	吳亞橙
23	四年甲班	余承億
24	四年甲班	顏芷瑄
25	五年甲班	吳珉佐
26	五年甲班	呂翌嘉
27	五年甲班	尹湘雨
28	六年甲班	吳亞恬
29	六年甲班	買以謙

## B 組

序號	班級	姓名
1	幼兒園小班	林元駿
2	幼兒園小班	楊絮衣
3	幼兒園中班	兵禹和
4	幼兒園中班	賴子晴
5	幼兒園大班	林米樂
6	幼兒園大班	陳明宜
7	一年甲班	來昀潔
8	一年甲班	江忻芮
9	一年甲班	簡朝揚
10	一年甲班	陳侑萱
11	二年甲班	東語彤
12	二年甲班	林靖鎧
13	二年甲班	王得綾
14	二年甲班	鄭佑誠
15	二年甲班	顏立恩
16	三年甲班	蘇籽澄
17	三年甲班	尹湘婷
18	三年甲班	買敬絮
19	三年甲班	邱珮暄
20	四年甲班	楊閱壹
21	四年甲班	張嘉灼
22	四年甲班	楊弦蓁
23	四年甲班	郭尹少
24	五年甲班	林秋利
25	五年甲班	簡郁文
26	五年甲班	莊懿暘
27	六年甲班	張藥惟
28	六年甲班	沈建志

## C 組

序號	班級	姓名
1	幼兒園小班	蕭子硯
2	幼兒園小班	謝孟恬
3	幼兒園中班	王翌廷
4	幼兒園中班	魏品蕓
5	幼兒園大班	李銘峰
6	幼兒園大班	林思妤
7	幼兒園大班	郭彥綸
8	一年甲班	吳宇澤
9	一年甲班	呂牧誠
10	一年甲班	林芊妤
11	一年甲班	江悅歆
12	一年甲班	顏芷晴
13	二年甲班	吳文騰
14	二年甲班	戴宥姍
15	二年甲班	羅昱棠
16	二年甲班	郭尹葦
17	三年甲班	吳阡榕
18	三年甲班	尤子諺
19	三年甲班	莊閔喬
20	三年甲班	許允瓊
21	四年甲班	蔡昕芮
22	四年甲班	張嘉妤
23	四年甲班	徐琦睿
24	五年甲班	尹楷翔
25	五年甲班	林書蕾
26	五年甲班	簡楷丞
27	五年甲班	邱芸翎
28	六年甲班	郭昱辰
29	六年甲班	郭育睿

## 114 學年度臺南市左鎮國小母親節暨校慶運動會實施計畫

壹、依據：左鎮國小校慶運動會籌備會議決議辦理。

貳、目標：激發良好運動風氣，鍛鍊強健體魄，養成團體互助合作及團隊精神，並推展全民體育，提倡正當休閒娛樂，以造就動靜皆宜之現代國民。

參、活動日期：115 年 5 月 8 日(五)

肆、活動地點：左鎮國小校園。

伍、參加對象：左鎮國小全體教職員工生及家長。

陸、活動流程：如附件二

### (一) 成果展及慶祝活動

1. 學生學習成果展(動態靜態展)

2. 母親節慶祝活動(贈送家長康乃馨及學生幫家長按摩)

3. 三好校園社區宣講活動

### (二) 競賽項目：如附件二

(三) 競賽規則：團體競賽取第一名頒獎。

## 柒、活動內容

### 一、跳繩比賽

(一)參加人員：分幼兒園及低年級、中年級及高年級兩組及親子比賽。

(二)器材：跳繩。

(三)規則：由泰安主任協助規劃比賽規則後再公布。

### 二、呼拉圈比賽

(一)參加人員：分幼兒園及低年級、中年級及高年級兩組及親子比賽。

(二)器材：呼拉圈。

(三)規則：在 2 分鐘內，比賽開始後，呼拉圈需保持在腰部、胸部或手臂轉動。

捌、獎勵：優勝隊伍及人員頒發獎品。

玖、經費來源：自籌。

拾、本計畫呈校長核示後實施，修正時亦同。

承辦人：



校長：



附件一：工作分配表

項 目	工 作 內 容	負 責 人	完 成 時 間
總 務 組	活動器材及獎品購置或租借、經費核銷	總務處全體同仁、孟蘊慧	115.05.07 (四)
行 政 組	工作計畫擬定、場地規劃、工作協調、節目單、文宣 <i>活動通知單(請於 115.04.24 前發下)</i> <i>活動預演(115.05.07)</i>	教導處全體同仁	115.05.04 (一)
攝 影 組	攝影	王鎧文	115.05.08 (五)
	照相	許淑敏	
場 地 器 材 組	協助場地畫線、標記及佈置 負責運動會當天各項節目器材之準備及搬運	洪峯政、蘇建琪 小六男志工：2名	115.05.08 (五)
裁 判 組	趣味競賽及徑賽裁判長 (比賽前先行點名)	柯泰安	115.05.08 (五)
	裁判組支援人員	陳容芯、楊珮好、吳佳樺、穆崑郎	
接 待 及 獎 品 組	來賓接待引導、競賽獎品發放	蘇憶屏、鄭美珍、莊麗景 志工	115.05.08 (五)
衛 生 組	場地垃圾袋放置及環境恢復	洪峯政、蘇建琪 環保小尖兵 4 名	115.05.08 (五)
救 護 組	負責活動當天人員救護事宜	蘇憶屏	115.05.08 (五)
警 衛 組	負責活動進行之校園安全及車輛管制工作	蔡麗卿	115.05.08 (五)
大 會 司 儀	開閉幕程序控制、節目介紹、串場、競賽成績播報	陳容芯	115.05.08 (五)

附件二：

## 114 學年度左鎮區左鎮國小母親節暨校慶運動會流程

時間	項目	參與者	器材組 (負責人)
08:00~09:30	開幕典禮	家長及全體教職員工	司儀：陳容芯
	節目表演 母親節慶祝活動 三好校園社區宣講	各班師生 動態成果展→母親節慶祝 活動	藝文成果展(動態：學務組，靜態：各班導師) 母親節慶祝活動(教導處)
09:30~10:00	防癌講座	家長及全體教職員工生	財團法人台灣癌症臨床 研究發展基金會 護理師
10:00~11:00	跳繩比賽 親子跳繩 親子呼拉圈	全校學生及家長	柯泰安 裁判：顏志霖、潘怡如、 陳容芯 場地： 樂活廣場、籃球場 總務處協助收椅子、桌子 場空廣播：陳容芯
11:00~12:00	闖關時間 (健康議題)	衛生所、消防隊、區公所、 圖書館、英語闖關 家長及全體教職員工生	護理師 教務組
12:00~13:40	閉幕典禮及環境整理	全體教職員工生	司儀：陳容芯

編號	班級·學生	家長簽名
✓ 1	幼尤觀云、幼尤子諱	呂郁芬
✓ 2	幼陳侑萱、四甲陳怡辰	黃雪琴、陳冠亞
✓ 3	幼邱珮暄、二甲邱芸翎	邱鳳林/邱舒莉
✓ 4	幼吳阡榕、二甲吳珉佐	吳豈宏
✓ 5	幼許允瓊	陳桂英
✓ 6	幼賈敬絮	阮清水
7	一甲蔡昕芮	郭溫茹
✓ 8	一甲張嘉妤、張嘉灼	林宜靜
9	一甲余承德	蔡明英、余子正
10	三甲簡丞緯	簡木翔
✓ 11	三甲郭昱辰、五甲郭承彥	侯志輝
✓ 12	三甲沈建志	盧忻妤
✓ 13	四甲曾鈺茹	曾錦玲
✓ 14	四甲車坤諱、六甲車清蓀	車福耀、黃嫻雅
✓ 15	六甲尹瑞騏	黃德

16. 幼莊閱喬、二甲莊懿賜 莊麗華

✓ 17. 一甲徐琦睿、徐望核、陳相語

18. 幼兒園周珮 周家怡、謝宜秀

19. 蕭子辰 許雅欣

✓ 20. 簡盛佑 陳羿蓁

- |         |              |
|---------|--------------|
| 學生      | 家長           |
| 21. 羅宜靜 | 王雅玲          |
| 22. 林廷諤 | 陳麗涵          |
| 23. 簡芳儀 | 賴瑞珍          |
| 24. 李柏勳 | 程慧君(母)、柏勳(父) |
| 25. 林英雪 |              |
| 26. 吳亞榕 | 吳耀宏          |
| 27. 黃思  | 黃德           |
| 黃       |              |
| 顏正理     | 二伯芳          |

# 臺南市左鎮區左鎮國民小學 114 學年度第二學期親職活動

## 班親會實施計劃

一、依據：本校行事曆。

二、參加對象：左鎮國小全體親師生。

三、活動地點：左鎮國小。

四、實施目的：

(一)分享孩子的教導方法，以增進教育效果並協助成長中的孩子適性發展。

(二)建立家長與學校溝通的橋樑，共同負起輔導青少年學子的責任。

(三)與家長分享學校日常作息及親職教育內涵。

五、實施時間：115 年 3 月 6 日(星期五)

六、實施內容：

內 容	時 間	主 持 人	場 地	備 註
報 到	8:30-8:50	陳容芯主任	左鎮國小 玄關入口 處	※ 容芯主任、蔡大姐及憶屏小姐
學校特色發展現況說明 親師座談會	8:50-9:20	楊靜芳校長	靜思閱讀 書軒	※ 校長進行分享 ※ 行政人員列席
各班班親會	9:20-10:20	各班老師	各班教室	※ 家長至各班教室進行親師座談
珍重再見	10:20			

七、本計劃呈請校長核准後實施，修正時亦同。

承辦：

教師兼陳容芯  
教導主任

主任：

教師兼陳容芯  
教導主任

校長：

臺南市左鎮區楊靜芳  
左鎮國小校長

# 臺南市左鎮國民小學暨附設幼兒園 114 學年度第二學期班親會活動

## 教育優先區推展親職教育活動邀請函

親愛的家長：

一個人在成長過程中所接受的教育除了學校教育之外，家庭的教育與社會的教育也是重要的關鍵，尤其是家庭教育更是孩子未來成長與發展的基礎，但是很多人都不是生下來就會當父母的，有一齣電視廣告詞就說得很好：「當我成為爸爸之後，才開始學習如何做爸爸？」，學校辦理有關「班親會」的目的也就是要協助已為人父母或將為人父母者，了解自己的職責，提供有關的知識及正確的教養態度，期望使每一個父母皆為稱職的父母。

誠摯邀請您於 115 年 3 月 6 日(星期五)與我們一起來關心孩子的成長與學校的發展，希望每位家長均能撥空蒞臨參加。謝謝！

謹此 敬祝

闔府安康 闔家平安

左鎮國小校長 楊靜芳 敬邀  
家長會長 尤世旭

內 容	時 間	主 持 人	場 地	備 註
報 到	8:30-8:50	陳容芯主任	左鎮國小	玄關入口處
學校特色發展現況說明 親師座談會	8:50-9:20	楊靜芳校長	靜思閱讀 書軒	1. 學校特色發展現況 2. Q&A
各班班親會	9:20-10:20	各班老師	各班教室	各班級於教室進行親師座談
珍重再見	10:20			

回 條 (請於 115 年 3 月 4 日(三)前交給級任老師)

準時參加，參加人數：家長\_\_\_\_\_人。

因事無法參加

班級：\_\_\_\_\_ 學生姓名：\_\_\_\_\_

家長簽名：\_\_\_\_\_

# 辦理親職教育活動



說明：學校辦理食農教育邀請家長參加



說明：班親會校長向家長宣導85110健康好習慣



說明：迎新活動時，護理師向親師生衛教預防意外傷害發生及傷病的處理



說明：兒童節活動邀請家長參加親子趣味競賽(射箭比賽)



說明：兒童節活動邀請家長參加親子趣味競賽(飛盤擲準)



說明：兒童節活動邀請家長參加親子趣味競賽(我是神射腳)



說明：母親節活動邀請家長參加親子趣味競賽(呼拉圈)



說明：母親節活動邀請家長參加親子趣味競賽(跳繩)



說明：母親節活動邀請防癌基金會講師向家長及師生宣導防癌觀念(健康飲食、規律運動、定期健康檢查)



說明：母親節結合衛生所辦理健康知識闖關活動(親師生參與)



說明：母親節活動邀請家長品嚐學生製作的水果茶凍



說明：母親節活動邀請社區樂齡團體鼓舞表演

## 三好校園實踐學校【期中執行報告】

校名：臺南市立左鎮國民小學

執行困難及建議：

114 學年度第一學期，左鎮國小秉持著「做好事、說好話、存好心」的三好校園核心精神，帶領學子走出校門，深入左中社區，將課堂知識轉化為具體的關懷行動。本次活動由學生化身為「小小數位助教」，手把手引導社區長輩操作平板電腦等科技載具。這不僅是一場單純的教學活動，更是一次縮短城鄉數位落差的具體實踐。透過指尖的滑動與螢幕的互動，學生將熱情與溫暖傳遞給長輩，讓冰冷的科技產品成為連結祖孫世代情感的媒介。此舉旨在喚醒學生對家鄉土地的使命感，並讓「三好」的善念種子，在左鎮的社區土壤中生根、發芽，進而茁壯成蔭。

一場成功的活動，背後往往仰賴縝密的規劃與靈活的調度。在本次活動的前置作業階段，教師團隊面臨了籌備時間壓縮、可能影響正規課程進度的挑戰。為此，校內教師啟動研議機制，秉持「學生學習權益優先」的原則，擬定彈性應變措施。團隊決議將學生的行前培訓、教學模擬與情境演練，從正課時間移轉至早自修及課餘時段進行。透過時間管理的調整，不僅確保了活動推動的細緻度，更成功守護了常規教學的完整性，展現了教師團隊在推動特色課程時的周全考量。

在執行活動方面，活動場地投影設備較老舊，僅能連接 VGA 線，無法使用 HDMI 線，雖當場借用電腦解決，但建議未來應落實「行前場勘」以確保設備相容性。在互動過程中，學生面臨了「跨世代語言隔閡」的挑戰，部分學生因閩南語流利度不足，導致引導長輩時出現溝通斷層。然而，這些挫折並未澆熄孩子的熱情，反而轉化為最寶貴的機會教育，學生在此情境下學習運用多元方式（肢體、表情、輔助工具）解決溝通問題，培養出更具韌性的表達與應變能力。

特色活動項目名稱	活動簡介及具體成效	老師、學生或家長回饋與意見
推行三好理念宣導活動	<p>本校運用開學日及學生集會等時機，積極宣導三好理念，並透過多元品德活動將其融入校園生活，讓學生在潛移默化中內化三好精神。藉由同儕間的相互提點與實踐，不僅增進了師生情誼與同儕和諧，更具體凝聚了班級向心力。我們期許「三好」不流於口號，而是學生身體力行、知行合一的具體實踐。</p>	<p>本學期推動三好理念宣導後，讓教師團隊觀察到，透過持續的校園活動與生活融入，學生間逐漸形成了正向氛圍，不僅有效化解同儕摩擦，更實質凝聚了班級向心力，讓校園生活變得更加和諧快樂。家長們認為學校成功的讓品德教育從理念落實為具體行動，學生將學校學到的品德帶回家裡實踐，這是身為家長最樂見的成長。</p>
教師節敬師感恩活動	<p>敬師感恩活動的核心在於弘揚尊師重道之精神。學生透過親筆書寫感謝卡與傳統的奉茶禮儀，將對師長的謝意化為具體行動。這不僅是一項儀式，更是落實「三好」運動的最佳教育場域，讓學生在實踐「說好話」與「做好事」的過程中，深刻體現對師長的感恩與敬愛。</p>	<p>活動現場氣氛感人，師長們深切感受到學生真摯的情感流露。對學生而言，籌備過程即是品德的實踐，使其深刻體認尊師重道的價值，有效深化了師生間的情誼與連結。此外，家長對於此類活動給予高度肯定，認為這不僅是品格教育的具體落實，更對學子的全人發展具有深遠的正向影響。</p>
推行社區數位平台學習成長營	<p>本次活動學生深入左中社區進行社區關懷服務，旨在透過「青銀共學」模式落實三好理念。學生在指導長輩操作數位載具的過程中，除善盡社會責任外，更深化了對家鄉的認同感與使命感。課程設計包含長者伸展運動，並學習利用平板查詢醫療就診資源。此舉不僅有效活化長者腦力，更具體提升了社區銀髮族的數位資訊应用能力，達成雙向成長的教育目標。</p>	<p>在本次活動中，學生展現了高度的熱忱與親和力，面對長輩的提問，孩子們不僅展現極佳的耐心進行溝通，更主動協助課程執行，圓滿達成任務。長輩們對於左鎮國小辦理此活動給予高度肯定，師生投入社區服務的身影，令社區長輩深受感動。這不僅具體展現了學生在品德與學習上的顯著成長，更驗證了學校推廣「三好」理念的重要性。期許未來能持續辦理此類活動，深化品格教育，讓這份善與愛的力量持續傳遞下去。</p>

活動照片集



圖說:三好校園宣誓活動



圖說:推行三好理念宣導活動



圖說:教師節敬師感恩奉茶活動



圖說:環保小尖兵進行資源回收



圖說:學生協助長輩使用平板



圖說:學生帶領長輩跳三好健康操



圖說:社區關懷課程大合照



圖說:學生引導長輩製作聖誕作品

承辦人：

教師兼  
學務組長 杜盈萱

教導主任：

教師兼  
教導主任 陳容芯

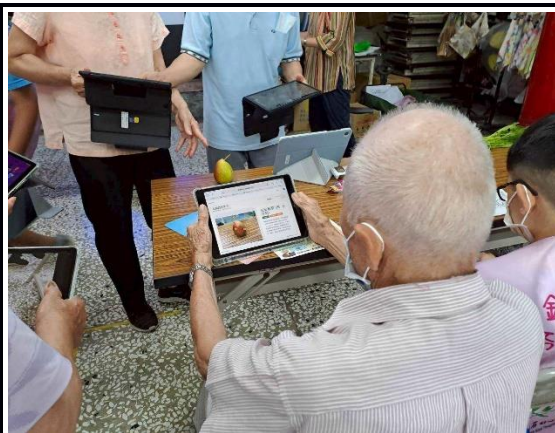
校長：

臺南市左鎮區  
左鎮國小校長 楊靜芳

活動名稱	三好志工學生到北極殿進行健康體位和心理健康相關活動			
活動日期	參加對象	學生	社區民眾	教職員工
115年5月11日	參加人數	6	20	2
活動說明	<p>在充滿愛與感恩的五月，孩子們走進左中社區，引導長輩體驗最先進的生成式 AI，用科技傳遞愛，讓世代零距離！</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 捕捉燦爛笑容：透過 AI 笑容偵測技術，只要長輩一露齒微笑，螢幕就會綻放虛擬花朵並顯示鼓勵詞句，現場驚喜聲不斷！</li> <li>2. 專屬長輩圖製作：學生化身攝影師，捕捉長輩最美的一面後，引導長輩運用 ChatGPT 編輯文字，製作出獨一無二的數位貼圖傳送給心愛的子女。</li> <li>3. 智慧農情生活：教導長輩操作 Gemini 辨識植物病蟲害並查詢健康創意食譜，讓科技成為生活的好幫手。</li> </ol>			



說明：三好志工學生指導長輩操作數位載具，認識蔬菜水果的營養



說明：三好志工學生指導長輩操作數位載具，認識蔬菜水果的營養



說明：學生透過 ChatGPT 編輯文字，協助長輩製作出獨一無二的數位貼圖傳送給家人



說明：笑是天然的健康良藥，鼓勵長輩常微笑可以放鬆身體肌肉和減輕焦慮緊張



說明：三好志工學生帶領長輩跳三好健康操



說明：三好志工學生與社區長輩開心合影

# 教育部補助辦理114年樂齡及數位學習中心成果報告書

- 1、申請單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學
- 2、課程類別：樂齡核心課程及數位中心課程
- 3、課程地點：村里拓點

計畫名稱：用藥安全

參與人次	男438人，女560人 (共12場)	辦理期間	自 114 年 1 月 1 日起 至 114 年 12 月 31 日止
------	-----------------------	------	--



說明：用藥五要原則：「要知道風險」、「要看清標示」、「要告知病況」、「要遵照醫囑」、「要詢問藥師」。對於來路不明藥品，也要掌握五不原則：「不聽」、「不信」、「不買」、「不吃」、「不推薦」

說明：用藥安全認知性的講解、交流分享



說明：預防跌倒宣導

說明：預防跌倒，常運動增加反應力

113年

數位生態系  
數位創新服務

## 數位創新服務-打造數位健康服務生態系

- 1.本區為全市老化人口最嚴重的鄉鎮之一，DOC以健康推廣做為生態系主題，將健康觀念帶入社區。
- 2.邀請社區據點照服員及學員示範【太極氣功十八式】動作並製成健康宣導影片。
- 3.將影片帶入左鎮、玉井、南化等行動分班中，讓學員於課前跟著影片一起做運動，將傳統健康運動融入數位健康服務。



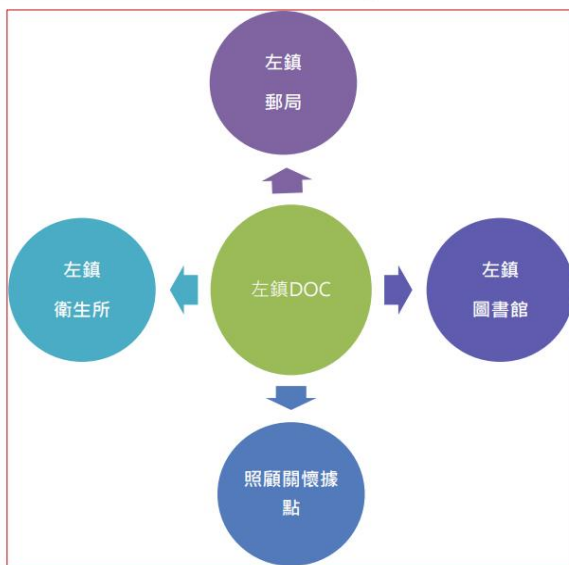
## 數位服務-數位保健E起來

邀請臺南市藥師公會藥師與榮和里照顧關懷據點以數位方式推動遠距用藥安全與衛教服務，透過電腦設備同步視訊會議的功能，與藥師約定時間，民眾攜帶家中藥袋、藥罐，透過視訊直接與藥師進行遠距問答，解決偏鄉長者用藥問題。



114年  
營運計畫

## 行動諮詢服務



說明：DOC 志工協助民眾申請虛擬健保卡 APP 服務

# 教育部補助辦理114年樂齡學習中心成果報告書

1、申請單位：台南市左鎮區左鎮國民小學

2、課程類別：樂齡核心課程

3、課程地點：村里拓點

計畫名稱：運動與健康-規律運動、營養常識、口腔保健、睡眠品質、健康檢查

參與人次	男458人，女664人 (共12場)	辦理期間	自 114 年 1 月 1 日起 至 114 年 12 月 31 日止
------	-----------------------	------	--



說明：專注力及身體的穩定性桌球練習



說明：上肢有氧運動



說明：健康操運動



說明：長者專心聆聽營養與運動知識



說明：六大類食物營養介紹及均衡飲食



說明：食物分類與營養介紹



說明：睡眠對健康的重要性



說明：檢測長者運動的能力



說明：檢測長者健康狀況(量血壓及血糖)



說明：檢測長者運動的能力



說明：認識常見傳染病及老年身心課程



說明：長者製作低油低脂低糖點心



說明：老師分享製作美味又健康的料理



說明：運用在地食材烹煮健康料理



說明：邀請民眾參與左鎮蔗埕公園植栽活動



說明：提供衛生所到社區服務時間，鼓勵社區民眾可以利用醫療資源



說明：提供衛生所到社區服務時間，鼓勵社區民眾可以利用醫療資源



說明：三好志工隊到社區與長者進行丟沙包遊戲

# 教育部補助辦理114年樂齡學習中心成果報告書

1、課程類別：樂齡核心課程

2、課程地點：村里拓點

計畫名稱：心靈成長-活化記憶力(手語、桌遊)、探討生命意義與價值、學習正向思考

參與人次	男465人，女720人 (共12場)	辦理期間	自 114 年 1 月 1 日起 至 114 年 12 月 31 日止
------	-----------------------	------	--



說明：長者參與社區手語表演



說明：學習桌遊，促進思考及記憶力



說明：學習手語活動



說明：影片欣賞-銀髮電影院



說明：探討生命意義與價值



說明：長者分享人生經驗



說明：找回年輕記憶



說明：染布課程，設計手提包圖樣

## 臺南市左鎮區樂齡學習中心（左中社區分班）教學日誌

學習活動名稱	核心課程-運動保健	講師	鄭美蓮	上課日期	8月8日	人數	男 3人 女 13人 共 16人
--------	-----------	----	-----	------	------	----	------------------------

**學習活動記要：**

1. 為安全起見. 坐椅熱身. 伸展運動.
2. 使用彈力帶肌力. 肌耐力練習
3. 瑜珈球做動態平衡運動.
4. 收身操.

**遭遇的困難及改進方法：**

沒有

**授課心得及感人故事：**

天氣真的很熱. 長輩們仍然配合上課運動. 大家都知道運動讓人精神更好.

**學員反應：**

非常良好

良好

普通

## 成果照片



說明：使用彈力帶 2 頭肌肌力訓練



說明：使用彈力帶肌力練習



說明：配合瑜珈球的敏捷訓練



說明：伸展活動

## 臺南市左鎮區樂齡學習中心（榮和分班）教學日誌

學習 活動名稱	老人常見疾病 1時 運動保健 1時	講 師	鄭美蓮	上 課 日 期	05月08日	人 數	男 3人 女 12人 共 15人
------------	----------------------	--------	-----	------------	--------	-----	------------------------

### 學習活動記要：

1. 延續上次課老人常見疾病. 本次談到預防.
2. 運動保健本次特別介紹手指運動. 與大腦間的合作. 預防延緩失能.

### 遭遇的困難及改進方法：

無

### 授課心得及感人故事：

經過上回課所講的老人常見疾病. 這次課中回饋如何預防疾病. 如何安全用藥. 長輩都非常清楚. 希望大家都能更健康.

### 學員反應：

非常良好

良好

普通

## 成果照片



認真聽講老人常見疾病



認真聽講老人常見疾病



手腦反應協調運動



手腦反應協調運動

## 臺南市左鎮區樂齡學習中心（榮和分班）教學日誌

學習 活動名稱	營養與健康	講師	鄭美蓮	上課 日期	06月12日	人數	男 3人 女 12人 共 15人
<p>學習活動記要：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 吃食當季的食物最好</li> <li>2. 互動對答當季有甚麼蔬果</li> <li>3. ppt 講解</li> </ol>							
<p>遭遇的困難及改進方法：</p> <p style="text-align: center;">無</p>							
<p>授課心得及感人故事：</p> <p>剛好有學員帶來分享長豆. 這是當季很好的蔬菜.</p>							
<p>學員反應：</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 非常良好</p> <p><input type="checkbox"/> 良好</p> <p><input type="checkbox"/> 普通</p>							

## 成果照片



問答回饋



吃得營養好. 健康也最好



當季盛產長豆



PPT 講述

附件 2：114 年全國樂齡學習中心申請計畫書

# 臺南市左鎮區樂齡學習中心

申請 114 年度教育部補助辦理

樂齡學習中心計畫

續辦中心

申辦單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學  
執行期程：114 年 1 月 1 日至 114 年 12 月 31 日  
申請日期：中華民國 113 年 10 月 8 日

## 目錄

壹、申辦單位資料表 .....	3
貳、計畫內容規劃 .....	5
參、計畫規劃時數統計表.....	10
肆、課程講師名單 .....	13
伍、課程規劃表 .....	22
陸、開課規劃地點時數表.....	29
柒、課程規劃詳表 .....	36
捌、經費表 .....	71
玖、照片 .....	75
附件 2-1 組織架構圖 .....	75
附件 2-2 志工團隊組織架構圖.....	76
附件 2-3 中心內部空間(共 4 張).....	77
附件 2-4 中心室外空間(共 2 張).....	78
附件 2-5 招牌懸掛 .....	79
附件 2-6 消防安全設備.....	80

## 壹、申辦單位資料表

申辦單位資料表	
聯絡資料	<p>●樂齡中心名稱：左鎮區樂齡學習中心</p> <p>●申辦單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學</p> <p>●中心電話：06-5731019#11</p> <p>●中心傳真：06-5731019</p> <p>●中心電子信箱：flower@tcps. tn. edu. tw</p> <p>●中心地址：臺南市左鎮區中正里 7 號</p> <p>●負責人姓名：楊靜芳</p> <p>●負責人聯絡電話：06-5731019#10，0928930569</p> <p>●承辦人姓名：陳容芯</p> <p>●承辦人職稱：教導主任</p> <p>●承辦人聯絡電話：06-5731019#11，0928716246</p> <p>●可聯繫之電子信箱：flower@tcps. tn. edu. tw</p> <p>●中心是否有設置拓點：<input checked="" type="checkbox"/>有 <input type="checkbox"/>無，組成數量：10</p> <p>拓點名稱：光和里，拓點地址：臺南市左鎮區光和里 5-10 號</p> <p>拓點名稱：榮和里，拓點地址：臺南市左鎮區榮和里 60-7 號</p> <p>拓點名稱：左鎮里，拓點地址：臺南市左鎮區左鎮里 39 號</p> <p>拓點名稱：中正里，拓點地址：臺南市左鎮區中正里 171-3 號</p> <p>拓點名稱：睦光里，拓點地址：臺南市左鎮區睦光里 58 號</p> <p>拓點名稱：內庄里，拓點地址：臺南市左鎮區內庄里 37 號</p> <p>拓點名稱：岡林里，拓點地址：臺南市左鎮區岡林里 31 號</p> <p>拓點名稱：草山里，拓點地址：臺南市左鎮區草山里 63 號</p> <p>拓點名稱：二寮里，拓點地址：臺南市左鎮區二寮里 27 號</p> <p>拓點名稱：澄山里，拓點地址：臺南市左鎮區澄山里 77-2 號</p>
設置現況 (樂齡中心本部)	<p>●設置地點樓層數：1 樓</p> <p>●是否有電梯設備：<input checked="" type="checkbox"/>有 <input type="checkbox"/>無</p> <p>●是否有專職人力協助本案：<input type="checkbox"/>有 <input checked="" type="checkbox"/>無，請敘明原因：由數位機會中心駐點人員協助</p> <p>●是否有樂齡學習中心專用空間：<input checked="" type="checkbox"/>有 <input type="checkbox"/>無</p> <p>現有設備情形：</p> <p>(1) 辦公設備：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有：與國小辦公設備共用</p> <p>(2) 休閒設備：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有</p> <p>(3) 健康運動器材設備：<input checked="" type="checkbox"/>無 <input type="checkbox"/>有</p> <p>(4) 廁所間數：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有：4 間</p> <p>(5) 無障礙設施：<input type="checkbox"/>無 <input checked="" type="checkbox"/>有：無障礙坡道</p> <p>(6) 桌椅是否符合高齡者需求：<input checked="" type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否(建議申請專用桌椅)</p>

## 申辦單位資料表

人口 / 村里拓點分析	<ul style="list-style-type: none"> <li>●所在地之鄉鎮市區總人口數：4,169 人</li> <li>●該鄉鎮市區 55 歲以上人口數：                             <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)55 歲以上的人口數共 2,311 人，占全鄉鎮市區總人口數之 55.43 %</li> <li>(2)65 歲以上的人口數共 1,364 人，占全鄉鎮市區總人口數之 32.72 %</li> </ul> </li> <li>●該鄉鎮市區村里數：                             <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)本鄉(鎮市區)共有 10 个村(里)</li> <li>(2)新年度拓點數合計 10 个村(里)、10 個拓點數</li> <li>(3)拓點數未達申辦計畫預定數，請敘明原因：全區皆已拓點完成</li> </ul> </li> </ul>
預期效益	<ul style="list-style-type: none"> <li>●中心是否有學習社團：■有 □無                              新年度樂齡學習社團數，組成數量：6                              社團名稱：鬥牛陣                              社團名稱：光榮長青合唱團                              社團名稱：左中千歲鼓藝團                              社團名稱：左中樂齡二胡隊                              社團名稱：榮和樂齡二胡隊                              社團名稱：澄山長青合唱團</li> <li>●中心學員數：                             <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)學員數：160 位</li> <li>(2)新年度預計可招收新學員數：110 位</li> </ul> </li> <li>●辦理場次及人次：                             <ul style="list-style-type: none"> <li>(1)總場次：60</li> <li>(2)預計參與總人次：1,200</li> </ul> </li> </ul>
經費	<ul style="list-style-type: none"> <li>●新年度申請補助經費：608,232 元</li> <li>●新年度自籌經費：0 元</li> <li>●新年度計畫總經費：608,232 元</li> <li>●今年度申請補助經費：404,536 元</li> <li>●今年度自籌經費：55,164 元</li> <li>●今年度計畫總經費：459,700 元</li> </ul>

## 貳、計畫內容規劃

計畫內容規劃	
中心願景	在地深耕、樂活學習、文化傳承、自我肯定
中心目標	1、提供中樂齡人士參與學習活動機會，促進彼此交流情感，每個社區開課達 100%。 2、開設貢獻服務課程提升老人的生活自信心與價值感。 3、與社區關懷中心合作，發揮策略聯盟功能。 4、增設各個社區學習點，提高各社區老人就近學習的機會，提高參與率 20%。 5、整合地方資源，發展在地特色，結合社區產業，創造共同營造終身學習環境。 6、積極培訓在地樂齡師資至少 2 人，展現地方特色。 7、原有學員 109 人，預計再招募新學員 50 人，合計 159 人；原有志工 69 人，預計再招募新志工 15 人，合計 74 人，以提升樂齡學習中心推廣成效。 8、新年度預計辦理團數 6 團，學員數 300 人，預計進行 60 場次，預期參加 1200 人次。
中心地點便利性	申請設置中心週邊之交通便利性之敘寫（如：公車、火車等）。 校門口就設有大台南公車綠幹線車牌，學校所在中正里為左鎮區人口最集中的地方，附近亦有左鎮轉運站，對於左鎮區及其他區樂齡長者要到各據點參與各類課程，有相對的方便性。
行銷宣傳規劃	<p>●如何連結轄區內高齡相關機構等資源(例:衛生所、大學校院、社福機構):            由中心主任拜訪社區各機構負責人，協商樂齡中心運作事宜。樂齡中心會議要請各單位參加，增進溝通協調能力。</p> <p>●是否設置相關網站或社群媒體推廣樂齡學習中心(例:臉書、部落格，請全數列出):  <input checked="" type="checkbox"/>是，組成數量：2  <input type="checkbox"/>否</p> <p>網站名稱：臺南市樂齡學習網，網址：  <a href="https://moe.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Tainan/TainanIndex">https://moe.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Tainan/TainanIndex</a></p> <p>網站名稱：教育部樂齡學習網，網址：<a href="https://moe.senioredu.moe.gov.tw/">https://moe.senioredu.moe.gov.tw/</a></p> <p>●是否透過廣播、印刷文宣品、布告欄張貼等方式行銷樂齡學習中心：  <input checked="" type="checkbox"/>是，預定作法：透過廣播、文宣品及張貼海報方式行銷            學校電子公布欄課程宣導，課程招生文宣製作與夾報。            (1) 利用夾報、關懷中心、社區協會協助宣傳。</p>

## 計畫內容規劃

- (2) 運用各項社區活動，例如：產業文化季、母親節、重陽節活動、農村再生產業活動..等時機設攤位宣傳樂齡中心成果。
- (3) 結合數位機會中心運用網路協助宣傳：網站或臉書
- (4) 運用平面媒體進行學習活動成果報導。

否

●新年度是否預計製作文宣品(本項需配合經費表，如欲申請文宣品務必列出預定作法)：

■是，預定作法： (1)製作符合樂齡族需求之文宣品，例如放大鏡指甲剪、閱報器、小藥盒、小書包、手電筒、筆…等，並貼上左鎮區樂齡學習中心廣告字樣。

(2)於樂齡課程開課時發送宣傳。

(3)於社區志工會議時進行樂齡中心業務宣導並發送。

(4)於左鎮區重大節慶時設攤位宣傳：左鎮芒果節、白堊節、中秋與重陽晚會、社區產業成果展…等。

否

### 新年度課程規劃

1. 目的：深耕文化、在地傳承、樂活學習。
2. 實施期程：114 年 1 月至 114 年 12 月。
3. 主軸及特色：搭配地方創生計畫在地需求與文化特色發展，兼顧知識、技能與情意。
4. 實施方式：以講座、觀摩旅遊、實地操作、分組討論等方式進行。
5. 實施對象：左鎮區社區長者，兼顧祖孫教育傳承。
6. 預定課程總時數：331 小時。
7. 課程規畫表(含詳細課程及講師，附件 2-1)

### 課程規劃差異

左鎮共有左中〈左鎮里、中正里〉、澄山〈澄山里〉、光榮〈光和里、榮和里〉、公館〈岡林里、草山里、二寮里〉、內睦〈內庄里、睦光里〉五個社區共十個里別，本中心已於 106 年度完成 100%拓點成功，並透過與里長、社區理事長與總幹事及各社區志工會議溝通，111 年度開始已由社區提出課程需求，114 年度仍繼續由社區提出課程需求，再由左鎮樂齡中心彙整排課，以下將各社區需求說明如下：

左中社區：與左鎮日間托老合作，明年度想上的課有香功、養生、手語、歌唱、二胡、益智桌遊-德國圍棋/跳棋、環保手作、地方蔬果養生料理、擊鼓樂、月桃美食與手工藝。

公館社區：西拉雅文化、健康照護、竹鼓、在地美食料理、結合在地產業相關課程。

睦光社區：希望以手作課程為主，有產出的課程優先辦理。

澄山社區：希望以書法、歌唱教學為主。

光榮社區：建議排一些知識性強的課程，例如語言與資訊；手工藝文創課程、健康養生課程為主。

## 計畫內容規劃

### 收費與退費

●各項活動是否收費：

■無收費

□需收費

●退費方式：

請簡述:無收費

### 組織運作機制及特色

1. 組織特色及優勢。

(1) 雙軌並行，相互支援—校長為總召集人，以社區組織為後盾，教導主任任執行長，延聘社區退休老師擔任執行秘書，兼顧學校社區縱向與橫向聯繫。

(2) 善用社區組織力量，攜手經營—

2-1 結合社居日間老年照護班（104 年全臺南市僅通過二班，其中左中社區班就在學區內），並以社區發展協會為課程實施之基本單位。

2-2 以社區居民需求來規劃課程，回歸社區本位。

2-3 以社區關懷中心為上課地點，發揮暨有設備之功能。

2-4 結合地方農會、特色產業傑出人士，攜手經營。

2-5 培養社區自主經營樂齡中心之能力。

(3) 任務分工明確，創作合作團隊—

分為總務、服務、課程、文宣四組，各組學校與志工各編排一位負責人，即時聯繫馬上辦理，以減輕學校行政負擔為原則，提供社區志工服務學習互動的機會。

(4) 經營團隊之人員背景。

4-1 學校行政團隊為主

4-2 社區發展協會負責人

4-3 關懷中心志工幹部

2. 組織架構圖。

職稱 工作伙伴 工作執掌 背景

中心

主任 楊靜芳 統籌樂齡中心工作規劃、運作左鎮國小校長

行政組

組長 陳容芯 執行樂齡中心業務 教導主任

行政組

組員 王鏗文 網管老師

總務組

組長 柯泰安 財務管理與採購、核銷 總務主任

志工組

組長 莊麗景 樂齡據點環境整理及開課協助

●組織架構圖【附件 2-1】

## 計畫內容規劃

志工團隊	<p>●目前志工人數： 男：21 位，女：48 位，總人數：69 位</p> <p>●領有志願服務紀錄冊志工之總人數：60 位</p> <p>●新年度有無辦理志工相關培訓：</p> <p>■有，培訓方式及課程名稱：(1) 自行辦理志工培訓課程。 (2) 參加縣市單位辦理之志工培訓課程。 (3) 鼓勵現有學員參加志工培訓並授證。</p> <p><input type="checkbox"/>無</p> <p>●目前(或預定)志工團隊組織架構圖【附件 2-2】</p>
中心空間照片	<p>請提供清楚可辨識之中心內部空間相片 4 張(含桌椅等)以及室外空間相片 2 張</p> <p>●【附件 2-3、附件 2-4】</p>
招牌懸掛照片	<p>續辦中心(含示範、優質及優先區)請提供清楚可辨識之樂齡中心招牌照片 1 張；新辦中心請說明懸掛位置，及提供預計懸掛招牌位置照片 1 張</p> <p>●【附件 2-5】</p>
消防安全設備	<p>(1)新辦中心請提供預計設置之空間照片，以及最新申請期內消防安全檢查證明影本 1 份。</p> <p>(2)續辦中心請提供申請期內之空間消防安全檢查證明影本 1 份。 (若僅提供滅火器照片，請各縣市政府督導單位自行檢核空間安全性)</p> <p>(3)上述資料請以附件檔案提供。</p> <p>●【附件 2-6】</p>
機構立案證明	<p>●各申請單位之民間團體，請檢附下列資料(政府機關免附，影印資料需清晰)：</p> <p>(1)立案單位：</p> <p>(2)負責人當選證書：有效日期____年____月____日止。 (未於有效期限內，不得提案申請，執行當中如有更換者，需於當選後補送各縣市政府當選證明)</p> <p>(3)組織章程</p> <p>(4)上述資料請以附件檔案提供</p> <p>●機構立案證明【附件 2-7】</p>

參、計畫規劃時數統計表

課程類型	學習領域	課程名稱	時數	備註
樂齡核心課程	生活安全	樂齡生活有安全，預防詐騙有妙招	9	
		樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全	6	
		樂齡生活有安全，居家防跌我在行	6	
	運動保健	樂齡健康體適能—老年健康照護—營養與健康	13.5	
		樂齡健康體適能—認識老人常見疾病—常見疾病預防	9	
		樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操	19.5	
	心靈成長	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	6	
		探討生命意義—樂齡電影院	5	
		手腦並用手語教唱與活動展演	6	
		活化記憶力—手語與桌遊	8	
	人際關係	祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣	12	
		科技運用於社群活動—資訊融入防失智	10	
		拓展人際關係：快樂出遊「齡」距離	12	
	社會參與	樂齡新趨勢	12	
		媒體素養與性別平等	4	
樂齡核心課程時數合計(A)138 小時，占總課程時數百分比(A/D)：42.2%				
自主規劃課程	興趣課程	復刻記憶—復刻歲月的記憶	12	
		舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)	14	
		園藝及音樂療法—樂齡生活好愜	18	

課程類型	學習領域	課程名稱	時數	備註
		意		
	在地資源與產業特色課程	植物染布生活趣—左鎮好風光	8	
		白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情	10	
		樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活	12	
		在地養生蔬果食材營養大補給—樂齡好手藝	12	
	指導樂齡學習社團	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣	42	
		香功護健康，樂齡氣更足	4	
		琴韻思想起，二胡好琴音	16	
自主規劃課程時數合計(B)148 小時，占總課程時數百分比(B/D)：45.26%				
貢獻服務課程	成長課程：志工團隊	樂志工增能培力	6	
		認識高齡者身心特質	6	
		超高齡社會趨勢及志工老化素養	6	
	成長課程：組織團隊	樂齡志工及中心經營團隊增能—美麗的西拉雅社區—地方創生故事—青銀合創	5	
		老化知識及樂齡服務之增能志工訓練—扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓	18	
貢獻服務課程時數合計(C)41 小時，占總課程時數百分比(C/D)：12.54%				
課程總時數合計(D=A+B+C)327 小時				
樂齡學習社團	自主規劃課程：樂齡學習社團	鬥牛陣	24	此區塊不列入鐘點費申請時數計算
		光榮長青合唱團	24	
		左中千歲鼓藝團	24	
		左中樂齡二胡隊	30	
		榮和樂齡二胡隊	24	

課程類型	學習領域	課程名稱	時數	備註
		澄山長青合唱團	24	
樂齡學習社團時數合計(E)150 小時				
貢獻服務 方案實作	貢獻服務課 程：貢獻服務 方案實作	書法班	24	
		社區產業服務	15	
貢獻服務方案實作時數合計(F)39 小時				
年度規劃時數合計(G=D+E+F)516 小時				

## 肆、課程講師名單

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
樂齡講師(核心課程講師)	鄭美蓮 中正高齡研字第 1070000035-36 號	<b>現職：</b> 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 <b>經歷(含相關證照)：</b> 樂齡學習中心講師 <b>授課專長：</b> 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者	1. 樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操 2. 手腦並用手語教唱與活動展演 3. 舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動) 4. 樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活 5. 老化知識及樂齡服務之增能志工訓練—扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓	32
樂齡講師(核心課程講師)	買香瑜 中正成教研字第 1060000142-188 號	<b>現職：</b> 左中關壞據點人員、樂齡講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 左中關壞據點人員、樂齡講師 <b>授課專長：</b> 左中關壞據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程	1. 樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操 2. 手腦並用手語教唱與活動展演 3. 白堊手捏陶	67

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
			藝，燒出美麗陶情 4. 琴韻思想起，二胡好琴音 5. 左中千歲鼓藝團 6. 左中樂齡二胡隊	
樂齡講師(核心課程講師)	龔玉珠 中正高齡研字第 1070000006-38 號	<b>現職：</b> 樂齡課程核心講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 經歷：台南市美容工會理事 臺南市幸福樂齡推展協會理事 教育部樂齡學習規劃師 <b>證照：</b> 1. 教育部核心課程規劃師：中正成教研字第 1050000016 號 2. 中華民國技術士：1. 美容乙級 2. 照顧服務員  <b>授課專長：</b> 芳療、美容	1. 樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操 2. 舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)	12.5
樂齡講師(核心課程講師)	郭首麗 中正成教研字第 1050000039 號	<b>現職：</b> 樂齡講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 樂齡學習中心講師 <b>授課專長：</b> 樂齡新趨勢及樂齡學習新態樣等課程	1. 活化記憶力—手語與桌遊 2. 樂齡新趨勢	16
樂齡講師(核心課程講師)	嚴秀鳳 中正成教研字第 1050000039 號	<b>現職：</b> 樂齡講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 樂齡學習中心講師 <b>授課專長：</b> 拓展人際關係、科技運用於社群活動—資訊融入防失智等	1. 拓展人際關係：快樂出遊「齡」距離 2. 認識高齡者身心特質	18
樂齡講師(核	鍾秀琴	<b>現職：</b>	1. 超高齡社會	6

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
心課程講師)	中正高齡研字第 1070000006-36 號	經歷(含相關證照): 授課專長:	趨勢及志工老化素養	
樂齡講師(一般講師)	陳容芯 臺教社(二)字第 1110119777 號	現職: 現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任, 教授左鎮國小本土語言和藝陣課程, 亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。 經歷(含相關證照): 學歷: 國立台南大學初等教育學系 學士 國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士 經歷: 土城國小導師、生教組長、文書組長 左鎮國小教導主任 左鎮國小藝陣指導老師 證照: 本土語言中高級認證 樂齡一般講師資格  授課專長: 1. 樂齡/中高齡社區課程 2. 生命教育 3. 網路沉迷/成癮 4. 親職教育與正向教養 5. 情緒教育 6. 正向管教與霸凌議題 7. 傳統藝陣	1. 探討生命意義--樂齡電影院 2. 祖孫在地技藝好傳承--社區活動鬥牛陣 3. 鬥牛陣 4. 左中千歲鼓藝團 5. 社區產業服務 6. 媒體素養與性別平等	46
樂齡講師(一般講師)	楊育林 臺教社(二)字第 1120099718 號	現職: 經歷(含相關證照): 授課專長:	1. 活化記憶力-手語與桌遊	2
樂齡講師(一般講師)	李瑋盈 臺教社(二)字第 1110000982	現職: 經歷(含相關證照): 授課專長:	1. 活化記憶力-手語與桌遊	2

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
	號			
大學(專)校院師資	胡夢鯨	<p><b>現職：</b>國立中正大學成人及繼續教育學系高齡者教育研究所特聘教授</p> <p><b>經歷(含相關證照)：</b>教育部樂齡學習中南區計畫主持人</p> <p><b>授課專長：</b>成人及高齡教學、成人教育哲學、樂齡學習、樂齡教育相關產業</p>	1. 樂志工增能培力	6
大學(專)校院師資	張秀慈	<p><b>現職：</b>國立成功大學都市計畫學習副教授 兼 人社中心組長 (2019.7- 迄今 )</p> <p>美國綠建築學會綠建築認證鑑定專員 ( LEED AP) (2004- 迄今 )</p> <p><b>經歷(含相關證照)：</b>成功大學都市計畫學系助理教授 (2011.9- 2019.7 )</p> <p>美國羅格斯大學都市計畫及公共政策研究所講師 (2009-2010)</p> <p>美國羅格斯大學都市政策研究中心研究助理 (2004-2006)</p> <p>美國都市計畫協會(APA)會員 (2004-2005)</p> <p>美國古蹟保存國家信託基金會會員 (2004-2005)</p> <p>美國馬里蘭州房地產經紀人 (2003-2004)</p> <p>美國哥倫比亞大學國際地球科學資訊網絡中心(CIESIN)研究助理 (2002-2003)</p> <p>美國聖路易 Christner, Inc. 專案規劃師 (2000-2001)</p> <p>台灣大學建築與城鄉基金會研究助理 (1997-1998)</p> <p><b>授課專長：</b>城鄉再生、場所營造、社區規劃、參與方法、規劃教育、</p>	1. 樂齡志工及中心經營團隊增能- 美麗的西拉雅社區—地方創生故事-青銀合創 2. 老化知識及樂齡服務之增能志工訓練—扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓	11

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
		政策評估、青銀共創、惡地協作：淺山地區的區域創生與跨域實踐		
專業實務工作者	丁江龍	<b>現職：</b> 執業醫師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 執業醫師 <b>授課專長：</b> 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防	1. 樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全 2. 樂齡生活有安全，居家防跌我在行 3. 樂齡健康體適能—認識老人常見疾病--常見疾病預防	10
專業實務工作者	陳建坊	<b>現職：</b> 執業藥劑師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 執業藥劑師 <b>授課專長：</b> 用藥安全、衛生保健等	1. 樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全	2
專業實務工作者	蔡秀珍	<b>現職：</b> 永康區衛生所護理長 <b>經歷(含相關證照)：</b> 永康區衛生所護理長 <b>授課專長：</b> 樂齡生活安全課程，如：用藥、反毒、失智預防、保命防跌等	1. 樂齡生活有安全，居家防跌我在行 2. 樂齡健康體適能—老年健康照護-營養與健康	12
專業實務工作者	黃文彬	<b>現職：</b> 左鎮分駐所所長-交通安全、預防詐騙、緊急通報系統等 <b>經歷(含相關證照)：</b> 左鎮分駐所所長 <b>授課專長：</b> 交通安全、預防詐騙、緊急通報系統等	1. 樂齡生活有安全，預防詐騙有妙招	9
專業實務工作者	劉琳容	<b>現職：</b> 執業醫師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 執業醫師 <b>授課專長：</b> 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人	1. 樂齡健康體適能—老年健康照護-營養與健康 2. 樂齡健康體	10.5

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
		防跌預防	適能—認識老人常見疾病—常見疾病預防	
專業實務工作者	廖螺汾	<b>現職：</b> 退休校長、樂齡輔導團 <b>經歷(含相關證照)：</b> 退休校長、樂齡輔導團 <b>授課專長：</b> 活化記憶力-手語與桌遊，學習閱讀—一起來識字、探討生命意義—樂齡電影院、手腦並用手語教唱與活動展演	1. 活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	6
專業實務工作者	穆崑郎	<b>現職：</b> 左鎮國小代課老師、花藝設計者 <b>經歷(含相關證照)：</b> 左鎮國小代課老師、花藝設計者 <b>授課專長：</b> 園藝及音樂療法、繪畫、染布、手做藝術、生活美學等	1. 祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣 2. 園藝及音樂療法—樂齡生活好愜意 3. 白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情 4. 書法班	42
專業實務工作者	買榮友	<b>現職：</b> 社區耆老、鬥牛陣指導講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 社區耆老、鬥牛陣指導講師 <b>授課專長：</b> 在地技藝好傳承—社區傳統活動鬥牛陣 課程	1. 祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣 2. 鬥牛陣	16
專業實務工作者	賴政達	<b>現職：</b> 社區工作者、數位機會中心講師 <b>經歷(含相關證照)：</b> 社區工作者、數位機會中心講師、左達工作室負責人 <b>授課專長：</b> 復刻記憶-老照片復刻歲月的記憶數位課程、在地文化導覽等	1. 科技運用於社群活動—資訊融入防失智 2. 復刻記憶-復刻歲月的記憶 3. 樂齡志工及中心經營團隊增能- 美麗的西拉雅社區—	17.5

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
			地方創生故事-青銀合創	
專業實務工作者	王鎧文	<p><b>現職：</b>現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學網管兼任午餐執秘，教授左鎮國小英語和資訊科技課程，亦為左鎮國小數位機會中心講師，亦有教授數位機會中心課程。</p> <p><b>經歷(含相關證照)：</b>學歷： 成功大學交通管理科學系 學士 臺北市立大學英語教學系 學士 台南大學學校經營與管理研究所 碩士</p> <p>經歷： 玉山國小導師、學務組長、總務主任 左鎮國小教務組長 左鎮國小網管兼午餐執秘</p> <p>證照： 遙控無人機普通操作證 臺南市 111 年度偏鄉 AI 機器人教育發展學校培訓教師。</p> <p><b>授課專長：</b>電腦系統基礎教學，文書編輯軟體 WORD，EXCEL，POWERPOINT，INKSCAPE，SCRATCH 程式教學，3D 列印教學，平板基礎教學、攝影 APP 教學，一頁網設計，威力導演影片剪輯，空拍機教學，遙控無人機普通操作證，360 度相機教學樂高機器人教學，臺南市 111 年度偏鄉 AI 機器人教育發展學校培訓教師。</p>	1. 科技運用於社群活動—資訊融入防失智	6
專業實務工作者	蔡惠美	<p><b>現職：</b>植物染老師</p> <p><b>經歷(含相關證照)：</b>樂齡學習中心講師、植物染老師</p> <p><b>授課專長：</b>植物染布老師</p>	1. 植物染布生活趣—左鎮好風光	8

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
專業實務工作者	卓玉支邑	現職：社區工作者、月桃工作室負責人 經歷(含相關證照)：國小退休老師、社區工作者、月桃工作室負責人 授課專長：香功、月桃編等	1. 樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活 2. 香功護健康，樂齡氣更足	10
專業實務工作者	吳素卿	現職：農會推廣股股長 經歷(含相關證照)：農會推廣股股長 授課專長：在地養生蔬果食材營養美食課程	1. 在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝	12
專業實務工作者	滕宏發	現職：合唱指導老師 經歷(含相關證照)：合唱指導老師 授課專長：歌唱課程、發聲技巧、分部練習等	1. 唱出樂齡人生，以歌會友結良緣 2. 光榮長青合唱團 3. 澄山長青合唱團	90
專業實務工作者	施慧鈴	現職：國樂社團指導老師 經歷(含相關證照)：國樂社團指導老師 授課專長：絲竹樂教學	1. 琴韻思想起，二胡好琴音 2. 榮和樂齡二胡隊	30
專業實務工作者	陳柳足	現職：社區工作者，公館社區協會理事長 經歷(含相關證照)：社區工作者，公館社區協會理事長 授課專長：樂齡志工增能-美麗的西拉雅社區-地方創生故事、西拉雅文化等	1. 樂齡志工及中心經營團隊增能-美麗的西拉雅社區-地方創生故事-青銀合創 2. 社區產業服務	7.5
專業實務工作者	汪山河	現職：書法家 經歷(含相關證照)：書法家，社	1. 書法班	9

講師類別	講師姓名/樂齡學習專業人員證明書字號	與授課課程相關資歷	授課課程名稱	授課總時數
		區大學講師 授課專長： 書法課程		

### 講師類別

- ① 樂齡學習專業人員：樂齡講師(核心課程講師)
- ② 樂齡學習專業人員：樂齡講師(一般講師)
- ③ 樂齡學習專業人員：高齡自主團體帶領人
- ④ 樂齡學習專業人員：樂齡專案管理師
- ⑤ 大學(專)校院師資
- ⑥ 專業實務工作者
- ⑦ 其他
- ⑧ 待聘
- ⑨ 無講師

以上 1-4 類講師係經樂齡輔導團或縣市政府培訓通過且領有證書之講師或登載於教育部樂齡學習網「樂齡專業人員資料庫」之講師。

## 伍、課程規劃表

### (1)課程類型：樂齡核心課程

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
樂齡核心課程-生活安全	樂齡生活有安全，預防詐騙有妙招	黃文彬-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 3 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 3 場，每場 1 小時	9
樂齡核心課程-生活安全	樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全	陳建坊-專業實務工作者 丁江龍-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1 小時	6
樂齡核心課程-生活安全	樂齡生活有安全，居家防跌我在行	蔡秀珍-專業實務工作者 丁江龍-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 1.5 小時 榮和里活動中心 辦理 1 場，每場 1.5 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 1.5 小時 內睦社區活動中心 辦理 1 場，每場 1.5 小時	6
樂齡核心課程-運動保健	樂齡健康體適能—老年健康照護—營養與健康	蔡秀珍-專業實務工作者 劉琳容-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 3 場，每場 1.5 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 1.5 小時 公館社區 辦理 3 場，每場 1.5 小時	13.5
樂齡核心課程-運動保健	樂齡健康體適能—認識老人常見疾病—常見疾病預防	丁江龍-專業實務工作者 劉琳容-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1.5 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1.5 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1.5 小時	9
樂齡核心課程-	樂齡健康體適能	龔玉珠-樂齡	左中社區關懷據點(北極殿)	19.5

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
運動保健	一彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操	講師(核心課程講師) 買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師)	辦理 4 場，每場 1.5 小時 榮和里活動中心 辦理 4 場，每場 1.5 小時 公館社區 辦理 3 場，每場 1.5 小時 內睦社區活動中心 辦理 2 場，每場 1.5 小時	
樂齡核心課程-心靈成長	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	廖螺汾-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1 小時	6
樂齡核心課程-心靈成長	探討生命意義--樂齡電影院	陳容芯-樂齡講師(一般講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 1 小時	5
樂齡核心課程-心靈成長	手腦並用手語教唱與活動展演	買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1 小時	6
樂齡核心課程-心靈成長	活化記憶力-手語與桌遊	郭首麗-樂齡講師(核心課程講師) 李瑋盈-樂齡講師(一般講師) 楊育林-樂齡講師(一般講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1 小時 內睦社區活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時	8
樂齡核心課程-	祖孫在地技藝好	買榮友-專業	左中社區關懷據點(北極殿)	12

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
人際關係	傳承—社區活動 鬥牛陣	實務工作者 陳容芯-樂齡 講師(一般講 師) 穆崑郎-專業 實務工作者	辦理 6 場，每場 1 小時 左鎮國小(中心本部) 辦理 6 場，每場 1 小時	
樂齡核心課程- 人際關係	科技運用於社群 活動—資訊融入 防失智	賴政達-專業 實務工作者 王鎧文-專業 實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1 小時 左鎮國小(中心本部) 辦理 2 場，每場 1 小時 內睦社區活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時	10
樂齡核心課程- 人際關係	拓展人際關係： 快樂出遊「齡」 距離	嚴秀鳳-樂齡 講師(核心課 程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 4 小時 榮和里活動中心 辦理 1 場，每場 4 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 4 小時	12
樂齡核心課程- 社會參與	樂齡新趨勢	郭首麗-樂齡 講師(核心課 程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	12
樂齡核心課程- 社會參與	媒體素養與性別 平等	陳容芯-樂齡 講師(一般講 師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 1 小時	4

(2)課程類型：自主規劃課程

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
自主規劃課程-興趣課程	復刻記憶-復刻歲月的記憶	賴政達-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	12
自主規劃課程-興趣課程	舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)	鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師) 龔玉珠-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	14
自主規劃課程-興趣課程	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意	穆崑郎-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 3 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 4 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	18
自主規劃課程-在地資源與產業特色課程	植物染布生活趣—左鎮好風光	蔡惠美-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	8
自主規劃課程-在地資源與產業特色課程	白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情	穆崑郎-專業實務工作者 買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 3 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 2 小時	10
自主規劃課程-在地資源與產業特色課程	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活	鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師) 卓玉支邑-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	12
自主規劃課程-	在地養生蔬果食	吳素卿-專業	左中社區關懷據點(北極殿)	12

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
在地資源與產業特色課程	材營養大補給-樂齡好手藝	實務工作者	辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 2 小時	
自主規劃課程-指導樂齡學習社團	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣	滕宏發-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 3 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 3 場，每場 2 小時 澄山里活動中心 辦理 8 場，每場 3 小時	42
自主規劃課程-指導樂齡學習社團	香功護健康，樂齡氣更足	卓玉支邑-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 2 小時	4
自主規劃課程-指導樂齡學習社團	琴韻思想起，二胡好琴音	施慧鈴-專業實務工作者 買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 5 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 2 小時	16

### (3)課程類型：貢獻服務課程

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
貢獻服務課程-成長課程：志工團隊	樂志工增能培力	胡夢鯨-大學(專)校院師資	左鎮國小(中心本部) 辦理 1 場，每場 6 小時	6
貢獻服務課程-成長課程：志工團隊	認識高齡者身心特質	嚴秀鳳-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 2 小時	6
貢獻服務課程-成長課程：志工	超高齡社會趨勢及志工老化素養	鍾秀琴-樂齡講師(核心課	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 2 小時	6

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
團隊		程講師)	公館社區 辦理 1 場，每場 2 小時 澄山里活動中心 辦理 1 場，每場 2 小時	
貢獻服務課程-成長課程：組織團隊	樂齡志工及中心經營團隊增能-美麗的西拉雅社區-地方創生故事-青銀合創	賴政達-專業實務工作者 陳柳足-專業實務工作者 張秀慈-大學(專)校院師資	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 3 小時	5
貢獻服務課程-成長課程：組織團隊	老化知識及樂齡服務之增能志工訓練-扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓	張秀慈-大學(專)校院師資 鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 1.5 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 1.5 小時 公館社區 辦理 2 場，每場 1.5 小時 澄山里活動中心 辦理 2 場，每場 1.5 小時 左鎮國小(中心本部) 辦理 2 場，每場 1.5 小時 內睦社區活動中心 辦理 2 場，每場 1.5 小時	18

#### (4)課程類型：樂齡學習社團

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團	鬥牛陣	陳容芯-樂齡講師(一般講師) 買榮友-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 8 場，每場 3 小時	24
樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團	光榮長青合唱團	滕宏發-專業實務工作者	榮和里活動中心 辦理 12 場，每場 2 小時	24
樂齡學習社團-	左中千歲鼓藝團	陳容芯-樂齡	左中社區關懷據點(北極殿)	24

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
自主規劃課程： 樂齡學習社團		講師(一般講師) 買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)	辦理 8 場，每場 3 小時	
樂齡學習社團- 自主規劃課程： 樂齡學習社團	左中樂齡二胡隊	買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 10 場，每場 3 小時	30
樂齡學習社團- 自主規劃課程： 樂齡學習社團	榮和樂齡二胡隊	施慧鈴-專業實務工作者	榮和里活動中心 辦理 8 場，每場 3 小時	24
樂齡學習社團- 自主規劃課程： 樂齡學習社團	澄山長青合唱團	滕宏發-專業實務工作者	澄山里活動中心 辦理 8 場，每場 3 小時	24

#### (5)課程類型：貢獻服務方案實作

課程類型-學習領域	課程/活動名稱	講師介紹	開課規劃	總時數
貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作	書法班	汪山河-專業實務工作者 穆崑郎-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 3 小時 榮和里活動中心 辦理 3 場，每場 3 小時 公館社區 辦理 3 場，每場 3 小時	24
貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作	社區產業服務	陳容芯-樂齡講師(一般講師) 陳柳足-專業實務工作者	左中社區關懷據點(北極殿) 辦理 2 場，每場 3 小時 榮和里活動中心 辦理 2 場，每場 3 小時 公館社區 辦理 1 場，每場 3 小時	15

陸、開課規劃地點時數表

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
左中社區關懷據點(北極殿)	樂齡生活有安全， 預防詐騙有妙招	3場，每場1.0小時	3.0	194.0
	樂齡生活有安全， 樂齡也「藥」健康 過：用藥安全	2場，每場1.0小時	2.0	
	樂齡健康體適能— 老年健康照護-營養 與健康	3場，每場1.5小時	4.5	
	老化知識及樂齡服 務之增能志工訓練 —扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓	2場，每場1.5小時	3.0	
	左中樂齡二胡隊	10場，每場3.0小時	30.0	
	樂齡健康體適能— 彈力帶、平衡與樂 齡肌耐力韻律操	4場，每場1.5小時	6.0	
	樂齡健康體適能— 認識老人常見疾病— 常見疾病預防	2場，每場1.5小時	3.0	
	探討生命意義—樂 齡電影院	2場，每場1.0小時	2.0	
	手腦並用手語教唱 與活動展演	2場，每場1.0小時	2.0	
	科技運用於社群活 動—資訊融入防失 智	2場，每場1.0小時	2.0	
	拓展人際關係：快 樂出遊「齡」距離	1場，每場4.0小時	4.0	
	媒體素養與性別平 等	1場，每場1.0小時	1.0	
	舞動健康自在的樂 齡人生—凍齡就要 動(鼓藝與律動)	2場，每場2.0小時	4.0	

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意	3場，每場2.0小時	6.0	
	植物染布生活趣—左鎮好風光	1場，每場2.0小時	2.0	
	白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情	3場，每場2.0小時	6.0	
	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活	2場，每場2.0小時	4.0	
	琴韻思想起，二胡好琴音	5場，每場2.0小時	10.0	
	左中千歲鼓藝團	8場，每場3.0小時	24.0	
	在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝	2場，每場2.0小時	4.0	
	社區產業服務	2場，每場3.0小時	6.0	
	書法班	2場，每場3.0小時	6.0	
	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	2場，每場1.0小時	2.0	
	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣	3場，每場2.0小時	6.0	
	鬥牛陣	8場，每場3.0小時	24.0	
	樂齡生活有安全，居家防跌我在行	1場，每場1.5小時	1.5	
	復刻記憶-復刻歲月的記憶	2場，每場2.0小時	4.0	
	香功護健康，樂齡氣更足	2場，每場2.0小時	4.0	
	活化記憶力-手語與桌遊	2場，每場1.0小時	2.0	
	認識高齡者身心特質	1場，每場2.0小時	2.0	
	超高齡社會趨勢及志工老化素養	1場，每場2.0小時	2.0	

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	樂齡新趨勢	2場，每場 2.0 小時	4.0	
	祖孫在地技藝好傳 承—社區活動鬥牛 陣	6場，每場 1.0 小時	6.0	
	樂齡志工及中心經 營團隊增能—美麗 的西拉雅社區—地 方創生故事—青銀合 創	1場，每場 2.0 小時	2.0	
榮和里活動中心	樂齡生活有安全， 預防詐騙有妙招	3場，每場 1.0 小時	3.0	152.0
	樂齡生活有安全， 樂齡也「藥」健康 過：用藥安全	2場，每場 1.0 小時	2.0	
	樂齡健康體適能— 老年健康照護—營養 與健康	3場，每場 1.5 小時	4.5	
	老化知識及樂齡服 務之增能志工訓練 —扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓	2場，每場 1.5 小時	3.0	
	樂齡健康體適能— 彈力帶、平衡與樂 齡肌耐力韻律操	4場，每場 1.5 小時	6.0	
	樂齡健康體適能— 認識老人常見疾病— 常見疾病預防	2場，每場 1.5 小時	3.0	
	探討生命意義—樂 齡電影院	2場，每場 1.0 小時	2.0	
	手腦並用手語教唱 與活動展演	2場，每場 1.0 小時	2.0	
	科技運用於社群活 動—資訊融入防失 智	2場，每場 1.0 小時	2.0	
拓展人際關係：快	1場，每場 4.0 小時	4.0		

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	樂出遊「齡」距離			
	媒體素養與性別平等	2場，每場1.0小時	2.0	
	舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)	3場，每場2.0小時	6.0	
	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意	4場，每場2.0小時	8.0	
	植物染布生活趣—左鎮好風光	1場，每場2.0小時	2.0	
	白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情	2場，每場2.0小時	4.0	
	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活	2場，每場2.0小時	4.0	
	琴韻思想起，二胡好琴音	3場，每場2.0小時	6.0	
	光榮長青合唱團	12場，每場2.0小時	24.0	
	榮和樂齡二胡隊	8場，每場3.0小時	24.0	
	在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝	2場，每場2.0小時	4.0	
	社區產業服務	2場，每場3.0小時	6.0	
	書法班	3場，每場3.0小時	9.0	
	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	2場，每場1.0小時	2.0	
	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣	3場，每場2.0小時	6.0	
	樂齡生活有安全，居家防跌我在行	1場，每場1.5小時	1.5	
	復刻記憶-復刻歲月的記憶	2場，每場2.0小時	4.0	
	活化記憶力-手語與桌遊	2場，每場1.0小時	2.0	

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	認識高齡者身心特 質	1 場，每場 2.0 小時	2.0	
	樂齡新趨勢	2 場，每場 2.0 小時	4.0	
公館社區	樂齡生活有安全， 預防詐騙有妙招	3 場，每場 1.0 小時	3.0	88.5
	樂齡生活有安全， 樂齡也「藥」健康 過：用藥安全	2 場，每場 1.0 小時	2.0	
	樂齡健康體適能— 老年健康照護-營養 與健康	3 場，每場 1.5 小時	4.5	
	老化知識及樂齡服 務之增能志工訓練 —扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓	2 場，每場 1.5 小時	3.0	
	樂齡健康體適能— 彈力帶、平衡與樂 齡肌耐力韻律操	3 場，每場 1.5 小時	4.5	
	樂齡健康體適能— 認識老人常見疾病— 常見疾病預防	2 場，每場 1.5 小時	3.0	
	探討生命意義—樂 齡電影院	1 場，每場 1.0 小時	1.0	
	手腦並用手語教唱 與活動展演	2 場，每場 1.0 小時	2.0	
	科技運用於社群活 動—資訊融入防失 智	2 場，每場 1.0 小時	2.0	
	拓展人際關係：快 樂出遊「齡」距離	1 場，每場 4.0 小時	4.0	
	媒體素養與性別平 等	1 場，每場 1.0 小時	1.0	
舞動健康自在的樂 齡人生—凍齡就要 動(鼓藝與律動)	2 場，每場 2.0 小時	4.0		

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意	2場，每場2.0小時	4.0	
	植物染布生活趣—左鎮好風光	2場，每場2.0小時	4.0	
	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活	2場，每場2.0小時	4.0	
	在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝	2場，每場2.0小時	4.0	
	社區產業服務	1場，每場3.0小時	3.0	
	書法班	3場，每場3.0小時	9.0	
	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字	2場，每場1.0小時	2.0	
	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣	3場，每場2.0小時	6.0	
	樂齡生活有安全，居家防跌我在行	1場，每場1.5小時	1.5	
	復刻記憶-復刻歲月的記憶	2場，每場2.0小時	4.0	
	活化記憶力-手語與桌遊	2場，每場1.0小時	2.0	
	認識高齡者身心特質	1場，每場2.0小時	2.0	
	超高齡社會趨勢及志工老化素養	1場，每場2.0小時	2.0	
	樂齡新趨勢	2場，每場2.0小時	4.0	
	樂齡志工及中心經營團隊增能- 美麗的西拉雅社區—地方創生故事-青銀合創	1場，每場3.0小時	3.0	
澄山里活動中心	老化知識及樂齡服務之增能志工訓練	2場，每場1.5小時	3.0	53.0

開課規劃地點	課程/活動名稱	預計辦理場次， 預計每場時數	講師授 課時數	開課規劃地 點總時數
	一扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓			
	澄山長青合唱團	8場，每場3.0小時	24.0	
	唱出樂齡人生，以 歌會友結良緣	8場，每場3.0小時	24.0	
	超高齡社會趨勢及 志工老化素養	1場，每場2.0小時	2.0	
左鎮國小(中心本部)	老化知識及樂齡服 務之增能志工訓練 一扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓	2場，每場1.5小時	3.0	17.0
	科技運用於社群活 動—資訊融入防失 智	2場，每場1.0小時	2.0	
	樂志工增能培力	1場，每場6.0小時	6.0	
	祖孫在地技藝好傳 承—社區活動鬥牛 陣	6場，每場1.0小時	6.0	
內睦社區活動中心	老化知識及樂齡服 務之增能志工訓練 一扎根傳承：在地 志工及中心經營團 隊人員培訓	2場，每場1.5小時	3.0	11.5
	樂齡健康體適能— 彈力帶、平衡與樂 齡肌耐力韻律操	2場，每場1.5小時	3.0	
	科技運用於社群活 動—資訊融入防失 智	2場，每場1.0小時	2.0	
	樂齡生活有安全， 居家防跌我在行	1場，每場1.5小時	1.5	
	活化記憶力-手語與 桌遊	2場，每場1.0小時	2.0	

## 柒、課程規劃詳表

### 課程類型：

#### (1) 課程類型：樂齡核心課程

樂齡核心課程-生活安全			
課程/活動名稱	樂齡生活有安全，預防詐騙有妙招		
課程介紹	聘請專業講師教授長者現宰與未來生活經濟規劃、與預防詐騙課程。		
講師介紹	任課講師：黃文彬-專業實務工作者 現職： 左鎮分駐所所長-交通安全、預防詐騙、緊急通報系統等 經歷(含學歷、相關證照)： 左鎮分駐所所長 講師授課專長： 交通安全、預防詐騙、緊急通報系統等 <b>預計授課時數：9 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 3 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 預計辦理 3 場，每場 1 小時 公館社區 預計辦理 3 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	9 場次	預計辦理總時數	9 小時

樂齡核心課程-生活安全			
課程/活動名稱	樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全		
課程介紹	聘請執業醫師及藥師講授用藥安全相關常識，達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	任課講師：丁江龍-專業實務工作者 現職： 執業醫師 經歷(含學歷、相關證照)： 執業醫師 講師授課專長：		

樂齡核心課程-生活安全			
課程/活動名稱	樂齡生活有安全，樂齡也「藥」健康過：用藥安全		
	高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防 <b>預計授課時數：4 小時</b> 任課講師：陳建坊-專業實務工作者 現職： 執業藥劑師 經歷(含學歷、相關證照)： 執業藥劑師 講師授課專長： 用藥安全、衛生保健等 <b>預計授課時數：2 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	6 小時

樂齡核心課程-生活安全			
課程/活動名稱	樂齡生活有安全，居家防跌我在行		
課程介紹	聘請實務工作者講授學習針對預防跌倒事故發生進行宣導，以降低相關風險，保障自身安全。達成活躍老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	任課講師：丁江龍-專業實務工作者 現職： 執業醫師 經歷(含學歷、相關證照)： 執業醫師 講師授課專長： 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防		

樂齡核心課程-生活安全			
課程/活動名稱	樂齡生活有安全，居家防跌我在行		
	<p><b>預計授課時數：3 小時</b></p> <p>任課講師：蔡秀珍-專業實務工作者</p> <p>現職： 永康區衛生所護理長</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 永康區衛生所護理長</p> <p>講師授課專長： 樂齡生活安全課程，如：用藥、反毒、失智預防、保命防跌等</p> <p><b>預計授課時數：3 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 1 場，每場 1.5 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 1 場，每場 1.5 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 1 場，每場 1.5 小時</p> <p>內睦社區活動中心 預計辦理 1 場，每場 1.5 小時</p>		
預計總辦理場次	4 場次	預計辦理總時數	6 小時

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—老年健康照護-營養與健康		
課程介紹	樂齡健康體適能—老年健康照護-營養與健康課程，達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	<p>任課講師：蔡秀珍-專業實務工作者</p> <p>現職： 永康區衛生所護理長</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 永康區衛生所護理長</p> <p>講師授課專長： 樂齡生活安全課程，如：用藥、反毒、失智預防、保命防跌等</p> <p><b>預計授課時數：9 小時</b></p> <p>任課講師：劉琳容-專業實務工作者</p>		

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—老年健康照護-營養與健康		
	<p>現職： 執業醫師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 執業醫師</p> <p>講師授課專長： 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防</p> <p>預計授課時數：4.5 小時</p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 3 場，每場 1.5 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 3 場，每場 1.5 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 3 場，每場 1.5 小時</p>		
預計總辦理場次	9 場次	預計辦理總時數	13.5 小時

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—認識老人常見疾病--常見疾病預防		
課程介紹	樂齡健康體適能—認識老人常見疾病--常見疾病預防課程。達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	<p>任課講師：丁江龍-專業實務工作者</p> <p>現職： 執業醫師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 執業醫師</p> <p>講師授課專長： 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防</p> <p>預計授課時數：3 小時</p> <p>任課講師：劉琳容-專業實務工作者</p> <p>現職： 執業醫師</p>		

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—認識老人常見疾病--常見疾病預防		
	經歷(含學歷、相關證照): 執業醫師 講師授課專長: 高齡健康體適能、老年健康照護-營養與健康、認識老人常見疾病--常見疾病預防、老人防跌預防 <b>預計授課時數: 6 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場, 每場 1.5 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場, 每場 1.5 小時 公館社區 預計辦理 2 場, 每場 1.5 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	9 小時

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操		
課程介紹	教授樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操課程, 達成活躍老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	任課講師: 鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師) 現職: 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 經歷(含學歷、相關證照): 樂齡學習中心講師 講師授課專長: 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 <b>預計授課時數: 6 小時</b> 任課講師: 龔玉珠-樂齡講師(核心課程講師) 現職: 樂齡課程核心講師 經歷(含學歷、相關證照): 經歷: 台南市美容工會理事 臺南市幸福樂齡推展協會理事		

樂齡核心課程-運動保健			
課程/活動名稱	樂齡健康體適能—彈力帶、平衡與樂齡肌耐力韻律操		
	<p>教育部樂齡學習規劃師</p> <p>證照：</p> <p>1. 教育部核心課程規劃師:中正成教研字第 1050000016 號</p> <p>2. 中華民國技術士:1. 美容乙級 2. 照顧服務員</p> <p>講師授課專長：</p> <p>芳療、美容</p> <p>預計授課時數：7.5 小時</p> <p>任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)</p> <p>現職：</p> <p>左中關懷據點人員、樂齡講師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)：</p> <p>左中關懷據點人員、樂齡講師</p> <p>講師授課專長：</p> <p>左中關懷據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程</p> <p>預計授課時數：6 小時</p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿)</p> <p>預計辦理 4 場，每場 1.5 小時</p> <p>榮和里活動中心</p> <p>預計辦理 4 場，每場 1.5 小時</p> <p>公館社區</p> <p>預計辦理 3 場，每場 1.5 小時</p> <p>內睦社區活動中心</p> <p>預計辦理 2 場，每場 1.5 小時</p>		
預計總辦理場次	13 場次	預計辦理總時數	19.5 小時

樂齡核心課程-心靈成長	
課程/活動名稱	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字
課程介紹	聘請專業講師進行活化腦力樂無窮、學習閱讀--一起來識字。達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	活化腦力樂無窮、學習閱讀來識字		
講師介紹	任課講師：廖螺汾-專業實務工作者 現職： 退休校長、樂齡輔導團 經歷(含學歷、相關證照)： 退休校長、樂齡輔導團 講師授課專長： 活化記憶力-手語與桌遊，學習閱讀--一起來識字、探討生命意義--樂齡電影院、手腦並用手語教唱與活動展演 <b>預計授課時數：6小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	6 小時

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	探討生命意義--樂齡電影院		
課程介紹	透過影片欣賞，探討生命的意義進行銀髮電影院心靈成長課程。		
講師介紹	任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師) 現職： 現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。 經歷(含學歷、相關證照)： 學歷： 國立台南大學初等教育學系 學士 國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士 經歷： 土城國小導師、生教組長、文書組長 左鎮國小教導主任 左鎮國小藝陣指導老師		

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	探討生命意義--樂齡電影院		
	證照： 本土語言中高級認證 樂齡一般講師資格  講師授課專長： 1. 樂齡/中高齡社區課程 2. 生命教育 3. 網路沉迷/成癮 4. 親職教育與正向教養 5. 情緒教育 6. 正向管教與霸凌議題 7. 傳統藝陣 <b>預計授課時數：5 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 預計辦理 1 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	5 場次	預計辦理總時數	5 小時

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	手腦並用手語教唱與活動展演		
課程介紹	帶領長輩進行手腦並用手語教唱課程與活動展演。		
講師介紹	任課講師：鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師 講師授課專長： 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 <b>預計授課時數：2 小時</b> 任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師)		

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	手腦並用手語教唱與活動展演		
	<p>現職： 左中關懷據點人員、樂齡講師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 左中關懷據點人員、樂齡講師</p> <p>講師授課專長： 左中關懷據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程</p> <p>預計授課時數：4小時</p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p>		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	6 小時

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	活化記憶力-手語與桌遊		
課程介紹	聘請樂齡規劃師講授活化記憶力-手語與桌遊課程。達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	<p>任課講師：郭首麗-樂齡講師(核心課程講師)</p> <p>現職： 樂齡講師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師</p> <p>講師授課專長： 樂齡新趨勢及樂齡學習新態樣等課程</p> <p>預計授課時數：4小時</p> <p>任課講師：楊育林-樂齡講師(一般講師)</p> <p>現職：</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)：</p>		

樂齡核心課程-心靈成長			
課程/活動名稱	活化記憶力-手語與桌遊		
	講師授課專長： 預計授課時數：2 小時 任課講師：李瑋盈-樂齡講師(一般講師) 現職： 經歷(含學歷、相關證照)： 講師授課專長： 預計授課時數：2 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 1 小時 內睦社區活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	8 小時

樂齡核心課程-人際關係			
課程/活動名稱	祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣		
課程介紹	推動傳統藝術，祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣課程。		
講師介紹	任課講師：穆崑郎-專業實務工作者 現職： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 經歷(含學歷、相關證照)： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 講師授課專長： 園藝及音樂療法、繪畫、染布、手做藝術、生活美學等 預計授課時數：4 小時		

樂齡核心課程-人際關係

課程/活動名稱	祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣
	<p><b>任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師)</b>  <b>現職：</b>  現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>  <b>學歷：</b>  國立台南大學初等教育學系 學士  國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士  <b>經歷：</b>  土城國小導師、生教組長、文書組長  左鎮國小教導主任  左鎮國小藝陣指導老師  <b>證照：</b>  本土語言中高級認證  樂齡一般講師資格</p> <p><b>講師授課專長：</b>  1. 樂齡/中高齡社區課程  2. 生命教育  3. 網路沉迷/成癮  4. 親職教育與正向教養  5. 情緒教育  6. 正向管教與霸凌議題  7. 傳統藝陣</p> <p><b>預計授課時數：4小時</b>  <b>任課講師：買榮友-專業實務工作者</b>  <b>現職：</b>  社區耆老、鬥牛陣指導講師  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>  社區耆老、鬥牛陣指導講師  <b>講師授課專長：</b>  在地技藝好傳承—社區傳統活動鬥牛陣 課程</p> <p><b>預計授課時數：4小時</b></p>
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 6 場，每場 1 小時

樂齡核心課程-人際關係			
課程/活動名稱	祖孫在地技藝好傳承—社區活動鬥牛陣		
	左鎮國小(中心本部) 預計辦理 6 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	12 場次	預計辦理總時數	12 小時

樂齡核心課程-人際關係	
課程/活動名稱	科技運用於社群活動—資訊融入防失智
課程介紹	結合 3C 科技運用於社群活動—資訊融入防失智課程。達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。
講師介紹	<p><b>任課講師：王鏗文-專業實務工作者</b></p> <p><b>現職：</b> 現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學網管兼任午餐執秘，教授左鎮國小英語和資訊科技課程，亦為左鎮國小數位機會中心講師，亦有教授數位機會中心課程。</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b></p> <p><b>學歷：</b> 成功大學交通管理科學系 學士 臺北市立大學英語教學系 學士 台南大學學校經營與管理研究所 碩士</p> <p><b>經歷：</b> 玉山國小導師、學務組長、總務主任 左鎮國小教務組長 左鎮國小網管兼午餐執秘</p> <p><b>證照：</b> 遙控無人機普通操作證 臺南市 111 年度偏鄉 AI 機器人教育發展學校培訓教師。</p> <p><b>講師授課專長：</b> 電腦系統基礎教學，文書編輯軟體 WORD，EXCEL，POWERPOINT，INKSCAPE，SCRATCH 程式教學，3D 列印教學，平板基礎教學、攝影 APP 教學，一頁網設計，威力導演影片剪輯，空拍機教學，遙控無人機普通操作證，360 度相機教學樂高機器人教學，臺南市 111 年度偏鄉 AI 機器人教育發展學校培訓教師。</p>

樂齡核心課程-人際關係			
課程/活動名稱	科技運用於社群活動—資訊融入防失智		
	<p><b>預計授課時數：6 小時</b></p> <p>任課講師：賴政達-專業實務工作者</p> <p>現職： 社區工作者、數位機會中心講師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 社區工作者、數位機會中心講師、左達工作室負責人</p> <p>講師授課專長： 復刻記憶-老照片復刻歲月的記憶數位課程、在地文化導覽等</p> <p><b>預計授課時數：4 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>左鎮國小(中心本部) 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p> <p>內睦社區活動中心 預計辦理 2 場，每場 1 小時</p>		
預計總辦理場次	10 場次	預計辦理總時數	10 小時

樂齡核心課程-人際關係			
課程/活動名稱	拓展人際關係：快樂出遊「齡」距離		
課程介紹	鼓勵長輩藉由課程拓展人際關係：快樂出遊「齡」距離，達成活躍老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	<p>任課講師：嚴秀鳳-樂齡講師(核心課程講師)</p> <p>現職： 樂齡講師</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師</p> <p>講師授課專長： 拓展人際關係、科技運用於社群活動—資訊融入防失智等</p>		

樂齡核心課程-人際關係			
課程/活動名稱	拓展人際關係：快樂出遊「齡」距離		
	預計授課時數：12小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 1 場，每場 4 小時 榮和里活動中心 預計辦理 1 場，每場 4 小時 公館社區 預計辦理 1 場，每場 4 小時		
預計總辦理場次	3 場次	預計辦理總時數	12 小時

樂齡核心課程-社會參與			
課程/活動名稱	樂齡新趨勢		
課程介紹	1. 了解樂齡未來學習新態樣 2. 如何攜手共創樂齡 2.0 3. 達成活耀老化「健康」(health)、「參與」(participation)與「安全」(security)下的目標。		
講師介紹	任課講師：郭首麗-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師 講師授課專長： 樂齡新趨勢及樂齡學習新態樣等課程 預計授課時數：12小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	12 小時

樂齡核心課程-社會參與			
課程/活動名稱	媒體素養與性別平等		
課程介紹	透過媒體素養讓樂齡長輩辨識訊息的真偽，避免被詐騙，並帶入性別平等的宣導。		
講師介紹	<p><b>任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師)</b>  <b>現職：</b>  現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>  <b>學歷：</b>  國立台南大學初等教育學系 學士  國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士</p> <p><b>經歷：</b>  土城國小導師、生教組長、文書組長  左鎮國小教導主任  左鎮國小藝陣指導老師</p> <p><b>證照：</b>  本土語言中高級認證  樂齡一般講師資格</p> <p><b>講師授課專長：</b>  1. 樂齡/中高齡社區課程  2. 生命教育  3. 網路沉迷/成癮  4. 親職教育與正向教養  5. 情緒教育  6. 正向管教與霸凌議題  7. 傳統藝陣</p> <p><b>預計授課時數：4 小時</b></p>		
開課規劃	<b>左中社區關懷據點(北極殿)</b> 預計辦理 1 場，每場 1 小時 <b>榮和里活動中心</b> 預計辦理 2 場，每場 1 小時 <b>公館社區</b> 預計辦理 1 場，每場 1 小時		
預計總辦理場次	4 場次	預計辦理總時數	4 小時

(2)課程類型：自主規劃課程

自主規劃課程-興趣課程			
課程/活動名稱	復刻記憶-復刻歲月的記憶		
課程介紹	照片話當年-透過照片或其他事物說故事並數位化典藏與輸出。		
講師介紹	任課講師：賴政達-專業實務工作者 現職： 社區工作者、數位機會中心講師 經歷(含學歷、相關證照)： 社區工作者、數位機會中心講師、左達工作室負責人 講師授課專長： 復刻記憶-老照片復刻歲月的記憶數位課程、在地文化導覽等 <b>預計授課時數：12小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	12 小時

自主規劃課程-興趣課程			
課程/活動名稱	舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)		
課程介紹	1. 民俗舞蹈教學 2. 戰鼓練習與表演 3. 健康律動		
講師介紹	任課講師：鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師 講師授課專長： 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者 <b>預計授課時數：9小時</b> 任課講師：龔玉珠-樂齡講師(核心課程講師)		

自主規劃課程-興趣課程			
課程/活動名稱	舞動健康自在的樂齡人生—凍齡就要動(鼓藝與律動)		
	<p><b>現職：</b> 樂齡課程核心講師</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 經歷：台南市美容工會理事 臺南市幸福樂齡推展協會理事 教育部樂齡學習規劃師</p> <p><b>證照：</b> 1. 教育部核心課程規劃師:中正成教研字第 1050000016 號 2. 中華民國技術士:1. 美容乙級 2. 照顧服務員</p> <p><b>講師授課專長：</b> 芳療、美容</p> <p><b>預計授課時數：5 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 3 場，每場 2 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p>		
預計總辦理場次	7 場次	預計辦理總時數	14 小時

自主規劃課程-興趣課程			
課程/活動名稱	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意		
課程介紹	<p>1. 簡易美學</p> <p>2. 園藝基本要素</p> <p>3. 在地花材及植物運用</p>		
講師介紹	<p><b>任課講師：穆崑郎-專業實務工作者</b></p> <p><b>現職：</b> 左鎮國小代課老師、花藝設計者</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 左鎮國小代課老師、花藝設計者</p> <p><b>講師授課專長：</b></p>		

自主規劃課程-興趣課程			
課程/活動名稱	園藝及音樂療法-樂齡生活好愜意		
	園藝及音樂療法、繪畫、染布、手做藝術、生活美學等 預計授課時數：18 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 3 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 4 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	9 場次	預計辦理總時數	18 小時

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	植物染布生活趣—左鎮好風光		
課程介紹	1. 月桃染 2. 薑黃染 3. 在地植物染 4. 帶入天然環保概念		
講師介紹	任課講師：蔡惠美-專業實務工作者 現職： 植物染老師 經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師、植物染老師 講師授課專長： 植物染布老師 預計授課時數：8 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 1 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	4 場次	預計辦理總時數	8 小時

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	白堊手捏陶藝，燒出美麗陶情		
課程介紹	1. 白堊土手捏陶 2. 生活器皿製作 3. 在地意象燒製		
講師介紹	<p>任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 左中關懷據點人員、樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 左中關懷據點人員、樂齡講師 講師授課專長： 左中關懷據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程 預計授課時數：5 小時</p> <p>任課講師：穆崑郎-專業實務工作者 現職： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 經歷(含學歷、相關證照)： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 講師授課專長： 園藝及音樂療法、繪畫、染布、手做藝術、生活美學等 預計授課時數：5 小時</p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 3 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p>		
預計總辦理場次	5 場次	預計辦理總時數	10 小時

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活		
課程介紹	1. 種子介紹 2. 小動物製作 3. 月桃編織器物		
講師介紹	任課講師：鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師)		

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	樂齡巧手編織美麗人生：種子文創、月桃編織、環保生活		
	<p><b>現職：</b> 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 樂齡學習中心講師</p> <p><b>講師授課專長：</b> 樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者</p> <p><b>預計授課時數：6 小時</b></p> <p><b>任課講師：卓玉支邑-專業實務工作者</b></p> <p><b>現職：</b> 社區工作者、月桃工作室負責人</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 國小退休老師、社區工作者、月桃工作室負責人</p> <p><b>講師授課專長：</b> 香功、月桃編等</p> <p><b>預計授課時數：6 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 2 場，每場 2 小時</p>		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	12 小時

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝		
課程介紹	<p>香蕉、破布子、芒果、竹筍、木鱉果、山藥、薑黃等在地食材美食大賞</p> <p>1. 探索在地文化認識 環保扎根生命永續</p> <p>2. 認識在地農產品都是寶, 資源永續生產特色</p> <p>3. 感官刺激訓練手眼協調發展創作.</p>		
講師介紹	<p><b>任課講師：吳素卿-專業實務工作者</b></p> <p><b>現職：</b> 農會推廣股股長</p>		

自主規劃課程-在地資源與產業特色課程			
課程/活動名稱	在地養生蔬果食材營養大補給-樂齡好手藝		
	經歷(含學歷、相關證照): 農會推廣股股長 講師授課專長: 在地養生蔬果食材營養美食課程 <b>預計授課時數: 12 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場, 每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 2 場, 每場 2 小時 公館社區 預計辦理 2 場, 每場 2 小時		
預計總辦理場次	6 場次	預計辦理總時數	12 小時

自主規劃課程-指導樂齡學習社團			
課程/活動名稱	唱出樂齡人生, 以歌會友結良緣		
課程介紹	1. 歌唱技巧教授 2. 在地歌謠傳唱 3. 以歌會友		
講師介紹	任課講師: 滕宏發-專業實務工作者 現職: 合唱指導老師 經歷(含學歷、相關證照): 合唱指導老師 講師授課專長: 歌唱課程、發聲技巧、分部練習等 <b>預計授課時數: 42 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 3 場, 每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 3 場, 每場 2 小時 公館社區 預計辦理 3 場, 每場 2 小時 澄山里活動中心		

自主規劃課程-指導樂齡學習社團			
課程/活動名稱	唱出樂齡人生，以歌會友結良緣		
	預計辦理 8 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	17 場次	預計辦理總時數	42 小時

自主規劃課程-指導樂齡學習社團			
課程/活動名稱	香功護健康，樂齡氣更足		
課程介紹	1. 香功基本式教學 2. 運動養生觀念教學		
講師介紹	任課講師：卓玉支邑-專業實務工作者 現職： 社區工作者、月桃工作室負責人 經歷(含學歷、相關證照)： 國小退休老師、社區工作者、月桃工作室負責人 講師授課專長： 香功、月桃編等 預計授課時數：4 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	2 場次	預計辦理總時數	4 小時

自主規劃課程-指導樂齡學習社團			
課程/活動名稱	琴韻思想起，二胡好琴音		
課程介紹	1. 二胡基本技法教學 2. 民謠組曲教學 3. 社區展演		
講師介紹	任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 左中關懷據點人員、樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 左中關懷據點人員、樂齡講師		

自主規劃課程-指導樂齡學習社團			
課程/活動名稱	琴韻思想起，二胡好琴音		
	<p><b>講師授課專長：</b> 左中關懷據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程</p> <p><b>預計授課時數：10 小時</b></p> <p><b>任課講師：施慧鈴-專業實務工作者</b></p> <p><b>現職：</b> 國樂社團指導老師</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 國樂社團指導老師</p> <p><b>講師授課專長：</b> 絲竹樂教學</p> <p><b>預計授課時數：6 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 5 場，每場 2 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 3 場，每場 2 小時</p>		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	16 小時

### (3)課程類型：貢獻服務課程

貢獻服務課程-成長課程：志工團隊			
課程/活動名稱	樂志工增能培力		
課程介紹	<p>活力樂齡志工團的專業成長課程-- 活躍老化發展趨勢、樂齡學習與教育資源、高齡社會的趨勢、高齡者社會參與、高齡者的身心靈發展、高齡心理特性與行為模式</p>		
講師介紹	<p><b>任課講師：胡夢鯨-大學(專)校院師資</b></p> <p><b>現職：</b> 國立中正大學成人及繼續教育學系高齡者教育研究所特聘教授</p> <p><b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 教育部樂齡學習中南區計畫主持人</p> <p><b>講師授課專長：</b> 成人及高齡教學、成人教育哲學、樂齡學習、樂齡教育相關產業</p>		

貢獻服務課程-成長課程：志工團隊			
課程/活動名稱	樂志工增能培力		
	預計授課時數：6 小時		
開課規劃	左鎮國小(中心本部) 預計辦理 1 場，每場 6 小時		
預計總辦理場次	1 場次	預計辦理總時數	6 小時

貢獻服務課程-成長課程：志工團隊			
課程/活動名稱	認識高齡者身心特質		
課程介紹	高齡者身心特質有：人際的疏離、認知的改變、自我概念的改變。生活步調、環境改變、生理功能退化造成獨留家中或住院，導致與人互動疏離。透過了解與認識，有效提高高齡者人力運用，高齡者人力資源之開發與運用為解決社會扶老負擔之治本之道。也提供高齡者保健常識：健康飲食與均衡營養、適度運動與衛生習慣、疾病預防與健康檢查、健康與積極生活。		
講師介紹	任課講師：嚴秀鳳-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 樂齡學習中心講師 講師授課專長： 拓展人際關係、科技運用於社群活動—資訊融入防失智等 預計授課時數：6 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 1 場，每場 2 小時 榮和里活動中心 預計辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 1 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	3 場次	預計辦理總時數	6 小時

## 貢獻服務課程-成長課程：志工團隊

課程/活動名稱	超高齡社會趨勢及志工老化素養		
課程介紹	<p>人口結構的變遷，對國家經濟及社會發展有重大及深遠的影響。根據聯合國世界衛生組織（WHO）定義，65歲以上人口占總人口比率達到7%、14%、20%，分別稱之為「高齡化社會」、「高齡社會」及「超高齡社會」。台灣早在1993年已進入高齡化社會，並於2018年成為高齡社會，預估2025年將邁入超高齡社會。</p> <p>台灣面對人口老化趨勢，政府已採取了多項措施，以因應老化所帶來的社會衝擊，建立一個更為包容、友善老人的社會體系，同時提升老人的自主權和參與度。如：強化社會保障、醫療與健保補助、擴大長照服務、就業與社會參與、推動扶養政策、增設友善環境及跨部會合作等。</p> <p>樂齡志工基本職責與技巧課程旨在培養老年志工的服務能力和專業知識。課程內容涵蓋志工的基本職責、與社區互動的技巧、有效的溝通方式及情緒支持技能。此外，學員將學習如何辨識需求、解決問題，並掌握時間管理和團隊合作的重要性。課程還會透過案例分享和角色扮演，增進實務操作經驗，幫助志工更好地服務社會，提升自我價值感。</p>		
講師介紹	<p>任課講師：鍾秀琴-樂齡講師(核心課程講師) 現職：</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)：</p> <p>講師授課專長：</p> <p style="background-color: yellow;">預計授課時數：6小時</p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理1場，每場2小時</p> <p>公館社區 預計辦理1場，每場2小時</p> <p>澄山里活動中心 預計辦理1場，每場2小時</p>		
預計總辦理場次	3場次	預計辦理總時數	6小時

<b>貢獻服務課程-成長課程：組織團隊</b>	
<b>課程/活動名稱</b>	樂齡志工及中心經營團隊增能- 美麗的西拉雅社區—地方創生故事-青銀合創
<b>課程介紹</b>	1. 西拉雅傳統技藝 2. 尋找西拉雅故事 3. 西拉雅圖騰刺繡 4. 中心經營團隊結合社區營造及青銀共創
<b>講師介紹</b>	<p><b>任課講師：賴政達-專業實務工作者</b>  <b>現職：</b>            社區工作者、數位機會中心講師  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>            社區工作者、數位機會中心講師、左達工作室負責人  <b>講師授課專長：</b>            復刻記憶-老照片復刻歲月的記憶數位課程、在地文化導覽等  <b>預計授課時數：1.5 小時</b></p> <p><b>任課講師：陳柳足-專業實務工作者</b>  <b>現職：</b>            社區工作者，公館社區協會理事長  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>            社區工作者，公館社區協會理事長  <b>講師授課專長：</b>            樂齡志工增能- 美麗的西拉雅社 區—地方創生故事、西拉雅文化等  <b>預計授課時數：1.5 小時</b></p> <p><b>任課講師：張秀慈-大學(專)校院師資</b>  <b>現職：</b>            國立成功大學都市計畫學習副教授 兼 人社中心組長 (2019.7-迄今 )            美國綠建築學會綠建築認證鑑定專員 ( LEED AP) (2004- 迄今 )  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>            成功大學都市計畫學系助理教授 (2011.9- 2019.7 )            美國羅格斯大學都市計畫及公共政策研究所講師 (2009-2010)            美國羅格斯大學都市政策研究中心研究助理 (2004-2006)            美國都市計畫協會(APA)會員 (2004-2005)            美國古蹟保存國家信託基金會會員 (2004-2005)            美國馬里蘭州房地產經紀人 (2003-2004)</p>

貢獻服務課程-成長課程：組織團隊			
課程/活動名稱	樂齡志工及中心經營團隊增能- 美麗的西拉雅社區—地方創生故事-青銀合創		
	美國哥倫比亞大學國際地球科學資訊網絡中心(CIESIN)研究助理 (2002-2003) 美國聖路易 Christner, Inc. 專案規劃師 (2000-2001) 台灣大學建築與城鄉基金會研究助理 (1997-1998) <b>講師授課專長：</b> 城鄉再生、場所營造、社區規劃、參與方法、規劃教育、政策評估、青銀共創、惡地協作：淺山地區的區域創生與跨域實踐 <b>預計授課時數：2 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 1 場，每場 2 小時 公館社區 預計辦理 1 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	2 場次	預計辦理總時數	5 小時

貢獻服務課程-成長課程：組織團隊			
課程/活動名稱	老化知識及樂齡服務之增能志工訓練—扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓		
課程介紹	1. 樂齡概念課程 2. 樂齡中心業務介紹 3. 樂齡學習重要性 4. 城鄉再生、場所營造、社區規劃、青銀共創		
講師介紹	<b>任課講師：張秀慈-大學(專)校院師資</b> <b>現職：</b> 國立成功大學都市計畫學習副教授 兼 人社中心組長 (2019.7-迄今) 美國綠建築學會綠建築認證鑑定專員 ( LEED AP) (2004- 迄今) <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 成功大學都市計畫學系助理教授 (2011.9- 2019.7 ) 美國羅格斯大學都市計畫及公共政策研究所講師 (2009-2010) 美國羅格斯大學都市政策研究中心研究助理 (2004-2006) 美國都市計畫協會(APA)會員 (2004-2005)		

貢獻服務課程-成長課程：組織團隊			
課程/活動名稱	老化知識及樂齡服務之增能志工訓練—扎根傳承：在地志工及中心經營團隊人員培訓		
	<p>美國古蹟保存國家信託基金會會員 (2004-2005)            美國馬里蘭州房地產經紀人 (2003-2004)            美國哥倫比亞大學國際地球科學資訊網絡中心(CIESIN)研究助理 (2002-2003)            美國聖路易 Christner, Inc. 專案規劃師 (2000-2001)            台灣大學建築與城鄉基金會研究助理 (1997-1998)  <b>講師授課專長：</b>            城鄉再生、場所營造、社區規劃、參與方法、規劃教育、政策評估、青銀共創、惡地協作：淺山地區的區域創生與跨域實踐  <b>預計授課時數：9 小時</b>  <b>任課講師：鄭美蓮-樂齡講師(核心課程講師)</b>  <b>現職：</b>            樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>            樂齡學習中心講師  <b>講師授課專長：</b>            樂齡講師、律動、花藝、志工等課程授課者  <b>預計授課時數：9 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿)            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時            榮和里活動中心            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時            公館社區            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時            澄山里活動中心            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時            左鎮國小(中心本部)            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時            內睦社區活動中心            預計辦理 2 場，每場 1.5 小時</p>		
預計總辦理場次	12 場次	預計辦理總時數	18 小時

(4)課程類型：樂齡學習社團

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團

課程/活動名稱	鬥牛陣
課程介紹	社區耆老指導國小學生認識並演練鬥牛陣，祖孫代間共學
講師介紹	<p><b>任課講師：買榮友-專業實務工作者</b>  <b>現職：</b>          社區耆老、鬥牛陣指導講師  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>          社區耆老、鬥牛陣指導講師  <b>講師授課專長：</b>          在地技藝好傳承—社區傳統活動鬥牛陣 課程  <b>預計授課時數：12 小時</b></p> <p><b>任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師)</b>  <b>現職：</b>          現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。  <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b>  <b>學歷：</b>          國立台南大學初等教育學系 學士          國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士  <b>經歷：</b>          土城國小導師、生教組長、文書組長          左鎮國小教導主任          左鎮國小藝陣指導老師  <b>證照：</b>          本土語言中高級認證          樂齡一般講師資格</p> <p><b>講師授課專長：</b>          1. 樂齡/中高齡社區課程          2. 生命教育          3. 網路沉迷/成癮          4. 親職教育與正向教養          5. 情緒教育          6. 正向管教與霸凌議題          7. 傳統藝陣  <b>預計授課時數：12 小時</b></p>
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿)

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	鬥牛陣		
	預計辦理 8 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	24 小時

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	光榮長青合唱團		
課程介紹	1. 發音技巧練習 2. 分部練習 3. 社區展演		
講師介紹	任課講師：滕宏發-專業實務工作者 現職： 合唱指導老師 經歷(含學歷、相關證照)： 合唱指導老師 講師授課專長： 歌唱課程、發聲技巧、分部練習等 <b>預計授課時數：24 小時</b>		
開課規劃	榮和里活動中心 預計辦理 12 場，每場 2 小時		
預計總辦理場次	12 場次	預計辦理總時數	24 小時

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	左中千歲鼓藝團		
課程介紹	結合律動、竹鼓課程，將學員組織成左中社區千歲團，運用鼓藝課程讓千歲團成為社區展演團隊。		
講師介紹	任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 左中關壞據點人員、樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 左中關壞據點人員、樂齡講師 講師授課專長：		

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團

課程/活動名稱	左中千歲鼓藝團		
	<p>左中關懷據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程</p> <p><b>預計授課時數：12 小時</b></p> <p>任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師)</p> <p>現職：</p> <p>現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。</p> <p>經歷(含學歷、相關證照)：</p> <p>學歷：</p> <p>國立台南大學初等教育學系 學士</p> <p>國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士</p> <p>經歷：</p> <p>土城國小導師、生教組長、文書組長</p> <p>左鎮國小教導主任</p> <p>左鎮國小藝陣指導老師</p> <p>證照：</p> <p>本土語言中高級認證</p> <p>樂齡一般講師資格</p> <p>講師授課專長：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 樂齡/中高齡社區課程</li> <li>2. 生命教育</li> <li>3. 網路沉迷/成癮</li> <li>4. 親職教育與正向教養</li> <li>5. 情緒教育</li> <li>6. 正向管教與霸凌議題</li> <li>7. 傳統藝陣</li> </ol> <p><b>預計授課時數：12 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿)</p> <p>預計辦理 8 場，每場 3 小時</p>		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	24 小時

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	左中樂齡二胡隊		
課程介紹	運用樂齡中心志工學員及自主學習團體組成左中千歲團樂齡二胡隊		
講師介紹	任課講師：買香瑜-樂齡講師(核心課程講師) 現職： 左中關壞據點人員、樂齡講師 經歷(含學歷、相關證照)： 左中關壞據點人員、樂齡講師 講師授課專長： 左中關壞據點人員、樂齡講師，教授月桃編、二胡、戰鼓、活化技藝等課程 <b>預計授課時數：30 小時</b>		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 10 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	10 場次	預計辦理總時數	30 小時

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	榮和樂齡二胡隊		
課程介紹	運用樂齡中心志工學員及自主學習團體組成榮和千歲團樂齡二胡隊		
講師介紹	任課講師：施慧鈴-專業實務工作者 現職： 國樂社團指導老師 經歷(含學歷、相關證照)： 國樂社團指導老師 講師授課專長： 絲竹樂教學 <b>預計授課時數：24 小時</b>		
開課規劃	榮和里活動中心 預計辦理 8 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	24 小時

樂齡學習社團-自主規劃課程：樂齡學習社團			
課程/活動名稱	澄山長青合唱團		
課程介紹	練習發音技巧、分部練習、社區展演等課程安排。		
講師介紹	任課講師：滕宏發-專業實務工作者 現職： 合唱指導老師 經歷(含學歷、相關證照)： 合唱指導老師 講師授課專長： 歌唱課程、發聲技巧、分部練習等 <b>預計授課時數：24 小時</b>		
開課規劃	澄山里活動中心 預計辦理 8 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	24 小時

(5)課程類型：貢獻服務方案實作

貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作			
課程/活動名稱	書法班		
課程介紹	運用樂齡中心組成樂齡爺奶寫春聯團體，練習書法，服務左鎮各社區民眾及新化養護中心長輩。		
講師介紹	任課講師：汪山河-專業實務工作者 現職： 書法家 經歷(含學歷、相關證照)： 書法家，社區大學講師 講師授課專長： 書法課程 <b>預計授課時數：9 小時</b> 任課講師：穆崑郎-專業實務工作者 現職： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 經歷(含學歷、相關證照)： 左鎮國小代課老師、花藝設計者 講師授課專長： 園藝及音樂療法、繪畫、染布、手做藝術、生活美學等		

貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作			
課程/活動名稱	書法班		
	預計授課時數：15 小時		
開課規劃	左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 3 小時 榮和里活動中心 預計辦理 3 場，每場 3 小時 公館社區 預計辦理 3 場，每場 3 小時		
預計總辦理場次	8 場次	預計辦理總時數	24 小時

貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作			
課程/活動名稱	社區產業服務		
課程介紹	結合社區產業文化活動扎跟傳承在地課程，將各社區志工組織成左鎮產業服務志工隊，支援各社區社造與產業成果活動。		
講師介紹	<b>任課講師：陳柳足-專業實務工作者</b> <b>現職：</b> 社區工作者，公館社區協會理事長 <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> 社區工作者，公館社區協會理事長 <b>講師授課專長：</b> 樂齡志工增能- 美麗的西拉雅社 區—地方創生故事、西拉雅文化等 預計授課時數：6 小時 <b>任課講師：陳容芯-樂齡講師(一般講師)</b> <b>現職：</b> 現職為臺南市左鎮區左鎮國民小學教導主任，教授左鎮國小本土語言和藝陣課程，亦為左鎮國小樂齡學習中心講師。 <b>經歷(含學歷、相關證照)：</b> <b>學歷：</b> 國立台南大學初等教育學系 學士 國立高雄師範大學成人及繼續教育研究所 碩士 <b>經歷：</b> 土城國小導師、生教組長、文書組長 左鎮國小教導主任		

貢獻服務方案實作-貢獻服務課程：貢獻服務方案實作

課程/活動名稱	社區產業服務		
	<p>左鎮國小藝陣指導老師 證照： 本土語言中高級認證 樂齡一般講師資格</p> <p><b>講師授課專長：</b> 1. 樂齡/中高齡社區課程 2. 生命教育 3. 網路沉迷/成癮 4. 親職教育與正向教養 5. 情緒教育 6. 正向管教與霸凌議題 7. 傳統藝陣</p> <p><b>預計授課時數：9 小時</b></p>		
開課規劃	<p>左中社區關懷據點(北極殿) 預計辦理 2 場，每場 3 小時</p> <p>榮和里活動中心 預計辦理 2 場，每場 3 小時</p> <p>公館社區 預計辦理 1 場，每場 3 小時</p>		
預計總辦理場次	5 場次	預計辦理總時數	15 小時

## 捌、經費表

教育部補助臺南市辦理 114 年度臺南市左鎮區樂齡學習中心計畫經費申請表							
中心性質： <input type="checkbox"/> 示範中心 <input type="checkbox"/> 優質中心 <input checked="" type="checkbox"/> 續辦中心 <input type="checkbox"/> 新辦中心							
申請單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學				計畫名稱：114 年度樂齡學習中心計畫			
計畫經費總額：608,232		(經常門：608,232)			(資本門：0)		
申請補助經費：608,232		(經常門：608,232)			(資本門：0)		
自籌經費：0		(經常門：0)			(資本門：0)		
擬向其他機關與民間團體申請補助： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (請註明其他機關與民間團體申請補助經費之項目及金額) 教育部：_____元，補助項目及金額： XXXX 部：_____元，補助項目及金額：							
經費項目	計畫經費明細				教育部核定情形 (申請單位請勿填寫)		
	單價 (元)	數量	總價 (元)	說明	計畫金額 (元)	補助金額 (元)	
業務費	講師鐘點費(1-1)	2,000	6 時	12,000	1. 外聘講師鐘點費，進行專題演講，每年以 20 小時為上限。 2. 偏鄉、離島地區及協助辦理培訓之中心均可申請 32 小時。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		
	講師鐘點費(2-1)	1,200	105 時	126,000	1. 中心外聘具有核心證明書之講師，且講授核心課程者。 2. 依實際課程核算，惟單一師資不得超過 15%，離島及偏鄉不得超過 20%。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		
	講師鐘點費(2-2)	1,000	100 時	100,000	1. 中心外聘具有核心證明書之講師，講授非核心課程者。 2. 依實際課程核算，惟單一師資不得超過 15%，離島及偏鄉不得超過 20%。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		
	講師鐘點費(2-3)	800	56 時	44,800	1. 未有核心課程講師證明書之外聘講師鐘點費(含拓點)。 2. 依實際課程核算，惟單一師資不得超過 15%，離島及偏鄉不得超過 20%。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		
	講師鐘點費(3-2)	800	50 時	40,000	1. 內聘講師鐘點費，具有一般講師及專案管理師證明書。 2. 依實際課程核算，惟單一師資不得超過 10%，離島及偏鄉不得超過 20%。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		

教育部補助臺南市辦理 114 年度臺南市左鎮區樂齡學習中心計畫經費申請表

中心性質：示範中心 優質中心 續辦中心 新辦中心

申請單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學

計畫名稱：114 年度樂齡學習中心計畫

計畫經費總額：608,232

(經常門：608,232)

(資本門：0)

申請補助經費：608,232

(經常門：608,232)

(資本門：0)

自籌經費：0

(經常門：0)

(資本門：0)

擬向其他機關與民間團體申請補助：無 有  
(請註明其他機關與民間團體申請補助經費之項目及金額)

教育部：元，補助項目及金額：

XXXX 部：.....元，補助項目及金額：

經費項目	計畫經費明細				教育部核定情形 (申請單位請勿填寫)	
	單價 (元)	數量	總價 (元)	說明	計畫金額 (元)	補助金額 (元)

講師鐘點費(3-3)	500	10 時	5,000	1. 內聘講師鐘點費。 2. 依實際課程核算，惟單一師資不得超過 10%，離島及偏鄉不得超過 20%。 3. 依講座鐘點費支給標準辦理。		
減授鐘點時數費-國小	336	160 節	53,760	本項限申辦單位為學校者填寫，得列為縣市政府自籌款項，如需申請，每年申請至多 40 週，每週 4 節，上限為 160 節。		
工作費/工讀費	190	600 時	114,000	1. 依據「教育部補(捐)助及委辦計畫經費編列基準表」之規定，需依據現行勞動基準法所訂每人每小時最低基本工資，應依工作內容及性質核實編列，所列費用應含薪資、退休金、保險及其他依法應給予項目。 2. 勞保費：前述部分工時受樂齡中心輪派定時到工、全月均在職者，須依「勞工保險投保薪資分級表」之等級金額申報，欲申請之樂齡中心需檢附計算方式，方得申請。		
講義費/教材費(1)	50	100 份	5,000	請註明 1 份約多少經費。 每份 50 元		
材料費(1)	150	200 份	30,000	1. 請註明 1 份約多少經費。 2. 樂齡學習中心辦理活動運用，請核實支用。 3. 金額不得超過總經費 10%。 每份 150 元		
全民健保補充保費	495,560	2.11%	10,456	1. 講師鐘點費、助理講師費、減授終點時數費、工作費/工讀費、出席費、稿費、審查費等衍生之補充保費合計 2.11% 為上限(四捨五入)。 2. 不足之數，請由雜支勻支。		

教育部補助臺南市辦理 114 年度臺南市左鎮區樂齡學習中心計畫經費申請表

中心性質：示範中心 優質中心 續辦中心 新辦中心

申請單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學

計畫名稱：114 年度樂齡學習中心計畫

計畫經費總額：608,232

(經常門：608,232)

(資本門：0)

申請補助經費：608,232

(經常門：608,232)

(資本門：0)

自籌經費：0

(經常門：0)

(資本門：0)

擬向其他機關與民間團體申請補助：無 有  
(請註明其他機關與民間團體申請補助經費之項目及金額)

教育部：元，補助項目及金額：




XXXX 部：.....元，補助項目及金額：

經費項目	計畫經費明細				教育部核定情形 (申請單位請勿填寫)	
	單價 (元)	數量	總價 (元)	說明	計畫金額 (元)	補助金額 (元)
勞保費	396	1 式	396	前述部分工時受樂齡中心輪派定時到工、全月均在職者，須依「勞工保險投保薪資分級表」之等級金額申報，欲申請之樂齡中心需檢附計算方式，方得申請。 勞保 33*12=396		
勞退費	4,320	1 式	4,320	核實編列 請附上公式並計算正確!! 勞退 360*12=4320		
印刷費(1)	50	150 份	7,500	請註明 1 份約多少經費。 每份 50 元		
宣導品/宣導費(1)	100	250 份	25,000	1. 依「政府機關政策文宣規劃執行注意事項」及預算法第 62 條之 1 及其執行原則等相關規定辦理。(涉及預算法 62-1 條範圍不予補助) 2. 金額不得超過總經費 5%。		
雜支	30,000	1 式	30,000	1. 凡前項費用未列之辦公事務費用屬之。如文具用品、紙張、資訊耗材、資料夾、郵資等屬之。 2. 有關雜支已涵蓋之經費項目，除特別需求外，不得重複編列。		
業務費小計			608,232			
經常門小計			608,232			
設備費(資本門)小計			0			
計畫總金額			608,232			

樂齡學習中心承辦單位用印處

教育部補助臺南市辦理 114 年度臺南市左鎮區樂齡學習中心計畫經費申請表

中心性質： 示範中心  優質中心  續辦中心  新辦中心

申請單位：臺南市左鎮區左鎮國民小學				計畫名稱：114 年度樂齡學習中心計畫		
計畫經費總額：608,232		(經常門： 608,232 )		(資本門： 0 )		
申請補助經費：608,232		(經常門： 608,232 )		(資本門： 0 )		
自籌經費：0		(經常門： 0 )		(資本門： 0 )		
擬向其他機關與民間團體申請補助： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (請註明其他機關與民間團體申請補助經費之項目及金額) 教育部：_____元，補助項目及金額： XXXX 部：_____元，補助項目及金額：						
經費項目	計畫經費明細				教育部核定情形 (申請單位請勿填寫)	
	單價 (元)	數量	總價 (元)	說明	計畫金額 (元)	補助金額 (元)
承辦單位	 會計單位		 機關長官 或負責人			

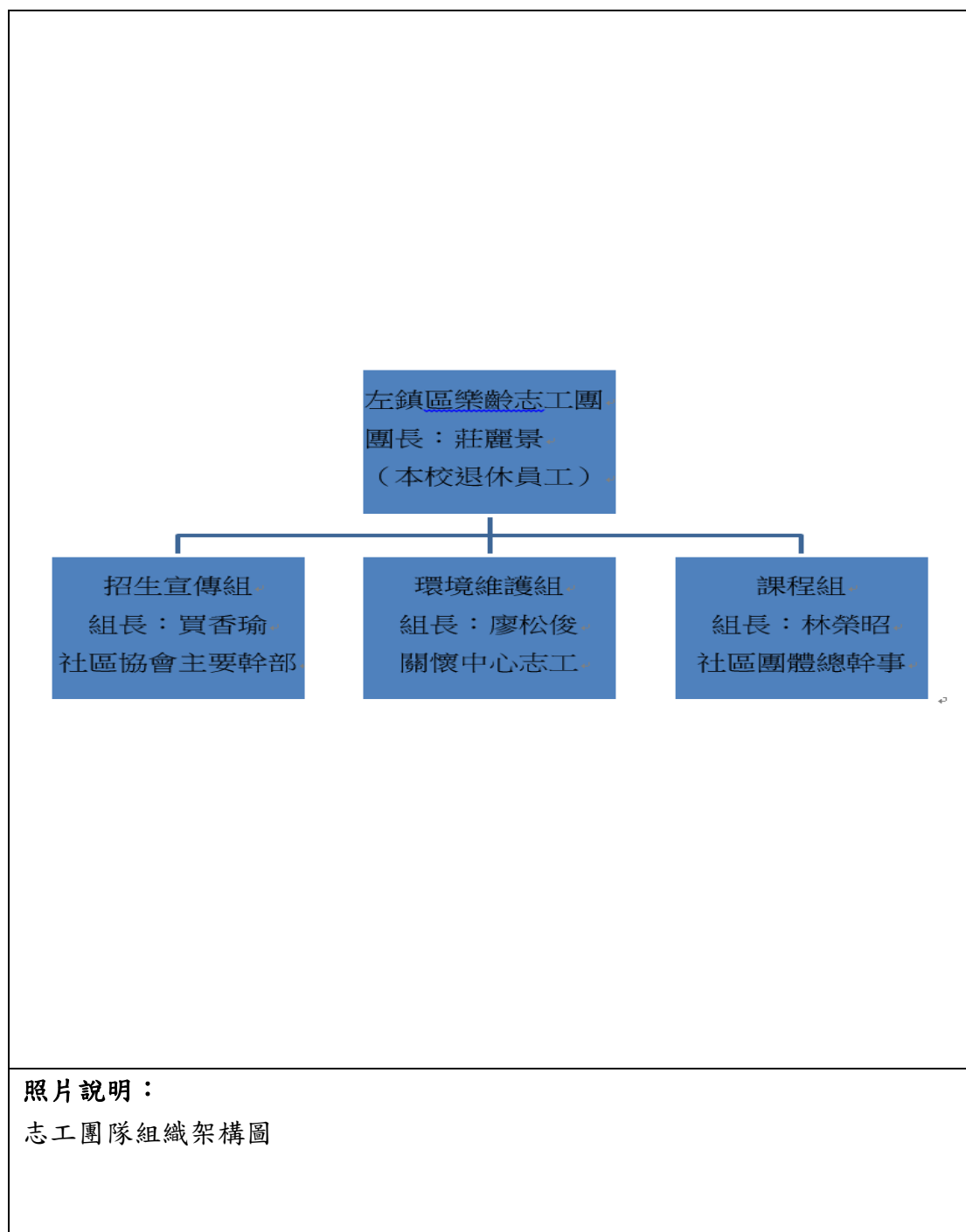
## 玖、照片

### 附件 2-1 組織架構圖

職稱	工作伙伴	工作執掌	背景
中心主任	楊靜芳	<u>統籌樂齡中心</u> 工作規劃、運作	左鎮國小校長
行政組組長	陳容芯	<u>執行樂齡中心</u> 業務	教導主任
行政組組員	王鎧文		網管老師
總務組組長	柯泰安	財務管理與採購、核銷	總務主任
志工組組長	莊麗景	據點環境整理及開課協助	退休幹事

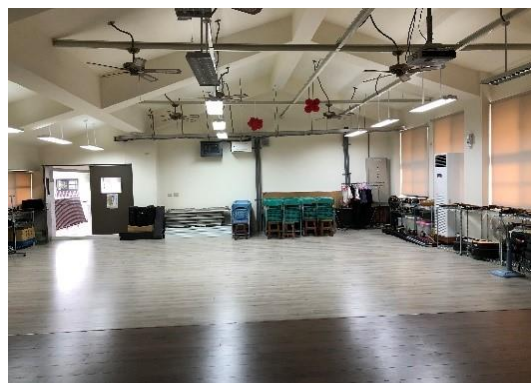
照片說明：  
組織架構圖

## 附件 2-2 志工團隊組織架構圖



## 附件 2-3 中心內部空間(共 4 張)

請提供清楚可辨識之中心內部空間(含桌椅等)。



照片說明：  
中心本部內部空間

照片說明：  
中心本部內部空間



照片說明：  
樂齡據點-公館社區內部空間

照片說明：  
樂齡據點-左中社區內部空間

## 附件 2-4 中心室外空間(共 2 張)

請提供清楚可辨識之中心外部空間。



照片說明：

中心本部室外空間



照片說明：

樂齡據點-公館社區室外空間

## 附件 2-5 招牌懸掛

續辦中心(含示範、優質及優先區)請提供清楚可辨識之樂齡中心招牌照片 1 張；新辦中心請說明懸掛位置，及提供預計懸掛招牌位置照片 1 張。



照片說明：

中心招牌懸掛於校門入口處，來往民眾均能看見

