

【廣告】教育部「樂齡大學經費補助班」107年9月15日截止報名，請把握機會！

國立高雄師範大學成人教育研究中心

辦理教育部補助 107 學年度

樂齡大學：初階金華班（週五補助班）

樂齡大學：初階金晶班（週一補助班）

招生簡章及報名表

（報名時需填報名表及健康狀況調查表，僅能選擇錄取一班）

- 一、**協辦單位：**國立高雄師範大學成人教育研究所、高師大成教中心輔導成立高齡自主團體「高師大百老匯樂齡社」、「高師大玩創意樂齡社」
 - 二、**招生人數、對象及說明：**
 1. 人數:每班 30 名，二班共 60 名(含各班優先保留 5 個名額予低和中低收入者，報名時提供區公所證明)，報名人數超過名額，將由承辦單位抽籤辦理。
 2. 對象:年滿 55 歲國民優先，身體健康情況良好，可行動不需扶持，無照護需求者；不限學歷，但須識字。基於政府資源有限及符合資源運用之妥善性，以未曾參與本校樂齡大學補助班之新生優先錄取。
 - 三、**收費與退費方式：免收學費。**
 1. 雜費收費：各班於錄取後，開學當天每人繳交一學年雜費 4000 元（低和中低收入者減半為 2000 元，請附區公所證明）。預計用途：講義教材費、印刷及宣傳費、部分參訪交通費、團體保險費(含 70 歲以上未參加團險之參訪旅平險)、部分餐費、差旅費及保費與雜支等。
 2. 退班退費：退費標準依教育部「專科以上學校推廣教育實施辦法」辦理
 - (1)自實際上課日算起未逾全期三分之一者，退還已繳費用半數。
 - (2)自實際上課日算起逾全期三分之一者，不退還已繳費用。
 - (3)退費請提供本人郵局或銀行帳號、收據正本在一學年總週次 1/3 內辦理。
 - 四、**課程期間及結業證書：**
 1. 課程期間如課表，課程為一學年(上下二學期)，請考量可全程參加，再報名。
 2. 學員修習一學年課程期滿，缺席未達總學習時數之十分之一者，結業時由本中心核發結業證書，課程期間有事可請假，但列入統計出席時數。
 - 五、**上課地點：**主要為綜合大樓三樓 4317 高齡專業教室（高師大和平校區）
 - 六、**報名期限及方式：107 年 9 月 15 日截止。**請填寫報名表及健康狀況調查表，採親洽、郵寄、傳真或 e-mail 擇一報名。除親洽外，若 2 天未收到回覆，請來電確認。電話 07-7172930 轉 1751，傳真 07-725-1151 或 711-1980 地址:高雄市苓雅區和平一路 116 號成教中心(教育大樓一樓) e-mail: s2560@nknu.edu.tw
 - 七、**報名結果通知：107 年 9 月 20 日公告**於本中心佈告欄與本校及本中心網站最新消息 (<http://c.nknu.edu.tw/adulteducenter/>)，並打電話與郵寄通知所有報名者。
 - 八、**其他：**除部分課程提供午餐，餘歡迎自行到學生餐廳用餐或自備飲食。
- （報名時需填報名表及健康狀況調查表，附於最後二頁，僅能選擇錄取一班）**

國立高雄師範大學成人教育研究中心辦理教育部補助 107 學年度

「樂齡大學：初階金華班」（週五補助班）課程表

一. 課程期程：一學年，上下二學期，每週五 9:00-11:50 及 13:30-16:30，參訪全天。

上學期：107 年 9 月 28 日至 108 年 1 月 11 日止，共 16 週次。

下學期：108 年 2 月 22 日至 108 年 6 月 28 日止，共 16 週次。

二. 上課地點：主要為綜合大樓三樓 4317 高齡專業教室（專業教室將另排）

(一)「金華班」上學期課表及上課日期：

● 第 1 週次 107/09/28 (週五)

時間	內容	講師
8:30-9:00	• 報到、環境介紹	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
9:00-10:00	• 開學典禮 • 樂齡大學上學去	• 吳連賞 校長/高師大地理系教授 • 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
10:00-11:50	• 認識我的好伙伴 • 學習的開始(含自我介紹、分組及幹部選舉)	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
11:50-13:30	• 共學共食的開始	
13:30-16:30	• 生命必修的功課(一)： 活出生命的光彩	• 何青蓉 教授/高師大成人教育研究所/美國威斯康辛大學繼續與職業教育哲學博士

● 第 2 週次 107/10/05 (週五)

時間	內容	講師
9:00-10:30	• 資源運用：參觀圖書資訊處	• 余遠澤 處長/高師大圖書資訊處/軟體工程與管理學系副教授
10:30-11:50	• 校園體驗：校園巡禮-和平校區	• 李澎蓉 老師/高師大師資培育與就業輔導處組長及兼任助理教授
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 老年生活好自在	• 蔡國彬 老師/麗文文化事業機構前總經理、高師大前總務長/高師大成人教育研究所碩士

● 第 3 週次 107/10/12 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 生命必修的功課(二)： 手牽手活得更快樂	• 何青蓉 教授/高師大成人教育研究所/美國威斯康辛大學繼續與職業教育哲學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 高齡者「行」的安全	• 黃麗萍 助理教授/高師大人知所兼任助理教授/高師大成教所博士

● 第 4 週次 107/10/19 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 老年家庭關係(一)： 當我退休了…家人忽然變得不一樣—家庭動力與情緒調適	• 蔡淑敏 助理教授/高雄第一科大兼任講師、文藻外語大學兼任/高師大成教所博士

11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 高齡者的終身學習	● 楊國德 教授/朝陽科大銀髮產業管理系/高師大成教所兼任教授/英國諾丁漢大學成教博士

- 第5週次 107/10/26 (週五) 8:00-18:00 旅遊學習：參訪國立台灣歷史博物館 (參訪交通車由本中心提供，餐飲、門票及DIY等參訪費用，由班級自費)

課程時程/主題/參觀重點	講師
<ul style="list-style-type: none"> ● 高師大園環集合(靠近教育大樓) ● 出發前往台灣歷史博物館 ● 參訪:台灣歷史博物館(含午餐) ● 出發返回高師大 	<ul style="list-style-type: none"> ● 余 嬪 教授/高師大成人教育研究所/紐約大學遊憩與休閒研究博士 ● 國立台灣歷史博物館講師

- 第6週次 107/11/02 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	<ul style="list-style-type: none"> ● 「食」在不安心:安全的飲食 ● 珍愛地球，環保生活 	<ul style="list-style-type: none"> ● 王逸筠 講師/慈心有機農業基金會 ● 郭惠玲 講師/慈心有機農業基金會
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 超高齡再就業頂尖國-日本挪威	● 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

- 第7週次 107/11/09 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 退休理財規劃(一)	● 楊秀菊 主任/高師大主計室/國立成功大學會計系學士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 高齡新產業-日本遺品處理公司	● 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

- 第8週次 107/11/16 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 健康體適能(一)：柔軟度	● 陳貞秀 組長/高師大衛生保健組、體育系講師/體育學院運動科學研究所碩士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 老年住處國際趨勢介紹	● 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

- 第9週次 107/11/23 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 健康心理學(一)：適應與心理健康	● 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士

11:50-13:30	午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	<ul style="list-style-type: none"> 性別教育：打開性別的眼睛(含子女姓氏選擇及財產平等繼承等) 	<ul style="list-style-type: none"> 王介言 總監/高雄市彩色頁女性願景協會/高雄市婦權會委員/前行政院婦權會委員/高師大成教所碩士

- 第10週次 107/11/30 (週五) 8:00-18:00 旅遊學習：在地文化懷舊創意—大樹休閒生活體驗 (參訪交通、餐飲、門票及DIY等費用，由班級自費)

內容	講師
<ul style="list-style-type: none"> 木炭窯、休閒農場(乳羊) 午餐：龍目社區鳳梨套餐 鳳梨蔭醬DIY 	<ul style="list-style-type: none"> 黃筱琦 老師/高師大語文教學中心華語教師、高師大成人教育研究所博士生

- 第11週次 107/12/07 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	<ul style="list-style-type: none"> 情緒調適 	<ul style="list-style-type: none"> 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
11:50-13:30	<ul style="list-style-type: none"> 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。 	
13:30-16:30	<ul style="list-style-type: none"> 生命關懷~臨終關懷 	<ul style="list-style-type: none"> 蔡麗鳳 總幹事/社團法人高雄市善護關愛協會

- 第12週次 107/12/14 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	<ul style="list-style-type: none"> 休閒生活方案規劃 	<ul style="list-style-type: none"> 鄂見智 助理教授/高師大通識中心兼任/高雄師範大學工教研究所博士
11:50-13:30	<ul style="list-style-type: none"> 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。 	
13:30-16:30	<ul style="list-style-type: none"> 健康心理學(二)：動機、挫折與調適 	<ul style="list-style-type: none"> 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士

- 第13週次 107/12/21 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	<ul style="list-style-type: none"> 生活回顧-台灣鹹酸甜 	<ul style="list-style-type: none"> 顏朱吟 助理教授/高師大通識中心兼任/高師大成人教育研究所博士
11:50-13:30	<ul style="list-style-type: none"> 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。 	
13:30-16:30	<ul style="list-style-type: none"> 老年家庭關係(二):當我老了...還沒有心如止水--愛情與婚姻關係的經營 	<ul style="list-style-type: none"> 蔡淑敏 助理教授/高雄第一科大兼任講師、文藻外語大學兼任/高師大成教所博士

- 第14週次 107/12/28 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	<ul style="list-style-type: none"> 投資咱的健康：生活護理 	<ul style="list-style-type: none"> 朱媛榕 護理師/高師大衛生保健組/高師大教育系生命教育碩士

11:50-13:30	午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 健康體適能(二)：心肺適能	• 陳貞秀 組長/高師大衛生保健組、體育系講師/體育學院運動科學研究所碩士

● 第 15 週次 108/01/04 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 生活法律(一)：財產分配、繼承、遺產稅、姓氏選擇及財產繼承等	• 蔡天助 助理教授/高師大通識教育中心/中山大學社會科學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 我的社會參與、班級帶領、學習經驗及終身學習 • 自主學習社團規劃與帶領	• 李美淑 小組長/高師樂齡大學結業 • 黃月櫻 社長/高師大玩創意樂齡社 • 倪泳實 社長/高師大百老匯樂齡社

● 第 16 週次 108/01/11 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 高齡者科技數位媒體的使用：製作學習紀錄影像光碟	• 林振欽 主任/高師大通識中心/高師大科學教育博士
11:50-13:30	• 期末餐會活動(班級自主規劃辦理)	
13:30-16:30	• 高齡者科技數位媒體的使用：行動 APP 活用術--帶著手機去旅行	• 陳怡瑄 老師/高師大「樂齡手機/平板班」講師、《跟著樂齡優良教師學 Line&FB》作者、教育部第三屆樂齡奉獻獎優良教師獎/高師大成教所碩士

(二)「金華班」下學期課表及上課日期：

課程期程自 108 年 2 月 22 日至 6 月 28 日止，共 16 週次，每週五之 9:00-11:50 及 13:30-16:30，參訪為全天。

(以下課表時間為暫排，正確時間將於寒假安排確定後，通知學員)

● 第 1 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-10:00	• 樂大返校日：第二學期開始	• 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
10:00-11:50	• 開學收心操：分享敘談	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
11:50-13:30	• 共學共食的開始	
13:30-16:30	• 生活中的點滴，數字說了什麼？	• 廖本煌 副校長/國立高雄師範大學數學系教授/美國德州大學奧斯汀分校數學博士

● 第 2 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 健康心理學(三)：壓力、焦慮與憂鬱	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前學生輔導中心主任/政治大學教育博士

11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。
13:30-16:30	● 從瑞士經驗推演高雄時 間銀行
	● 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

● 第3週次(週五)生態/文化旅遊學習：高雄都會公園及橋頭糖廠捷運之旅
(參訪交通、餐飲等費用，由班級自費)

時間	內容	講師
8:00-18:00	● 請準時到達「高雄都會公園」大門口集合，可搭捷運至都會公園站。 參訪內容：環境教育館影片欣賞、園區導覽解說、環境教育課程 ● 由教師帶領整團搭捷運往橋頭糖廠，用餐及參觀橋頭糖廠。在橋頭糖廠站解散	● 李澎蓉 老師/高師大師資培育與就業輔導處組長及兼任助理教授

● 第4週次(週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 健康體適能(三)：肌肉適能	● 陳貞秀 組長/高師大衛生保健組、體育系講師/體育學院運動科學研究所碩士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	老年家庭關係(三)：當我老了…還有成年子女要擔心—調適親子關係的衝突處理	● 蔡淑敏 助理教授/高雄科技大學、文藻外語大學、輔英科技大學/高師大成教所博士

● 第5週次(週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 美好生活-銀閃閃的生活	● 顏朱吟 助理教授/高師大通識中心兼任/高師大成人教育研究所博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	老年家庭關係(四)：當我老了…媳婦熬成婆--與姻親子女的互動	蔡淑敏 助理教授/高雄科技大學、文藻外語大學、輔英科技大學/高師大成教所博士

● 第6週次(週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 安全的休閒活動	● 鄂見智 助理教授/高師大通識中心兼任/高雄師範大學工教研究所博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 安寧療護與生存美學	● 許禮安 醫師/衛福部屏東醫院/張啟華文化藝術基金會執行長/台灣安寧緩和醫學學會、安寧照顧協會理事

● 第7週次(週五)

時間	內容	講師

9:00-11:50	• 投資咱的健康：日常照護	• 朱媛榕 護理師/高師大衛生保健組/高師大教育系生命教育碩士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 認識長照服務 (含認識失智症及憂鬱症)	• 張馨方 前高雄基督教醫院行政部主任

● 第 8 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 農業生物科技	• 王惠亮 副校長/高師大生物科技系教授/全國十大傑出農業專家/美國康乃爾大學植病學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 生活中的大數據	• 余遠澤 處長/高師大圖資處/軟體工程與管理學系教授

● 第 9 週次 (週五) 旅遊學習：燕巢校區自然生態參訪
(交通車由本中心提供，午餐自費)

時間	內容	講師
8:00-18:00	<ul style="list-style-type: none"> • 參觀校園：淨水池、泥火山池等等；校內館所：科技學院、高斯(理學院)大樓等等。 • 午餐：校園餐廳-歸燕食巢 • 參訪圖資中心、走訪校園 • 搭車返高師大 	<ul style="list-style-type: none"> • 羅柳墀 副教授/高師大地理學系/德國薩蘭大學生物地理學博士 • 花湘琪 組長/高師大圖書資訊處燕巢圖書館/英國萊斯特大學大眾傳播碩士

● 第 10 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 健康心理學(四)：正向心理與健康	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 退休理財規劃(二)	• 楊秀菊 主任/高師大主計室/國立成功大學會計系學士

● 第 11 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	• 壓力管理	• 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 高齡學習的社會價值	• 楊國德 教授/朝陽科大銀髮產業管理系/高師大成教所兼任教授/英國諾丁漢大學成教博士

● 第 12 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 社會參與—與友相伴、與老共舞	● 黃麗萍 助理教授/高師大人知所兼任助理教授/高師大成教所博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 高齡者科技數位媒體的使用：製作學習紀錄影像光碟	● 林振欽 主任/高師大通識中心/高師大科學教育博士

● 第 13 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 生命必修的功課(三)：老得好優雅	● 何青蓉 /高師大成人教育研究所教授/美國威斯康辛大學繼續與職業教育博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 歌唱樂活	王世哲 助理教授/高師大歌唱樂活班/唱片發片歌手/高雄大學兼任助理教授/高師大成教所博士

● 第 14 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 高齡者科技數位媒體的使用：健康 APP 活用術 (可帶智慧型手機或平板電腦)	● 陳怡瑄 老師/高師大「樂齡手機/平板班」講師、《跟著樂齡優良教師學 Line&FB》作者、教育部第三屆樂齡奉獻獎優良教師獎
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 看得見的音樂--音樂與視覺藝術的結合	● 李友文 教授/國立高雄師範大學音樂系/美國紐約哥倫比亞大學音樂教育博士

● 第 15 週次 (週五)

時間	內容	講師
9:00-11:50	● 終身學習與公民素養	● 韓必霽 副教授/高師大成人教育研究所/美國阿肯色大學人力資源發展教育博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 創意生活	● 余 嬪 教授/高師大成人教育研究所/紐約大學遊憩與休閒研究博士

● 第 16 週次 (本日為配合參訪單位時間及內容，訂為週四)

時間	內容	講師
8:00-11:50	● 生活法律(二)：高等法院高雄分院參觀	● 蔡天助 助理教授/高師大通識教育中心/中山大學社會科學博士

● 第 16 週次 107/06/22 (週五)

時間	內容	講師
9:00-12:00	班級研討	

12:00-13:30	• 期末餐會活動（班級自主規劃辦理）	
13:30-16:30	結業典禮：期待再相會、師長的鼓勵、學員學習成果心得發表(個人)及表演(小組)、頒獎、合影	<ul style="list-style-type: none"> • 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士 • 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心

國立高雄師範大學成人教育研究中心辦理教育部補助 107 學年度

「樂齡大學：初階金晶班」（週一補助班）課程表

一. 課程期程：一學年，上下二學期，每週一 9:00-11:50 及 13:30-16:30，參訪全天。
上學期：107 年 10 月 1 日至 108 年 1 月 21 日止，共 16 週次。

下學期：108 年 2 月 25 日至 108 年 6 月 10 日止，共 16 週次。

二. 上課地點：主要為綜合大樓三樓 4317 高齡專業教室（專業教室將另排）

(一)「金晶班」上學期課表及上課日期：

● 第 1 週次 107/10/01(週一)

時間	課程主題	講師簡介
8:30-9:00	• 報到、環境介紹	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
9:00-10:00	• 開學典禮：樂齡大學上學去	• 李百麟 主任/高師大成人教育研中心、成人教育研究所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
10:00-11:50	• 認識我的好伙伴 • 學習的開始(含自我介紹、分組及幹部選舉)	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
11:50-13:30	共學共食的開始	
13:30-16:30	• 媒體識讀： 看懂新聞「眉角」	• 陳妙欣/三立新聞南部新聞中心主任/高師大成人教育研究所碩士

● 第 2 週次 107/10/08(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 生活中的點滴，數字說了什麼？	• 廖本煌 副校長/國立高雄師範大學數學系教授/美國德州大學奧斯汀分校數學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 共同建構新一代台灣本土銀髮節目	• 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

● 第 3 週次 107/10/15(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 樂齡時尚—即使老，也要老得漂亮	姚村雄 教授/高師大藝術學院院長、進修學院院長、表演藝術碩士學程主任、藝術產業學士原住民班主任/雲林科技大學設計學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 家好月圓與性別平權	• 游美惠 教授/高師大性別教育研究所/美國猶他大學社會學博士

● 第4週次 107/10/22(週一)

9:00-11:50	高齡健康照護(一)高齡健康 照護資源：從健康到失能的社 會資源	• 程紋貞/ 輔英科技大學護理學院副院長/ 高師大成人教育研究所博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 人際關係與溝通(一)： 跟自己溝通，行銷自己!	• 陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智 慧財產權事務所/高雄科大通識中心兼任 助理教授/企訓及文創講師/高師大成人 教育研究所博士

● 第5週次 107/10/29(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 樂齡生命故事創作	• 余 嬪 教授/高師大成人教育研究所/紐 約大學遊憩與休閒研究博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 生活法律(一)：家庭與法 律	• 林雪娟 律師/和真法律事務所主持律師/ 台大法律系學士/高師大成教所碩士

● 第6週次 107/11/05(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 人際關係與溝通 (二)：青世代看熟世 代，我是逆齡族!	• 陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智慧 財產權事務所/高雄科大通識中心兼任助 理教授/企訓及文創講師/高師大成人教育 研究所博士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	● 多元文化探索： 美麗的相遇—從小教室看大 世界	• 黃筱琦 老師/高師大語文教學中心華語教 師、高師大成人教育研究所博士生

● 第7週次 107/11/12(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 高齡者運動模組(一) (請穿輕便衣著)	• 潘倩玉 主任/高師大體育室暨運動競技與產 業原住民專班、體育學系教授/美國印第安那 大學運動學系哲學博士
11:50-13:30	午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 人際關係與溝通(三)： 高齡人際的心理障礙，打開 心門!	• 陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智慧 財產權事務所/高雄科大通識中心兼任助理 教授/企訓及文創講師/高師大成人教育研 究所博士

● 第8週次 107/11/19(週一)

9:00-11:50	• 退休理財規劃(一)	• 楊秀菊 主任/高師大主計室/國立成功大 學會計系學士
11:50-13:30	● 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-	• 人際關係與溝通(四)：	陳素鳳策略管理顧問/天理國際法律智慧財產

16:30	形塑新魅力，創造新關係！ 我是個受歡迎的溝通高手！	權事務所/高雄科大通識中心兼任助理教授/企訓及文創講師/高師大成教育所博士
-------	------------------------------	---------------------------------------

- 第9週次 107/11/26(週一) 8:30-17:00 旅遊學習：觀光產業參訪「袋寶觀光工場」、「印藝無限設計打樣中心」及「台灣鞋故事館」
(參訪費用:交通、DIY及午餐等班級自費)

講師：李嘉莉 助理教授/高師大成教所碩士、屏東大學國教所博士

時間/內容

- 參訪袋寶觀光工場、參訪高雄印藝無限設計打樣中心
- 午餐在勞工公園週邊商圈用餐
- 參訪小巷子裡的大夢想~「台灣鞋故事館」

- 第10週次 107/12/03(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 生活法律(二):法院參訪:法庭及訴訟程序之運作實務要	● 林雪娟 律師/和真法律事務所主持律師/台大法律系學士/高師大成教所碩士
11:50-13:30	● 午間時間:歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食,教室可休息。	
13:30-16:30	● 樂在失智-奧地利、丹麥、挪威	● 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

- 第11週次 107/12/10(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 高齡者運動模組(二) (請穿輕便衣著)	● 潘倩玉 主任/高師大體育室暨運動競技與產業原住民專班、體育學系教授/美國印第安那大學運動學系哲學博士
11:50-13:30	● 午間時間:歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食,教室可休息。	
13:30-16:30	● 生活法律(三):生活意外事故與法律	● 林雪娟 律師/和真法律事務所主持律師/台大法律系學士/高師大成教所碩士

- 第12週次 107/12/17(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 記憶力促進	● 李百麟 主任/高師大成教中心、成教所教授兼所長/美國德州理工大學教育心理哲學博士
11:50-13:30	● 午間時間:歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食,教室可休息。	
13:30-16:30	● 我的社會參與、班級帶領、學習經驗及終身學習 ● 自主學習社團規劃與帶領	● 曾祥政 班長/高師樂齡大學結業 ● 黃月櫻 社長/高師大玩創意樂齡社 ● 倪泳實 社長/高師大百老匯樂齡社

- 第13週次 107/12/24(週一) 8:00-18:00

旅遊學習:參訪農業委員會高雄區農業改良場(交通車由本中心提供,午餐自費)

時間	課程主題	講師
8:00-18:00	參訪高雄區農業改良場 主題:簡介、陳列館、可可田、果園草生栽培及花卉DIY	● 李百麟 教授/高師大成人教育研究所 ● 林勇信 副研究員/行政院農委會高雄區農業改良場

● 第 14 週次 108/01/07(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 高齡健康照護(二)老年症候群：高齡防跌、失禁預防、高齡整合門診	• 程紋貞 副院長/輔英科技大學護理學院/高師大成人教育研究所博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 生活法律 (四)：銀髮生活常見債權債務關係與糾紛預防	林雪娟 律師/和真法律事務所主持律師/台大法律系學士/高師大成教所碩士

● 第 15 週次 108/01/14(週一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 媒體識讀：新媒體時代如何辨別新聞真偽	• 徐碧蓮 老師/樂老學文創大業總監/前中國電視公司新聞部特派員/高師大「樂齡主播營」講師
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 媒體識讀： 1. 藏在 Line 裡的故事--社群媒體臉書、LINE、網路媒體的使用 2. 人人都可當公民記者	• 郭姝君/中國廣播公司高雄台新聞主播、節目主持人/高師大成教所碩士

● 第 16 週次 108/01/21(週一)

9:00-11:50	• 生活法律 (五)：繼承法律	• 林雪娟 律師/和真法律事務所主持律師/台大法律系學士/高師大成教所碩士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	高齡健康照護(三) • 認識安寧共同照護	• 劉子云 專科護理師/高雄醫學大學附設中和醫院安寧病房

(二)「金晶班」下學期課表及上課日期：

課程期程自 108 年 2 月 25 日至 6 月 10 日止，共 16 週次。上課時間：等，每週一之 9:00-11:50 及 13:30-16:30，參訪為全天。

(以下課表時間為暫排，正確時間將於寒假安排確定後，通知學員)

● 第 1 週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-10:00	• 樂大返校日：第二學期開始	• 李百麟 教授/高師大成教所所長、成教中心主任/美國德州理工大學教育心理博士
10:00-11:50	• 開學收心操：分享敘談	• 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心/高師大教育系生命教育碩士
11:50-13:30	• 共學共食的開始	
13:30-16:30	• 愛護老仙腳-各國老人足部預防照顧	• 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

● 第 2 週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 聲音好好玩： 1. 認識自己的聲音 2. 聲音表演	• 翁碧蓮 老師/好事聯播網港都電台節目副總經理、電台網路 app 召集人

11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。
13:30-16:30	• 輔具新世界-以色列、挪威、芬蘭 • 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公共電視台記者/高師大成教所博士

● 第3週次(星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 健康心理學(一):適應與心理健康	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 逆齡社會新趨勢：(一)重新認識逆齡族的美麗境界	• 陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智慧財產權事務所/高雄科大通識中心兼任助理教授/企訓及文創講師/高師大成人教育研究所博士

● 第4週次(星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 高齡者運動模組(三) (請穿輕便衣著)	• 潘倩玉 主任/高師大體育室暨運動競技與產業原住民專班、體育學系教授/美國印第安那大學運動學系哲學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 逆齡社會新趨勢：(二)重新看見逆齡族的爆發能量	• 陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智慧財產權事務所/高雄科大通識中心兼任助理教授/企訓及文創講師/高師大成人教育研究所博士

● 第5週次(星期一) 8:00-18:00 旅遊學習:燕巢校區參訪暨代間學習活動
(交通車由本中心提供，午餐自費)

課程主題	講師簡介
<ul style="list-style-type: none"> • 校園圓環集合(靠教育大樓)，準時出發 • 參觀校園：淨水池、泥火山池等等；校內館所：科技學院、高斯(理學院)大樓等等。 • 午餐：校園餐廳-歸燕食巢 • 代間共學活動：與燕巢校區大學部學互動共學 • 參訪圖資中心、走訪校園 • 搭車返高師大 	<ul style="list-style-type: none"> • 王冠智 老師/高師大圖書資訊處企劃推廣組組員/臺灣大學政治系學士、圖書資訊學研究所碩士 • 花湘琪 組長/高師大圖書資訊處燕巢圖書館/英國萊斯特大學大眾傳播碩士

● 第6週次(星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 退休理財規劃(二)	• 楊秀菊 主任/高師大主計室/國立成功大學會計系學士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 逆齡社會新趨勢：(三)重新盤點逆齡族的橘色商機	陳素鳳 策略管理顧問/天理國際法律智慧財產權事務所/高雄科大通識中心兼任助理教授/企訓及文創講師/高師大成教所博士

● 第7週次(星期一)

時間	課程主題	講師簡介
----	------	------

9:00-11:50	• 高齡者運動模組(四) (請穿輕便衣著)	• 潘倩玉 主任/高師大體育室暨運動競技與產業原住民專班、體育學系教授/美國印第安那大學運動學系哲學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 健康心理學(二)：動機、挫折與調適	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士

● 第8週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 認知促進	• 李百麟 教授/高師大成教所所長、成教中心主任/美國德州理工大學教育心理博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 健康心理學(三)：壓力、焦慮與憂鬱	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士

● 第9週次 (星期一)8:00-18:00 生態/文化旅遊學習:高雄都會公園及橋頭糖廠捷運之旅(參訪交通、餐飲，由班級自費)

時間	內容	講師
8:00-18:00	<ul style="list-style-type: none"> 請準時到達「高雄都會公園」大門口集合，可搭捷運至都會公園站。 參訪內容：環境教育館影片欣賞、園區導覽解說、環境教育課程 由教師帶領整團搭捷運往橋頭糖廠，用餐及參觀橋頭糖廠。 午餐：橋頭糖廠周邊美食街 	• 李百麟 教授/高師大成教所所長、成教中心主任/美國德州理工大學教育心理博士

● 第10週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 媒體識讀：看懂新聞的真相-當個聰明的閱聽眾	• 徐碧蓮 老師/樂老學文創大業總監/前中國電視公司新聞部特派員/高師大「樂齡主播營」講師
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 健康心理學(四)：正向心理與健康	• 吳松林 副教授/高師大教育學系、前任學生輔導中心主任/政治大學教育博士

● 第11週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 生死一線牽：超越失落的關係重建(一)	• 張淑美 教授/高雄師範大學教育學系暨生命教育碩士班/高師大教育學博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 流轉弦上音-伴我樂活琴	• 林一鳳 老師/曾任高雄市國樂團團長/中鋼等單位二胡專業教師/台灣藝術專科學校國樂科/南華大學美學與藝術管理研究所碩士

● 第12週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-	• 老年住處國際趨勢介紹	• 周傳久 助理教授/高師大高齡學程兼任/公

11:50		共電視台記者/高師大成教所博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 認識長照服務 (含認識失智症及憂鬱症)	• 張馨方 前高雄基督教醫院行政部主任

● 第13週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 閱讀經典與公民素養	• 韓必霽 副教授/高師大成人教育研究所/美國阿肯色大學人力資源發展教育博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 歌唱樂活	• 王世哲 老師/高師大歌唱樂活班/唱片發片歌手/高雄大學兼任助理教授/高師大成教所博士

● 第14週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 創意生活	• 余 嬪 教授/高師大成人教育研究所/紐約大學遊憩與休閒研究博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 生死一線牽：超越失落的關係重建(二)	• 張淑美 教授/高雄師範大學教育學系暨生命教育碩士班/高師大教育學博士

● 第15週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	• 語言與文化	• 謝奇懿 副教授/高師大華語文教學研究所/國立臺灣師範大學國文學系博士
11:50-13:30	• 午間時間：歡迎自行到校園餐廳用餐或自備飲食，教室可休息。	
13:30-16:30	• 看得見的音樂--音樂與視覺藝術的結合	• 李友文 教授/國立高雄師範大學音樂系/美國紐約哥倫比亞大學音樂教育博士

● 第16週次 (星期一)

時間	課程主題	講師簡介
9:00-11:50	● 高齡學習的社會價值	• 楊國德 教授/朝陽科大銀髮產業管理系/高師大成教所兼任教授/英國諾丁漢大學成教博士
11:50-13:30	• 結業餐會活動 (班級自主規劃辦理)	
13:30-16:30	• 結業典禮：期待再相會、師長的鼓勵、學員學習成果心得發表(每人)及表演(各組)、頒獎、合影。	• 李百麟 主任/高師大成人教育研究主任兼成人教育研究所教授兼所長 • 李玉蘭 方案管理師/高師大成教中心

(報名時需填報名表及健康狀況調查表，僅能錄取一班)

報名繳交文件：一

國立高雄師範大學成人教育研究中心
辦理教育部補助 107 學年度

樂齡大學：初階金華班 (週五補助班)

樂齡大學：初階金晶班 (週一補助班)

報名表

姓名：	報名班別，請務必勾選，須確定，錄取後不再更改。
性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	1. 以下請勾選一項為班級第一志願(必選) <input type="checkbox"/> 樂齡大學：初階金華班 (週五上課一天) <input type="checkbox"/> 樂齡大學：初階金晶班 (週一上課一天)
身分證字號：(參加保險用)	2. 以下請勾選一項為班級第二志願(可自由選) <input type="checkbox"/> 若初階金華班未錄取，將以初階金晶班為第二志願 <input type="checkbox"/> 若初階金晶班未錄取，將以初階金華班為第二志願
生日：____年____月____日	身分： <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 低或中低收入者(優惠雜費 2000 元,須區公所證明)
電話 / 地址 / e-mail / 膳食 / 緊急聯絡人	● 本人電話：_____ 手機：_____ ● 地址：_____ ● e-mail：_____ ● 膳食習慣： <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 素食 ● 緊急聯絡人姓名_____電話：_____
參加動機或期望(可複選)	<input type="checkbox"/> 對人生有新的探求 <input type="checkbox"/> 結交朋友、拓展生活圈 <input type="checkbox"/> 終身學習，增廣見聞 <input type="checkbox"/> 為享當學生的樂趣 <input type="checkbox"/> 家(友)人的鼓勵與支持 <input type="checkbox"/> 基於社會服務再學習 <input type="checkbox"/> 對課程內容感興趣 <input type="checkbox"/> 其他：_____
經歷：現職 / 志工 / 社團 / 社會參與	<input type="checkbox"/> 目前在職，服務單位及職稱_____ 以前的工作經歷(驗)及職稱_____ <input type="checkbox"/> 已經退休，工作經歷及職稱_____ <input type="checkbox"/> 現在/曾經擔任志工的單位_____ <input type="checkbox"/> 現在/曾經參與社團的經歷_____ <input type="checkbox"/> 其他社會參與經歷_____
學歷	<input type="checkbox"/> 識字 <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職 <input type="checkbox"/> 大專(學) <input type="checkbox"/> 碩士 <input type="checkbox"/> 博士
訊息管道	<input type="checkbox"/> 文宣海報 <input type="checkbox"/> 網路 <input type="checkbox"/> 親朋好友 <input type="checkbox"/> 電視報紙 <input type="checkbox"/> 其他_____

(下頁「健康狀況調查表」也要填寫)

國立高雄師範大學成人教育研究中心辦理教育部補助辦理
107 學年度「樂齡大學：初階金華班」、「樂齡大學：初階金晶班」
補助班學員健康狀況調查表

本活動在校園內進行，為確保活動期間您的安全，我們希望對您的健康狀況多一點了解及參考。請確實填寫本調查表，內容我們絕對保密，謝謝合作!

姓名：	性別：	年齡：	歲
1.請自評您的健康狀況	<input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 不滿意 <input type="checkbox"/> 差		
2.指定之醫療院所	<input type="checkbox"/> 有：_____ <input type="checkbox"/> 無		
3.您是否有規律運動的習慣？	<input type="checkbox"/> 是，您的運動是：_____ <input type="checkbox"/> 慢跑 <input type="checkbox"/> 游泳 <input type="checkbox"/> 健走 <input type="checkbox"/> 球類運動 <input type="checkbox"/> 瑜珈 <input type="checkbox"/> 養生操 其他：_____ <input type="checkbox"/> 否，原因：_____		
4.您最近一年內曾否住院過？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
5.您是否需要定期服用藥物？	<input type="checkbox"/> 是，目前服用的藥物為：_____ <input type="checkbox"/> 否		
6.您是否曾接受過外科手術？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
7.您目前是否有以下健康狀況？	<input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 心臟病 <input type="checkbox"/> 中風 <input type="checkbox"/> 心悸 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 下背痛 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 眼疾 <input type="checkbox"/> 腰椎疾病 <input type="checkbox"/> 無法久站 <input type="checkbox"/> 退化性關節炎 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 無		

本人同意健康狀況調查表內容作為「樂齡大學」課程健康評估之依據，所填答內容本人已確認無誤，也認為自己的健康情形適宜參加本次活動。（填寫好以上資料，閱讀並同意注意事項後，請於下方簽署）

參加者親自簽名：_____ 日期： 年 月 日