

113 年度第 33 期（下學期）

長青學苑

報 名 簡 章

- 授課時間：113 年 7 月 15 日～ 10 月 6 日，每週一至週日。
- 授課地點：各鄉市長青(老人)活動中心、縣府電腦教室。
- 授課對象：50 歲以上之本縣民眾。
- 報名方式：採自由報名(附上身份證正反面影本)，55 歲以上戶籍設在本縣之

縣民，未滿 55 歲之民眾需繳交報名費 500 元。

- 報名時間：即日起至 7 月 12 日止(上班時間)。
- 領表地點：社團法人澎湖縣照顧服務協會
- 報名地點：社團法人澎湖縣照顧服務協會(馬公市介壽路 7 -1 號 觀音亭旁)
- 洽詢電話：06-9261472、06-9274927#205 洪小姐
- 相關規定：

1. 共開 7 大類課程，共計 27 班，每週上課一次。
2. 部分課程須負擔材料費：拼貼藝品 DIY 班(湖西)400 元、碟古巴特 DIY 班(湖西)400 元、環保藝品 DIY 班(白沙)400 元、樂活人生創意繪畫進階班 300 元、手工拼布班(馬公)700 元、書法 II 班 200 元。
3. 國畫班請自備水彩筆、國畫專用毛筆、硯台、桌面墊布、洗筆桶、墨汁。
4. 書法班請自備專用毛筆、硯台、桌面墊布、洗筆桶、墨汁，報名滿(30 人)為止。
5. 肌肉有養班及肌肉伸展(瑜珈)班請自備瑜珈墊報名滿(38 人)為止。
6. 各區域每班招生滿 20 人即開班授課。
7. 電腦班報名額滿(25 人)為止、拼貼藝品 DIY 班報名滿(20 人)為止。
8. 為響應環保，請自備飲用水以及維護使用之場地整潔。
9. 如遇公告颱風假當天將不用上課，補課時間將會另行通知。

課 程 簡 介

編號	課程名稱	講師	課程內容概要
----	------	----	--------

1	電腦網路應用班	涂雅鈴	個人部落格設計發行，數位相機使用介紹(相片剪輯、修飾、合成、影像處理、海報製作、相框、美術字等)
2	電腦行動網進階班	涂雅鈴	針對長者對現有的 3D 產品，如 ipad 、智慧型手機、電腦等，如何使用及連結活用。
3	資訊創意班(白沙)	楊美秀	資訊化時代，了解平板電腦與智慧型手機操作方式，超實用 APP 教學，讓您簡單學習，了解更有趣更生活化的資訊。
4	電腦應用班(望安)	李佳龍	數位相機使用介紹(相片剪輯、修飾、合成、影像處理、相框、美術字等) 日常生活多方位應用課程
5	平板電腦初階班(七美)	呂汶駿	資訊化時代，了解平板電腦與智慧型手機操作方式，超實用 APP 教學，讓您簡單學習，了解更有趣更生活化的資訊。
6	日文生活應用班	葉美珍	基本日常生活會話、旅遊觀光用語，以後到日本旅遊不求人囉!!
7	書法Ⅱ班	陳生步	1. 前半課程：現代書藝習作-表現筆墨之外的意趣，讓生活感受真實反應在作品之中。2. 後半課程：行書-米芾、蜀素帖-用筆不拘一法，收放自如。結體偏縱長傾側，表現靈動。
8	國畫Ⅱ班	林長春	傳統的國畫也可以是色彩豐富的創作，運用墨的濃淡、色彩的深淺，勾勒出令人嚮往的仙境。
9	樂活人生創意繪畫進階班	范光男	透過多樣化彩繪方式表現美感，將生活點滴紀錄下來，成為繪本紀錄，鼓勵學員創作中學習對生活的熱情。
10	素描Ⅱ班	呂添德	素描乃繪畫之入門必修科目。學素描，可訓練我們對物體的光暗，立體，空間，質感，構圖的表現
11	剪紙Ⅱ班	王正統	傳統剪紙工藝不再只是貼貼窗戶，更是充滿濃濃懷舊情懷的藝術。
12	手工拼布Ⅱ班	陳淑姬	利用不用的布料自己裁剪，創造出屬於自己的作品，讓初學者也能輕鬆學會怎麼創作出屬於獨一無二的作品。
13	拼貼藝品 DIY 班(湖西)	林春滿	將美麗圖型剪裁，拼貼裝飾于家飾物品或家具上，展現出創意設計的裝飾藝術。
14	蝶古巴特 DIY 班(湖西)		
15	環保藝品 DIY 班(白沙)	林春滿	環保一條心，珍惜資源，用創意讓物品創作出美麗的物品。
16	藝品創作班	許全勝	利用葫蘆及烙筆技巧，加以彩繪變化，創造屬於自己的手作物品喔。
17	養生經絡Ⅱ班	吳啟明	經絡穴道探討、調理身體改善呼吸調理，讓身體更有活力。
18	社交舞進階班	歐修信	跳舞是人際互動的最佳橋樑，也是完美體態的雕塑。
19	肌肉伸展(瑜珈)班	黃春梅	提供一個長者輕鬆學習肢體延伸與音樂的搭配舞蹈，增加身體平衡與反應能力延緩因歲月帶來萎縮，動一動身體更有活力。
20	肌肉有氧班		
21	陶笛進階班-鎗笛	王旻偉	外型輕巧可愛、攜帶方便、指法簡單，只需要一點點氣就可吹出簡單的音律，再經過短暫練習，就可以吹出自己喜愛的歌曲。
22	卡拉 OK 歡唱班(西嶼)	薛宛真	與老朋友們同聚會共享哼唱唱的樂趣，一起來做伙吧!!
23	美容技藝班	陳麗如	利用毛巾健康操、臉部刮痧等技巧，是男女咸宜的課程喔。
24	在地特色美食班(湖西)	林春滿	利用在地特有的食材，做出色香味俱全的美食，讓長者重溫回味古早味。
25	養生飲食調理班(白沙)	楊美秀	預防養生、增強自我免疫力，除了可以分享給家人養生概念強化全家健康也可自我保健。
26	海洋教育講座(湖西)	陳瑞慶	讓我們了解海洋資源是要如何的保存及愛護並保有現有的資源。
27	生活消費與法律講座(湖西)	林春滿	金融消費與交通安全停看聽，方能保護自己安全避免危險。

	西)		
--	----	--	--

課 程 表

澎湖縣第 33 期(下學期)長青學苑報名表

姓 名		性 別	☐ 男 ☐ 女 學歷 ☐ 不識字 ☐ 國小 ☐ 國中 ☐ 高中 ☐ 專科以上
出 生 年 月 日	年 月 日 (歲)		
聯 絡 電 話 (家中/手機)	(請詳實填寫以免遇臨時異動課程無法通知)		
居 住 地 址			
(一) 電腦資訊類 ☐ 1. 電腦網路應用班-馬公 ☐ 2. 電腦行動網進階班-馬公 ☐ 3. 資訊創意班-白沙 ☐ 4. 電腦應用班-望安 ☐ 5. 平板電腦初階班-七美 (二) 語文應用類 ☐ 6. 日文生活應用班-馬公 (三) 藝術創作類 ☐ 7. 書法Ⅱ班-馬公 ☐ 8. 國畫Ⅱ班-馬公 ☐ 9. 樂活人生彩繪畫-馬公 ☐ 10. 素描Ⅱ班-馬公 ☐ 11. 剪紙Ⅱ班-馬公 ☐ 12. 手工拼布班-馬公 ☐ 13. 拼貼藝品DIY班-湖西 ☐ 14. 蝶古巴特DIY班-湖西 ☐ 15. 環保藝品DIY班-白沙 ☐ 16. 藝品創作班-馬公 (四) 運動養生類 ☐ 17. 養生經絡Ⅱ班-馬公 (五) 舞蹈類 ☐ 18. 社交舞進階班-馬公 ☐ 19. 肌肉伸展(瑜珈)班-馬公 ☐ 20. 肌肉有氧班-馬公		(六) 音樂藝術類 ☐ 21. 陶笛進階班-馬公 ☐ 22. 卡拉OK歡唱班-西嶼 (七) 健康保健類 ☐ 23. 美容技藝班-馬公 ☐ 24. 在地特色美食班-湖西 ☐ 25. 養生飲食調理班-白沙 ☐ 26. 海洋教育講座-湖西 ☐ 27. 生活消費與法律-湖西	
		正面影本黏貼	
		背面影本黏貼處	
		本報名表請於 113 年 7 月 12 日前繳交 澎湖縣照顧服務協會(觀音亭旁)	