



# 桃園市樂活領航教育學會聯合招生簡章

## 長青.樂齡.成長.樂活110-1聯合招生

主辦單位：桃園市樂活領航教育學會

指導單位：教育部、桃園市政府

◎學會網站：<http://www.zlhe.org.tw/zlhe/>

正確版 N05

協辦單位：中壢區公所、衛生所、戶政事務所、署立桃園醫院、天晟醫院、桃園市崇德常青會、光明.舊明.普強.自立.自強.永光.龍昌.文化等...里。

開學典禮：110年2月19日(五)上午09:00-11:00

桃園市南區老人文康中心：桃園市中壢區林森路90號

正式上課日期：110年2月22日(星期一)起至6月中旬(有開成課，則不會另行通知)



### 報名地點

1. 桃園市樂活領航教育學會辦公室 (中壢區永樂路21號) 電話: 426-6211
2. 桃園市南區老人文康中心 (中壢區林森路90號) 電話: 426-6212  
★南區報名時間星期二、三上午10:00~11:00 文康中心二樓 鍾耀輝志工
3. 美姿服飾店(和平市場) (平鎮區莒光路62號) 電話: 459-6588
4. 自強集會所每星期三早上08:30報名: 中壢區強國路62號 電話: 0920-108462

## 桃園市長青領航大學第110-1期招生簡章

1. 每班課程達24小時，總計14堂課(不包含開學、結業、共同科目、戶外教學)
2. 滿65歲(45年以前出生)、滿55歲(55年以前出生)。(優先錄取60歲以上)
3. 殘障、原住民、低收入可依65歲以上繳費(但須滿55歲)★未滿55歲不需繳報名費。
4. 報名長青的班級，於開學後只能轉班不能退班 5. 報名時攜帶文件：報名時請出示市民卡及身份證正本或影本

序	課編	星期	課程名稱	時數/次	老師	上課地點
1	B11	1上	日文會話基礎 2 快樂學(含教唱日文歌)	2小時/14	蔡振成	學會 3F
2	B12	1上	快樂跳排舞 09:00-11:00	2小時/14	陳美婷	北勢活動中心
3	B13	1上	長青領航國樂社中級 08:10-10:00	2小時/14	曾武星	南區 2F
4	B14	1上	二胡中級五 10:00-12:00	2小時/14	曾武星	南區 2F
5	B15	1上	中草藥與藥膳 10:10-12:00	2小時/14	鄭萬樑	南區 2F
6	BH16	1上	★PPT 生活簡報 09:00-11:30	2.5小時/14	呂秀鈴	學會 2F
7	B17	1下	★好歌大家唱(國.台) 13:00-14:50	2小時/14	曾明珠	南區 2F
8	B18	1下	流行拉丁排舞 14:00-16:00	2小時/14	陳美婷	義興里集會所
9	BH19	1下	網頁設計暨架站實務 13:30-16:00	2.5小時/14	徐福郎	學會 2F
10	BB21	2上	悠遊山林健康 GO. GO. GO 戶外 8 堂課	6小時/8	鄒貴松	戶外
44	BB22	2上	輕鬆快樂趴趴走 B 額滿 戶外 8 堂課	6小時/8	鄒貴松	戶外
12	B23	2下	我的廚藝英文(初級六) 14:00-16:00	2小時/14	許惠蘭	學會 4F
13	B24	2下	★家庭園藝幸福芬多精 14:00-16:00	2小時/14	陳清鈺	學會 3F
14	B31	3上	英語會話初級班 09:00-11:00	2小時/14	林美智	學會 3F
15	BB32	3上	休閒健康趴趴 GO 戶外 8 堂課	6小時/8	鄒貴松	戶外
46	BB33	3上	知性采風額滿 08:10-10:00	14 堂課	黃宗富	南區 2F
17	B34	3下	我的渡假英文 2(初級三) 13:00-14:50	2小時/14	許惠蘭	南區 2F
18	B35	3下	★社交舞八步 14:00-16:00	2小時/14	寶妮(黃琦惠)	文化里集會所
19	B36	3下	日語歌曲歡樂教唱 14:00-16:00	2小時/14	劉茂松	康樂路 2F
20	B37	3下	經絡養生與食療保健 14:00-16:00	2小時/14	張國忠	學會 3F
21	B41	4上	★快樂歌唱班 09:00-11:00	2小時/14	蕭佩茹	平鎮公民會館
22	B42	4上	旅遊英文-異國風情文化篇(中級三)	2小時/14	許惠蘭	學會 4F
23	B43	4上	日本歌謠. 演歌. 新歌教唱 09:00-11:00	2小時/14	劉茂松	康樂路 2F
24	BB44	4上	輕鬆快樂 PaPago A 戶外 8 堂課	6小時/8	林育森	戶外
25	BB45	4上	快樂戶外趴趴走(額滿) 戶外 8 堂課	6小時/8	曾揚道	戶外
26	B46	4下	旅遊英文-食衣住行英語通(中級七)	2小時/14	許惠蘭	學會 4F
27	B47	4下	日文輕鬆學初階 3 13:00-14:50	2小時/14	宋素媛	南區 2F
28	BB48	4下	★樂活健康行 15:10-16:30	2小時/14	劉邦鉅	南區 2F
29	B51	5上	生活旅遊會話班 09:00-11:00	2小時/14	林美智	學會 3F
30	B52	5上	社交舞-探戈 10:10-12:00	2小時/14	張湘玲	南區 3F
31	B53	5上	佛教的生活 09:50-11:35	2小時/14	釋銘空	松鶴會館
32	BH54	5上	★電腦故障排除 09:00-11:30	2.5小時/14	何民傑	學會 2F
33	BB55	5上	★520 健康行 戶外 8 堂課	2小時/14	劉邦鉅	戶外
34	B56	5下	理財規劃(股票、基金、外匯)	2小時/14	丁允任	學會 3F
35	BB61	6上	假日逗陣趴趴走 戶外 8 堂課	6小時/8	曾煥淦	戶外

# 110-1 長青.樂齡.成長.樂活上課時間.地點

一. 上午上課時間 09:00-11:00 · 下午 14:00-16:00 · 晚上 7 點-9 點

二. 電腦上課 2.5 小時 上午 09:00-11:30 · 下午 13:30-16:00

## 上課時間

1. 光明里集會所 : 中壢區新明路 223 號
2. 新天地游泳池 : 中壢區普強里
3. 自強市民活動中心 : 中壢區強國路 62 號
4. 文化里活動中心 : 中壢區長春三路 2 號
5. 平鎮廣隆社區 : 平鎮復興里育達路二段 94 號
6. 義興市民活動中心 : 平鎮區義興街 80 號
7. 平鎮公民會館 : 平鎮區和平路 52 號
8. 普仁里集會所: 協同二街 8 號
9. 北勢市民活動中心 : 平鎮區振平街 153 號
10. 龍岡圖書館: 中壢區台貿一街 100 號
11. 龍安里集會所: 中壢區龍江路 99 號
12. 中壢公民會館: 中壢區中平路 113 號
13. 學會: 中壢區永樂路 21 號。
14. 康樂路: 中壢區康樂路 16 號
15. 南區: 中壢區林森路 90 號
16. 龍岡里市民活動中心龍岡路 3 段 742 號
17. 良益高爾夫練習場: 平鎮南平路 2 段 516 巷 136 號
18. 私立明巧室內網球場: 平鎮區德育路 2 段 329 號

正確版 N05

## 上課地點

# 110-1 成長樂活大學招生簡章

序	課編	星期	課程名稱	老師	上課地點
1	C11	1 上	愛笑~活力瑜珈 09:00-10:30	江有增	南區
2	C12	1 上	國畫花鳥 A 09:00-11:00	徐明義	康樂路 3F
3	C13	1 上	勁歌金曲國台語教唱 09:00-11:00	劉茂松	康樂路 2F
4	C14	1 上	舞動中東風情(肚皮舞) 09:00-11:00	謝美玉	學會 5F
5	CC15	1 上	★手機攝影拍拍樂 一堂室內一堂戶外 08:10-10:00	楊雅婷	南區 2F
6	CC16	4 上	寶島台灣健康行額滿 08:10-10:00	劉邦鉅	南區 2F
7	C17	1 下	生活日語中級 14:00-16:00	市川春樹	康樂路 2F
8	C18	1 下	旅遊英文趴趴 GO(中級八) 14:00-16:00	許惠蘭	學會 4F
9	C19	1 下	歡樂陶笛研修社 14:00-16:00	黃劍輝	康樂路 3F
11	C20	1 下	快樂學書法 13:00-14:50	羅錦松	南區 2F
10	C21	2 上	生活易經 09:00-11:00	姜滿雄	學會 3F
12	C22	2 上	滋養淨化心靈瑜珈 09:00-11:00	陳瑞琴	學會 5F
13	C23	2 上	國台語流行金曲教唱 09:00-11:00	劉茂松	康樂路 2F
14	C24	2 上	打造生活咖啡館-手沖咖啡 09:00-11:00	陳炳東	康樂路 3F
15	C25	2 上	國畫山水彩墨 08:10-10:00	黃哲夫	南區 2F
16	C26	2 下	★社交舞恰恰 14:00-16:00	張湘玲	廣隆社區平鎮育達路
17	C513	5 下	★社交舞探戈 14:00-16:00	劉玉潔	94 號
18	C27	2 下	樂活養生瑜珈 14:00-16:00	邱美宜	學會 5F
19	C28	2 下	快樂學日文中級一 14:00-16:00	宋素媛	康樂路 4F
21	C29	2 下	日文初級會話一 14:00-16:00	邱麗秋	康樂路 3F
22	C210	2 下	水墨山水畫 15:00-16:50	黃勝良	南區 2F
20	C211	2 下	★全方位排舞 14:00-16:00	陳美婷	光明集會所
23	CH212	2 下	活用手機網路與 Word 文書排版	孫秀容	學會 2F
24	C31	3 上	日語輕鬆學中階 3 09:00-11:00	宋素媛	康樂路 3F
25	C32	3 上	實用日語會話 09:00-11:00	伍秀珠	康樂路 2F
26	C33	3 上	★異國料理 09:00-11:30	李明倫	康樂路 1F
27	C34	3 上	輕鬆玩美瑜伽提斯 額滿 09:00-11:00	張曉娟	學會 5F
28	C35	3 上	太極導引養生初級一 08:10-10:00	陳健雄	南區 2F
29	C36	3 上	太極導引養生基礎入門 10:10-12:00	陳健雄	南區 2F
30	C37	3 上	★咖啡及烘焙點心 09:00-11:00	陳炳東蔡金葉	學會 4F
31	C38	3 上	拉丁窈窕熱舞 08:30-10:00	陳秀貞	自強集會所
32	C39	3 上	葫蘆絲吹奏中級 2 10:10-12:00	曾武星	南區 2F
33	CH310	3 上	卡拉 OK 字幕製作編輯 09:00-11:30	徐福郎	學會 2F
34	C311	3 下	★口琴之家基礎入門 14:00-16:00	林德明	中壢公民會館

# 110-1 成長樂活大學招生簡章

序	課編	星期	課程名稱	老師	上課地點
35	CH312	3 下	【威力導演】 13:30-16:00	呂秀鈴	學會 2F
36	CC313	3 上	★山林漫遊健康行 一堂室內一堂戶外 09:00-11:00	劉邦鉅	康樂路 3F
37	C41	4 上	日語輕鬆學中階 1 09:00-11:00	宋素媛	康樂路 3F
38	C42	4 上	活化腦力學英語-基礎班 09:00-11:00	林美智	學會 3F
39	C43	4 上	★基礎油畫班 08:10-10:00	陳國強	南區 2F
40	C44	4 上	★快樂烘焙趣 10 堂課 09:00-12:00	魏秀惠	康樂路 1F
41	C45	4 上	滋養淨化心靈瑜珈 09:00-11:00	陳瑞琴	學會 5F
42	C46	4 上	二胡初級三 08:10-10:00	曾武星	南區 2F
43	C47	4 上	二胡基礎 10:10-12:00	曾武星	南區 2F
44	C48	4 上	★帶球(可樂球)人生 09:00-11:00	尹沁	普仁里集會所
45	C49	4 下	活化腦力學英語-會話初級 2 14:00-16:00	林美智	學會 3F
46	C410	4 下	★手繪人物插畫表現 13:00-15:00	陸子靜	康樂路 2F
47	C411	4 下	★水彩畫入門 15:00-17:00	陸子靜	康樂路 2F
48	C412	4 下	家常好味道 13:30-15:30	劉菊蘭	康樂路 1F
49	C413	4 下	活力養生瑜珈 14:00-16:00	邱美宜	學會 5F
50	CC414	4 下	<del>美麗桃花源-鄉土導覽 A 額滿 15:30-16:30</del>	張麟華	南區 2F
51	C51	5 上	旅遊英文-異國風情文化篇(中級五)	許惠蘭	學會 4F
52	C52	5 上	太極導引養生初級 08:10-10:00	陳健雄	南區 2F
53	C53	5 上	太極導引養生初級 10:00-12:00	陳健雄	南區 2F
54	C54	5 上	薩克斯風流行金曲初級 09:00-11:00	陳和佑	康樂路 3F
55	C55	5 上	佛教儀軌系列 08:30-09:45	釋淨玄	松鶴會館
56	C56	5 上	★歌唱技巧快樂訓練班 10:10-12:00	蕭佩茹	南區 2F
57	C57	5 上	★社交舞三步吉魯巴 09:00-11:00	徐仁俊	龍岡活動中心
58	C58	5 下	★國畫花鳥 B 13:30-15:30	陳怡璇	康樂路 3F
59	C59	5 下	輕鬆學素描 13:00-15:00	許瑞月	康樂路 2F
60	C510	5 下	輕鬆學國畫 15:00-17:00	許瑞月	康樂路 2F
64	CC544	5 下	<del>美麗桃花源-鄉土導覽額滿 15:00-16:30</del>	張麟華	南區 2F
62	CH512	5 下	會聲會影影片剪輯 13:30-16:00	孫秀容	學會 2F
63	CH61	6 上	KTV 點歌系統建置 08:30-11:00	呂秀鈴	學會 2F
64	E11	1 晚	★塔羅牌 15 堂課 19:00-21:00	黃俊翰	康樂路 2F
65	E21	2 晚	古箏初級 12 堂課 19:00-20:00	時懋菁	真善美教室
66	E41	4 上	★網球(私立明巧室內網球) 08:00-10:00	邱仕友	平鎮區德育路 2 段 329 號
67	E42	4 下	★高爾夫 15 堂課 13:00-16:00	李華豪	平鎮良益高爾夫球場
68	E43	4 晚	★全方位司儀主持基礎入門 15 堂課	戴寶貴	康樂路 3F
69	E51	5 晚	觀光旅遊英語通(中級八) 15 堂課	許惠蘭	學會 4F
70	E61	6 上	★用手機記生活一堂室內一堂戶外 09:00-11:00	陳俊有	康樂路 2F

## ◎學員報名注意事項：

- 報名時攜帶文件：報名時需出示身份證正本或影本，並填寫詳細資料：  
姓名、身分證字號、出生年月日、電話、地址等相關資料。
- 具有身心殘障證明者、低收入戶持有證明者（學費七折優惠）、原住民持有證明文件者學費（八折優待）。
- 學費只能選擇一項優惠。55 歲以上及 65 歲以上學費已優惠（不得享有身心殘障、低收入戶、原住民的打折優惠）。
- 報名長青領航大學的班級，於開學日後只能轉班不能退班、不能保留。
- 樂齡.成長.樂活班-開學日起 7 日內退班扣學費 100 元(電腦班 200 元). 14 日內退班扣學費 200 元(電腦班 300 元)、15 日以上不受理退班。
- 學費依「學期」計，並非依堂數來計算。
- 自開課兩週內，可辦理轉班，但須憑繳費收據辦理，且壹次為限，轉班二次另收手續費 100 元，低價轉高價班需補足差額。
- 辦理保留-開學日後 14 日內，之後不予受理。"保留"學籍並不是保留原班(意即下學期可以轉其他班)下學期必須自行辦理復課手續。
- 如因人數不足，未能開班所繳費用全數退還，並請持收據於通知兩週內辦理。◎戶外課程，體力無法負荷者請勿報名

# 中壢區樂齡學習中心 110-1 招生課程

注意事項:中壢樂齡上 14 堂課程(不包含開學、結業、共同科目、戶外教學)

序	課編	星期	課程名稱	時間	老師	上課地點
1	A11	1 上	旅遊英文-異國風情文化篇(中級一)	09:00-11:00	許惠蘭	學會 4F
2	A12	1 下	日語會話進階 1 快樂學 (含教唱日文歌)	14:00-16:00	蔡振成	學會 3F
3	A13	1 上	讀書會〈隔周上課〉請假不超過 1 次退還保證金		葉麗華	龍岡圖書館
4	AA14	1 上	生態探索 GO. GO. GO (A) 戶外 8 堂課	6 小時/8	曾煥淦	戶外
5	A15	1 上	★樂活園藝基礎班	09:00-11:00	陳清鈺	中壢環北路 72 號號
6	A16	1 下	社交舞倫巴	13:00-14:50	張湘鈴	南區 3F
7	A17	1 下	熱門國台語歌曲教唱	13:30-15:30	蔡武生	自強集會所
8	A18	1 下	婆婆媽媽廚藝社	13:30-15:30	劉菊蘭	康樂路 1F
9	A19	1 下	國畫基礎素描	13:00-14:50	許瑞月	南區 2F
10	A110	1 下	國畫山水花鳥輕鬆學	15:00-16:50	許瑞月	南區 2F
11	A21	2 上	★書法揮毫基礎入門	09:00-11:00	羅錦松	普仁里集會所
12	A22	2 上	氣功五臟養生	10:10-12:00	林春吟	南區 2F
13	AA23	2 上	采風趣. 快樂行 戶外 8 堂課		吳進照	戶外
14	AA24	2 上	與自然做朋友(隔週戶外)(額滿)	10:00-12:00	黃宗富	南區 2F
15	AA25	2 上	文化導覽解說(隔週戶外)	10:00-12:00	張麟華	南區 2F
16	AH26	2 上	Powerpoint 遇見會聲會影	09:00-11:30	孫秀容	學會 2F
17	A27	2 下	歡樂熱舞帶動唱	15:00-16:50	邱橘喬	南區 3F
18	A28	2 下	天然手工皂及保養品 DIY	14:00-16:00	詹淑媛	康樂路 2F
19	A29	2 下	變廢為寶-舊衣改造藝術	15:00-16:50	游月秋	南區 2F
20	A31	3 上	★打擊樂(免自備)與電子琴需有基礎 樂器自備	10:00-12:00	林德明	中壢公民會館
21	A32	3 上	運動舞蹈	08:10-10:00	董台蘭	南區 3F
22	A33	3 上	多元創作舞初級	10:10-12:00	廖金蓮	南區 3F
23	AA34	3 上	視覺影像實用攝影(一堂室內一堂戶外)額滿	08:10-10:00	楊雅婷	南區 2F
24	A35	3 上	★食療與經絡養生	09:10-11:10	張國忠	龍江集會所
25	A36	3 下	社交舞恰恰	13:00-15:00	張湘鈴	南區 3F
26	A37	3 下	★日語基礎入門 (含教唱日文歌)	14:00-16:00	蔡振成	普仁里集會所
27	A41	4 上	活力四射排舞	09:00-11:00	陳美婷	光明集會所
28	A42	4 上	★西畫社-油畫組	10:00-12:00	陳國強	南區 2F
29	AH43	4 上	威力導演進階	09:00-11:30	呂秀鈴	學會 2F
30	A44	4 下	游泳運動初級~ 泳出幸福人生	14:00-16:00	楊木仁	新天地游泳池
31	A45	4 下	★舞力全開排舞	14:00-16:00	陳美婷	自強活動中心
32	A46	4 下	★紙與筆的交會	14:00-16:00	黃麗蕙 邱橘喬	康樂路 3F
33	AH47	4 下	活用手機《臉書》拓展人際關係	13:30-16:00	孫秀容	學會 2F
34	A51	5 上	12 孔中音陶笛初級	09:00-11:00	邱郁敏	康樂路 2F
35	A52	5 上	太極拳養生基礎	08:00-10:00	楊春香	南區 3F
36	A53	5 上	食療與經絡養生入門	08:00-10:00	張國忠	南區 2F
37	A54	5 上	西點烘焙 10 堂課	09:00-12:00	蔡金葉	康樂路 1F
38	AA55	5 上	生活采風 戶外 8 堂課		曾揚道	戶外
39	A56	5 下	我的生活英文(初級二)	14:00-16:00	許惠蘭	學會 4F
40	A57	5 下	★舞動人生排舞	13:00-14:50	陳美婷	南區 3F
41	A58	5 下	薩克斯風流行金曲進階	15:00-16:50	陳和佑	南區 3F
42	AA59	5 下	發現台灣鄉土之美(一堂室內一堂戶外)	15:00-16:30	林育森	南區 2F
43	A510	5 下	全方位司儀主持人培訓	13:00-14:50	戴寶貴	南區 2F
44	A511	5 下	★代間學習-禪繞藝術	13:30-15:30	邱橘喬	普仁國小中山東路
45	A512	5 下	★代間縫紉課 合作好快樂 10 堂課	13:30-15:30	游月秋	二段 425 號

