

國立臺南大學 114 學年度「樂齡大學－進階班」

課程招生簡章

一、開班宗旨：

教育部為全面強化高齡者之教育機會，落實高齡者追求健康、自主、快樂學習的願景，結合並開放各大學豐富之教學資源，希望各大學以多元創新的學習模式提出「樂齡大學」計畫，除增進高齡者終身學習的機會，更期許大學提供高齡者與大學生有學習互動平臺，促進世代交流。

本校位處素有文化古都之稱的臺南市，自民國前十三年創校迄今，不但具有百年歷史，更具有優質的生活環境；本校一向積極辦理各種進修研習與推廣教育服務，協助建立學習型社會，落實終身學習之理想，以及進行各種類型之社區服務與社會關懷活動；於此，本校於民國 100 年開始第一屆「樂齡大學」之招生，除善盡大學之社會職能，更積極扮演教化的角色與效能，以引導、學習、活化、轉化長者的智慧與健康，讓我國高齡族群者，能「樂活、悠活，活出健康的自我」。

本校已有辦理 14 屆樂齡大學計畫之經驗，為因應諸多高齡長者之需求，除繼續規劃辦理「第 15 屆樂齡大學計畫--初階班」一班外，再規畫「進階班」及「高階班」，讓本校前 14 屆樂齡大學學員可持續參與；初階班提供給未曾參加過樂齡大學之年長者參加、進階班則提供給參加過初階班學員參與、高階班提供給參加過初階班及進階班之學員參與，落實教育部期盼國內高齡長者能夠樂在學習、忘記年齡之目標。

本校辦理樂齡大學計畫，主要願景及目的如下：

- (一) 落實高齡者追求健康、自主、快樂學習的願景。
- (二) 以多元創新的學習模式，增進高齡者終身學習的機會。
- (三) 創造大學校園年輕學子與高齡者的互動平臺，促進代間交流。
- (四) 高齡者的學習將帶動家庭、社會的學習風潮，促進祥和的社會環境。
- (五) 讓優質的高等教育資源獲得充分的使用，並善盡社會服務之功能。



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

二、招生對象：

(一)年滿 55 歲以上之國民（民國 59 年 9 月 8 日前出生），身體健康情況良好（可行動不需扶持，無照護需求）。

(二)不限學歷。

(三)招生優先順序：

1. 第一優先：已上過本校樂齡大學初階班尚未參加過進階班或高階班者。
2. 第二優先：已上過本校樂齡大學初階班、進階班或高階班者。

三、招生名額：40 人。

四、上課費用：新臺幣 7,000 元/人（不含班費，班費視各班實際需求自行收取）。

五、報名：即日起開始報名至 114 年 6 月 30 日（一）下午 5 時止，方式如下：

(一)現場報名：親自或委託至本校教務處進修推廣組（文薈樓 1 樓）報名。
請攜帶以下資料

1. 報名表。
2. 健康狀況調查表。
3. 身分證或戶口名簿等符合資格之證明。

(二)網路報名：請至本校推廣教育資訊網

<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>

1. 以學員身分登入後進行課程報名。
2. 「健康狀況調查表」請於開學後傳真或郵寄至本校進修推廣組（傳真：06-2133809；地址：臺南市中西區樹林街二段 33 號）。

六、公開抽籤：依招生優先順序錄取，報名人數若超過招收名額，訂於 114 年 7 月 3 日（四）上午 9 時，於本校教務處進修推廣組辦公室前（文薈樓 1 樓中庭）公開抽籤（正取 40 名、備取 10 名）；結果公布於本校進修推廣組前，並於本校教務處進修推廣組網頁最新消息公告。

七、繳費：錄取名單公布後通知繳費，繳費期限至 114 年 7 月 15 日（二）上午 12 時整，如未繳費視同放棄，將由備取名單依序遞補，繳費方式如下：

- (一) ATM 轉帳：請依 E-MAIL 通知之轉帳帳號，以 ATM 方式辦理轉帳。
- (二) 至「本校推廣教育資訊網」列印繳費單，可至各超商門市、郵局或臺灣銀行繳款。
- (三) 現場繳費：每週一至週五 08:30-17:00，請親自（或委託）至本校教務處進修推廣組現場繳費。
- (四) 行動支付：請至「本校推廣教育資訊網」，登入後點選「繳費單查詢列印」，掃描台灣 Pay QRcode。



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

◆.....◆
八、退費標準：依據教育部頒布「專科以上學校推廣教育實施辦法」。

(一) 學員自報名繳費後至開班上課日前申請退費者，退還已繳費用之九成。

(二) 自開班上課之日起算未逾全期三分之一申請退費者(114年12月5日前)，退還已繳費用之半數。

(三) 開班上課時間已逾全期三分之一始申請退費者，不予退還。

九、公告開班：預定開課日前，於本校推廣教育資訊網公告開班事宜，並分別通知學員辦理報到。

十、上課時間：

(一) 114年9月8日起至115年6月26日止，每週一、五上午9-12時上課(上、下兩學期各18週；代間課程視課程時間另行通知)。

(二) 依課程規劃安排校外參訪。

十一、上課地點：預定本校文薈樓1樓教室。

十二、課程規劃：包含高齡相關課程、健康休閒課程、生活新知課程、學校特色課程、代間課程及校外參訪等計216小時豐富內容；第一學期課表暫訂如附件，第二學期課表將於115年1月提供。

十三、備註：

(一) 招生人數不滿25人，原則上不予開班，所繳交之費用無息退還。

(二) 缺課時數達十分之一(含)以上，恕不核發結業證明書。

(三) 推廣課程班，無法適用申請保留資格，亦不得辦理休學。

(四) 上課日如遇颱風、豪雨或其他天災，是否上課請依臺南市政府公告辦理。

(五) 本簡章如有未盡事宜，依相關法令規定辦理。

(六) 辦理單位：本校教務處進修推廣組

聯絡電話：(06)213-3111 轉 246-249 或(06)213-9993

傳真電話：(06)213-3809



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

國立臺南大學 114 學年度第 1 學期樂齡大學進階班課程

上課教室：J103

週次	日期	時間	科目名稱	授課老師	地點
1	9/8 (一)	9-10 時 10-12 時	【其他課程】 -課程及班務說明 【高齡相關課程】 -生命密碼（八字）認識自己 與人際	推廣組 李進成	啟明苑演講廳
	9/12 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -實用的抒壓養生講座	詹雅茹	啟明苑演講廳
2	9/15 (一)	9-12 時	【學校特色課程】 藝術設計與人生	邱宗成	啟明苑演講廳 (進高階合上)
	9/19 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -給自己獨特的樂活清單	江峰	啟明苑演講廳
3	9/22 (一)	9-12 時	【學校特色課程】 藝術設計與人生	邱宗成	啟明苑演講廳 (進高階合上)
	9/26 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -運動是良藥	方弘昌	啟明苑演講廳 (進高階合上)
4	9/29 (一)	9-12 時	教師節補假		
	10/3 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -運動是良藥	方弘昌	啟明苑演講廳 (進高階合上)
5	10/6 (一)	9-12 時	中秋節放假		
	10/10 (五)	9-12 時	國慶日放假		
6	10/13 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -聖母峰三部曲	江秀真	啟明苑演講廳
	10/17 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -運動是良藥	方弘昌	啟明苑演講廳 (進高階合上)
7	10/20 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -成為快樂的樂齡族	陳家成	文薈樓 J103
	10/24 (五)	9-12 時	光復節補假		
8	10/27 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -成為快樂的樂齡族	陳家成	文薈樓 J103
	10/31 (五)	9-12 時	【健康休閒課程】 -中醫藥膳養生	李翊森	文薈樓 J103



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

週次	日期	時間	科目名稱	授課老師	地點
9	11/3 (一)	9-12 時	【學校特色課程】 -生命密碼(八字)認識自己與疾病	李進成	啟明苑演講廳 (進高階合上)
	11/7 (五)	9-12 時	【健康休閒課程】 -中醫藥膳養生	李翊森	文薈樓 J103
10	11/10 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -眼睛疾病的預防與保健	林柏安	啟明苑演講廳 (進高階合上)
	11/14 (五)	9-12 時	【高齡相關課程】 -認識長照服務	張素嫻	啟明苑演講廳
11	11/17 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -認識長照服務	張素嫻	啟明苑演講廳
	11/21 (五)	9-17 時	【健康休閒課程】 -校外參訪		
12	11/24 (一)	9-12 時	【健康休閒課程】 -非洲鼓動-西非曼丁文化的美麗	李建亨	J103, 中正廣場
	11/28 (五)	9-12 時	【學校特色課程-分組選課】 -剪紙 -增肌訓練 -桌球 -和諧粉彩 -用電影打開印度的萬花筒	趙青山 劉立宇 張碩文 李淑玲 李思嫻	J101 J102, 重訓室 桌球室 J103 J104
13	12/1 (一)	9-12 時	【健康休閒課程】 -非洲鼓動-西非曼丁文化的美麗	李建亨	J103, 中正廣場
	12/5 (五)	9-12 時	【學校特色課程-分組選課】 -剪紙 -增肌訓練 -桌球 -和諧粉彩 -用電影打開印度的萬花筒	趙青山 劉立宇 張碩文 李淑玲 李思嫻	J101 J102, 重訓室 桌球室 J103 J104
14	12/8 (一)	9-12 時	【健康休閒課程】 -非洲鼓動-西非曼丁文化的美麗	李建亨	J103, 中正廣場
	12/12 (五)	9-12 時	【學校特色課程-分組選課】 -剪紙 -增肌訓練 -桌球 -和諧粉彩	趙青山 劉立宇 張碩文 李淑玲	J101 J102, 重訓室 桌球室 J103



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

週次	日期	時間	科目名稱	授課老師	地點
			-用電影打開印度的萬花筒	李思嫻	J104
	12/13-14 (六、日)		【健康休閒課程】 -127週年校慶活動	自由參加	操場
15	12/15 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -眼睛疾病的預防與保健	林柏安	啟明苑演講廳 (進高階合上)
	12/19 (五)	9-12 時	【學校特色課程-分組選課】 -剪紙(趙青山) -增肌訓練(劉立宇) -桌球(張碩文) -和諧粉彩 -用電影打開印度的萬花筒	趙青山 劉立宇 張碩文 李淑玲 李思嫻	J101 J102, 重訓室 桌球室 J103 J104
16	12/22 (一)	9-12 時	【學校特色課程】 -台灣歌謠(平埔調、臺語歌謠、林班歌)	戴文鋒	啟明苑演講廳
	12/26 (五)	9-12 時	【學校特色課程】 -臺南地方文史	張伯宇	文薈樓 J103
17	12/29 (一)	9-12 時	【學校特色課程】 -台灣歌謠(日文曲臺灣調、禁歌、原民歌謠)	戴文鋒	啟明苑演講廳
	1/2 (五)	9-12 時	【學校特色課程】 -臺南地方文史	張伯宇	文薈樓 J103
18	1/5 (一)	9-12 時	【高齡相關課程】 -常見慢性病的預防保健	陳雪	文薈樓 J103
	1/9 (五)	9-10 時 10-12 時	【其他課程】 -學習心得發表及期末座談會 【高齡相關課程】 -善用自已的開心選擇權	推廣組 江峰	啟明苑演講廳



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

國立臺南大學 114 學年度「樂齡大學-進階班」報名表

編號：(由本校填寫)

姓 名			
生 日	年 月 日	聯絡 電話	(電話)
身分證字號			(手機)
通訊地址			
e-mail			
語 言	國語 ☐ 精通 ☐ 略懂 ☐ 聽不懂	臺語 ☐ 精通 ☐ 略懂 ☐ 聽不懂	
學 歷	☐ 國小以下 ☐ 國小 ☐ 國/初中 ☐ 高中職 ☐ 大專校院 ☐ 研究所 ☐ 博士		
退 休 前 職 業	☐ 製造業 ☐ 工商業 ☐ 農漁牧業 ☐ 服務業 ☐ 軍公教 ☐ 自由業 ☐ 金融業 ☐ 資訊科技業 ☐ 醫療業 ☐ 家管 ☐ 其他_____		
	服務單位：		
	職稱：		
興 趣	☐ 旅遊 ☐ 休閒活動 ☐ 閱讀 ☐ 音樂 ☐ 唱歌 ☐ 其他_____ (可複選)		
參加動機 或期望	☐ 對人生有新的探求 ☐ 結交朋友、拓展生活圈 ☐ 終身學習，增廣見聞 ☐ 為享當學生的樂趣 ☐ 家(友)人的鼓勵與支持 ☐ 基於社會服務再學習 ☐ 對課程內容感興趣 ☐ 其他_____ (可複選)		
緊急聯絡人		電話	
※請問您得知本班開班資訊的來源為：(可複選) ☐ 網站訊息 ☐ 親朋好友 ☐ 老師同學 ☐ 廣告文宣 ☐ 其他_____			
※ 年滿 55 歲以上之國民(民國 59 年 9 月 8 日前出生)，身體健康情況良好 (可行動不需扶持，無照護需求)。 ※ 填妥本表後，可親自、委託至本校教務處進修推廣組(文薈樓 1 樓)報名或直 接至本校推廣教育資訊網報名 https://academics.nutn.edu.tw/sce/ 。 ※ 推廣組電話：06-2133111#246-249 或 06-2139993			



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組

國立臺南大學 114 學年度「樂齡大學-進階班」

健康狀況調查表

日期： 年 月 日

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，作為課程活動調整之參考。請確實填寫本調查表，內容我們絕對保密，謝謝合作！

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

本人同意健康狀況調查表內容作為「樂齡大學」計畫健康評估之依據，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：_____



立即掃描

報名網址：<https://academics.nutn.edu.tw/sce/>



國立臺南大學進修推廣組