

## 106 年度南投縣樂齡學習示範中心簡介

承辦單位：南投縣樂齡教育文化發展協會

樂齡學習中心聯絡電話：0932-959656 ；(049) 2899078

樂齡學習中心傳真電話：(049) 2899078

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：[atoncon12@gmail.com](mailto:atoncon12@gmail.com)

樂齡學習中心常態式上課地點及分班（含地址）：

編號	鄉/村別	學習分班名稱	學習分班住址	學習分班主任
01	東光村	東光學習分班	魚池鄉東光村慶隆巷 31-7 號	王美惠理事長
02	東池村	東興學習分班	魚池鄉東池村東興巷 6-1 號	黃金石理事長
03	東池村	東池學習分班	魚池鄉魚池村新店巷 31 號	陳令華班主任
04	魚池村	禮拜堂學習分班	魚池鄉魚池村新店巷 25-5 號	楊錫助傳道
05	魚池村	三育學習分班	魚池鄉魚池村瓊文巷 39 號	石敬萬理事長
06	魚池村	樂齡烘培坊	魚池鄉魚池村秀水路 136 號	謝華純班主任
07	新城村	新城學習分班	魚池鄉新城村通文巷 7-1 號	蔡鳳琴校長
08	頭社村	頭社學習分班	魚池鄉頭社村平和巷 40-2 號	黃順昱村長
09	中明村	中明學習分班	魚池鄉中明村文正巷 5-10 號	蔡金滿總幹事
10	水社村	明潭學習分班	魚池鄉水社村中山路 292 號	林宏應理事長
11	新城村	鹿篙學習分班	魚池鄉新城村香茶巷 1-6 號	曾俊男理事長
12	大雁村	澀水學習分班	魚池鄉大雁村大雁巷 38 號	湯 冠班主任
13	共和村	共和學習分班	魚池鄉共和村中興巷 6 號	林清戶班主任
14	武登村	武登學習分班	魚池鄉武登村集里路 19-1 號	陳文忠理事長

樂齡學習中心開放時間

1. 每天：上午 8 時 30 分 至下午 17 時。
2. 每週：週一～週五，上午 8 時 30 分 至下午 17 時。

樂齡學習中心 106 年度課程規劃：

生活安全（營養保健）/1. 健康飲食	04
生活安全（健康保健）/2. 外傷與急救訓練	04
生活安全（用藥安全）/1. 慢性病預防治療	02
生活安全（用藥安全）/2. 用藥安全	02
生活安全（居家安全）/1. 防火與防災宣導	04
生活安全（居家安全）/2. 電器使用與保養	02
運動保健（規律運動）/1. 柔力球肢體平衡運動	30
運動保健（規律運動）/2. 柔力球耐肌力訓練	30
運動保健（規律運動）/3. 柔力球心肺功能訓練	30
運動保健（規律運動）/3. 銀髮體適能	12
心靈成長（樂齡人生）/1. 生命故事繪本	18
心靈成長（樂齡人生）/2. 如何規劃下半場人生	16
人際關係（科技運用於社群活動）/1. 樂齡微電影製作	32
人際關係（科技運用於社群活動）/2. 運用數位建構人際網絡	32
人際關係（旅遊學習）/1. 樂齡學習旅遊	12
人際關係（社團活動）/1. 彩繪家鄉地圖	24
人際關係（家人關係）/1. 家鄉ㄟ故事	12
人際關係（社團活動）/1. 好朋友樂富翁遊戲	16
政策宣導/1. 樂齡學習與生活	06

	政策宣導/2. 高齡社會趨勢	06
	政策宣導/3. 預防失智	04
	政策宣導/4. 老化準備教育	12
	政策宣導/5. 交通安全宣導	04
中心 自主 課程	1. 樂齡運動會	09
	2. 樂齡音符	48
	3. 樂齡樂章	24
	4. 舞動人生	24
	5. 五行健康操	24
	6. 在地工藝創作	24
	7. 地面高爾夫球	24
	8. 園藝治療	15
	9. 家具電器維修與保養	24
	10. 樂齡行動劇團	28
貢 獻 服 務	課程名稱	時數
	節慶活動/1. 重陽服務活動.	08
	節慶活動/2. 祖父母節活動	04
	志工專業訓練課程/1. 樂齡專業課程研習	08
	志工進階訓練/1. 樂齡概念課程	02
	志工進階訓練/2. 樂齡中心業務介紹	02

課程	志工進階訓練/3. 樂齡學習重要性	02
	志工進階訓練/4. 檔案管理及分類	02
	志工進階訓練/5. 志工服務及人力資源開發	02
	志工進階訓練/7. 問卷及溝通技巧	06
	樂齡學習團體服務課程/1 社區樂齡關懷服務活動	12
	樂齡學習團體服務課程/2. 樂齡讀書會	12
	樂齡學習團體服務課程/3. 祖孫說故事	10

### 106 年樂齡學習中心特色：

- 一、 組織特色及優勢：南投縣樂齡學習示範中心主要的定位是在提供南投縣各樂齡學習中心永續經營之輔導協助、相關培訓以及持續的諮詢輔導，並促進所有樂齡學習中心的交流互動，建構資訊網絡。具體而言，執行本計畫的執行團隊，包括下列成員：主任委員、中心主任、分班主任、教學組長、活動組長、總務組長、文書組長、志工隊長、講師。
- 二、 公部門與人民團體緊密結合，鄉公所及鄉內機關學校加上鄉內社區發展協會、老人會、宗教團體出錢出力戮力推動樂齡志業，深耕樂齡，永續經營，將樂齡在地化、普遍化，樂齡學習成為國民生活中重要的一環。
- 三、 推動樂齡學習旅遊，讓魚池鄉成為老人休閒學習度假的好地方，提共樂齡學員再就業的機會，共同為魚池鄉盡一己之力，繁榮地方，為下一代打造優質工作環境、創造財富，讓世代代過著幸福快樂地日子。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

1. 南投縣樂齡學習網

2. X 相簿（南投縣魚池鄉樂齡學習中心）

3. 魚池鄉公所官方網站

4. 南投縣樂齡學習示範中心部落格、臉書，傳遞樂齡學習中心資訊及活動成果

5. 網址：<https://www.facebook.com/NanTouXianYuchXueXiZhongXin?ref-type=boomar>