

# 115年度建構花蓮縣「長青學子·快樂GO」銀髮族樂活學習計畫

## 終身學習教室課程一覽表

115.4.1更新

| 序號 | 區域  | 辦理單位                         | 聯絡人                | 班級內容           | 辦理時間起迄                  | 時間                   | 上課地址                         |
|----|-----|------------------------------|--------------------|----------------|-------------------------|----------------------|------------------------------|
| 1  | 秀林鄉 | 社團法人花蓮縣<br>原住民舒漾婦女<br>關懷成長協會 | 林秀瑛<br>03-8262660  | 創意流光班          | 115.4.2-115.6.18        | 週四9:00-12:00         | 花蓮縣秀林鄉秀林村6鄰民治78-25號          |
|    |     |                              |                    | 食尚樂活班          | 115.6.25-115.9.10       | 週四9:00-12:00         |                              |
|    |     |                              |                    | 銀韻活力班          | 115.9.17-115.12.3       | 週四9:00-12:00         |                              |
| 2  | 花蓮市 | 花蓮縣國興幸福<br>家園發展協會            | 俞慧君<br>0933-995809 | 廣場舞教學班         | 115.4.13-115.6.30       | 週一、週二19:00-<br>20:00 | 花蓮市國興里介禮街46號(國興里活動中心<br>前廣場) |
|    |     |                              |                    | 歌唱教學班          | 115.4.18-115.7.4        | 週六9:00-11:00         | 花蓮市國興里介林九街300號               |
|    |     |                              |                    | 桌遊教學班          | 115.4.19-115.7.5        | 週日9:00-11:00         | 花蓮市國興里介林九街300號               |
| 3  | 萬榮鄉 | 花蓮縣萬榮鄉紅<br>葉社區發展協會           | 黃素敏<br>0963-356424 | 健康體適能課程-馬太鞍班   | 115.4.7-115.6.22        | 週一09:30-11:30        | 花蓮縣萬榮鄉明利村70-1號               |
|    |     |                              |                    | 健康體適能課程-大加汗班   | 115.4.7-115.6.23        | 週二9:30-11:30         | 花蓮縣萬榮鄉見晴村97-1號               |
|    |     |                              |                    | 技藝課程-粉彩與油畫棒紅葉班 | 115.4.13-115.6.29       | 週一09:30-11:30        | 花蓮縣萬榮鄉紅葉村9號                  |
|    |     |                              |                    | 技藝課程-粉彩與油畫棒明利班 | 115.7.13-115.9.28       | 週一09:30-11:30        | 花蓮縣萬榮鄉明利村35號                 |
|    |     |                              |                    | 養生保健課程馬遠班      | 115.4.10-115.7.10       | 週五09:30-11:30        | 花蓮縣萬榮鄉馬遠村5號                  |
| 4  | 瑞穗鄉 | 花蓮縣瑞穗鄉瑞<br>祥社區發展協會           | 徐曉鳳<br>0911-338310 | 書法班            | 115.7.1-115.9.16        | 週二9:30-11:30         | 花蓮縣瑞穗鄉祥北路二段127號              |
|    | 萬榮鄉 |                              |                    | 休閒槌球班          | 115.4.2-115.6.25        | 週四09:30-11:30        | 花蓮縣萬榮鄉紅葉村9鄰(紅葉村多功能運動<br>園區)  |
|    | 瑞穗鄉 |                              |                    | 長者體適能班         | 115.6.30-115.9.15       | 週二09:30-11:30        | 花蓮縣瑞穗鄉祥北路二段127號              |
| 5  | 玉里鎮 | 花蓮縣玉里鎮婦<br>女會                | 陳滢如<br>0919-239589 | 傳統歌謠傳唱班        | 115.4.13-115.12.14      | 週一06:30-8:30         | 花蓮縣玉里鎮中城里忠智路78號(玉里鎮老<br>人會館) |
|    |     |                              |                    | 社區舞蹈班          | 115.4.15-115.12.16      | 週三06:30-08:30        |                              |
|    |     |                              |                    | 族群文化傳承班        | 115.4.11-115.12.19      | 週六14:00-16:00        |                              |
|    |     |                              |                    | 客家語言班          | 115.4.10-115.12.25      | 週五06:30-08:30        |                              |
|    |     |                              |                    | 手機APP操作班       | 115.4.11-115.12.19      | 週六09:00-11:00        |                              |
|    |     |                              |                    | 繪聲繪影班          | 115.4.13.-<br>115.12.14 | 週一08:00-10:00        |                              |
|    |     |                              |                    | 打擊樂器技藝班        | 115.4.13-115.12.14      | 週一14:00-16:00        |                              |

# 115年度建構花蓮縣「長青學子·快樂GO」銀髮族樂活學習計畫

## 終身學習教室課程一覽表

115.4.1更新

| 序號 | 區域                 | 辦理單位          | 聯絡人                  | 班級內容                  | 辦理時間起迄             | 時間                 | 上課地址                      |
|----|--------------------|---------------|----------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|---------------------------|
| 6  | 玉里鎮                | 花蓮縣真誠社區發展協會   | 楊淑玲<br>0911-008071   | 老人防鬱防失智班              | 115.4.15-115.12.16 | 週三08:00-10:00      | 花蓮縣玉里鎮國武里民生街51-1號         |
|    |                    |               |                      | 生活實用DIY班              | 115.4.15-115.12.16 | 週三14:00-16:00      |                           |
|    |                    |               |                      | 傳統技藝傳承班               | 115.4.10-115.12.25 | 週五08:00-10:00      |                           |
|    |                    |               |                      | 志工服務班                 | 115.4.10-115.12.25 | 週五14:00-16:00      |                           |
| 7  | 花蓮市                | 花蓮縣運動推廣協會     | 黃寶珠<br>03-8560972    | 數位推展元極舞文化推廣班          | 115.6.2-115.8.18   | 週二06:00-18:00      | 花蓮市文復路6號                  |
|    |                    |               |                      | 民孝-結合數位推展體適能肌力活動      | 115.6.1-115.8.17   | 週一09:00-11:00      | 花蓮市民孝里林園一街16號             |
|    |                    |               |                      | 碧雲莊班-結合數位推展體適能肌力活動    | 115.6.5-115.8.28   | 週五09:00-11:00      | 花蓮市國興里介禮街46號              |
|    | 吉安農會-結合數位推展體適能有氧活動 |               |                      | 115.6.2-115.8.18      | 週二09:00-11:00      | 花蓮縣吉安鄉吉安村吉安路二段90號  |                           |
|    | 南昌-結合數位推展體適能有氧活動   |               |                      | 115.6.5-115.8.27      | 週五09:00-11:00      | 花蓮縣吉安鄉南昌村文化七街62之1號 |                           |
|    | 新城鄉                |               |                      | 嘉里元極班-結合數位推展元極舞蹈活動    | 115.6.4-115.8.21   | 週四05:00-07:00      | 花蓮縣新城鄉嘉里三街28號             |
|    | 鳳林鎮                |               |                      | 鳳榮農會-結合數位推展體適能肌力活動    | 115.6.3-115.8.12   | 週三09:00-11:00      | 花蓮縣鳳林鎮仁愛街26之7             |
|    | 瑞穗鄉                |               |                      | 富源教會-結合數位推展體適能有氧活動(上) | 115.6.3-115.8.12   | 週三09:00-11:00      | 花蓮縣瑞穗鄉富民村中正路一段207號1樓      |
| 8  | 玉里鎮                | 花蓮縣南區退休公教人員協會 | 李明賢總幹事<br>03-8886886 | 美姿美儀班                 | 115.6.4-115.8.27   | 週四19:00-21:00      | 花蓮縣玉里鎮忠智路43號(玉里國小)        |
|    |                    |               |                      | 智慧手機班                 | 115.6.8-115.7.28   | 週一9:00-11:00       | 花蓮縣玉里鎮大同路58號              |
|    |                    |               |                      | 書畫班                   | 115.5.4-115.7.27   | 週一19:00-21:00      | 花蓮縣玉里鎮民權街50號(玉里鎮公所民族樓C教室) |
|    |                    |               |                      | 國畫班                   | 115.8.3-115.10.26  | 週一19:00-21:00      |                           |
|    |                    |               |                      | 果凍花班                  | 115.6.3-115.8.26   | 週三19:00-21:00      |                           |