

# 彰化縣政府員永村社區大學106年度【秋季班】招生簡章

- 一、主辦單位：彰化縣政府
- 二、承辦單位：永靖國小
- 三、協辦單位：永靖鄉公所、大村鄉公所、快樂寶貝幼兒園、喬森幼兒園
- 四、招生對象：年滿十八歲以上，無學歷限制，不分性別男女兼收，有興趣者即可報名參加。
- 五、報名時間：即日起至106年9月11日前，報名滿9人以上即可開班，歡迎民眾踴躍報名。  
(106年9月11日至106年9月22日為加退選週)
- 六、上課日期：106年9月11日起至107年1月12日止，共計18週(含公共參與週與成果發表週)。
- 七、上課地點：永靖國小、快樂寶貝幼兒園(大村地區)、喬森幼兒園(大村地區)。
- 八、報名地點：彰化縣永靖鄉永靖國小嵩高樓三樓(員永村社區大學辦公室)
- 九、報名專線：(04)823-0667(週一至週五下午02:30~晚上09:00來電洽詢)，報名傳真：(04)823-5033
- 十、報名須知：
  - (一)學員請繳交：報名表、身分證正本(核對完資料即歸還)、照片1吋一張(新學員繳交)。
  - (二)課程加退選：請攜帶繳費收據或身分證等證明文件(代理人請帶本人身分證件)辦理。
  - (三)學員如有特殊疾病或應特別注意事項者，應於報名時主動告知。
  - (四)繳費完畢才算完成報名手續。
- 十一、收費標準：
  - (一)報名費：每期新學員200元，舊生100元(請攜帶證明文件)。
  - (二)學分費：每期18週。(每週上課一次，每次五十分鐘即為一學分)
    - 1.選修課程每學分1000元。
    - 2.註記\*者為補助課程，每學分500元。
    - 3.註記\*\*者為免費課程，選修免費課程者需搭配付費課程一門；免費課程未搭配付費課程，每學分以500元收費。
  - (三)代收代辦費：
    - 1.部分課程需酌收書籍或材料費者，學員需自行負擔並繳交給上課教師。
    - 2.上課地點在永靖國小者已辦理公共意外責任險，不再收取團體保險費。
    - 3.團體保險費100元(第三週保險始生效，上課地點不在國小校內者依個人意願繳交費用投保)。
  - (四)保證金：選修免費課程者每門預收1000元保證金。
  - (五)旁聽費：每門每堂250元，選修旁聽課程可抵學分費。
- 十二、退費標準：【依彰化縣社區大學收退費標準規定辦理】。請攜帶「繳費收據」及身分證(代理人請帶身分證件)。
  - (一)開學二週內(9/11~9/22)辦理退選課程，申請退選者全額退費(不含報名費)
  - (二)逾加退選期限，未逾全期1/2者，按未上課週數比例退還；逾全期1/2者，則不予退費。
  - (三)課程保證金於課程結束後，缺課未超過4堂，保證金退還。
- 十三、優惠措施【限擇一優惠辦法】：請務必攜帶優惠條件之證明文件。
  - (一)【舊學員】【夫妻共同報名】學分費9折，請攜帶證明文件。
  - (二)【三人(含)以上團體報名】學分費85折，【十人(含)以上團體報名】學分費8折。
  - (三)【任選兩門全額收費課程以上】，第三門好學折扣75折，第四門五折(以最少學分費計算)。
  - (四)【六十五歲以上之長者】，學分費五折(民國41年1月1日前出生者)。
  - (五)【低、中低收入戶】學分費五折，請攜帶證明書暨戶籍謄本。
  - (六)【中度、重度身心障礙者】學分費五折，請攜帶身心障礙手冊。
  - (七)【八十歲以上之長者】，免收學分費(民國26年1月1日前出生者)。
  - (八)社區大學工作人員選課三門內，免收報名費、學分費。
  - (九)持學分券每一門課程限使用一張。

註：選修補助課程\*者，即不再適用以上優惠措施(班代及65歲以上之長者除外)。
- 十四、※開課返校日暨開學典禮訂於106年9月7日(星期四)晚上7點在嵩高樓1F視聽教室舉行。
- 十五、員永村社區大學「簡章」、「報名表」備索地點：永靖國小校門口警衛室、永靖國小網頁(電子檔下載)、員永村社大Facebook社團(<http://iqlmne.tk>)電子檔下載、員永村社區大學辦公室(永靖國小嵩高樓三樓)、彩虹照像館、今日書局、阿根早點、甲一便當、瑞麟美而美早點(瑚璉店)、永靖鄉公所、民眾服務社、溫妮莎麵包店、全家超商(永安店)、我家冰店、古早味黑糖剉冰、永靖農會、台中商業銀行、永靖戶政、瑞麟美又美早點、逢甲快餐、吉祥診所、羊肉、魷魚焿(泗源店)、風味屋鬆餅店、建霖美語補習班，歡迎踴躍索取。

## 【有機農業課群】

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y201	種出一盆美麗的盆栽來-園藝DIY	2	朱宏鴻	永靖國小	盆栽修剪管理是一門專業的學問,透過上課學習如何在適當的時機修剪,調整樹勢、施肥與換盆。	(二)19:00-21:00
y301	職能培養-花藝技術B	2	陳翠華	永靖國小	透過精心設計的花禮課程,精簡多元,迎合時尚,貼近消費者所需,讓花藝設計成為職能第二專長,並取得花藝證照。	(三)19:00-21:00
y302	創意花藝設計A	2	黃秀琴	永靖國小	從傳統花藝手法到現代花藝製作,再加上時下最熱門的水泥盆器DIY與多肉植物盆栽組合,深入淺出的講解配合實作,讓花藝跟生活結合,進而習得一技之長。	(三)19:00-21:00
n401	職能培養-花藝技術A	2	陳翠華	員林華彩屋	透過精心設計的花禮課程,精簡多元,迎合時尚,貼近消費者所需,讓花藝設計成為職能第二專長,並取得花藝證照。	(四)14:00-16:00
n402	創意花藝設計B	2	黃秀琴	員林黃老師工作坊	從傳統花藝手法到現代花藝製作,再加上時下最熱門的水泥盆器DIY與多肉植物盆栽組合,深入淺出的講解配合實作,讓花藝跟生活結合,進而習得一技之長。	(四)19:00-21:00
y601	**農村實務與農產加工 (理論與實務並進,一人一地,自耕自收)	3	廖以諾	福興農地	藉由課程教導您正確診斷病蟲害及如何使用適當的肥料,以減少損失、增加收益並獲得健康。	(六)09:00-12:00

## 【文化紮根課群】

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y101	**傳統彩繪藝術A	2	高文亮	永靖國小	傳統彩繪藝術以文化創意的風貌,透過彩筆實作應用,豐富我們生活意境。	(一)10:00-12:00
y102	**傳統彩繪藝術B	2	高文亮	永靖國小	傳統彩繪藝術以文化創意的風貌,透過彩筆實作應用,豐富我們生活意境。	(一)19:00-21:00
y202	**台文讀書會	2	黃月春	永靖國小	加強本土語言對話能力與語俗運用及台文欣賞和創作能力。	(二)19:00-21:00
n202	**歡喜講饒平客語A	2	邱美都	員林江九合	員林、永靖、田尾、埔心是彰化饒平客群聚區,歡喜講饒平客語,體驗百年前先民的語言智慧,是在地人認同自己的最佳行動。請加入「歡喜講饒平客語」行列,成為復育彰化饒平客語的義勇軍。	(二)19:00-21:00
y322	*永靖文史導覽與田野調查	2	陳仕賢	永靖國小	文化資產田野踏查實務與書寫,參加的學員需要分組實地田野調查、撰寫、並製作ppt檔上台報告。	(三)19:00-21:00
y401	**故事媽媽說演培訓進階	2	賴雅慧	永靖國小	透過戲劇展演的的方式,引導孩子進入故事的世界,讓孩子喜歡上閱讀。	(四)08:30-10:30
y402	**歡喜講饒平客語B	2	邱美都	永靖國小	員林、永靖、田尾、埔心是彰化饒平客群聚區,歡喜講饒平客語,體驗百年前先民的語言智慧,是在地人認同自己的最佳行動。請加入「歡喜講饒平客語」行列,成為復育彰化饒平客語的義勇軍。	(四)19:00-21:00
y502	易經古典文化	2	周辰楠	永靖國小	《易經》是中國最古老的文獻之一,並被儒家尊為「五經」之首,『易』即是「道」,恆常的真理,即使事物隨著時空變幻,恆常的道不變。	(五)19:00-21:00

~推展終身學習心,延續永靖文中風~

## 【自我成長課群】

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y103	Easy Talk 生活美語會話	2	鄭芬蘭	永靖國小	從基礎發音到會話，採取互動式教學，讓您快樂學、輕鬆說，開口說英文easy go，歡迎男女老少加入學習英文的行列。	(一)19:00-21:00
y105	**快樂讀書會	2	陳秋足	永靖國小	教育的源流是家庭，家庭的教育功能是愛的原點，藉由讀書會共同閱讀及討論，分享、激盪出多元思考，帶領家庭快樂學習成長。	(一)19:00-21:00
y106	書法初級	2	蔡旺利	永靖國小	體會漢字之美，提按之間的細膩，剛與柔的轉換，探索中文美學，培養人文氣息。	(一)19:00-21:00
y107	*新住民及失學民眾識字初階	2	張妙英	永靖國小	1、培養新住民及失學民眾之聽、說、讀、寫能力，充實基本生活知能。2、增進新住民及失學民眾之語文溝通能力，提升生活品質。	(一)19:00-21:00
y115	心靈成長	2	朱宏鴻	永靖國小	藉由本課程能讓生命過得更好，找到疏解心靈壓力的窗口。	(一)19:00-21:00
y116	室內設計3D電腦繪圖基礎	2	王詮勝	永靖國小	透過本課程可以學到電腦3D繪圖，實際3D尺寸應用，顏色配色與空間配置。	(一)19:00-21:00
y203	電腦基礎與雲端網路	2	鄭筑璋	永靖國小	電腦基本概念及簡易文書處理，雲端概念與運用。	(二)19:00-21:00
y204	日語初階(一)	2	黃子瑋	永靖國小	從最初的簡易基礎日語文法、句型、單字、日語會話，以及日語自我介紹開始學習，適合任何已學過日語五十音，而且對日語學習有興趣之一般大眾。	(二)19:00-21:00
y205	生命禮儀—洗穿化技術篇	3	李憶茜	永靖國小	生命結束時，如何做到生死兩安？讓你對人生結束該如何做好禮儀服務有更進一步的認識，並輔導學生考「喪禮服務丙、乙級證照」，提昇服務的品質，學習新的、保留好的在地特有的文化。	(二)18:30-21:30
y206	日語入門	2	周倩玉	永靖國小	本課程從日語入門五十音開始教起，帶領學生進入日語天地，之後學習簡單生活會話，搭配每課的日語童謠教唱，讓學生輕鬆開口講日語。	(二)19:00-21:00
y303	*新住民及失學民眾識字進階	2	張妙英	永靖國小	1、培養新住民及失學民眾之聽、說、讀、寫能力，充實基本生活知能。2、增進新住民及失學民眾之語文溝通能力，提升生活品質。	(三)19:00-21:00
y304	*投資理財與節稅規劃	2	魏正誠	永靖國小	透過投資理財規劃的學習、理財工具應用及認識地方稅節稅規劃，教您如何輕鬆投資。	(三)19:00-21:00
y326	生活日語會話(三)	2	周倩玉	永靖國小	本課程著重讓學生開口說日文，每堂課老師會和學生進行一對一會話，以輕鬆活潑教學的方式，以及日文歌教唱方式，讓學生快樂學習日文。	(三)19:00-21:00
y403	**闡發中華文化之親子讀經A	1	鍾佩諭	永靖國小	落實文化扎根品格教育，啟發兒童潛能，以「禮義廉恥、孝悌忠孝」為出發點，提供志工揮灑愛心的良機，孕育聖賢氣象，增進家庭倫理親子和諧。	(四)19:00-20:00
y404	文書處理應用	2	鄭筑璋	永靖國小	透過實作方式導入Office各項技能，讓工作更加上手。	(四)19:00-21:00
y419	日語初階(五十音)	2	黃子瑋	永靖國小	在課程中學習日語平假名以及片假名的寫法，其中包含清音(五十音)、濁音、半濁音、拗音、生活招呼用語，並且讓你在無負擔下，能夠輕鬆而且快速學會五十音。	(四)19:00-21:00
y503	*書法藝術初階	2	陳博榮	永靖國小	認識碑派楷書、行書、甲骨文與書法美學。	(五)19:00-21:00

~推展終身學習心，延續永靖文史風~

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y504	**闡發中華文化之親子讀經B	1	蔡燕姿	和德園古厝	落實文化扎根品格教育，啟發兒童潛能，以「禮義廉恥、孝悌忠孝」為出發點，提供志工揮灑愛心的良機，孕育聖賢氣象，增進家庭倫理親子和諧。	(五)19:00-20:00
y505	日語初階(三)	2	黃子瑋	永靖國小	日語初階(三)的課程銜接自日語初階(二)，除了時間期間的說法，還加入了初階日語必學的重點文法句型地點的表示，迅速提升你對日語學習基礎的能力，另外還有形容詞以及動詞四個時態變化的文法及用法。	(五)19:00-21:00

## 【美學音樂課群】

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y109	彩墨藝術-國畫進階	2	楊筱筠	永靖國小	以傳統為底，現代為用、以深入淺出的教法，讓學員在最快的時間內，進入彩墨藝術的領域，輕鬆的學會彩繪藝術的用筆、用色、用墨等方法，藉由藝術提升審美觀念，讓生活藝術化。	(一)19:00-21:00
y110	婚禮會場布置實務	2	黃秀琴	永靖國小	婚禮會場整體規劃布置，胸花、新娘捧花、手腕花、與婚禮布置小物DIY。花藝設計結合會場布置，提高自我競爭力。	(一)19:00-21:00
y111	蝶谷巴特彩繪拼貼	2	魏珈珮	永靖國小	本課程不需要美術基礎，用壓克力顏料，以彩繪的方式和技巧讓各種家飾品變得更有生命力，布置家裡也非常溫馨，彩繪出自己的成就感。	(一)19:00-21:00
y117	烏克麗麗彈唱基礎	2	賴雅慧	永靖國小	烏克麗麗是彈撥型式的四弦樂器，聲音柔和而響亮，體積輕巧，非常適合隨身攜帶。它是極富樂趣、俏皮的樂器，它也能搭配任何樂器作演出，特別適合音樂入門和團康活動。	(一)19:00-21:00
y207	卡拉OK歌唱技巧	2	翁秀琴	永靖國小	放鬆、克服唱歌的緊張情緒，每一首歌理解它的詞意，感受旋律，輕鬆氣氛中講解歌唱技巧，學歌輕鬆，快樂又無負擔。	(二)19:00-21:00
y208	愛玩皂A	2	林芷葳	永靖國小	1、使用隨手可得的天然素材學習自製對肌膚有益及環保的藝術手工皂。2、用愛自己的心及愛地球的心來攪上一鍋天然無汙染的手工皂。3、可讓想學習第二專長的人學習生存技能。	(二)19:00-21:00
y209	快樂學二胡	2	林純毓	永靖國小	從課堂中對樂器的學習，對樂譜的概念，藉由二胡將樂曲所表達的曲意演奏出來。一起和我們快樂的來學習，來感受二胡的音樂之美嘞！	(二)19:00-21:00
y210	素描與壓克力、水彩	2	楊月善	永靖國小	色彩與色彩的碰撞，迅速學會如何運用調色來創作，如何調配高彩度與低彩度，高明度及低明度的運用。可以輕鬆愉快畫出一幅畫，讓色彩一起在紙上玩出真善美。	(二)19:00-21:00
y212	打包帶創意編織	2	周淑鈴	永靖國小	用環保素材將一條條不起眼的打包帶，編織成實用、美觀又高貴大方的提袋，簡單的素材經過巧思透過巧手，也能變化出各式各樣實用的商品，更是可以觀賞的藝術品。	(二)19:00-21:00
y218	電子琴	2	張卉芸	永靖國小	輕鬆的電子琴彈唱課程，彈唱中學習電子琴的各種節奏。曲目以流行歌，老歌，西洋老歌，古典小品各式曲風的歌謠，能提升學員的演奏和伴奏能力。	(二)19:00-21:00

～推展終身學習心，延續永靖文史風～

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y219	歡樂氣球輕鬆學	2	曾淑惠	永靖國小	簡單的技法引導進入氣球歡樂的氛圍，讓每個人都能學以致用，創造更多的樂趣。	(二)19:00-21:00
y222	*攝影入門	2	魏正誠	永靖國小	誰說拍好照片一定得花大錢買昂貴的單眼相機？運用相機內建的設定功能和簡單的構圖，您也可以拍出好照片！	(二)19:00-21:00
n201	彩妝DIY	2	江蕙芳	員林江老師工作坊	結合教師27年豐富經驗，用簡單、高效易學的方式，讓學員快速學成技能，擁有美麗健康人生，為自己開闢另一扇窗。	(二)19:00-21:00
y308	**薩克斯風綜合研習	2	張德靖	永靖國小	簡單學、輕鬆吹，演奏出屬於自己的快樂聲音與感覺！	(三)19:00-21:00
y309	塗鴉油畫	2	陳秋足	永靖國小	從簡單的造型、色彩應用開始，藉由一系列技巧解說，短時間就能畫出一幅美麗生動的油畫。	(三)19:00-21:00
y310	輕鬆快樂學唱歌	2	張秀玲	永靖國小	1、如何使用腹部丹田及共鳴腔的亮音，讓您真正學到自然的歌唱技巧。2、活用唱歌的各種方法及技巧。	(三)19:00-21:00
y311	攝影初階(單眼)	2	廖以諾	永靖國小	從單眼相機的操作，各類功能的變化使用，實務操作與課程理論並進，促使學員入門並學會基礎攝影。	(三)19:00-21:00
y312	工筆花鳥與佛像	2	楊月善	永靖國小	畫佛像前必先詳讀各個觀音的典故載次專描方事會出手是五官神韻，摩像如打太極一樣慢而穩 一、柳葉描法 二、丁字描法，訓練學員定力。	(三)19:00-21:00
y313	環保碟谷巴特創意拼貼	2	嚴琇馨	永靖國小	以簡單的繪畫技巧，結合蝶谷巴特拼貼，上色、選圖裁剪、貼圖等技法，將美美的圖形剪裁，拼貼於生活中的瓶罐、紙盒及各式各樣的容器，或是資源回收的物品，讓我們以無限的想像空間創造新的風貌。	(三)19:00-21:00
y314	基礎素描與色鉛筆	2	周志謙	永靖國小	使學員循序漸進認識素描及色鉛筆，及其繪畫技巧，進而可以在生活閒暇時，隨手拿筆紀錄生活，使繪畫不再如想像中艱難。	(三)19:00-21:00
y315	藝起畫禪繞	2	賴珮璉	永靖國小	在禪繞的世界裡，最美妙的地方就是沒有所謂對錯，享受線條的美感為您帶來新的啟發與樂趣，提升專注力並釋放壓力與焦慮，藉由創作的過程中享受心靈沉澱與完成後的成就感。	(三)19:00-21:00
y316	中國笛輕鬆學	2	榮皇棋	永靖國小	『一笛在手，趣味無窮』，中國笛的表現力十分豐富，可演奏出連音斷音、顫音和滑音等不同的音色，來表達不同的情緒。	(三)19:00-21:00
y323	**二胡愛心藝演團培訓 (限一年以上二胡班學員)		黃綺玲	永靖國小	以有二胡進階班程度(換把、轉調、視譜)及有意願參與愛心義演的學員，聚集在一起合奏練習，推廣在地義演、發揮愛心；鼓勵學員參與在地社區關懷弱勢及安養院等義演。	(三)19:00-21:00
y324	彈撥樂器演奏(琵琶、柳琴)		林世清	永靖國小	進行樂器分組教學，使學生學習彈撥樂器基本演奏技巧、轉調、節奏練習，並配合樂曲演練，融入演奏技巧，進而培養團隊演出默契。	(三)18:00-20:00
n301	愛玩皂B	2	林芷葳	員林 綠瓶子皂坊	1、使用隨手可得的天然素材學習自製對肌膚有益及環保的藝術手工皂。2、用愛自己的心及愛地球的心來攪上一鍋天然無污染的手工皂。3、可讓想學習第二專長的人學習生存技能。	(三)09:50-11:50

~推展終身學習心，延續永靖文中風~

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y407	流彩畫(山水、花鳥)	2	鄭芬蘭	永靖國小	流彩畫近似水彩畫,其技法結合國畫及油畫中西合璧,歡迎對藝術有興趣者加入我們的行列。	(四)19:00-21:00
y408	鼓動青春基礎爵士鼓	2	蔡衍鐘	永靖國小	可以藉由打爵士鼓,訓練自己的左、右手及左、右腦的靈活度。是一項非常好的活動,讓你更瞭解音樂的節奏跟律動。	(四)19:00-21:00
y409	芳香魔法課程-精油生活	2	涂詠涵	永靖國小	天然的植物芳香可帶給我們身心靈自我療癒。用簡單方式介紹精油來源取得方式、應用,再加以生活化,並由保養保健著手,並藉由DIY實際操作,教學員應用天然、無毒又省錢的方式照顧自己。	(四)19:00-21:00
y410	樂器研習-陶笛	2	曾志明	永靖國小	陶笛(Ocarina)是近幾年非常火紅的熱門樂器,也可說是人手一只隨身攜帶方便的一樣吹奏樂器,我們將以幾首耳熟能詳的樂曲帶領大家一同進入音樂的殿堂。	(四)19:00-21:00
y411	輕鬆學電子琴基礎	2	賴雅慧	永靖國小	電子琴,有模擬各種樂器的豐富的音色庫,來達成各種演奏效果。電子琴的演奏有部分是通過自動和弦伴奏來配合完成的,在音樂中和弦的連接推動了旋律地進行,不同的和聲連接,形成了不同的音樂色彩。	(四)19:00-21:00
y412	輕鬆學二胡入門	2	胡哲輔	永靖國小	學員輕鬆學習,享受二胡音樂的美。	(四)19:00-21:00
y415	*中國結、幸運繩初階	2	洪淑媛	永靖國小	中國結、幸運繩以簡單的繩線互相勾連互補對應,編出創意。應用於生活上,如胸針、吊飾、手環、包裝.....等,成品送禮自用兩相宜,老少皆宜學習編織。	(四)19:00-21:00
y420	古箏	2	黃暉閔	永靖國小	了解中西樂的脈絡,認識音符與簡譜,透過科技器材輔助,規劃走讀欣賞音樂會,增加多元學習的觸角與箏樂彈奏結合;除以學習正確彈奏方式,更搭配箏樂獨有的合奏形式,體驗古箏音樂的優美,陶冶性情,增進音樂素養。	(四)19:00-21:00
y506	彩墨藝術-國畫初階	2	楊筱筠	永靖國小	以傳統為底,現代為用、以深入淺出的教法,讓學員在最快的時間內,進入彩墨藝術的領域,輕鬆的學會彩繪藝術的用筆、用色、用墨等方法,藉由藝術提升審美觀念,讓生活藝術化。	(五)19:00-21:00
y507	紙黏土創意生活DIY	2	盧美惠	永靖國小	紙黏土的特性多樣柔軟易捏,可平面,立體,半立體呈現,可塑性高,巧用捏塑,創意,上色技巧人人都可以把居家生活用品變得很藝術,讓學員充滿成就感,增加對手作的興趣。	(五)19:00-21:00
y512	皺紋紙花	2	黃淑惠	永靖國小	透過簡單的粘貼、扭轉、拉皺、捲曲、揉捻、中心鼓脹等技巧,便可作出各式的仿真花朵及創意花,再經花藝設計組合成桌花、盆花、花球、花束等,都非常有裝飾效果,實用又好看,可美化環境,讓心情愉悅。	(五)19:00-21:00
y602	卡拉OK歌唱技巧	2	翁秀琴	永靖國小	放鬆、克服唱歌的緊張情緒,每一首歌理解它的詞意,感受旋律,輕鬆氣氛中講解歌唱技巧,學歌輕鬆,快樂又無負擔。	(六)09:00-11:00

~推展終身學習心,延續永靖文史風~

## 【健康活力課群】

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y113	羽毛球初階	2	朱育民	永靖國小	羽毛球是一項非常受歡迎的體育娛樂運動。球小，速度快，變化多，娛樂性強。年輕人可以揮灑自如，盡現青春活力。中老年人可以節奏適宜，有助於鍛鍊身體。向你介紹羽毛球場地、握拍、發球、步法、網前擊球技術、後場擊球技術，還有吊球、殺球、防守、截殺、撲球，有助於提高你的球技。	(一)19:00-21:00
y114	埃及風情魅力肚皮舞 (限女性)	2	陳絮旋	永靖國小	體驗埃及舞肚皮舞魅力風格，展現萬種柔媚風情！雕塑曲線律動，展現曼妙舞姿並加強舞台展現！搭配亮麗舞台服飾裝扮，讓您成為閃亮自信的魅力女郎。	(一)19:00-21:00
y213	有氧雕塑舞蹈A	1	黃鈺嫻	永靖國小	有氧搭配一般流行舞曲，加上熱力四射的動作，結合多種舞蹈元素，簡單的律動，容易跟隨，同時達到肌力訓練燃脂的效果。	(二)18:30-19:30
y215	羽毛球進階	2	朱育民	永靖國小	羽毛球是一項非常受歡迎的體育娛樂運動。球小，速度快，變化多，娛樂性強。年輕人可以揮灑自如，盡現青春活力。中老年人可以節奏適宜，有助於鍛鍊身體。向你介紹羽毛球場地、握拍、發球、步法、網前擊球技術、後場擊球技術，還有吊球、殺球、防守、截殺、撲球，有助於提高你的球技。	(二)19:00-21:00
y216	健康養生瑜伽A	1.5	陳珮珊	永靖國小	繁忙的工商社會每個人的壓力也無形地加大使精神緊繃，藉由瑜伽體位法、丹田呼吸法，使我們的筋骨放鬆、活化氣血，增加體內免疫系統，身心靈合一，達到身心健康。	(二)19:30-21:00
y217	運動與人生系列	2	陳文亮	永靖國小	1、運動技能概論。2、運動教育論述。3、運動心理學探討。4、健康體適能處方簽。5、運動醫學經驗分享。	(二)16:30-18:30
y220	馬拉松長跑訓練A	2	張世昌	永靖國小	希望學員藉由長跑運動改善身心健康，增強體能狀況，以達到人生真善美之境界。	(二)19:00-21:00
y221	陳氏心意混元太極拳+ 陳氏太極扇	2	余添益	永靖國小	陳氏心意混元太極拳，以混元內功為本，具有鮮明的特點、獨特的練法，練習這套拳可修身養性，更能健身、強身、增強免疫系統，是為現今社會男、女、老、少皆宜的最佳運動之一，最後練到身體更健康，修身養氣，以氣養功，身體不易老化。	(二)19:00-21:00
y317	樂活之手足推拿A	2	吳美茶	永靖國小	“手掌反射區推拿”補足了腳底按摩的缺點，從手上一些不同於腳底的反射區較有相當好的效果，而且立竿見影，尤其是手診的判斷更是準確。如果能夠自己做手掌的按摩，隨時隨地的自我調理，再加上腳底按摩，尤其是在手法中額外加入一些穴點的運用，簡單有效，男女老幼皆可輕鬆學會。	(三)14:00-16:00
y318	社交國標舞蹈	2	施惠馨	永靖國小	國標舞總類分為拉丁舞和摩登舞兩種，拉丁舞包括恰恰、倫巴、捷舞、鬥牛舞、森巴舞。摩登舞包括華爾滋、探戈、狐步、快三步、快四步。總共10種舞蹈。優美的舞曲搭配曼妙的舞姿舞出健康的人生，歡迎有興趣的好朋友們一同加入快樂的社交國標舞班。	(三)19:00-21:00

～推展終身學習心，延續永靖文史風～

編號	課程名稱	學分	授課教師	上課地點	課程簡介	上課時間
y319	*生態好好玩	2	朱宏鴻	永靖國小	認識生態→了解生態→解說生態	(三)19:00-21:00
y320	印度寶萊塢肚皮舞 (限女性)	2	陳絮旒	永靖國小	華麗閃耀的裝扮，金碧輝煌的展現～印度寶萊塢曲風時而輕快活潑，時而抒情浪漫，搭配美麗多變的手勢及迷人曲線的三道彎，展現獨特的旖麗風情！	(三)19:00-21:00
y321	樂活之手足推拿B	2	吳美茶	永靖國小	“手掌反射區推拿”補足了腳底按摩的缺點，從手上一些不同於腳底的反射區較有相當好的效果，而且立竿見影，尤其是手診的判斷更是準確。如果能夠自己做手掌的按摩，隨時隨地的自我調理、再加上腳底按摩，尤其是可以在手法中額外加入一些穴點的運用，簡單有效，男女老幼皆可輕鬆學會。	(三)19:00-21:00
y325	馬拉松長跑訓練B	2	張世昌	永靖國小	希望學員藉由長跑運動改善身心健康，增強體能狀況，以達到人生真善美之境界。	(三)19:00-21:00
y416	羽球推廣進階	2	陳文亮	永靖國小	1、提升羽球運動技能。2、培養終身運動習慣。3、增加健康體適能。4、以運動方式促進人際關係。	(四)16:30-18:30
y417	強力瘦身有氧	1	黃鈺嫻	永靖國小	利用簡單的組合，將有氧基礎運動融入其中，也是一種衝擊力低，訓練強度低的一個基礎課程，同時也以簡單的瑜伽動作達到伸展局部肌力的訓練，雕塑身型，達到健康的身體，塑造柔軟窈窕曲線。	(四)19:00-20:00
y418	健康養生瑜伽B	1.5	陳珮珊	永靖國小	繁忙的工商社會每個人的壓力也無形地加大使精神緊繃，藉由瑜伽體位法、丹田呼吸法，使我們的筋骨放鬆、活化氣血，增加體內免疫系統，身心靈合一，達到身心健康。	(四)19:30-21:00
y509	有氧雕塑舞蹈B	1	黃鈺嫻	永靖國小	有氧搭配一般流行舞曲，加上熱力四射的動作，結合多種舞蹈元素，簡單的律動，容易跟隨，同時達到肌力訓練燃脂的效果。	(五)18:30-19:30
y510	活氧輕體瑜伽	2	陳漢娜	永靖國小	以強化體質，快樂運動為出發，引導您深層調息，矯正脊椎，強化核心，雕塑肌群。課程深入淺出，循序漸進，主題多元活潑。包括心肺有氧適能，彼拉提斯，體位法修習，毛巾舒壓伸展操，以及最夯的間歇訓練。改善體質，調整體態，活力輕體自然來。	(五)18:30-20:30
y511	*民俗風華舞蹈	2	楊麗蓮	永靖黃昏市場 停車場	利用各種道具（例如：絲巾、扇子、傘、竹板）舞出曼妙舞姿。	(五)19:00-21:00
y513	生活無毒DIY-社區關懷師	2	吳茹慧	永靖國小	從早到晚日常生活當中，您知道您攝入多少「有害物質」呢？學會看懂商品成分標示，跟著老師一起動手做，輕鬆取代化學有毒物品，讓天然無毒的生活妙方，變成您的護身符，享受無毒好生活，一同打造健康無毒新家園！	(五)19:00-21:00
y514	活力羽球	2	余耀墉	永靖國小	1、培養終身運動習慣。2、以運動方式促進人際關係。3、提升羽球運動技能。4、增加健康體適能。	(五)19:00-21:00
y604	五人制專業足球 (限13人)	1	黃建平	永靖國小	希望推廣足球風氣、掀起運動風潮、傳遞體育正能量，讓不管足球新手或老手都可以有個機會可以一同交流，以休閒健康來運動的心態踢足球吧！	(六)18:00-19:00

～竭誠歡迎您共同加入員永村社區大學終身學習的行列～