

**臺南市南區樂齡學習中心**  
**113 年度第一期「樂齡成長班」課程暨報名表**  
**(5)南都班(臺南市南區中華南路二段 247-2 號)**

		地點：南都里活動中心		時間：下午 14:00-16:00	
次別	日期	主題	教學內容	講師	備註
1	04/22(一)	手腦並用永不老	認知訓練	樂齡專業規劃師 李莉莉老師	招收 上限 30 人
2	04/29(一)	健康保健策略	了解關節炎及關節鏡手術	台南市市立醫院 社區服務課	
3	05/06(一)	法式滾滾樂	法式滾球	台南市滾球協會 卓雪雲教練	
4	05/13(一)	樂在其中好韻到(一)	設計不同的音樂主題，搭 配音樂節奏、打擊或歌唱 以及輔助教材，藉由身體 律動融入健康促進與健康 老化等議題	一般樂齡講師 劉貞宜老師	
5	05/20(一)	樂在其中好韻到(二)			
6	05/27(一)	樂在其中好韻到(三)			