

(2)灣裡班 本期材料費共計 NT\$100 元，報名時繳交，招收上限 50 人

地點：灣裡聯合里活動中心					
			時間：每週五 上午 9:00-11:00		
次別	日期	主題	教學內容	講師	備註
1	03/14(五)	樂齡好生活	口腔保健，正確潔牙	樂齡專業規劃師 李莉莉老師	漱口杯 立鏡
2	03/21(五)	大腦保健、健康無限	認知訓練活化大腦預防延緩失智，加強記憶力、專注力。	樂齡專業管理師吳 嘉媛老師	
3	03/28(五)	稅務宣導	地方稅租宣導及統一發票推行	國稅局稅捐處 陳水金老師	
4	04/11(五)	腦力激盪	老歌猜猜樂-益智動腦、猜歌名、我唱你猜	專業職能治療師 劉書辰老師	
5	04/18(五)	居家安全	強化居家災害危機處理機能及運作	台南職場安全協會 王婷郁秘書	
6	04/25(五)	小心行平安歸	交通安全最重要，平安到家最好	灣裡派出所 劉東益所長	
7	05/02(五)	編織飲料提袋	棉繩網狀練習與杯體大小調整編織，提把收尾製作	專業手作老師 王苑惠老師	
8	05/09(五)	季節養生	提升免疫力.從口腔調養開始	歸元堂中藥行 黃品宜老師	飲用水杯
9	05/16(五)	健康舞動樂齡趣	藉由音樂舞蹈帶動身體機能的提升、延緩老化與彼此的快樂學習	樂齡專業規劃師 王美珍老師	1 樓
10	05/23(五)	法式滾滾樂	法式滾球	台南市滾球協會 卓雪雲教練	1 樓
11	06/06(五)	歌聲詠嘆活出精彩	歌曲欣賞、歌唱技巧、藝術欣賞	一般樂齡講師 蔡茗淇老師	
12	06/13(五)	健康促進策略	足部筋絡保健	專業整復課程講師 詹郁彬老師	
13	06/20(五)	學習正向思考	獨創自己的解憂秘笈	樂齡專業規劃師 江慶源老師	
14	06/27(五)	認知訓練	腦力運動會	樂齡專業規劃師 李莉莉老師	
備註		招收上限 50 人			

(10)灣裡書法班(本期需酌收報名費 NT\$100 元)

授課講師：蔡來發老師		地點：灣裡活動中心	時間：隔週二 上午 9:00-11:00	
次別	日 期	主題	教學內容	備註
1	04/08(二)	書寫生命樂無窮	淺談書法、文房四寶介紹與應用	招收上限 30 人
2	04/15(二)		認識字帖與解析筆畫和應用	
3	04/29(二)		字帖臨摩	
4	05/06(二)		字帖臨摩	
5	05/20(二)		成語與詩句練習	
6	05/27(二)		成語與詩句練習	
7	06/10(二)		小斗方作品書寫	
8	06/17(二)		學期小斗方吊飾作品完成	