

(8)開南班(臺南市南區開南里新建路 48 號)本期材料費共計 NT\$100 元，報名時繳交

地點：開南里活動中心		時間：每週三 上午 09:00-11:00			
次別	日期	主題	教學內容	講師	備註
1	07/02(三)	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	07/09(三)	樂齡族法務須知	預立遺囑能夠讓立遺囑人在生前進行財產分配規劃，保障財產分配符合立遺囑人的意願	民間司法改革基金會聘任律師	
3	07/16(三)	歡樂有氧動動動	簡易居家有氧舞蹈	一般樂齡講師 黃于庭老師	
4	07/23(三)	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 王菟惠老師	
5	07/30(三)	營養餐盤	我的健康餐盤	台南市市立醫院 社區服務課	
6	08/06(三)	法式滾滾樂	法式滾球	台南市滾球協會 卓雪雲教練	
7	08/13(三)	手機基本操作	學習手機常用 APP	一般樂齡講師 戴敏娟老師	攜帶手機或平板電腦
8	08/20(三)	手機拍攝技巧	認識不同鏡頭語言呈現的美感，拍攝不同鏡位構圖的照片	一般樂齡講師 戴敏娟老師	