主辦單位：彰化縣政府　承辦單位：建國科技大學　協辦單位：秀水鄉公所、國立秀水高工、秀水國小、安東社區、福安社區

寄件人：鹿秀社區大學-秀水分校(彰化縣秀水鄉中山路活動中心1樓)

收信人：

印刷品

國內郵資已付

彰化郵局許可證
彰化免字第 914 號

鹿秀社區大學網站
QR code

彰化縣政府【鹿秀社區大學-秀水分校】107年度秋季班課程簡章

一、主辦單位：彰化縣政府。　二、承辦單位：建國科技大學。　**線上課程資訊查詢：鹿秀社區大學網站(http://ls.ccu.org.tw)**

三、協辦單位：秀水鄉公所、國立秀水高工、縣立秀水國小、安東社區、福安社區

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、報名日期 / 時間：8/21開始報名至開課前。(一)週一至週五：下午二時至晚上九時。(二)週六：上午九時至下午四時。

六、報名地點：**秀水國民小學活動中心一樓 (彰化縣秀水鄉安東村中山路257號)**

七、諮詢專線：**電話：04-7682619　傳真：04-7682629**

八、報名須知：(一)舊學員報名時請攜帶學員證；新學員請繳身份證影本、照片1吋二張。
(二)學員有特殊疾病或應特別注意事項者，應於報名時主動告知。

8/21 開始報名
※ 9/1 前報名
新生 9 折 舊生 8 折
(舊生需出示學員證)

九、上課日期：107年9月11日起至108年1月12日止，共計18週（含公民素養週及結業成果展週）

十、上課地點：(一)秀水國民小學：秀水鄉安東村中山路257號。
(二)秀水高工：秀水鄉福安村中山路364號。(三)安東社區活動中心、福安社區活動中心。

十一、收費標準：【依彰化縣社區大學收退費標準規定辦理】。

(一)報名費：凡設籍鹿港鎮、秀水鄉、福興鄉民眾免收報名費。戶籍非上述三鄉鎮者:新學員200元，舊學員100元。

(二)學分費：1.新生：每學分費1000元。　**※本校已依據彰化縣政府委託案契約書第12條辦理，上課場所投保公共意外責任險。**

【優惠擇一使用】　2.舊生：憑學員證每學分費900元。(無學員證者視為新生)

3. 65 歲以上(民國 42 年 9 月以前出生者)，每學分收費 500 元。(請出示證明文件)

4.低收入戶、身心障礙，每學分收費 500 元；原住民、新住民，每學分收費 650 元。(請出示證明文件)

5.本校現任教師可選讀簡章所列「免學費課程」一門；其餘課程每學分 500 元。

(三)旁聽費：每門每堂新臺幣250元，額滿即不受理旁聽。

(四)雜　費：(課程期間未使用者，不收取任何費用)：　1.電腦課程電腦維護費：每1學分新臺幣300元，以此類推。
2.烹飪課程瓦斯電氣費：每1學分新臺幣100元，以此類推。3.冷氣費、卡拉OK器材維護費：每課程全期100元。

(五)代收代辦費：保險費：100元；課程所需書籍、耗材及材料費需學員自行負擔。

(六)選修免費、優惠課程配合事項：　**【所有課程非經教師同意不得攝影、錄影、錄音】**

①選修一門免費課程，需搭配付費課程一門；預收1000元保證金。

②課程結束後，缺課未逾總時數1/4(含公共週)，且依規定繳交該課程相關報告或成果者，保證金全數退還。

③若未搭配付費課程，每學分以500元收費，並依規定繳交該課程相關報告或成果。

十二、退費標準：【依彰化縣社區大學收退費標準規定辦理】。**辦理方式：請攜帶「繳費收據」及身份證 (代理人請帶身份證件)。**

1.開學二週內(9/10~9/21)辦理加退選課程，申請退選者全額退費(不含報名及保險費)。

2.逾加退選期限申請退費者，未逾全期二分之一者，按未上課週數比例退還；逾全期二分之一者，則不予退費。

十三、附則：**選修本期免費課程，需配合指定演出或於期末繳交團隊作品一件或報告一份，未繳交者則不退還保證金。**

【工藝美學課群】

【基於教室調度、課程多元化及各項行政規範、政令配合等考量，本校保留開課與否之裁定權，請參酌】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
1	**池坊花道暨時尚花藝** (材料費另計)	陳翠華老師 美國芝加哥花藝學院教授級	1.由基礎開始以循序漸進的方式帶入花藝奧妙的奇幻藝界。 2.透過四季不同的花材和不同的節慶，學習思考方法、設計理念、空間設計等等...，創作出有特色的花藝作品，傳遞生活美學。	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
2	**皮雕手工創作** (材料費另計)	白梅蘭老師 皮革職人. 社區大學講師	1.創作兼具時尚與實用作品，提昇藝術創作技能。 2.藉由技法學習及色彩配置，增進美學涵養、美化人生。 3.提昇技藝能力製作獨特性作品，創造市場競爭力，培訓第二專長。	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
3	**手縫幸福-刺繡與拼布** (材料費另計)	施盈君老師 日本緞帶刺繡	1.培養學員創作、配色能力與製作技巧。 2.作品可以增進居家的布置，秀出自己的風格。 3.將傳統刺繡加入拼布、緞帶等元素，再加上自己的巧思與構圖。 4.實踐生活美學，也領略傳統刺繡工藝，在新世代之美。	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】 **【免學費】**
4	**蝶古巴特與木器彩繪**	魏珈珮老師 社區大學講師	1.以木器或布類素材為主，用彩繪及餐巾紙拼貼。 2.學習如何上色及編排。 3.陶冶性情，佈置居家環境。　(材料費另計)	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】

~~ 推展終身學習心，延續鹿秀文史風 ~~

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
5	**池坊華道**	胡孟芸老師 社區大學講師	1.居家及宴會擺飾。 2.提昇品格涵養。 3.簡易入門，啟發式教學。 (材料費另計)	星期二 晚上 7：00-8：50 **【2 學分】**
6	**寫意花鳥-國畫基礎**	傅意雯老師 社區大學講師	1.不須繪畫基礎，容易入門。 2.從調色筆法，團體學習個別指導。 3.培養學習者欣賞的素養。 (連續上課)	星期二 晚上 7：00-8：40 【2 學分】
7	**翻轉舊衣玩手作** 【2 學分】	鄭尤君老師 社區大學講師	1.免花錢買材料，但是要有裁縫工具(針、線、剪刀、珠針...等)。 2.可做成實用的零錢包、化妝包、購物袋、肩背包、配飾...等。 3.學基礎手縫技巧、基礎刺繡技巧、裁剪、創意與配色。 4.環保時代來臨！讓舊衣有存在的價值與理由別讓角落變成倉庫！。	星期二 晚上 7：00-8：50 **【免學費】**
8	**布緞髮飾輕手作** (材料費另計)	李至純老師 屏東科大-服飾科學管理系手作工作者	1.不需準備特殊工具，手作初學者可輕鬆上手玩髮飾。 2.激發創意，培養學員色彩搭配與獨自創作的能力。 3.低成本玩手作，每樣作品親自示範教學，陪伴學員完成作品。 4.每期課程內容豐富，可培養第二專長並作為自創手作品牌的基石。	星期三 晚上 6：30-8：20 【2 學分】
9	**繪畫技法賞析與習作**	陳素卿老師 社區大學講師	1.示範與說明材料的應用。 2.可教授油畫、水墨、水彩、色鉛筆、碳精筆、素描等。 3.並依學員的程度再個別指導。	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
10	**金屬錫雕裝飾藝術** (材料費另計)	嚴楹嘉老師 社區大學講師	1.妝點玄關的金屬押壓藝術，讓訪客們感到輕鬆自在及溫馨。 2.擺在自己的空間裡，每天都會忍不住多看幾眼的美麗盒子。 3.收藏著遙遠回憶的相框是全家人的寶物。 4.工具(4 件組、壓克板、麂皮)可自備或老師代購。	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
11	**不凋花與乾燥花的魔法時光**	林振宸老師 社區大學講師	1.風靡全台！最熱門的不凋花與乾燥花藝設計。 2.引領風潮，揉合日、韓、法式花藝手法與呈現。 3.品味生活美學，學習植物美感的手作物件。 4.永恆傳遞手作者祝福的美好。 (材料費另計)	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
12	**纏花藝現「春仔花」**	黃瑪莉老師 纏花藝師 社區大學講師	1.(纏花)又稱線花，鹿港地區稱「春仔花」(春，有剩之含意)。 2.運用於生活中一切婚喪喜慶飾物。 3.創新元素加入，已成為收藏的藝術品，或裝置藝術。(材料費另計)	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】 **【免學費】**
13	**書法初級**	蔡旺利老師 建國工專電機工程 社區大學講師	1.想學即可。 2.修身養性、加強手眼協調。 3.提升觀察力。 (需自備文房四寶)	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
14	**時尚毛線編織** (材料費另計)	曾佩容老師 彰化社大、鹿秀社大講師	1.對編織有興趣，且害怕困難開始的人。 2.只要掌握基本技巧，就能輕鬆編織一件手工織品。 3.經由手作過程中，讓人期待穿上待成品的心情，進而愈作愈快樂。 4.讓每一件作品都是妳衣櫥裡，不可缺少的美麗單品。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
15	**時尚布感織帶包款製作**	彭珮絨老師 社區大學講師	1.利用傳統與現代技巧結合，編織時下流行獨特的包款。 2.回收包裝袋亦可利用，環保又耐用。 (材料費另計)	星期六 上午 9：00-10：50 【2 學分】

【社區發展課群】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
1	**創意春仔花社區推廣** **上課地點：安東社區**	黃秀霞老師 社區大學種子教師	1.春仔花傳統教學，彩色人生重現，文創延續，多彩多姿。 2.推廣社區民眾學習「春仔花」，展現社區不一樣的特色。 3.腦筋活化、妙手生花、盆栽呈現、綠化環境。 4.變化多端、萬物成形、多樣結合、點綴人生。	星期二 下午 2：00-3：50 【2 學分】 **【免學費】**
2	**社區阿公阿嬤學二胡** 【2 學分】	李志騰老師 社區大學講師	透過簡單易懂的說明與示範，即使沒有音樂基礎，也能夠拉奏回憶中令人懷念的曲調，讓對國樂有興趣的銀髮長輩，來享用『ㄟ弦仔』的豐富樂趣，熏陶身心並促進樂齡學習。 (需自備樂器)	星期二 晚上 7：00-8：50 **<五折課程>** 每學分 500 元

~~ 推展終身學習心，延續鹿秀文史風 ~~

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
3	**台灣原住民創意紙藝**	吳沁鴻老師 社區大學講師	1.透過趣味手作的方式，完成原住民服飾紙藝。 2.認識台灣原住民的服飾與文化特色。 3.認識各族的地理位置及故事、生活方式及習俗。 4.教育下一代理解且尊重多元文化。　(材料費另計)	星期三　晚上 6：30-9：20 【3 學分】 **【免學費】**
4	**手工傘製作與彩繪** **上課地點：福安社區**	徐韻筑老師 富雨洋傘	1.台灣曾是世界第一的製傘業，尤其是「和美」和「秀水」。 2.介紹傘的涵義，傘具的正確使用及保養方式。 3.手作 DIY 製傘體驗，製作一支獨一無二的自用傘。 (材料費另計)	星期三　晚上 7：00-8：50 【2 學分】 **【免學費】**
5	**認識鄉土多元歷史人文**	王慶城老師 國史館臺灣文獻館導覽解說志工	1.您想知道彰化為什麼以前叫「半線」？ 2.從鄉土的地名俗語人文來探討這塊土地的發展。 3.經由對鄉土的瞭解，欣賞臺灣自然生態及多元的歷史人文之美。 4.透過對鄉土歷史人文的認識與瞭解，讓您更加喜愛鄉土的一切。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】 **【免學費】**
6	**環保樂器打擊重擊有氧** 【2 學分】	李貫群老師 大丈夫樂團-鼓手	1.簡單易學，培養對音樂的素養。 2.增加心跳率與促進代謝。 3.一次滿足打擊與有氧兩種心願。	星期五 晚上 7：00-8：50 **【免學費】**
7	地方產業發展 **有機農業**	吳正宗、鍾文鑫、莊益源老師 國立中興大學土環系、植病系、昆蟲系 博士	1.合理管理土壤、施肥、植物病理學與防檢疫及農業害蟲與病媒防治。 2.教導學員明瞭有機農業的真諦和肥料有害成分監測。 3.達到土壤永續利用和住民食安的目的，並將傳統農業轉型為具綠色健康概念的產業。　<總上課次數 11 週，每堂課 3 小時>	星期六 上午 9：00-10：50 **【2 學分】** **【免學費】**

【養生保健課群】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
1	**韻律有氧(A)**	李文華老師 鹿港創世紀講師 社區大學講師	1.提升心肺功能及體力、促進身體代謝。 2.增進手腳協調平衡度。 3.認識不同領域的朋友。	星期一 晚上 6：10-7：00 【1 學分】
2	**曼妙玲瓏肚皮舞**	陳純玲老師 國小幼兒園社團、社區大學講師	1.從正確的站坐姿勢體態開始，訓練美姿美儀。 2.從肌肉群的訓練達到雕塑身材的功效。 3.加入美姿美儀的教學中，結合肚皮舞原理，更達到挺立塑身的功效。(限收女性學員)	星期一 晚上 6：30-7：20 【1 學分】
3	**陳氏太極拳-老架一路**	李鍊鐺老師 台灣陳氏太極發展協會講師	1.增強心臟功能，改善循環系統，擴大肺活量。 2.提高人的平衡能力，防止骨質疏鬆。 3.使練習者的全身肌肉得到充分鍛鍊，保持良好的體型。	星期一 晚上 7：10-9：00 【2 學分】
4	**國際標準舞(倫巴)**	彭秀妹老師 社區大學講師	1.拓展人際好社交、結交同好樂逍遙。 2.健康運動不可少、舞動青春降三高。	星期一 晚上 7：30-9：20 【2 學分】
5	**歡樂寶萊塢印度舞**	傅意雯老師 社區大學講師	1.透過寶萊塢舞，體驗印度舞之美。 2.舞風俏皮活潑、優美典雅。 3.雕塑體態，散發自信魅力。	星期二 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
6	**zumba**	許雅琴老師 社區大學講師	1.可藉由「有氧」以及「體適能」來減脂與雕塑體態。 2.藉著節奏快慢的歌曲來增強心肺與肌力。 3.盡情享受音樂跟著一起動、融入音樂、培養舞感，放鬆心情。	星期二 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
7	**麻辣瘦身舞能量瑜珈(A)(B)**	邱芷黎老師 社區大學講師	1.想要燃脂嗎？想要塑身嗎？想要釋壓嗎？想要健身嗎？ 2.心動不如馬上行動～麻辣瘦身舞&能量瑜珈課是您最佳選擇。	星期二 晚上 (A)6：10-7：00 (B)7：10-8：00 【1 學分】
8	**生活瑜珈(A)(B)** 【1 學分】	梁麗娟老師 社區大學講師	1.生活瑜珈化、瑜珈生活化，讓瑜珈美化人生讓人變年輕充滿活力。 2.瑜珈即是動禪，藉由瑜珈體位法改善你的體態，增強身體的免疫力。 3.學會與自己身體溝通身心結合，使身體達到最佳平衡狀態。	星期二 晚上 (A)7：00-7：50 (B)8：00-8：50

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
9	**塑身適能瑜珈**	陳貴花老師 社區大學講師	1.引導學員認識身體，改善質體，愛護自己。 2.不但可以健康運動、開心快樂互動學習，更可以喜歡各階段的自己。 3.迎向健康有活力的樂齡生活。	星期二 晚上 7：00-7：50 【1 學分】
10	**國際標準舞 (華爾滋)**	邱芷黎老師 社區大學講師	1.還為脊椎側彎煩惱嗎？想要雕塑曲線嗎？ 2.想要自信挺拔嗎?想要學習才藝嗎？等您一起加入我們。 (連續上課)	星期二 晚上 8：00-9：40 【2 學分】
11	**韓流 MV 舞蹈**	陳純玲老師 國小幼兒園社團、社區大學講師	1.從身體的律動，啟發對音樂的感覺。 2.運動傷害的預防訓練教學。 3.從肌肉群的訓練達到雕塑身材的功效。 4.經由入門的訓練，加上學員自己的姿勢改變，可以雕塑健美的身材。	星期二 晚上 8：10-9：00 【1 學分】
12	**活力瑜珈(A)**	江麗津老師 社區瑜珈教師	1.教學內容多元化。 2.強健肌耐力、強化氣血循環和心肺功能。 3.改善體質、維持體態、協調與健美身材。	星期三 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
13	**多功能有氧 滾輪**	郭玟秀老師 社區大學講師	1.有氧運動來改善心肺功能、改善體脂肪。 2.滾輪來柔軟我們們「結成團」、「硬梆梆」的筋骨。 3.利用滾輪雕塑體型。	星期三 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
14	**養生忠義 岳家拳**	陳秀靜老師 彰化縣中華太極拳協會總教練	1.奠定習武基礎。 2.養生強身自衛。 3.增強自身免疫能力。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
15	**陳氏太極拳- 新架一路**	李鍊鐺老師 台灣陳氏太極發展協會講師	1.有異於一般武術和運動，是內外合一的鍛煉方法。 2.太極拳著重虛實轉換的鍛煉，有助於增強身體的平衡性與靈活性。 3.通過肌肉張弛和關節的屈伸運動，對靜脈回流心臟起到促進作用。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
16	**拉丁單人舞**	江麗津老師 社區瑜珈教師	1.無須舞蹈基礎，限收女性學員。 2.透過音樂、美感、力道引導，展現拉丁舞魅力。 3.培養整體感與契合度，詮釋身體語言表現。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
17	**愛手愛腳愛健康- 經絡穴道**	許弘奐老師 社區大學講師	1.簡單易學，不用背誦強記。 2.自己動手，不用依賴別人，減少醫療浪費。 3.全方位的學習，延續三千年的智慧遺產，守護家人的健康。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
18	**野生藥用植物 與健康的應用**	張友萍老師 中國醫藥大學碩畢 藥用植物學會中醫藥顧問	1.深入淺出地介紹民間藥用植物並與中醫藥理論結合。 2.透過描述、分析與討論，辨識藥用植物的美感特徵與視覺要素。 3.認識有毒植物尋求自我保護之道；認識忌避植物應用到生活上；認識藥用植物的效果加以應用。	星期四 晚上 6：30-9：20 **【3 學分】** <五折課程> 每學分 500 元
19	**韻律有氧(B)**	李文華老師 鹿港創世紀講師 社區大學講師	1.提升心肺功能及體力、促進身體代謝。 2.增進手腳協調平衡度。 3.認識不同領域的朋友。	星期四 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
20	**養生太極拳 64 式**	陳秀靜老師 彰化縣中華太極拳協會總教練	1.傳授深層呼吸，調理五臟六腑。 2.增強身體免疫系統。 3.身體平衡感變好。	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
21	**流行 MV 熱舞**	鄭栢學老師 社區大學講師	1.喜歡日韓英美台的 MV 舞曲嗎?是否憧憬有天能在舞台上大展身手。 2.認識喜歡跳舞的朋友，一起運動一起流汗。 3.挑戰你/妳的四肢協調，挑戰自己的無限可能。	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
22	**有氧健身舞**	朱素瑛老師 曲線瑜珈提斯儲備教師	1.搭配流行音樂。 2.有固定舞步初學者更容易入門。 3.釋放壓力及紓解生活工作緊張情緒，結交愛運動的同好。	星期四 晚上 7：00-7：50 【1 學分】
23	**塑身有氧**	朱素瑛老師 曲線瑜珈提斯儲備教師	1.有點累又不會太累。 2.活化腦細胞，強化免疫力，達到有氧效果。 3.結交愛運動的同好。	星期四 晚上 8：00-8：50 【1 學分】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
24	活力瑜珈(B)	江麗津老師 社區大學講師	1.教學內容多元化。 2.強健肌耐力、強化氣血循環和心肺功能。 3.改善體質、維持體態、協調與健美身材。	星期五 晚上 6：00-6：50 【1 學分】
25	燃脂階梯	許雅琴老師 社區大學講師	1.利用基本步型，上、下不同高度踏板，來達到增加運動強度。 2.強化結實臀部、運動下肢、腿部的大肌群，強化心肺功能。 3.提供足夠的運動量對燃脂也有很大的幫助，提升體力。	星期五 晚上 6：10-7：00 【1 學分】
26	養生中草藥暨藥膳保健 【2 學分】	高一忠老師 社區大學講師	1.學習中草藥的理論基礎概念。 2.明白中草藥與食物的性能及禁忌。 3.應用在日常生活飲食之中，以達「預防重於治療」的養生觀念。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
27	太極瑜珈	許雅琴老師 社區大學講師	1.以太極作為暖身搭配音樂以流動的方式進行。 2.將許多不同的瑜珈體位法配合以呼吸並以拜日式串聯成連續動作。 3.通常會配合主題（如打開髖關節、後彎、扭轉…），強化肌力。 4.可藉以雕塑身材，保持體型、放鬆身心靈。	星期五 晚上 7：10-8：00 【1 學分】
28	36 式太極拳競賽套路	葉妙玲老師 社區大學講師	1.太極拳是一項能讓人修身養性。 2.為了能提倡全民運動養生，運動又不傷害為目的。 3.推廣養生太極拳至每一個社區角落，達到全民健康的目的。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
29	異國風肚皮舞	李文華老師 鹿港創世紀講師 社區大學講師	1.基礎動作教學及舞步。 2.塑身效果佳，促進身體代謝。 3.認識不同領域的朋友。(限女性)。	星期五 晚上 7：10-9：00 【2 學分】
30	生活瑜珈(C)(D)【1 學分】	梁麗娟老師 社區大學講師	1.生活瑜珈化、瑜珈生活化，讓瑜珈美化人生讓人變年輕充滿活力。 2.瑜珈即是動禪，藉由瑜珈體位法改善你的體態，增強身體的免疫力。 3.學會與自己身體溝通身心結合，使身體達到最佳平衡狀態。	星期五 晚上 (C)7：00-7：50 (D)8：00-8：50
31	羽球(A)(B) (耗材費另計)	施泳森老師 健好羽球協會 社區大學講師	1.輕鬆打羽球，快樂來運動，促進人際關係，提升自我信心。 2.培養打球興趣，加強基本技術。 3.增加體能及避免運動傷害，訓練肌耐力，增強心肺功能。	星期六 上午 (A)8：00-9：50 (B)10：00-11：50 【2 學分】
32	陳氏太極拳 38 式	李鍊鐺老師 社區大學講師	1.有異於一般武術和運動，是內外合一的鍛煉方法。 2.經常練習太極拳，對身心健康有意想不到的收穫。 3.增強心臟功能，改善循環系統，擴大肺活量。	星期六 上午 9：00-10：50 【2 學分】
33	養生清風扇	陳秀靜老師 彰化縣中華太極拳協會總教練	1.傳授武術基本功。 2.增強身體平衡感。 3.扇藝功夫傳承。	星期六 上午 9：10-11：00 【2 學分】
34	桌球	許志宇、許志嘉老師 桌球教練	1.場地受限小，也是運動傷害最低的球類運動。 2.可預防近視，訓練手眼腳協調，提高專注力。(耗材費另計)	星期六 下午 2：30-4：20 【2 學分】

【職能充實課群】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
1	EXCEL 初階 【2 學分】	曾憲國老師 社區大學講師	1.由基礎到應用，讓 Excel 成為工作上的小幫手。 2.利用 EXCEL 函數撰寫人事、財務、會計等表單。 3.在職場上得心應手，成為企業不可多得的人才。　(維護費另計)	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
2	中餐丙級輔導考照 上課地點：秀水高工	游敦勛老師 彰化市立圖書館講師	1.實戰經驗大分享，突發狀況模擬。 2.增加學員信心，克服考照困難的迷思，進而增加成功率。 3.術科方面以分組方式，進行實做教學，不定時抽考學科試題。	星期二 晚上 6：30-9：20 【3 學分】
3	時尚美睫入門與輔導考照	劉玉鈴老師 美容丙級監評 彰化縣美睫眉藝造型職業工會理事長	1.美睫師是現代社會新興市場。 2.讓學員學會如何嫁接睫毛增加眼睛美感。 3.輔導考照及創業，學習新的一技之長，增加收入。　(材料費另計)	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
4	**心肺復甦術教練輔導考照**	陳偉軍老師 中華民國紅十字會	1.從家庭急救、自主防災到關懷社會的課程，從零開始，循序漸進。 2.了解在危急事故中你應該做什麼！不應該做什麼！ 3.緊急事故的基礎認知都在這裡！【2 學分】	星期二　晚上 7：00-8：50 **【免學費】**
5	**中式點心乙級輔導考照** **上課地點：秀水高工**	王有朋老師 社區大學講師	1.課程以中式點心為主軸，若有志者，可參加考試拿取乙級證照。 2.教你如何製作老婆餅、太陽餅、芝麻燒餅、龍鳳喜餅、酥皮椰塔等十五種產品操作練習。(材料費另計)	星期三　晚上 6：30-9：20 【3 學分】
6	**工程電腦繪圖基礎應用**	張慧昌老師 社區大學講師	1.加強大眾對電腦繪圖的認知。(需自備筆記型電腦) 2.推廣電腦繪圖知識的廣泛學習與應用。 3.讓有興趣或有需求的學員得到適當的學習機會。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
7	**成人識字基礎**	曾苑毓老師 社區大學講師	1.ㄅ、ㄆ、ㄇ認識、讀寫、聽寫。 2.拼音、聲調熟練、達到可以自行閱讀簡單的文字。 3.具閱讀的自學能力，增進閱讀的樂趣為目標。 4.抄寫注音及國字的能力，簡易國字、手機打字教學。	星期四　晚上 7：00-8：50 【2 學分】 **【免學費】**
8	**眉藝絲繡輔導考照**	劉玉鈴老師 彰化縣美睫眉藝造型職業工會理事長	1.如何讓眉毛增加立體感與美感。 2.此課程可學到如何畫眉與修眉及在假臉皮上練習眉藝操作。 3.學習新的一技之長，增加收入。(材料費另計)	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
9	**SoildWorks 電腦軟體 3D 設計應用進階** **上課地點：秀水高工**	蘇義豊老師 秀工.建國工業繪圖講師 社區大學講師	隨著電腦技術不斷發展，電腦輔助設計(CAD)技術已進入應用化階段，SolidWorks 工業設計軟體對學習者工作將變得更有效率。習知 2D 圖面與 3D 連結配合模組快速切換，讓從業者獲得完整學習。SolidWorks 進階課程包含授予實體實務課程、進階曲面設計及工程分析等，讓學習系統化，增加學習者之就業能力。 (維護費另計)	星期六 晚上 6：30-9：20 【3 學分】

【自我成長課群】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
1	**(地方農業發展)** **植物病蟲害診斷與對策**	黃耀貞老師 社區大學講師	1.自己栽培健康蔬果，不難；花果蔬菜扦插、嫁接不求人。 2.肉眼研判植物病害、蟲害、生理病之養成。 3.合理化施肥、正確用藥之日常。	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】 【免學費】
2	**擺攤技巧&韓國連線入門** **(飾品類)**	李至純、莊瑞美老師 社區大學講師	1.想擺攤創業不知從何開始?適合無經驗者。 2.夜市擺攤經驗分享、成本考量、廣告手法、口碑行銷。 3.連線代購經驗分享，飾品、美妝採購技巧、批市介紹、貨運教學。	星期一 晚上 7：00-7：50 【1 學分】
3	**烏克麗麗彈唱趣**	梁慧善老師 社區大學講師	1.烏克麗麗四弦琴容易學習好入門。(學員需自備樂器) 2.培養音樂的節奏感及音樂性，增進彈唱的協調性。 3.小巧可愛、攜帶方便，音色優美，容易帶給人歡樂的氣氛。	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
4	**造型氣球輕鬆折**	曾淑惠老師 惠森活工作坊	1.增加想像力。 2.促進頭腦並用，延緩老化。 3.增進人際關係，豐富生活。(材料費另計)	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
5	**實力唱將歌唱養成**	陳桃老師 社區講師	1.基本樂理、唱譜、唸詞，了解歌詞意思。 2.教導每句、每字的嘴型、咬字、表情、強弱、轉音、情感表達。 3.麥克風的運用及肢體語言等技巧。(維護費另計)	星期一 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
6	**芳香療法精油實務與保健**	林家豪老師 澳洲 RAFA 皇家芳療師-亞洲講師	1.正確安全的使用精油，並運用在按摩、薰蒸、盥洗、泡澡等技巧上。 2.簡單調出屬於自己的複方精油，讓精油變成家庭的醫藥箱。 3.領略芳香療法，進入芳香世界，啟動自我的療癒。(材料費另計)	星期一 晚上 6：30-9：20 【3 學分】
7	**越南語-日常用語**	陳秋香老師 母語教學多元文化講師	1.基礎字母發音及字母結合運用法，犀利分析六聲音調的高低。 2.課程貼近生活用語認識越南當地文化。 3.了解異國風俗習慣、文化美食，為自己的職能加分！【免學費】	星期二 晚上 7：00-8：50 **【2 學分】**

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
8	**基礎韓文**	蔡式爵老師 社區大學講師	1.需有基本動詞變化基礎。 2.邊聊天邊學韓語會話、使用韓語探討韓國文化。 3.跟著韓劇台詞學韓文、以多元課外題材提升學習熱。	星期二 晚上 8：00-8：50 【1 學分】
9	**攝影好好玩-邊玩邊學**	陳泰岳老師 社區大學講師	1.不限攝影器材種類。 2.相機的基本認識與操作。 3.現場實地操作拍攝，到各地取景構圖外拍。	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
10	**薩克斯風進階**	王金平老師 社區大學講師	低沈優雅的樂聲最能撫平焦慮的靈魂，是現代繁忙上班族抒壓、沈澱的最佳選擇。透過簡單易懂的說明，了解音樂，內容深入淺出，教學淺顯易學，讓您輕鬆學習並感受到學習音樂的樂趣。(學員需自備樂器)	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
11	**樂在彈吉他**	張展榮老師 學校社團老師	1.輕鬆學會彈唱，吸引眾人目光。 2.瞭解吉他的好處，不怕生活枯燥乏味。　(學員需自備樂器)	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
12	**環保手作袖珍屋**	何淑蘭老師 彰化市圖書館、社區大學講師	1.學習如何讓資源回收再利用，嘗試各種媒材創作。 2.既有物品用不同的形式再次呈現，發現各種媒材的改變與再創。 3.經由巧思與創意可以變成娃娃屋中美麗的藝術品。 4.了解色彩、空間與我們的生活息息相關。　(材料費另計)	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】 <五折課程> 每學分 500 元
13	**精品咖啡知識與手沖實務**	黃金龍老師 藍圖生活科技	1.無器材及基礎者均可上課。 2.理論與實務並重，絕非從頭到尾都在沖咖啡。 3.生豆、熟豆，不同面相的咖啡都可以清楚了解。　(材料費另計) 4.辨別咖啡的品質好壞，幫助釐清眾多咖啡迷思及觀念。	星期二 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
14	**進階韓文**	蔡式爵老師 社區大學講師	1.即將進入中級韓文。 2.把韓語運用帶入日常生活、 使用韓語探討韓國文化。 3.以小組探討方式加強口說表達，帶入課外教材。	星期二 晚上 6：30-7：20 【1 學分】
15	**快樂電子琴**	賴麗慧老師 社區講師	1.認識鍵盤樂器。 2.活到老學到老。 3.結交喜歡音樂的同好。　(學員需自備樂器)	星期三 下午 3:00-4:50 【2 學分】
16	**初階二胡演奏** 連續上課	林虹君老師 社區大學講師	1.歡迎對二胡有興趣的學員加入。　(可自備樂器或請老師代買) 2.讀譜、基本樂理、音階、運弓等課程。 3.以 D 調為主，可流暢地演奏短、小樂曲。	星期三 晚上 5：50-7：30 【2 學分】
17	**實用日語初級(下)**	林三豐老師 社區大學講師	1. (大家的日本語 12-15 課)，本課程為日語檢定 N5 範圍。 2.學習生活會話及基礎句型運用，有系統地掌握初級日語文法知識。 3.以循序漸進方式由淺入深，訓練基礎聽說讀寫能力。　(連續上課)	星期三 晚上 6：00-7：40 【2 學分】
18	**幸福美眉養成** (保養彩妝、編梳造型)	陳鳳娥. 吳莉羚老師 社區大學講師	1.肌膚保養輕鬆學、妝點自己不求人。 2.打造適合自己的彩妝與髮型居家，染護髮自己來。 3.提升內在自信美，散發氣質女人味。　(材料費另計)	星期三 晚上 6：30-9：20 【3 學分】
19	**薩克斯風初級**	張中穎老師 社區大學講師	1.認識薩克斯風發音原理與指法。　(可自備樂器或請老師代買) 2.發音與長音的培養正確的音色。 3.樂器攜帶方便渲染力強，以兒歌民謠入門帶入流行樂。	星期三 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
20	**進階二胡演奏~挑戰自我**	林虹君老師 社區大學講師	1.學 F、D 調一、二把位之稍難樂曲，歡迎已有基礎學員加入。 2.加強音階、節奏和運弓等基本功練習，提升對其之敏銳度。 3.「游於藝」，流暢地演奏中型樂曲，拉出優美琴聲。(需自備樂器)	星期三 晚上 7：35-9：25 【2 學分】
21	**實用日語進階(上)**	林三豐老師 社區大學講師	1. (大家的日本語 37-39 課) ，本課程為日語檢定 N4 範圍。 2.學習生活會話及進階句型運用，有系統地掌握日語文法知識。 3.以循序漸進方式由淺入深，打好您的日語基礎。　(連續上課)	星期三 晚上 7：50-9：30 【2 學分】
22	**日語初級快樂學(含 50 音教學)**	吳子瀠老師 社區大學講師	1.沒程度限制，從 50 音開始。 2.輕鬆學習，沒有壓力。 3.學習者都能開口說日語。連續上課。	星期四 晚上 6：30-8：20 【2 學分】

	課程名稱	授課教師	課程大綱	上課時間
23	戀戀指尖彩繪 (材料費另計)	吳莉羚、楊敏勤老師 社區大學講師	1.不只可以自我美甲保養，還可以藉由美甲技能進入美甲職場。 2.只要有興趣，歡迎初學者加入，由淺入深輕鬆學。 3.也可輔導考取二級美甲檢定。	星期四 晚上 6：30-9：20 【3 學分】
24	川菜家常料理 (材料費另計) 上課地點：福安社區	陳麗雪老師 社區大學講師	1.川菜取材廣泛，調味多變，菜式多樣，口味清鮮，醇濃並重。 2.善用麻辣調味，別具一格烹調方式，「食在中國，味在四川」。 <菜單有：老媽蹄花、土豆燒肥腸、孜然香辣蝦、蒼蠅頭、魚香烘蛋、口水雞、四川酸菜魚、五更腸旺、虎皮扣肉、四川擔擔麵、冬菜酥餃、川西豇豆抄手…等。>　☆上課需自備碗、筷及塑膠袋或保鮮盒。	星期四 晚上 6：30-9：20 【3 學分】
25	天然無毒環保手工皂 DIY	何淑蘭老師 彰化市圖書館、社區大學講師	1.自己動手做，成份清清楚楚。 2.簡單的材料與工具就可做出對肌膚溫和，好沖洗又保濕的手工皂。 3.做中學，學中做，習得第二專長。　(材料費另計)	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
26	居家有機培育	黃耀貞老師 社區大學講師	1.自己栽培健康有機無毒蔬果，不難。 2.花果蔬菜扦插、嫁接不求人。 3.有機、生物防治正確對症施用。 4.有機肥你買對、用對了嗎?	星期四 晚上 7：00-8：50 <五折課程> 每學分 500 元 【2 學分】
27	台語歌唱技巧 (維護費另計)	鄭春明老師 福星歌友會、社區大學講師	1.學習台語基礎發音與咬字，正確使用丹田呼吸法。 2.學習如何運用共鳴區轉換、轉音、滑音、裝飾音的運用。 3.認識基礎樂理。 4.開拓人與人之間的交流。	星期四 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
28	看了就會唸-英語自然發音	楊明凱老師 成人美語講師	1.學習看字讀音、聽音拼字的技巧。 2.連音、句讀、短句朗讀、韻文練習，以簡易的方式切入發音。 3.多元化的教學在輕鬆的環境下體驗到學英文的樂趣。(連續上課)	星期五 晚上 6：00-7：40 【2 學分】
29	流行鋼琴輕鬆彈	梁慧善老師 社區大學講師	1.認識基本樂理常識、培養音樂性及節奏感。 2.藉著音樂可抒發壓力。　(可自備手捲式鋼琴鍵盤或請老師代買) 3.訓練左右手協調性、養專注力延緩老化。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
30	3D 立體列印筆-生活&文創小物	黃崇堯老師 設計總監	1.利用 3D 列印筆立體成型的特性，在三維空間裡盡情地發揮。 2.開發 3D 的基本認識與空間概念的建構。　(耗材費另計) 3.鍛鍊手眼腦協調性、提高空間思維能力、發揮想象力培養創造力。	星期五 晚上 7：00-8：50 【2 學分】
31	輕鬆學英文-用文法說會話	楊明凱老師 成人美語講師	1.生動有趣的主題討論、互動遊戲，提升英文會話的情境氛圍。 2.強調日常生活「溝通方式」，加強英文口說練習。 3.以英文探討自我最熟悉的文化背景與生活經驗。　(連續上課)	星期五 晚上 7：45-9：25 【2 學分】

彰化縣 107 年度下半年長青大學

主辦單位：彰化縣政府　承辦單位：建國科技大學

序	班別名稱	上課時段	課程內容	開課	講師
1	有氧樂活 滾輪瑜珈	每週三 下午 3:00 至 5:30	我們秉持著要活就要動，活到老動到老的理念。讓年長者可以擁有健康的身體，享受活力陽光的健康人生!	9/12	許雅琴

一、報名費：符合資格者，每人 100 元。(共上課 48 小時)。　**本簡章若有未盡事宜，依相關規定辦理**

二、學雜費：1. 年滿 55 歲未滿 60 歲（民國 47 年 9 月 2 日至 52 年 9 月 1 日）每人每班 900 元。
2. 年滿 60 歲未滿 65 歲（民國 42 年 9 月 2 日至 47 年 9 月 1 日）每人每班 500 元。
3. 年滿 65 歲以上（民國 42 年 9 月 1 日以前出生）每人每班 200 元。

三、報名日期：107/8/21(星期一)起至開課日當天，每班限 30 名，額滿為止。

四、報名時間：（一)週一至週五：下午二時至晚上九時。(二)週六：上午九時至下午四時。

五、報名地點：秀水國小活動中心一樓

六、洽詢電話：04-7682619

~~ 推展終身學習心，延續鹿秀文史風 ~~