

便簽 日期：  
 單位：推廣教育組  
 速別：普通件  
 密等及解密條件或保密期限：

- 一、本案係大同大學「110學年樂齡大學」招生簡章。
- 二、文陳閱後轉知本校同仁知悉。  
 於推廣教育組網頁公告

會辦單位：

第二層決行 承辦單位	會辦單位	決行
組員 高玉瑄 0820 1002		請公告
助理教授兼任 推廣教育組組長 吳雪伶 0820 1004		教授兼任進修班 推廣部部主任 陳國華 0820 2209
秘書 林佑亮 0820 1350		

裝

訂

線



檔 號：

保存年限：

## 大同大學 函

機關地址：台北市中山區中山北路三段40號  
聯絡人：陳育伶  
電話：02-21822928 7563  
電子郵件：chenyl@gm.ttu.edu.tw

受文者：國立臺北大學

發文日期：中華民國110年8月12日

發文字號：大同研字第1100007058號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：(附件1 A095G0000Q0000000\_110P000534\_1100007058\_110D2000304-01.pdf、附件2 A095G0000Q0000000\_110P000534\_1100007058\_110D2000305-01.pdf)

主旨：檢送本校「110學年樂齡大學」招生簡章，敬請惠予公告  
周知並鼓勵所屬人員報名參加，請查照。

說明：

一、本校將透過健康樂活之飲食、運動、休閒等多元高齡課程，並以創新的學習模式，強化代間互動，建立學員正確飲食、運動、法治等觀念，進而提高生活品質及自我實踐之價值感。

二、招生資訊如下：

(一)對象：年滿55歲優先，身體健康良好（行動不需要扶持，無照護需求，且具獨立生活自理能力者），不限學歷（具基本識字能力）。

(二)人數：預計25至30人。

(三)收費方式：免費參加。

(四)上課時間：上學期：110年9月14日至111年1月31日，  
下學期：111年2月22日至111年7月31日，每週二、三  
10:10-17:00。

(五)上課地點：大同大學(台北市中山區中山北路三段40號)。未來若因新冠肺炎防疫措施，實施校園管制時，

國立臺北大學



將改為線上遠距課程。

(六)報名日期：即日起至110年9月3日止或額滿為止。

三、詳細招生訊息及報名可至本校推廣教育中心網頁查詢或  
下載，網址：<https://ex.ttu.edu.tw/p/406-1017-10946,r147.php>

四、報名及行政等相關問題聯絡方式：

(一)推廣教育中心 (02)2182-2928#7533 呂小姐；

(二)研究發展處 (02)2182-2928#7563 陳小姐。

正本：公私立大專校院

副本：

裝

線



## 大同大學「110 學年度樂齡大學」招生簡章

一、依教育部 110 年 6 月 21 日臺教社(二)字第 1100083130 號函辦理。

二、目標：

1. 透過各種課程面向，建立學員正確飲食、運動、法治等觀念，進而提高生活品質，改善健康狀況。
2. 以多元創新的學習模式，強化代間互動，以此建立學員與人互動之溝通表達，以及自我實踐之價值感。

三、招生對象：年滿 55 歲優先，身體健康良好（行動不需要扶持，無照護需求，且具獨立生活自理能力者），不限學歷（具基本識字能力）。

四、招生人數：預計招收 25 至 30 人。

五、收費方式：免費參加。

六、上課時間：

1. 採學期制，分上、下學期辦理。
2. 上學期：110 年 9 月 14 日至 111 年 1 月 31 日，每週二、三 10:10-17:00。
3. 下學期：111 年 2 月 22 日至 111 年 7 月 31 日，每週二、三 10:10-17:00。

※9 月 14 日(二)10:10~12:00 為開學典禮，請學員務必參加。

※課程時間暫定，本校保有調整課程之權利。

七、上課地點：大同大學(台北市中山區中山北路三段 40 號)。

※未來若因新冠肺炎防疫措施，實施校園管制時，將改為線上遠距課程。

八、報名日期：即日起至 110 年 9 月 3 日止或額滿為止。

九、報名時間：週一至週五 9:00~18:00 止。

十、報名方式：

1. 電話報名：(02)2182-2928#7533 或 (02)2585-3851 呂小姐。
2. 線上報名：<https://forms.gle/fHRB2eh2KmesqBP48>
3. 現場報名：請攜帶身分證證件

報名 QR code



請洽大同大學推廣教育中心(台北市中山區德惠街 7-1 號 1 樓 104 室)

※經審核報名成功者，將簡訊通知加入本校樂齡大學 line 群組。

十一、課程內容：設計健康樂活之飲食、運動、休閒、健康等多元高齡課程，促進學員身體、心理與社交三方面的健康。

課程名稱	
樂齡大學活學與共創講座 (高齡知識與學習)	樂齡大學活學與共創講座 (高齡技術導向培育)
青銀共融設計工作坊(一)(二)	身體機能活化運動
創意音樂身體律動	身心舒展哈達瑜珈(一)(二)
高爾夫推桿運動	樂齡活力桌球
高齡美妝與保養	高齡保養品製作
飲料調製與品味	釀酒製作 DIY
志生館導覽解說(表達與服務)	休閒農場體驗與導覽
樂齡影片多媒體後製基礎班/進階班	東洋美食特搜(一)(二)
3C 長者滑機時代	生命歷程的紀錄與法律實務(一)(二)

※本校保有調整課程、師資及開辦與否之權利。

## 十二、其他事項

1. 學員修習 1 學年的課程期滿，出席時數達總時數百分之九十，得以發給結業證明書。
2. 請學員妥善保管個人物品，並珍惜所有本校提供設備，如有短缺、損壞時請立即通報工作人員，如損壞或遺失器材需照價賠償。
3. 日常用藥及個人物品請自備，健保卡須隨身攜帶。
4. 確保上課品質，請勿攜帶非本班學員進入課堂。
5. 如須請假，請提前通知課程承辦人，以利掌控學員出席狀況。
6. 本簡章未規範事項，悉遵照教育部相關法規辦理。

※報名、行政等相關問題聯絡方式：

1. 研究發展處 (02)2182-2928#7563 陳小姐。
2. 推廣教育中心 (02)2182-2928#7533 或 (02)2585-3851 呂小姐。

※合作單位：大同區健康服務中心



大同大學  
Tatung University

## 大同大學「110 學年度樂齡大學」報名表

姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
身分證字號		生日	民國 年 月 日
行動電話		市話	
電子郵件			
聯絡地址			
緊急聯絡人	姓名	關係	電話(行動電話/市話)
學歷	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中/職 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 碩士 <input type="checkbox"/> 博士		
目前退休	<input type="checkbox"/> 是	退休前 職業： <input type="checkbox"/> 軍公教 <input type="checkbox"/> 工商 <input type="checkbox"/> 農漁 <input type="checkbox"/> 牧 <input type="checkbox"/> 服務 <input type="checkbox"/> 金融 <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 醫療 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 其他_____	
	<input type="checkbox"/> 否	退休後 職業： <input type="checkbox"/> 軍公教 <input type="checkbox"/> 工商 <input type="checkbox"/> 農漁 <input type="checkbox"/> 牧 <input type="checkbox"/> 服務 <input type="checkbox"/> 金融 <input type="checkbox"/> 資訊科技 <input type="checkbox"/> 醫療 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 其他_____	
其他事項	<input type="checkbox"/> 具識字能力。 <input type="checkbox"/> 身體健康，行動不需扶持。		
	報名課程動機： <input type="checkbox"/> 交朋友 <input type="checkbox"/> 增廣見聞 <input type="checkbox"/> 休閒 <input type="checkbox"/> 其他_____		
	課程訊息管道： <input type="checkbox"/> 大同大學官方網站/臉書/INSTAGRAM <input type="checkbox"/> 親友 <input type="checkbox"/> 社區網絡 <input type="checkbox"/> 其他_____		
身分證正面影本		身分證反面影本	

此基本資料僅作學員資料建檔，會為您保密且不做其他商業用途，請放心填寫！



## 大同大學「110 學年度樂齡大學」個人資料提供同意書

本人同意並確認以下事項：

本人同意將上揭所填之個人資料（如姓名、身份證字號、手機電話號碼、地址等）提供給「大同大學」就推廣教育工作推動之特定目的，於適當、合理及必要範圍內，蒐集、處理及利用，例如：繕製班級名單、研習證書與上述申請業務有關作業及公務上聯繫與服務之用，並於簽章欄親筆簽名。

同意人(學員)：\_\_\_\_\_ (親自簽章)

身分證字號：\_\_\_\_\_

日期：民國      年      月      日

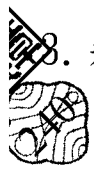


大同大學  
Tatung University

## 大同大學「110 學年度樂齡大學」健康狀況調查表

本課程活動大部份時間在校園內進行，部份時間會安排至校外參訪。為確保活動期間您的安全，希望對您的健康狀況多一點了解，作為課程活動調整之參考，會為您保密且不做其他商業用途。請確實填寫本調查表，謝謝合作！

1. 健康狀況自評：很好 普通 不滿意 差
2. 指定之醫療院所：無 馬偕醫院 台大醫院 榮民總醫院  
新光醫院 其他：\_\_\_\_\_



3. 規律運動的習慣：

- 是，運動：慢跑 游泳 健走 球類運動 瑜珈  
養生操 其他：\_\_\_\_\_

否，原因：\_\_\_\_\_

4. 最近一年內曾否住院過：是，原因：\_\_\_\_\_ 否
5. 是否須要定期服用藥物：是，目前服用的藥物為：\_\_\_\_\_ 否
6. 是否曾接受過外科手術：是，原因：\_\_\_\_\_ 否
7. 目前是否有以下健康狀況：高血壓 心臟病 中風 心悸  
糖尿病 下背痛 哮喘 眼疾 腰椎疾病 無法久站  
退化性關節炎 其他：\_\_\_\_\_ 無
8. 其它應告知事項：\_\_\_\_\_

本人同意健康狀況調查表內容作為「樂齡大學」計畫健康評估之依據，所填答內容本人已確認無誤，也認為自己的健康情形適宜參加本次課程活動。(填寫好以上資料閱讀並同意注意事項後，請於下方簽署)

同意人(學員)：\_\_\_\_\_ (親自簽章)

身分證字號：\_\_\_\_\_

日期：民國      年      月      日



# 大同大學 樂齡大學

## Senior Citizens Learning Camp

學費全免

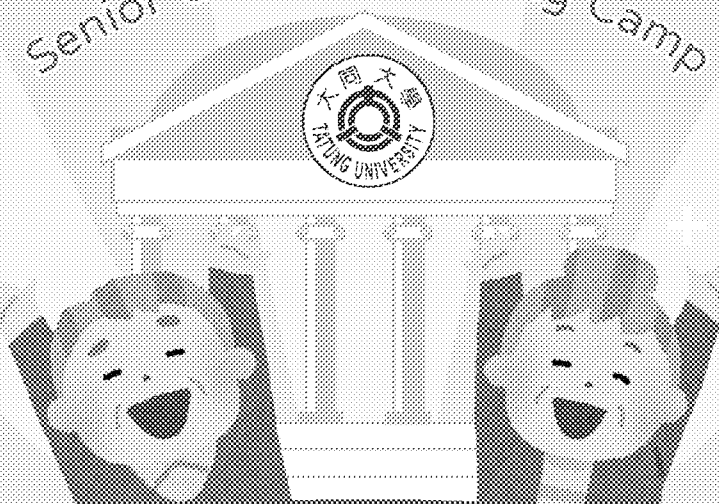
### 開學囉 相揪來上課

110年09月14日

星期二

10:10~12:00

### 開學典禮



#### 招生對象

55歲以上健康長者

#### 報名時間

即日起至  
110年9月3日 (五)  
週一至週五  
9:00~18:00

#### 上課時間

每周二、三，10:10-17:00  
(每周上課6-9小時，詳見課表)

#### 上學期

110.09.14  
|  
111.01.31

活學共創講座—知識與學習  
青銀共融設計工作坊  
創意音樂身體律動  
高爾夫推桿運動  
樂齡美妝與保養  
飲料調製與品味  
導覽解說—表達與服務  
樂齡影片多媒體後製  
3C長者滑機時代

活學共創講座—技術培育  
身體機能活化運動  
身心舒展哈達瑜珈  
樂齡活力桌球  
樂齡保養品製作  
釀酒製作DIY  
休閒農場體驗與導覽  
東洋美食特搜  
生命歷程記錄與法律實務

#### 下學期

111.02.22  
|  
111.07.31

採學期制(上、下學期)課程需全程參與，  
出席率達九成以上，核發結業證書。

- 電話報名：(02) 2182-2928 #7533  
(02) 2585-3851 (呂小姐)
- 線上報名：<https://reurl.cc/lRkoOY>
- 現場報名：請攜帶身分證，洽大同大學推廣教育中心  
(台北市中山區德惠街7-1號1樓104室)
- 交通方式：搭乘公車至「大同大學」；搭乘捷運至「民權西路站」、「圓山站」或  
「中山國小站」下車步行約10分鐘
- 上課地點：大同大學 (台北市中山區中山北路三段40號)
- 問題諮詢：(02) 2182-2928 #7563 (陳小姐)



報名QR CODE

A095G0000Q0000000 110P000534 1100007058 110D2000305-01.pdf

主辦單位：大同大學  
協辦單位：臺北市大同區健康服務中心