

社團法人中華社區厝邊頭尾營造協會

114 學年度 第二學期

長青學院招生簡章

一、興辦理念：為使年長者活出喜樂、平安與尊嚴的生活，誠摯邀請您及親友一同加入，共創美好的銀髮人生。

二、就學資格：年滿 55 歲以上（無學歷限制）。

三、修課時間：2026 年 3 月 6 日至 2026 年 6 月 26 日。

（顧及長者安全與健康，凡註冊、開學、結業等大團體聚集須全程戴口罩，敬請配合場地管理規定，未能配合，恕無法受理報名及簽到。）

四、報名方式：限本人攜帶身分證件，親自報名並完成註冊手續。

五、報名地點：新安全人成長中心（捷運：南京復興站 2 號出口左轉）

地址：台北市中山區南京東路三段 130 號 3 樓。

六、報名時間：2026 年 1 月 30 日（週五）上午 9 點 30 分至 11 點，

總名額滿提前截止報名。（歡迎登記候補）

◎ 洽詢電話：2777-1646 #14

七、報名方式：

（1）填寫註冊單，新生加填學員基本資料表。

（2）新生繳交報名費 200 元（行政作業恕不退費）。

（3）依註冊單編號順序選課，學費全免，每科僅需繳交保證金 500 元。

八、保證金退費辦法：

（1）開學典禮與結業典禮併入課堂數計算，務必全程參加。

（2）遲到、早退，超過 30 分鐘者，視為缺課。敬請珍惜校方資源。

（3）全學期無缺課，且遲到、早退合計未超過四次者，於結業典禮時保證金全額退回。

（4）全學期請假以二次為限（含開學典禮、結業典禮），第一、二次請假各扣保證金 100 元。凡請假逾二次者，恕不退保證金。

九、開學典禮：2026 年 3 月 6 日（週五）上午 9 點 30 分（9 點報到）。

十、結業典禮：2026 年 6 月 26 日（週五）上午 9 點 30 分（9 點報到）。

十一、上課地點：台北市中山區南京東路三段 130 號 3 樓

（由南京東路禮拜堂免費提供場地）

◎ 捷運：南京復興站（2 號出口左轉）

◎ 公車：南京龍江路口

十二、其他注意事項：

◎ 加 / 退選時間：開學後一週內攜帶註冊收據、學號吊牌申請辦理。

(開學後第二週起，恕不受理課程異動申請)

◎ 講義 / 材料費：依各班課程內容不同而定，隨堂繳交給各班助教代收處理。

◎ 為保障同學上課權益，**學期缺課超過三次**，取消下學期該科報名機會。

十三、課程內容：**60 歲以上，滿 10 人開班，額滿班級以報名優先順序受理**

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
10：00～11：30 形姿運動班 (限 30 個名額)	10：00～11：30 日文會話班 (限 24 個名額)	10：00～11：30 樂齡健康操	10：00～11：30 生活美語 (限 24 個名額)	10：00～11：30 養生保健 (八段錦) (限 30 個名額)
	12：00～13：00 共餐 (學籍生)			
	13：30～15：00 直笛班 (限 20 個名額)			

長青學院相關訊息搜尋：

南京東路禮拜堂 <http://www.nkec.org.tw/group/html/>

長青學院 <https://verylifeverygood.blogspot.com/>



各科簡介 (敬請詳閱或電話詢問)

◎ 形姿運動班：認識身體結構，藉由簡單運動，減少酸痛問題，達到預防疾病效果。

◎ 日文會話班：想開口說日文，卻害怕說錯或害怕聽不懂嗎？本課程將透過遊戲、歌唱，幫助您和日文當好朋友，去日本旅遊時能聽得懂、勇敢說。

(需具備五十音基礎)

◎ 直笛班：教導教育部音樂課程編入推廣的直笛，用最簡易的樂器吹奏各類的樂曲！頤養心性！(自備中音直笛〔建議型號 Aulos 509B〕)

◎ 樂齡健康操：以詩詞配上優美旋律，舉手、投足、眼神、動作的伸展，操中有舞、舞中有操，完全展現出力與美的姿態，活潑地跳出精采有盼望的優化人生，是當今流行的健康舞。

◎ 生活美語：由單字、音標、片語、會話與歌曲的串聯交互練習。老師透過多元的教學方式引導學生開口輕鬆說英語。(需具備初級會話的程度)

◎ 養生保健：透過呼吸與動作舒緩身心的壓力，暢通身體的奇經八脈，促進身體排除毒素(八段錦)功能，以達恢復健康、保持健康與健康促進的功效。

※ 因應不可抗力突發事件，長青學院保有停課與否等之應變處理決定權。