社團法人中華社區厝邊頭尾營造協會

116年春季班 長青學院 招生簡章

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，共創美好的人生。
就學資格：年滿 55 歲以上（無學歷限制）
修課時間：2027 年 3 月 12 日至 2027 年 6 月 25 日

【報名方式】

第一階段（原班續報）：2026 年 11 月 30 日至 12 月 4 日，本階段僅限通過出缺席良好資格審查之原班學員，且須完成繳費始完成報名程序。

第二階段（線上招生）：2027 年 1 月 18 日上午 10:00 開放網路報名。符合就學資格之長者們，須提前加入「長青學院招生 LINE 社群」。學院將於 2027 年 1 月 15 日前公布報名連結在該社群內（各班名額有限，若額滿將依登記順序轉為候補）。

長青學院招生LINE 社群

重要提醒：為利學院核對身份，加入「長青學院招生LINE社群」時，請務必將您的暱稱設定為您的「真實中文姓名」。

報名時程：2027 年 1 月 18日上午 10:00 起至 1 月 20 日下午 5:00 止。開放「線上報名系統」登記，各班名額有限，額滿後將自動轉為候補登記。

2027 年 1 月 22 日中午 12:00 公告繳費名單，1 月 25 日至 27 日上午 10:00-11:30 開放現場繳費，由本人攜帶身分證或健保卡親自現場辦理繳費，完成繳費始完成報名程序。候補學員，將個別通知至現場繳費。

【繳費及上課地點與費用】

新安全人成長中心（由南京東路禮拜堂提供場地）
台北市中山區南京東路三段130號3樓（捷運「南京復興站」2號出口左轉；公車「南京龍江路口」站）

報名費用包含：

- 新生每人繳交報名費200元（行政作業恕不退費）
- 本學院學費全免，惟每人每科課程僅需繳交保證金500元。

【課程出缺席規範與保證金退費辦法】

- 開學與結業典禮均納入正式課堂數及缺課計算，全體學員務必全程參加；未出席者，視為缺課。
- **保證金退費規則：**請假1次退還保證金400元（扣100元）；請假2次退還保證金300元（扣200元）；請假3次（含）以上，保證金全額不予退還。
- **遲到與早退折算標準：**凡遲到或早退超過30分鐘，視為缺課1次。凡遲到或早退在30分鐘內，每累計滿4次，等同缺課1次。
- 缺課累計2次（含）以下者，方具備下學期「原班續報」之優先資格。
- 缺課累計達3次者，不具原班續報資格，仍可參與第二階段線上招生。
- 為維護全體學員修課權益與資源公平，凡單科課程缺課累計達4次（含）以上者，將不予保留下學期該科課程之報名資格。
- 全學期無任何缺課紀錄，且未達上述遲到早退折算標準者，於結業典禮時保證金500元全額退回。

【重要典禮時程與修課注意事項】

- **開學典禮：**2027 年 3 月 12 日（週五）上午 9:30（9:00始報到）
- **結業典禮：**2027 年 6 月 25 日（週五）上午9:30（9:00始報到）
- **加/退選期限：**開學後一週內（即 3月 19 日中午 12:00 前）攜帶註冊收據申請辦理。開學後第二週起，恕不受理課程異動申請。
- 凡遇政府公告之國定假日，當日課程暫停一次，不另行補課。
- 凡年滿55歲以上民眾皆可報名，惟依據政府計畫規範，據點服務名額與共餐食材補助以年滿60歲以上長者為優先對象。每科課程滿10人開班，額滿班級以報名優先順序受理候補。
- 講義及材料費，依各班課程內容不同而定，隨堂繳交給各班助教代收處理。
- 顧及長者安全與健康，凡開學、結業等大團體聚集鼓勵全程戴口罩。

【課程簡介】

◎ 形姿運動班（週一上午 10:00-11:30，限 35 個名額）：

從認識身體機能出發，透過溫和簡單的伸展，舒緩日常的痠緊不適，達到落實自主健康促進、維持良好生活品質之成效。

◎ 日文會話班（週二上午 10:00-11:30，限 30 個名額）：

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（須具備五十音基礎）。

◎ 直笛班（週二下午 1:30-3:00，限 30 個名額）：

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）（須熟悉五線譜及一年以上直笛吹奏基礎）。

◎ 樂齡健康操（週三上午 10:00-11:30，限 35 個名額）：

融詩詞意境於優美旋律中，藉由舉手投足間的柔和伸展，呈現「操中有舞，舞中有操」的健康律動。展現力與美的自信姿態，活潑舞出精采、有盼望的樂活人生。

◎ 生活美語（週四上午 10:00-11:30，限 30 個名額）：

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員開口輕鬆說英語（須具備初級會話的程度）。

◎ 養生保健（週五上午 10:00-11:30，限 35 個名額）：

透過溫和的呼吸與伸展動作舒緩身心壓力，活絡全身氣血循環並促進新陳代謝，從而達到恢復活力、維持康健與增進整體保健之功效。

◎ 共餐（週二中午12:00-1:00，限當學期學員）

長青學院洽詢電話：2777-1646 # 14

如遇不可抗力之突發事件、場地設備異動或人力調度等特殊事由，長青學院保有調整課程、停課與否等一切應變措施之最終決定權。