

附件 2：109 年全國樂齡學習中心申請計畫書
(封面)

(左側裝訂)

雲林縣 109 年度教育部補助辦理
林內樂齡學習中心計畫

執行單位：林內樂齡學習中心

執行期程：109 年 3 月 1 日至 110 年 2 月 28 日

申請日期：中華民國 108 年 11 月 1 日

教育部補助直轄市、縣（市）政府辦理樂齡學習中心計畫申請表

（新辦、續辦、優質、示範、樂齡優先區均適用）

申請日期：108 年 11 月 1 日

表 1、基本分析【下列有關人口數據請填至 108 年 10 月底】

申請單位所在地之鄉鎮市區總人口數	總人口數 17,914 人				
該鄉鎮市區老年人口數	1. 55 歲以上的人口數 2,635 人；65 歲以上的人口數 3,329 人。				
	2. 55 歲以上的人口數占全鄉鎮市區總人口數之百分比 14.71%。				
	3. 65 歲以上的人口數占全鄉鎮市區總人口數之百分比 18.58%。				
	年齡區間	男	女	合計	百分比
	55~64	1,407	1,228	2,635	14.71%
	65 以上	1,562	1,767	3,329	18.58%
申請單位所在地之鄉鎮市區村里數	1. 本鄉(鎮市區)共有 10 個村(里)。 2. 108 年 10 月(含)之前已累積 持續推動 拓點數 9 個村(里)數。 3. 109 年預定推動之新拓點 1 個村(里)數（ 109 年新辦中心免填 ）。 4. 拓點數未達本計畫預定數，請敘明原因：_____。 （3 年(含)以上續辦中心至少累積拓點 4-5 個村里；偏鄉、離島、1-2 年續辦中心，至少 2-4 個村里）（ 109 年新辦免填 ）。				

表 2、聯絡方式【請務必確實填寫，俾方便聯繫】

申請單位 聯絡方式	1. 申請單位（請註明全稱）：雲林縣林內鄉公所 2. 樂齡學習中心全稱：林內鄉樂齡學習中心 3. 申請單位負責人姓名：鄉長張維崢 4. 中心設置地址：雲林縣林內鄉中正路 340 號 是否有分站 ☒ 有（請填分站地址），☐ 無。 分站：重興據點：重興社區活動中心(重興村重興 70-1 號) 林中據點：林中社區活動中心(玄德宮-榮興 20 號) 武聖宮據點：林內鄉瑞農路 27 號-1 烏塗據點：烏塗社區活動中心(烏塗村鹽讚 47-7 號) 烏麻據點：長源宮廣場（烏麻村長源路 3-2 號） 九芎據點：九芎社區活動中心(九芎村鎮安宮右側) 湖本據點：湖本社區活動中心(湖本村三權路 28 號) 林南據點：林南社區活動中心(林南村成功路 13 號) 5. 申請單位負責人聯繫方式：張淑靜，職稱：館長 公務電話 05-5892001#307，傳真電話：05-5898886 6. 申請單位承辦人：王淑貞，職稱：約僱人員 7. 聯絡電話：05-5892001#312，傳真電話：05-5898886 8. 電子郵件：ive1010@yahoo.com.tw
----------------------	---

表 3、地點現況

設置地點現況	1. 設置地點樓層屬：☒1 樓，☐2 樓以上，☐其他：_____（請說明） 2. 是否有電梯設備 ☐有，☒無。 3. 是否為樂齡學習中心專用空間： ☐是(跳接第 5 題)。☒否，與林內鄉立圖書館共用(續接第 4 題)。 4. 未來是否有空間提供中心運用： ☒是、☐否： 中心總部：林內鄉立圖書館—電腦區及閱覽區。 其餘各分部：村民社區活動中心及研習場所 5. 現有設備情形： (1) 辦公設備：☐無，☒有 總部辦公桌椅、電腦、影印機、投影機、筆電、攜帶式投影機。 分部：重興據點：會議桌、椅、投影機、麥克風 林中據點：會議桌、椅、投影機、麥克風 武聖宮據點：會議桌、椅、投影機、麥克風 烏塗據點：會議桌、椅、投影機、電視、麥克風 烏麻據點：會議桌、椅、攜帶式投影布幕、麥克風 九芎據點：會議桌、椅、投影機、電腦、麥克風 湖本據點：會議桌、椅、投影機、麥克風 林南據點：會議桌、椅、投影機、麥克風 (2) 休閒設備：☐無，☒有 各據點設有卡拉 OK。 (3) 運動健康器材設備： ☐無 ☒有 林中據點設有跑步機、按摩椅、腳底按摩機 湖本據點設有跑步機、腳踏健身機 重興據點設有跑步機、腳踏健身機 九芎據點設有跑步機、腳踏健身機 林南據點設有跑步機、腳踏健身機 (4) 廁所：☒有 2 間，☐無
--------	---

	(5) 無障礙設施： ☒ 有 ☐ 無 (6) 桌椅是否符合高齡者學習需求： ☒ 是， ☐ 否（填「否」者建議申請桌椅） 6. 是否有專職人力協助本案： ☐ 有 ☒ 無（請敘明）_____。
--	--

表 4、計畫基本資料

審查項目	計畫內容提供資料說明
一、中心願景	樂在學習、活躍老化。
二、中心目標	質化目標： 1. 知識：安排系列課程，提供多元的學習機會、方式及活動，持續深化課程，讓樂齡者學習新知識，老年生活更有趣，促進樂齡者之間的交流互動。 2. 態度：培養熱愛學習的精神，鼓勵擔任志工，樂於服務。 3. 技能：透過音樂和肢體活動，引領老人保持適度的運動，藉由學習增進人際關係，增加生活內涵及活化記憶力。 量化目標： 1. 預計新招收人員人數 80 人，預計核發學員證累計 350 張以上。 2. 結合社會資源，藉由社區活動或集會場合，鼓勵更多鄉民加入樂齡學習行列，預計增擴 1 個學習據點。 3. 預定之志工人數除已成立之 24 名外，今年共計預定增加 6 名，總計約 30 名。
三、子計畫	1. 子計畫 1：109 年課程規劃與實施(附件 2-1)。 2. 子計畫 2：節慶主題：祖父母節（附件 2-2）【未申請之中心免填】。
四、設置地點對於樂齡族 便利性及 特色	申請設置中心週邊之交通便利性之敘寫（如：公車、火車等）。 各據點皆位於村落中心，交通尚且便利。
五、中心空間	請提供中心空間內部相片 4 張(含桌椅等)，外部相片 2 張(請提供清楚可辨識之相片，勿提供解析度不高之相片，以利檢核)。





六、招牌懸掛

1. 續辦中心請提供樂齡中心招牌照片 1 張(請提供清楚可辨識之相片，勿提供解析度不高之相片，以利檢核)。



七、消防安全設備

續辦中心請提供申請期內之空間消防安全檢查證明影本 1 份。

消防安全設備檢修申報表				
管理權人	姓名	張維峰	身分證明文件字號	P121131441
	通訊處	雲林縣林內鄉林內村中正路340號	出生日期	57年2月16日
	戶籍地	雲林縣林內鄉林內村增產路2-1號		
	電話	(05) 5892001		
中報場所概要	樓層別	地下層/地上1層	樓地板面積	221.8M ²
	使用執照用途	圖書館	實際用途	圖書館
	使用執照字號	(B1)雲管使字第654號	統一編號	無
	場所名稱	雲林縣林內鄉圖書館	構造	鋼骨造
檢修機構	地址	雲林縣林內鄉林內村中正路340號	合格證書字號	
	通訊處			
	負責人		身分證明文件字號	
	戶籍地			
檢修人員	姓名	張建全	證書字號	消防證字第1102號
	出生日期	58年8月9日	身分證明文件字號	P120023413
	戶籍地	雲林縣斗六市大同路383-5號	電話	05-5350631
	通訊處	雲林縣斗六市大同路383-5號		
檢修人員	姓名		證書字號	
	出生日期		身分證明文件字號	
	戶籍地		電話	
	通訊處			
本次檢修日期				自108年5月21日至108年5月21日(外觀、性能)
前次檢查日期				自107年7月3日至107年7月3日(外觀、性能)
申報日期				民國108年5月21日
管理權人(簽章)				

消防安全設備檢修報告書				
場所概要	樓層別	地下層/地上1層	樓地板面積	221.8M ²
	使用執照用途	圖書館	實際用途	圖書館
	場所名稱	雲林縣林內鄉圖書館	構造	鋼骨造
	地址	雲林縣林內鄉林內村中正路340號	統一編號	無
管理權人	姓名	張維峰	身分證明文件字號	P121131441
	通訊處	雲林縣林內鄉林內村中正路340號	出生日期	57年2月16日
	戶籍地	雲林縣林內鄉林內村增產路2-1號		
	電話	(05) 5892001		
檢修機構	名稱		合格證書字號	
	通訊處		身分證明文件字號	
	負責人			
	戶籍地			
檢修人員	姓名	張建全	證書字號	消防證字第1102號
	出生日期	58年8月9日	身分證明文件字號	P120023413
	戶籍地	雲林縣斗六市大同路383-5號	電話	05-5350631
	通訊處	雲林縣斗六市大同路383-5號		
檢修人員	姓名		證書字號	
	出生日期		身分證明文件字號	
	戶籍地		電話	
	通訊處			
檢修項目	滅火設備	☒ 滅火器	☐ 室內消防栓設備	☐ 室外消防栓設備
		☐ 自動滅火設備	☐ 水霧滅火設備	☐ 泡沫滅火設備
		☐ 惰性氣體滅火設備	☐ 乾粉滅火設備	☐ 海龍滅火設備
		☐ 雨前自動滅火設備	☐ 氯化烴滅火設備	
	警報設備	☐ 火警自動警報設備	☐ 瓦斯漏氣火警自動警報設備	
		☐ 緊急廣播設備	☐ 一、九火災通報裝置	
	避難逃生設備	☐ 指示設備	☐ 避難指示	☐ 緊急照明設備
	消防設備上之安全設備	☐ 連結供水管	☐ 消防專用蓄水池	☐ 排煙設備
	其他經中央主管機關認定之消防安全設備產產必者	☐ 無線電通信輔助設備	☐ 緊急電源插座	
	檢修項目	☐ 冷卻機水設備	☐ 射水設備	☐ 配線
		☐ 防災監控系統綜合操作裝置		
	前項設備檢修及其	頁2(如附件,不查本頁)		
檢修日期	自108年5月21日至108年5月21日(外觀、性能)			
檢修機構或檢修人員簽章	張建全			

《消防安全設備檢修申報書》
業主留存

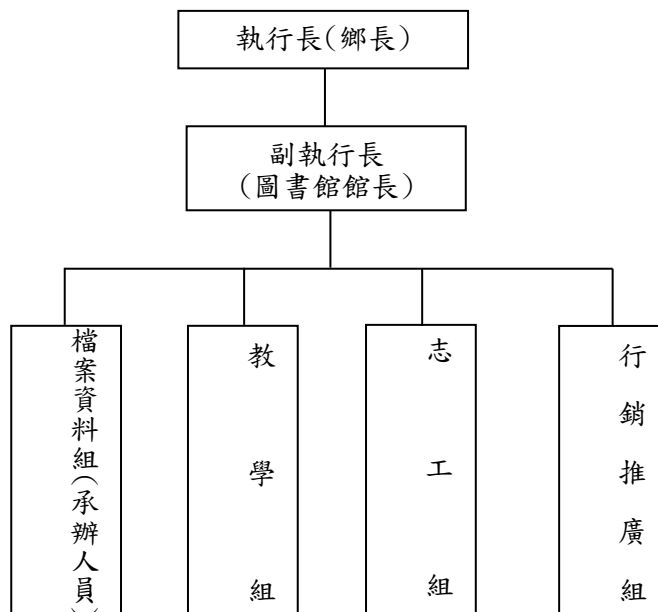
場所名稱：雲林縣林內鄉圖書館
場所地址：雲林縣林內鄉林內村中正路340號
管理權人：張維峰
電話：(05)5892001

檢修人員姓名：消防設備師-張建全
檢修人員證號：消防證字第1102號
檢修公司：宏昌消防器材行
地址：雲林縣斗六市大同路383-5號
電話：(05)5350631

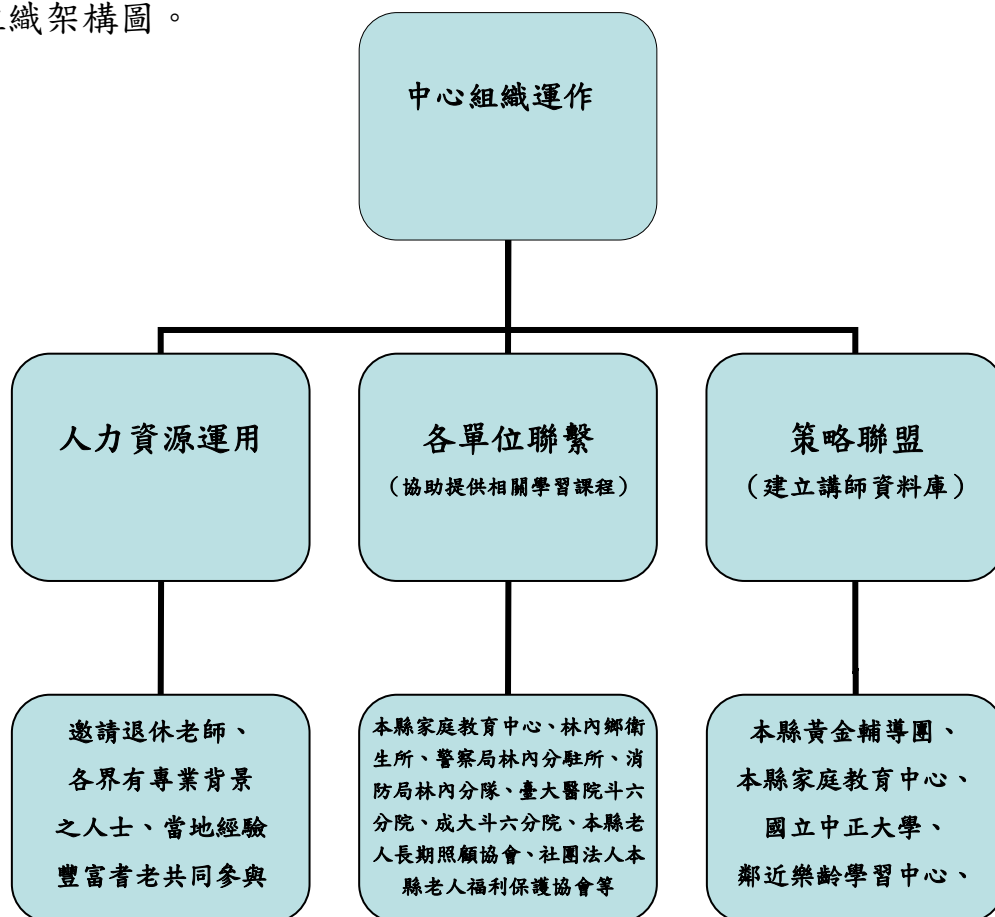
場所類別：乙-4
申報項目：☒外觀檢查、性能檢查 ☐綜合檢查
申報年度：108年度
申報日期：民國108年5月21日

八、組織運作
機制及特
色

1. 本中心之經營團隊



2. 組織架構圖。



本中心相關人員，除公所同仁負責計畫執行及聯絡協調工作之外，亦邀請社區發展協會之組織幹部、學校退休教師等人員共同參與。

九、收費與退費	1. 各項活動收費與否： ■無收費
十、行銷規劃	行銷規劃說明： 1. 是否有設置樂齡中心相關網站或社群網站(臉書、部落格) ■是，網站網址 http://www.linnei.gov.tw/(請全部列出)。 2. 如何連結轄區內相關高齡(或長青)學習、衛生所、大學校院或社福機構等資源？ 請說明：於中心針對樂齡者開設電腦課程，結合圖書館電腦設備資源，開班教學社區樂齡學員，如何利用電腦設備查閱電子書並製作學員個人電子書及成果分享，瞭解樂齡的意義與奧妙，並進而參與和支持。(中心於 106 年開設數位機會中心，簡稱 DOC；針對樂齡者開設電腦課程。) 3. 是否預定透過村里廣播、印刷文宣資料、電子布告欄等方式行銷樂齡中心 ■是，預定作法 1. 積極採取各種方式宣傳，如紅布條、海報、摺頁、村里宣傳。2. 踴躍參加社區或其他活動公開演出，展示學習成果。 4. 本年度是否有製作宣導品(本項需配合經費表，如欲申請文宣品需列出預定作法) ■是，預定作法：印刷文宣資料、製作宣導品於村里、社區、樂齡學習中心各據點發放及宣傳。
十一、組成志工人數	1. 目前志工人數總人數 24 人(男 5 人，女 19 人)。 <pre> graph TD A[林內樂齡志工隊] --> B[林中據點 4 人] A --> C[重興據點 3 人] A --> D[湖本據點 3 人] A --> E[九芎據點 4 人] A --> F[烏塗據點 8 人] A --> G[烏麻據點 2 人] </pre> 預定之志工人數除已成立之 24 名外，今年共計預定增加 6 名，總計約 30 名。

	2. 領有志願服務紀錄冊志工之總人數 3 人。 108 年 8 月 2 日參加雲林縣 108 年度志願服務基礎訓練研習結業並經考試及格人數有 4 人 3. 目前(或預定)志工組織之架構圖。 <pre> graph TD A[志工業務分組] --- B[] B --- C[清潔組] B --- D[行政組] B --- E[文宣組] </pre> 4. 109 年度是否辦理志工相關培訓工作 ■是，預定作法安排所有志工參加家庭教育中心或縣府舉辦有關樂齡的基礎訓練課程或進階課程。各學習據點志工，藉由社區活動或集會場合，宣傳本中心目前的辦理情形，並鼓勵更多鄉民加入樂齡學習行列。
十二、機構立案證明 (鄉鎮市區公所、公共圖書館及學校等政府機關免附。)	免付

表 5、預期效益

一、樂齡學習社團（109 年新申請之單位免填）	1. 108 年已成立樂齡學習社團 <u>3</u> 個。 2. 109 年預定新成立樂齡學習社團 <u>1</u> 個。 3. 樂齡學習社團之名稱及預定時數，例如樂齡書法社，109 年預定執行 <u>104</u> 小時，如下列說明： (1) 烏麻“鼓”動自我社 <u>109 年預定執行 10</u> 小時。 (2) 九芎歌唱社 <u>109 年預定執行 10</u> 小時。 (3) 湖本舞蹈社 <u>109 年預定執行 10</u> 小時。 (4) 烏塗竹藝吹奏社 <u>109 年預定執行 10</u> 小時。 4. 109 樂齡學習社團時數，總計 <u>40</u> 小時。
二、中心學員數	1. 截至 108 年 10 月底學員人員 225 位。 2. 109 年預計招收新的學員人數 80 位。
三、預期成效	1. 透過多樣化課程，快樂終身學習並促進身心理健康。 2. 透過多樣化課程，重視健康學習新觀念，以減緩老化速度。 3. 提高社區活動中心使用率，創造樂齡鄉民學習機會。 4. 預定 109 年度可辦理場次、人次： (1)總場次：200。 (2)預定參與總人次：450。

表 6、計畫規劃時數統計表(含村里拓點)

109 年課程總時數：332 小時				
課程名稱			時數	備註
樂齡核心課程	生活安全	1. 銀髮趴趴走-交通安全	12	
		2. 銀髮健康用藥-藥安全	12	
		3. 樂齡法律知識	12	
	運動保健	1. 銀髮體適能	14	
		2. 舞動人生益健康	12	
		3. 活躍老化律動活力	12	
	心靈成長	1. 樂齡活化記憶力	10	
		2. 樂齡桌遊防失智	10	
	人際關係	1. 樂齡結伴旅行趣	10	
		2. 爺奶憶起來	10	
	社會參與	1. 樂齡媒體素養教育	4	
		2. 樂齡性平教育	6	
本項課程上課時數總計：124 小時			占總課程時數百分比：37 %	
自主規劃課程	1. 在地資源與產業特色課程：			
	樂齡烘焙課		12	
	樂齡銀養料理		12	
	樂齡米製品(水果風味餐)料理研發		12	
	2. 興趣課程：			
	樂齡園藝生活		26	
	樂齡繪畫手作 DIY		26	
	樂齡歌舞鼓 三合一		24	
	銀髮活力活血操		22	
	銀髮吹作竹藝樂陶陶		22	
	本項課程上課時數總計：156 小時			占總課程時數百分比：47 %
貢獻服務課程	志工成長課程：樂齡中心介紹、樂齡學習的重要性，樂齡活動規劃及執行等課程。		16	
	樂齡爺奶故事培訓班：口才訓練、講故事的技巧		16	
	服務方案：鼓勵樂齡學習團體，將平日所學舞蹈、歌唱、竹藝吹奏、鼓技等技能延伸至同仁之家、幼兒園，展現樂齡長者的活力，以實際服務的行動力，提升樂齡長者的自信。		20	未申請鐘點費
	本項課程上課時數總計：52 小時			占總課程時數百分比：16 %

109 年計畫總 372 時數= 課程總時數 **332** +社團總時數 40。

備註：本時數需與經費申請表之時數核對，如「貢獻服務課程」中涉及志工服務方案，不需講師鐘點費者，請於「備註欄」註明「未申請鐘點費」。

附件 2-1：109 年度課程規劃與實施

1. 主軸及特色

目的：協助 55 歲以上國民，透過計畫所提供活躍老化的核心學習活動，在老化的過程中，能夠繼續學習及參與，以促進其健康、安全的過程，提升生活品質，達成活躍老化目的。

實施期程：109 年 3 月至 110 年 2 月。

主軸及特色：安排系列課程，讓中高齡者學習新知識，老年生活更有趣，促進高齡者之間的交流互動，讓老經驗得以傳承。

實施方式：透過張貼海報、發送傳單、村辦廣播及舊學員口耳相傳等管道宣傳樂齡學習中心。

實施對象：55 歲以上國民

預定課程總時數：332 小時

課程規畫表(含詳細課程及講師)

(1)請簡略說明 109 年課程安排方向（可附 108 年課程滿意度與需求表調查表，輔助說明課程安排）。

樂齡核心課程：

生活安全：銀髮長輩們最常產生的危險用路情境、老人用藥常見的問題、居家存在的危險、法律知識。

運動保健：藉由課程，加強銀髮長輩們體適能活動力，訓練其心肺耐力，認識老年常見的疾病。

心靈成長：藉由桌遊預防高齡者失智症、活化記憶力。

人際關係：安排參訪觀摩績優樂齡中心，藉由旅遊學習，以了解樂齡學習的重要性。

社會參與：期待透過性別議題課程，將銀髮長輩們豐富的智慧及經驗與性別教育相互結合，肯定每個人在家庭中的價值。藉由社會教育的機制推動，使媒體素養成為社會大眾終身教育的一環。教育目標為使全民具備自主思辨能力與產生資訊的能力，從而以批判性角度去解讀各種媒體資訊、假新聞。

自主規畫課程：

在地資源與產業特色：以地方的農特產品入菜，將地方特色農特產以不同的料理方式展現林內特色。開設風味餐研發課程，結合當地米食文化及水果文化並帶動銀髮長輩們走入人群。

樂齡園藝生活：園藝生活能促進銀髮長輩們互動，彼此分享栽種心得，透過參與植物的成長，促進對未來的期待感，並提升生活品質。

銀髮吹作竹藝樂陶陶：源自安地斯山區的印加音樂，一種與大自然融合的感覺，讓銀髮長輩們一同感受南美洲音樂的熱情、活力、浪漫與奧秘，透過樂器讓學員邊學邊做邊吹奏，其樂陶陶。

樂齡繪畫手作 DIY：為了讓銀髮長輩們生活更活絡、有趣，開辦了樂齡繪畫、黏土手作班，讓他們從基礎開始學習，從創作中找尋到成就感，也讓老年生活充滿歡樂。

樂齡歌舞鼓 三合一：透過歌唱增進人際關係與增加記憶力，配合音樂與舞蹈來紓解生活壓力。

銀髮活力活血操：針對銀髮長輩們規劃的運動，不僅可以延緩老化及預防早期失智的產生，規律正確的運動可以維持良好的肌力，活動自如、生活自主、自理，讓老年生活變得更有尊嚴。
藉由課程，加強長者活力、活血、活動力疫能力之功能，更可促進血液循環，滋潤肌膚保持氣色良好。

貢獻服務課程：

志工成長課程：樂齡概念課程、樂齡中心介紹、樂齡學習的重要性、檔案整理及分類、樂齡活動規劃及執行等課程，作為日後成為樂齡中心志工之基礎訓練以整體提供中心志工專業。

服務方案：鼓勵樂齡學習團體，將平日所學舞蹈、歌唱、竹藝吹奏、鼓技等技能延伸至同仁之家、幼兒園，展現樂齡長者的活力，以實際服務的行動力，提升樂齡長者的自信。

(2)109 年聘請樂齡核心課程規劃師之名單：

①講師姓名及授課主題

姓名	授課主題(簡略說明)	取得授課講師同意方式
張翠屏老師	樂齡歌舞鼓(中正大學 103-105 核心課程規劃師)	☐ 電郵、 ☒ 電話、 ☒ 當面同意
吳淑妮老師	銀髮體適能(中正大學 103-108 核心課程規劃師)	☐ 電郵、 ☒ 電話、 ☐ 當面同意
黃千翠老師	銀髮健康用藥安全(中正大學 106-108 核心課程規劃師)	☐ 電郵、 ☒ 電話、 ☐ 當面同意
湯莉芳老師	樂齡桌遊防失智(核心課程規劃師)	☐ 電郵、 ☒ 電話、 ☐ 當面同意
邱錚蘭老師	志工成長課程(核心課程規劃師)	☒ 電郵、 ☒ 電話、 ☐ 當面同意

②無法聘請的原因(已有聘請之中心免填)

(請敘明)：_____

③是否須請輔導團協助媒合(已有聘請之中心免填)：

☐是，媒合之課程主題_____。

☐否，請敘明理由：_____。

2. 課程規劃表：

(1)課程類型：核心課程，本年度開設生活安全、運動保健、心靈成長、人際關係、社會參與共 5 類。

其中「社會參與」的學習主題須占核心課程總時數至少 5%(含)以上。

課程類型	科目名稱	課程內容介紹	任課講師	講師簡歷	時數	場次	總時數	預計招生人數	上課地點	
									樂齡本部	社區拓點 (需註明村里名稱)
生活安全	1. 銀髮 趴趴 走-交 通安 全	高齡者最常產生的危險 用路情境 1. 出門前的準備 2. 行人小心 3. 搭乘幸福專車注意事項 4. 騎電動機車自行車、機車與開車的注意事項 5. 事故發生的處理原則 以案例分析問題討論等 教學模式	魏榮全老師	朝陽科技大學 銀髮產業管理系、107 高齡者交通安全教育 路老師培訓研習	2	6	12	240	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
	2. 銀髮 健康 用藥 藥安 全	1. 高齡者用藥常見的問題：重複吃藥、忘記吃藥 2. 吃錯藥、吃錯時間、藥品副作用發生率增加 3. 用藥的迷失	黃千翠老師	樂齡學習 106-108 核心課程規劃師、護理師證照	2	6	12	240	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村

	3. 樂齡法律知識	法律與生活息息相關，希望藉由課程讓高齡者增加法律常識，並善用這些知識，不要讓自己的權利受損。	吳淑裕老師	雲林縣警局秘書科股長、國立中正大學犯罪防治所畢業	2	6	12	240	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
運動保健	1. 銀髮體適能	恢復疲勞的一種體操藉由課程，加強長者體適能活動力。	吳淑妮老師	台大雲林分院物理治療師、103-108教育部樂齡規劃師、體適能指導員	2	7	14	280	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
	2. 舞動人生益健康	藉由活化肢體動作、舞韻與音律的互動，透過多元的課程，得到健康促進的效果。	張翠屏老師	樂齡學習103-105核心課程規劃師、戀戀風塵樂團團長	2	6	12	240	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村

	3. 活躍老化律動活力	一起從活動中感受健康活力的樂趣，在手足舞蹈中得到成就感，更在律動活力中得到心靈紓解。	魏榮全老師	朝陽科技大學銀髮產業管理系、107高齡者交通安全教育路老師培訓研習	2	6	12	240	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
心靈成長	1. 樂齡活化記憶力	藉由多元課程內容，延緩腦力退化及增進記憶力的活化，有助延緩老化。	張惠嘉老師	國立虎尾科技大學畢、彰雲嘉數位機會學習中心講師	2	5	10	200	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
	2. 樂齡桌遊防失智	透過遊戲機制與學習，能在歡樂的氣氛中達到學習互動及休閒之目標。藉由桌遊相關課程，使長者更瞭解何為失智及如何預防。	湯莉芳老師	教育部樂齡規劃師講師	2	5	10	200	舊有據點酌予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：

										林茂村
人際 關係	1. 樂齡結 伴旅行 趣	安排參訪觀摩績優樂齡 中心，以了解樂齡學習的 重要性	張翠屏老師	樂齡學 習 103-105 核心課 程規劃 師、戀戀 風塵樂 團團長	2	5	10	200	舊有據點酌 予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏 塗村、烏麻村、重興 村、林南村、湖本 村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
	2. 爺奶憶 起來	將日常周遭常見到的手 機 / 平板使用情境，透 過教學，讓樂齡學員將所 學運用於生活上。	湯莉芳老師	教育部 樂齡規 劃師講 師	2	5	10	200	舊有據點酌 予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏 塗村、烏麻村、重興 村、林南村、湖本 村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
社會 參與	樂齡媒體 素養教 育、	藉由社會教育的機制推 動，使媒體素養成為社會 大眾終身教育的一環。	陳心慧老師	古蹟人 文暨生 態導覽 解說員 培訓班 講師、環 球科技 大學碩 士班畢	2	2	4	100	舊有據點酌 予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏 塗村、烏麻村、重興 村、林南村、湖本 村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村

	樂齡性平 教育	期待透過性別議題課程， 將銀髮長輩們豐富的智慧 及經驗與性別教育相互結 合，肯定每個人在家庭中的 價值。	吳淑妮老師	台大雲 林分院 物理治 療師、 103-108 教育部 樂齡規 劃師、體 適能指 導員	2	3	6	180	舊有據點酌 予安排	☐ 樂齡本部 ☐ 社區拓點 ☒ 延續：林中村、烏 塗村、烏麻村、重興 村、林南村、湖本 村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
--	------------	--	-------	--	---	---	---	-----	--------------	---

(2)課程類型：自主規劃課程

課程名稱	課程內容	任課 講師	講師 簡歷	時數	場次	總時數	預計招 生人數	上課地點	
								樂齡本部	社區拓點 (需註明村里名稱)
在地資源 及特色	1. 以地方的農特產品入菜，將地方特色農特產以不同的料理方式展現林內特色。 開設風味餐研發課程，結合當地米食化及水果文化並帶動高齡者走入人群。	羅賜美老師	烘焙食品 麵包丙級、中餐烹調 葷食乙級講師、新加坡精油 證照	2	12	24	360	舊有據點 酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點 ■延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ■新村里名稱： 林茂村
	2. 樂齡烘焙課	陳宗旻老師	烘焙食品 麵包丙級 劍湖山王子大飯店 烘焙師。 私立義峰高中烘焙 老師。環球科技大學 畢業	2	6	12	240	舊有據點 酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ■延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ■新村里名稱： 林茂村

樂齡園藝生活	園藝生活能促進銀髮長輩們互動，彼此分享栽種心得，透過參與植物的成長，促進對未來的期待感，並提升生活品質。	江有渝老師	國立屏東科技大學、精緻農業技術講習訓練-庭園設計班、農業產銷班訓練-花卉高級訓練班、花卉進階班	2	13	26	400	舊有據點酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村
樂齡繪畫手作 DIY	為了讓銀髮長輩生活更活絡、有趣、開辦樂齡繪畫、黏土手作班，從創作中找尋成就感，讓老年生活充滿歡樂。	蔡佩倫老師	國立台中教育大學美勞教育學系、雲林家扶麥寮(北港)工作站創意美學老師、口湖早療中心創意美學老師、台北市歐緹絲兒童發展中心美術老師	2	13	26	400	舊有據點酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱：林茂村

樂齡歌舞 鼓三合一	藉由活化肢體動作、舞韻與音律的互動，不僅可以舒緩神經、強健身體，更能提升生活品質。	張翠屏老師	樂齡學習 103-105 核心課程規劃師、戀戀風塵樂團團長、烏塗村村長	2	12	24	350	舊有據點 酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
銀髮活力 活血操	藉由課程，加強長者活力、活血、活動力。疫能力之功能，更可促進血液循環，滋潤肌膚保持氣色良好	吳淑妮老師	台大雲林分院物理治療師、103-108 教育部樂齡規劃師、體適能指導員	2	11	22	320	舊有據點 酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
銀髮吹作 竹藝樂陶 陶	由講師教學製作竹藝樂器，透過樂器讓學員邊學邊做邊吹奏，其樂陶陶。	安地斯樂團-李志遠老師	拉丁風情/印地安文化音樂演奏團隊、波利維亞音樂學院畢業	2	11	22	320	舊有據點 酌予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、烏麻村、重興村、林南村、湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村

(3)課程類型：貢獻服務課程

3-1 志工成長課程

課程名稱	課程內容	任課 講師	講師 簡歷	總時數	預計招生 人數	上課地點	
						樂齡本部	社區拓點 (需註明村里名稱)
志工增能	1. 樂齡概念課程 2. 樂齡中心介紹、樂齡學習的重要性 3. 檔案整理及分類 4. 樂齡活動規劃及執行等課程 作為日後成為樂齡中心志工之 基礎訓練以整體提供中心志工專 。.	邱錚蘭老師	樂齡學習核 心課程規劃 師	16	100	舊有據點酌 予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、 烏麻村、重興村、林南村、 湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村
志工增能	樂齡爺奶故事培訓班： 1. 口才訓練 2. 講故事的技巧	陳心慧老師	古蹟人文暨 生態導覽解 說員培訓班 講師、環球科 技大學碩士 班畢、林內鄉 民生國小講 師	16	30	舊有據點酌 予安排	樂齡本部 ☐ 社區拓點名稱： ☒ 延續：林中村、烏塗村、 烏麻村、重興村、林南村、 湖本村、九芎村、武聖宮 ☒ 新村里名稱： 林茂村

3-2 服務方案

方案名稱	方案內容敘述	活動期程及地點規劃	預估參與人數
樂齡爺奶校園故事列車	運用樂齡中心組成樂齡爺奶說故事團體，以服務方案進入圖書館、鄉內幼兒園、鄉內小學於校園協助於晨光時間說繪本故事，增加世代的互動機會。	109 年 4 月起於鄉內 2 所國小(民生國小、成功國小)及鄉內幼兒園巡迴說故事，繪本故事列車共 10 場次，每場 1 小時(含前置及收場)，共服務 10 小時。	200 人
樂齡爺奶分享表演	由樂齡學員組成之自主學習團體，藉由社區活動、鄉內大型活動(舉凡紫斑蝶季活動、青松享樂-落雨松活動、田園路跑活動)分享貢獻服務，鼓勵長者活動老學到老，進而促進交流活動。	於鄉內轄區各社區參與活動演出，預計演出 5 場，共服務 10 小時。	300 人

