

建國科技大學 106 學年 第 1 學期 樂齡大學課程表 106.09.14 版

週	日期	時間	專題演講講題	主講	上課地點	社團上課地點
1	9/21 四	8:30—9:30	開學典禮	陳茂林	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
		9:30—11:30	認識您真好	蕭蓉禎		
1	9/22 五	8:30—11:30	銀髮族的認識	林美醇	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
2	9/28 四	8:30—9:30	營養與健康	蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
		9:30—11:30	保健養生藥材	許瑞芸		
2	9/29 五	8:30—11:30	食品營養正確觀	蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
3	10/5 四	8:30—11:30	彩妝入門	鄭寶琪	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
3	10/6 五	8:30—11:30	樂齡體適能(一)	洪珠媚	活動中心 2 樓	
4	10/12 四	8:30—11:30	銀髮族疾病預防與 管理	林美醇	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
4	10/13 五	8:30—11:30	樂齡體適能(二)	洪珠媚	活動中心 2 樓	
5	10/19 四	8:30—11:30	個人彩妝實作	鄭寶琪	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
5	10/20 五	8:30—11:30	柔軟瑜珈	王梅子	舞蹈教室	
6	10/26 四	8:30—11:30	遨遊網路世界	顏雪娟	CL313	圖文 12F 全球運籌管理研討室
6	10/27 五	8:30—9:30	班會	蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
		9:30—11:30	飲食保健			
7	11/02 四	8:30—11:30	日本文化面面觀	林麗華	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
7	11/03 五	8:30—11:30	認識保健食品	高而仕	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
8	11/09 四	8:30—11:30	日文歌曲教唱	林麗華	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
8	11/10 五	8:30—11:30	銀髮保健食品功效 解碼	高而仕	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
9	11/16 四	8:30—11:30	數位資源我在行	顏雪娟	CL313	期中考週

9	11/17 五	8:30—11:30	科技與生活 3D 列印	溫育德	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
10	11/23 四	8:30—11:30	仲夏夜之守護者	江靜慧	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
10	11/24 五	8:30—9:30	班會	蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
		9:30—11:30	環保花藝	王家羚		
11	11/30 四	8:30—11:30	紓壓纏繞	鄭寶琪	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
11	12/01 五	8:30—11:30	美姿美儀	丁秀毓	圖文 11F 整體造型教室	
12	12/07 四	8:30—11:30	失落的拼圖	王公澤	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
12	12/08 五	8:30—16:30	校外參訪	蕭蓉禎	另訂	
13	12/14 四	8:30—11:30	夏日裡的蝴蝶	江靜慧	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
13	12/15 五	8:30—11:30	台步練習	丁秀毓	圖文 11F 整體造型教室	
14	12/21 四	8:30—11:30	落葉之影	江靜慧	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
14	12/22 五	8:30—11:30	桌遊	潘哲偉	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
15	12/28 四	8:30—11:30	整體造型入門	林宥涵	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
15	12/29 五	8:30—11:30	壁飾、燈飾製作	王家羚	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
16	01/04 四	8:30—16:30	時尚實務導覽及校 外參訪	林宥涵	另訂	圖文 12F 全球運籌管理研討室
16	01/05 五	8:30—9:30	班會	蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	
		9:30—11:30	花器製作	王家羚		
17	01/11 四	8:30—11:30	塗鴉的聯想	王公澤	圖文 12F 全球運籌管理研討室	圖文 12F 全球運籌管理研討室
17	01/12 五	8:30—11:30	結業式暨學習成果 發表	陳茂林 蕭蓉禎	圖文 12F 全球運籌管理研討室	

註：1. CL313 電腦教室：教學大樓 3 樓。 舞蹈教室：運動場司令台樓下。

2. 社團上課時間星期四下午 13:00—15:00，課程內容開學後確定社員，由社員自主討論。

3. 辦公室連絡電話：進修推廣部教育與訓練組 047-111111 轉 2201~6