

臺北醫學大學一〇一學年度推廣教育 樂齡大學第一期招生簡章

一、依據：推廣教育審查委員會議決議。

二、目的：

1. 有效運用本校醫療、健康照護教學及附屬醫院體系資源。
2. 透過樂齡大學之開辦，使參訓學員了解高齡化社會，協助其身心調適，充實身心健康知識。
3. 建立健康校園環境提供高齡長者多元學習環境。
4. 透過進修推廣處樂齡大學計畫之開辦，達至本校積極推動之社會責任(CSR)指標。
5. 結合本校老人護理暨管理學系特色課程，透過在課堂上與學生之互動，讓「代間課程」模式成功於本計畫展現。

三、班別：樂齡大學第一期。

四、對象：

1. 年齡：年滿 55 歲之國民。
2. 健康：身體健康情況良好（可行動不需扶持，無照護需求）。
3. 學歷：本活動無學歷限制，惟須具備基本識字能力。
4. 以本校所在信義區週邊居民為優先。
5. 每班三十人。

五、上課期限：101 年 9 月 12 日起，每週三、四 13：10pm~16：00pm (共計 18 週)。

六、收費標準：【本計畫學費由教育部社教司補助】，僅收取課程中一次全天性參訪課程交通費用及保險費用共計新台幣 1,000 元整。

七、報名方式：以掛號郵寄或親自報名逕向本校進修推廣處辦理，填寫報名表及繳交身分證影本、二吋照片一張（背後書寫姓名、班別），並繳交學雜費。繳費方式可採現金、支票（抬頭：財團法人台北醫學大學）或電匯至『合作金庫忠孝支庫』，戶名『財團法人台北醫學大學』，帳號『0450-765-602-772』（電匯方式繳費者須附上電匯單影本）注意：匯款人請填寫報名學員姓名，匯款完後請將匯款單據連同報名表傳真至 02-27387348。

八、報名日期：即日起。

九、其他事項：本班為教育部社教司補助辦理之樂齡大學，修讀期滿後頒給結業證書。

學員自報名繳費後欲退費者，自實際上課日前退費者，退還已繳學雜費用之七成；自實際上課之日算起未逾全期三分之一者，退還已繳學雜費用之半數；在班時間已逾全期三分之一者，不予退費。

※依據本校「教育部專科以上推廣教育實施辦法」訂定之。

十、課程內容：

類別	課程名稱	授課教師	教師現職
高齡化課程	大家學日語 (健康照護實用日文)	陳迪群	臺北醫學大學通識教育中心專任講師
	班級經營管理 (導師時間)	蔡明峰 蕭仔伶	臺北醫學大學進修推廣處推廣服務組組員 臺北醫學大學老人護理暨管理學系專任助理教授
	手腳與媒體的互動	蕭仔伶	臺北醫學大學老人護理暨管理學系專任助理教授
特色課程	輕鬆學電腦系列	萬序恬	臺北醫學大學資訊處副資訊長
	醫療新知座談	鄭 綺	臺北醫學大學護理研究所專任教授
	吃出健康與活力	謝明哲	臺北醫學大學保健營養學系名譽教授
	始業式	鄭 綺 蔡明峰	臺北醫學大學進修推廣處進推長 臺北醫學大學進修推廣處推廣服務組組員
	結業式	鄭 綺 蔡明峰	臺北醫學大學進修推廣處進推長 臺北醫學大學進修推廣處推廣服務組組員
	期初體適能檢測	蕭仔伶	臺北醫學大學老人護理暨管理學系專任助理教授
	期末體適能檢測	蕭仔伶	臺北醫學大學老人護理暨管理學系專任助理教授
	樂齡族的口腔保健	李薇芳	臺北醫學大學牙體技術學系專任講師
健康休閒	樂活有氧動起來	甘乃文	臺北醫學大學體育室專任講師
	書香生活	張愛鈴	臺北醫學大學圖書館讀者服務組組長
生活新知	校外參訪-宜蘭知性之旅	蔡明峰 蕭仔伶	臺北醫學大學進修推廣處推廣服務組組員 臺北醫學大學老人護理暨管理學系專任助理教授
	旅遊英語趴趴走	蒲仲祥	菁英國際語言教育中心教師
	環遊世界 80 天	徐立崙	英萃留學服務(股)公司專案經理

十一、 函索簡章：請寄回郵信封乙個

(請詳細填寫收信人姓名、地址、郵遞區號及貼足郵票)。

洽詢電話：(02) 2736-1661 ext 2410

報名傳真：(02) 2738-7348

地址：110 臺北市信義區吳興街 250 號 臺北醫學大學進修推廣處

交通指南：◎搭乘臺北市公車 1, 22, 33, 38, 226, 266, 288 「臺北醫學大學」站

◎捷運市府站轉本校接駁車；或六張犁站轉 1 號公車。

查詢網站：開課訊息及相關注意事項，請上網 <http://dcee.tmu.edu.tw> 查詢。

十二、 附錄「樂齡大學第一期」課表：

101 學年度第一學期課程表：(2012 年 9 月 14 日~2013 年 1 月 11 日，每週 6 小時，共計 18 週，第一週辦理始業式與校園巡禮活動。)

臺北醫學大學樂齡大學 101 學年度第一學期課程表

週次	日期		星期三	星期四
	時間		9/12	9/13
第一週	13：10-14：00		始業式	大家學日語
	14：10-15：00		相見歡	
	15：10-16：00		校園巡禮	期初體適能檢測
第二週	日期		星期三	星期四
	時間		9/19	9/20
	13：10-14：00		書香生活	大家學日語
	14：10-15：00			
15：10-16：00		樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列	
第三週	日期		星期三	星期四
	時間		9/26	9/27
	13：10-14：00		醫療新知座談	大家學日語
	14：10-15：00			
15：10-16：00			輕鬆學電腦系列	
第四週	日期		星期三	星期四
	時間		10/3	10/4
	13：10-14：00		書香生活	大家學日語
	14：10-15：00			
15：10-16：00		樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列	
第五週	日期		星期四	星期五
	時間		10/11	10/12
	13：10-14：00		大家學日語	班級經營管理
	14：10-15：00			
15：10-16：00		輕鬆學電腦系列	樂活有氧動起來	
第六週	日期		星期三	星期四
	時間		10/17	10/18

週	13：10-14：00	樂齡族的口腔保健	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列
第七週	日期 時間	星期三 10/24	星期四 10/25
	13：10-14：00	樂齡族的口腔保健	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列
第八週	日期 時間	星期三 10/31	星期四 11/1
	13：10-14：00	樂活有氧動起來	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	輕鬆學電腦系列	
第九週	日期 時間	星期三 11/7	星期四 11/8
	13：10-14：00	旅遊英語趴趴走	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列
第十週	日期 時間	星期三 11/14	星期四 11/15
	13：10-14：00	環遊世界 80 天	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	輕鬆學電腦系列	
第十一週	日期 時間	星期三 11/21	星期四 11/22
	13：10-14：00	旅遊英語趴趴走	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	輕鬆學電腦系列
第十二週	日期 時間	星期三 11/28	星期四 11/29
	13：10-14：00	手腳與媒體的互動	大家學日語
	14：10-15：00		
	15：10-16：00	輕鬆學電腦系列	

第十三週	日期 時間	星期三 12/5	星期四 12/6
	13：10-14：00	醫療新知座談	大家學日語
	14：10-15：00		輕鬆學電腦系列
	15：10-16：00		
第十四週	日期 時間	星期三 12/12	星期四 12/13
	13：10-14：00	吃出健康與活力	大家學日語
	14：10-15：00		輕鬆學電腦系列
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	
第十五週	日期 時間	星期三 12/19	星期四 12/20
	13：10-14：00	班級經營管理	大家學日語
	14：10-15：00		輕鬆學電腦系列
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	
第十六週	日期 時間	星期三 12/26	星期四 12/27
	13：10-14：00	校外參訪宜蘭知性之旅香草 菲菲有機農場	大家學日語
	14：10-15：00		輕鬆學電腦系列
	15：10-16：00		
第十七週	日期 時間	星期三 1/2	星期四 1/3
	13：10-14：00	吃出健康與活力	大家學日語
	14：10-15：00		輕鬆學電腦系列
	15：10-16：00	樂活有氧動起來	
第十八週	日期 時間	星期四 1/10	星期五 1/11
	13：10-14：00	大家學日語	結業式
	14：10-15：00		成果發表感言
	15：10-16：00	期末體適能檢測	最佳男女主角

*課表中標示藍色網底為「代間隨班上課課程」—大家學日語。

臺北醫學大學樂齡大學報名表

姓 名				請浮貼二吋 照片二張
性 別	<input type="checkbox"/> 男	<input type="checkbox"/> 女		
出生年月日	民國	年	月 日，_____歲	
電 話	住宅：() 手機：			
聯絡地址	□□□			
E-mail 信箱			膳食習慣	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 素食
退休前職業	服務單位：		職稱：	
學 歷	<input type="checkbox"/> 不識字 <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 研究所以上			
專 長	<input type="checkbox"/> 唱歌 <input type="checkbox"/> 書法 <input type="checkbox"/> 國畫 <input type="checkbox"/> 運動 <input type="checkbox"/> 手工藝 <input type="checkbox"/> 舞蹈(可複選) <input type="checkbox"/> 其他_____			
電腦應用能力	<input type="checkbox"/> 完全不會使用 <input type="checkbox"/> 略懂 <input type="checkbox"/> 熟練 <input type="checkbox"/> 精通			
志 工 經 驗	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有，請說明_____			
報名本次活動為 <input type="checkbox"/> 自行參與 <input type="checkbox"/> 與配偶同行(配偶姓名：_____)) <input type="checkbox"/> 與親友同行(親友姓名：_____))				
是否有意願參與本校樂齡大學自主學習社團？ <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否				
參與本課程的動機：				
對本課程之期待：				

臺北醫學大學樂齡大學學員健康狀況調查表

本活動大部份時間在臺北醫學大學校園內進行，部份時間會安排至校外進行文化體驗及機構參訪。為確保活動期間您的安全，我們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。請確實填寫本調查表，內容我們絕對保密，謝謝合作！

姓名：	性別：	年齡：	歲
1. 請自評您的健康狀況	<input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 不滿意 <input type="checkbox"/> 差		
2. 指定之醫療院所	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 臺北醫學大學附設醫院 <input type="checkbox"/> 萬芳醫院 <input type="checkbox"/> 雙和醫院 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
3. 您是否有規律運動的習慣？	<input type="checkbox"/> 是，您的運動是：_____ <input type="checkbox"/> 慢跑 <input type="checkbox"/> 游泳 <input type="checkbox"/> 健走 <input type="checkbox"/> 球類運動 <input type="checkbox"/> 瑜珈 <input type="checkbox"/> 養生操 其他：_____ <input type="checkbox"/> 否，原因：_____		
4. 您最近一年內曾否住院過？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
5. 您是否需要定期服用藥物？	<input type="checkbox"/> 是，目前服用的藥物為：_____ <input type="checkbox"/> 否		
6. 您是否曾接受過外科手術？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
7. 您目前是否有以下健康狀況？	<input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 心臟病 <input type="checkbox"/> 中風 <input type="checkbox"/> 心悸 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 下背痛 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 眼疾 <input type="checkbox"/> 腰椎疾病 <input type="checkbox"/> 無法久站 <input type="checkbox"/> 退化性關節炎 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 無		

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)

參加者親自簽名：_____

日期：101年 月 日