

澎湖縣馬公市樂齡學習優質中心 110 年 5 月課程時間表

日期	星期	類別	上課地點	時間	課程內容			參加 人數
5/10	一	鐵線社區 (行動教室)	鐵線 活動中心	10：00	交通安全 人身安全 防火宣導	財物管理 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/13	四	朝陽社區 (行動教室)	朝陽 活動中心	19：00	交通安全 預防詐騙 防火宣導	健康知識 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/18	二	嵵裡社區 (行動教室)	嵵裡 活動中心	15：00	交通安全 預防詐騙 人身安全	財物管理 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/20	四	菜園社區 (行動教室)	菜園 活動中心	15：00	交通安全 預防詐騙 防火宣導	健康知識 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/21	五	東衛社區 (行動教室)	東衛 活動中心	15：00	交通安全 預防詐騙 防火宣導	健康知識 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/24	一	五德社區 (行動教室)	五德 活動中心	10：00	交通安全 預防詐騙 人身安全	財物管理 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/27	四	鎖港社區 (行動教室)	鎖港 活動中心	15：00	交通安全 人身安全 防火宣導	健康知識 用藥安全 家暴防治	規律運動 活化記憶 (桌遊)	50
5/28	五	志工 增能訓練	東文活動中心 二樓樂齡教室	14:00～ 17:00	志工增能			30
5/3、10、17、 24、31	一	自主規劃課程- 興趣需求	東文活動中心 二樓樂齡教室	19:00～ 21:00	二胡班			20
5/4、11、18、 25	二	自主規劃課程- 興趣需求	東文活動中心 二樓樂齡教室	19:30～ 20:30	樂齡體適能	規律運動		30
5/4、11、18、 25	二	樂齡 核心課程	興仁活動中心	15:00	活化記憶力 (桌遊)	樂齡體適能		30
5/5、12、19、 26	三	樂齡 核心課程	東文活動中心 二樓樂齡教室	19:30～ 20:30	銀髮體適能 好老善終正位法	規律運動		30
5/5、12、19、 26	三	樂齡 核心課程	東文活動中心	09：30～ 10：30	活化記憶力 (桌遊)			30
5/7、14、21、 28	五	自主規劃課程- 興趣需求	菜園活動中心	10：00～ 11：00	活化記憶力 (桌遊)			30
5/7、14、21、 28	五	自主規劃課程- 興趣需求	東文活動中心 二樓樂齡教室	19：00～ 21：00	書法班			20
5/7、14、21、 28	五	自主規劃課程- 興趣需求	石泉里 3-18 號	19：00～ 21：00	古箏班			20

5/1、8、15、 22、29	六	自主規劃課程- 興趣需求	東文活動中心 二樓樂齡教室	15:00~ 17:00	舞蹈班	30
5/1、8、15、 22、29	六	自主練習	東文活動中心 二樓樂齡教室	19:30 21:00	九九太極拳	30
5/2、16、23 、30	日	自主規劃課程- 興趣需求	文光國中一樓 共讀中心	15:00~ 17:00	英文班	30
5/16、23、3 0	日	自主規劃課程- 興趣需求	東文活動中心 二樓樂齡教室	14:30~ 17:30	樂齡歌唱社	30

馬公市樂齡學習中心聯絡人：程廣文 9272173#117 胡文雯 9272173#115