

保存年限：

檔 號：

朝陽科技大學銀髮產業管理系 書函

地址：41349 臺中縣霧峰鄉吉峰東路 168 號

承辦人：劉原岱

電話：(04) 23323000 轉 7643

傳真：(04) 23335318

E-mail: gaim@cyut.edu.tw

受文者：仁愛醫療財團法人大里仁愛醫院

發文日期：中華民國 102 年 11 月 13 日

發文字號：朝陽管(銀)字第 1020000028 號

速別：

密等及解密條件或保密期限：

附件：臺中市 102 年樂齡操種子師資培訓工作坊實施計畫

主旨：本系於 102 年 11 月 27 日(星期三)、12 月 4 日(星期三)辦理「臺中市 102 年樂齡操種子師資培訓工作坊」，請 惠予公布並轉知所屬踴躍參加。

說明：

- 一、舉辦日期：第一梯次於 102 年 11 月 27 日(星期三)辦理；第二梯次於 102 年 12 月 04 日(星期三)辦理，每梯次限額 40 人。
- 二、舉辦地點：朝陽科技大學管理大樓 5 樓 T2-517 教室。
- 三、檢附臺中市 102 年樂齡操種子師資培訓工作坊實施計畫(含報名方式、活動程序表、本校交通資訊等)乙份。

正本：財團法人老五老基金會、財團法人台中市私立弘道老人福利基金會、社團法人雲林縣老人福利保護協會、財團法人全成社會福利基金會、財團法人台中市私立龍眼林社會福利慈善事業基金會、財團法人台中私立甘霖社會福利慈善事業基金會、財團法人天主教曉明社會福利基金會、內政部彰化老人養護中心、內政部中區老人之家、財團法人臺灣省長老教會雙連教會附設台北縣私立雙連安養中心、台北市私立仁群老人養護所華穗護理之家、財團法人私立菩提仁愛之家、財團法人永耕老人養護中心、財團法人台中縣私立公老坪社會福利慈善事業基金會田園老人渡假養護中心、台灣移動開發股份有限公司、花翎旅行社股份有限公司、社團法人南投縣基督教青年會、恆安老人養護中心、財團法人台灣省私立永信社會福利基金會附設台中縣私立松柏園老人養護中心、公設民營苗栗縣苑裡社區老人養護中心、台中市居服照顧服務合作社、財團法人愚人之友社會福利慈善事業基金會、有限責任台中市居家照顧服務勞動合作社、財團法人台北市中華基督教青年會、財團法人彰濱秀傳紀念醫院(樂活身心減壓中心)

收 仁愛醫療

2013-11-15

16

裝

訂

線

財團法人大里仁愛醫院、財團法人嘉義基督教醫院、雅柏斯健康事業股份有限公司、財團法人中華基督教福音信義傳道會附設台中縣私立信義老人養護中心、財團法人苗栗縣私立海青老人養護中心、福樂多事業股份有限公司、輔仁大學老人學學程、輔仁大學長期照顧學分學程、台灣大學老人與長期照顧學程、台北醫學大學長期照顧學程、實踐大學老人學學分學程、中山醫學大學老人照顧學分學程、中國醫藥大學長期照顧學分學程、中臺科技大學長期照顧學分學程、南開技術學院銀髮族健康促進與照顧服務碩士學程專班、高雄醫學大學高齡社會健康照顧學程、台南應用科技大學銀髮生活產業學位學程、輔英科技大學老人及長期照顧學位學程、輔英科技大學高齡健康事業管理學位學程

副本：朝陽科技大學銀髮產業管理系

朝陽科技大學銀髮產業管理系

臺中市 102 年樂齡操種子師資培訓工作坊實施計畫

壹、計畫目的

台灣現階段面臨高齡化社會，特別是關於高齡者的身心靈健康之保健養身問題受到高度關注。台中市政府教育局與朝陽科技大學銀髮產業管理系合作，擬定臺中市樂齡操設計及人員培訓計畫，特別邀請銀髮族功能性體適能表現卓越之講師，進行種子師資培訓工作坊教學與實作演練，期能發揮交流與觀摩的機會。藉由樂齡操種子師資培訓方案，推廣至台中市各樂齡學習中心、樂齡大學及社區大學等，成為台中市樂齡族的專屬健身操，進而推廣至全國樂齡族，使高齡者能有正確運動，以促進高齡者的身體健康，進而活躍老年生活。

貳、辦理單位

指導單位：臺中市政府

主辦單位：臺中市政府教育局

協辦單位：朝陽科技大學銀髮產業管理系

參、舉辦日期及地點

一、日期：第一梯次時間：中華民國 102 年 11 月 27 日（星期三）（每場至多 40 人）

第二梯次時間：中華民國 102 年 12 月 04 日（星期三）（每場至多 40 人）

二、地點：朝陽科技大學 管理大樓 5 樓 T2-517 教室

肆、培訓內容

一、樂齡操設計原則、實施步驟及執行方式

二、樂齡操實作教學

三、樂齡操樂曲搭配及創新

四、樂齡操實作分組練習與討論

伍、參加對象

一、錄取第一順位：臺中市社區大學、樂齡學習中心、樂齡大學等銀髮族服務工作之從業人員，以上各機構至少須派員二名參與受訓。

二、錄取第二順位：具銀髮族體適能與健康促進服務經驗者，請於報名系統中的備註欄填寫並註明相關經驗。

陸、資格認證

- 一、全程參與工作坊，並通過學科與術科審查者，將頒授研習證明。
- 二、取得研習證明後，參訓者需於台中市各區進行樂齡操推廣服務性工作，至少需進行 20 小時的健康操社區推廣活動，並繳交相關紀錄資料，將頒授種子師資證書。

柒、報名方式

- 一、報名方式：採網路報名方式，共招收 80 人(共二梯次，每梯次 40 人為限)，臺中市社區大學、樂齡學習中心、樂齡大學等銀髮族服務工作之從業人員優先錄取，並請務必於報名系統備註欄註明服務於上述之單位全名。
- 二、報名網頁：<http://web.cyut.edu.tw/bin/home.php>，點選右下角「活動報名系統」進入報名系統。
- 三、報名起訖日期：即日起至 102 年 11 月 20 日（三） 止。
- 四、活動費用：免費。

捌、聯絡人

朝陽科技大學銀髮產業管理系 計畫助理林怡伶小姐

電話：(04) 2332-3000 分機 7832

傳真：(04) 2333-5318

E-mail: sd387895@yahoo.com.tw

玖、附件

- 一、102 年臺中市樂齡操種子師資培訓工作坊議序表（附件一）
- 二、朝陽科技大學交通資訊說明（附件二）
- 三、研習會場校園平面圖（附件三）

臺中市 102 年樂齡操種子師資培訓工作坊程序表

地點：台中市霧峰區朝陽科技大學 管理大樓 5 樓 T2-517 教室

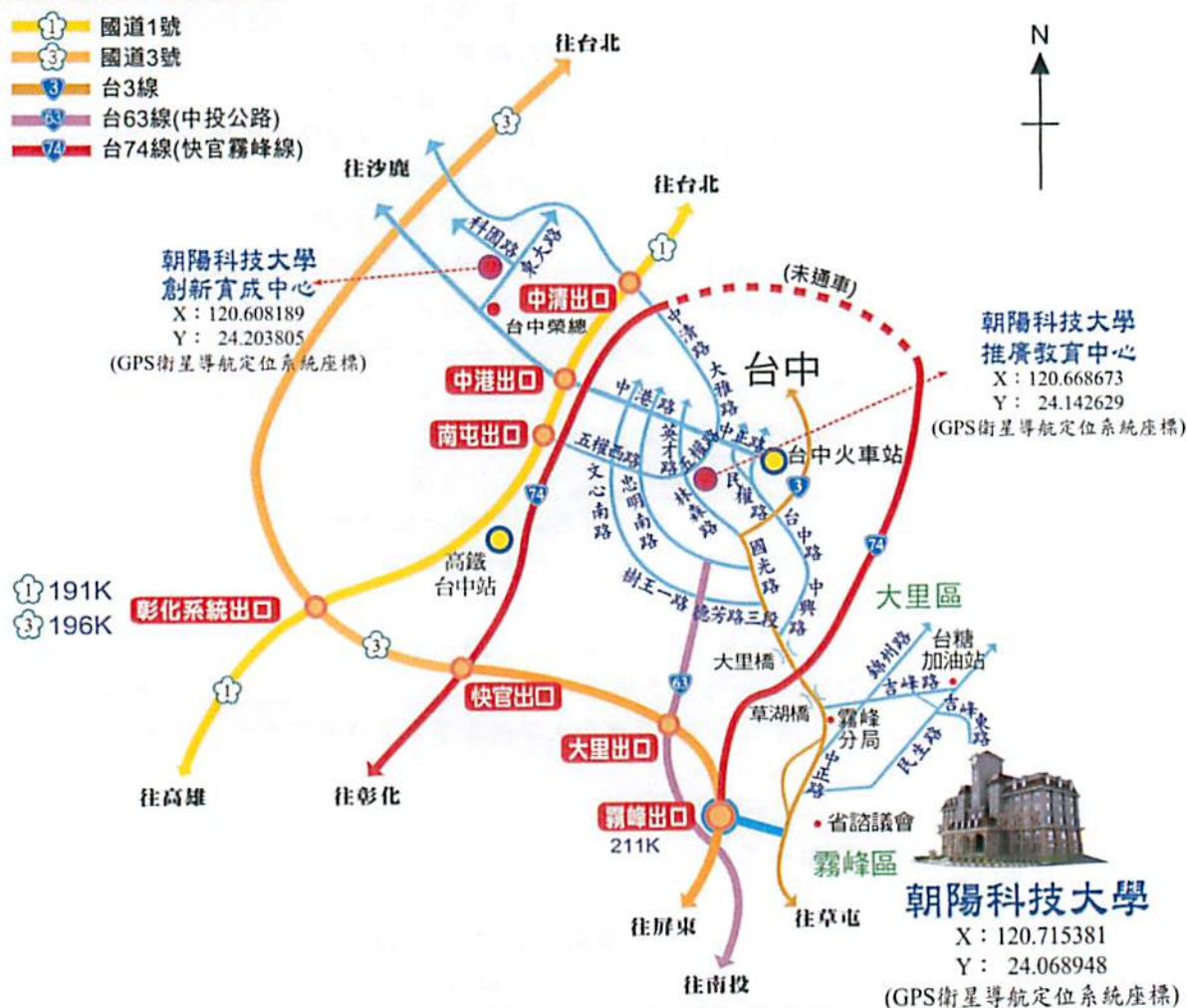
時間	程序內容
8:00~8:30	報到
	始業式 主持人：張主任華南 朝陽科技大學銀髮產業管理系系主任
8:30~8:40	貴賓致詞：劉由貴 臺中市政府教育局科長
8:40~9:30	樂齡操設計原則、實施步驟及執行方式 主持人：張華南主任 朝陽科技大學銀髮產業管理系系主任 主講人：陳家成老師 台中市基督教青年會(YMCA)主任幹事
9:30~9:40	休息時間
9:40~11:40	樂齡操實作教學 主持人：張華南主任 朝陽科技大學銀髮產業管理系系主任 主講人：吳鴻文老師 國立臺灣體育運動大學體育學系暨體育研究所 副教授
11:40~12:40	用餐時間
12:40~13:30	樂齡操樂曲搭配及創新 主持人：黃雅鈴老師 朝陽科技大學銀髮產業管理 助理教授 主講人：黃俊銘老師 中山醫學大學應用化學系暨碩士班 教授
13:30~14:30	樂齡操實作分組練習與討論 主持人：黃雅鈴老師 朝陽科技大學銀髮產業管理 助理教授 主講人：李榕津老師 體適能運動指導教練
14:30~14:40	休息時間
14:40~16:40	樂齡操實作分組驗收 主持人：黃雅鈴老師 朝陽科技大學銀髮產業管理 助理教授 主講人：A 組－黃俊銘老師 中山醫學大學應用化學系暨碩士班 教授 B 組－吳鴻文老師 國立臺灣體育運動大學體育學系暨體育研究所 副教授 C 組－陳家成老師 台中市基督教青年會(YMCA)主任幹事 D 組－李榕津老師 體適能運動指導教練
16:40~17:00	樂齡操綜合座談(Q&A)
17:00	歸賦

朝陽科技大學交通資訊說明

- 自桃園國際機場入境，可搭國光客運、統聯客運、飛狗巴士等任何往台中之客運至台中火車站下，轉搭台中客運 131 路或 132 路至本校，自火車站搭公車到本校約 30 分鐘。
- 搭計程車從台中火車站到本校約 20 分鐘。
- 開車經國道 1 號 於 191 公里處彰化系統交流道，接國道 3 號 往南至 211 公里處霧峰交流道下，按圖示約 8 分鐘可達本校。
- 開車經國道 3 號 211 公里處霧峰交流道下，按圖示約 8 分鐘可達本校。
- 搭乘高鐵由台中站下，經中彰快速道路，接國道 3 號往南至 211 公里處霧峰交流道下，約 25 分鐘抵達本校(全程約 21 公里)。另外，亦可自高鐵台中站搭乘台鐵區間車至台中火車站(約 10 分鐘)，轉搭台中客運 131 路或 132 路至本校。

◎詳細地址：朝陽科技大學 台中市霧峰區吉峰東路 168 號

交通示意圖



研習會場校園平面圖

會場地點：朝陽科技大學 T2-517

朝陽科技大學平面圖

