

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：基隆市，填報人：吳紫珊，聯絡電話：(02)24301505 分機 306

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
基隆市社會教育協進會(基隆市七堵區樂齡學習中心)	樂齡自主展活力—珍愛九九、幸福久久音樂饗宴會	以「快樂學習、忘記年齡、終身學習」的精神，呈現基隆市七堵區樂齡中心開設之樂齡族陶笛班，並結合臨近小學音樂社團共同演奏，及健康舞蹈帶動操；為走入社區小巷，樂請社區里幹事協助邀集弱勢長者及獨居老人參與，以音樂會方式及分享愛宴呈現，另以影像及短片故事宣傳樂齡學習中心，並以手工藝術 DIY 製作回饋社區，更將這份學習的精神傳遞傳播到社區各角落給需要關懷的長輩們。	<p>一、音樂演奏：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 由七堵區樂齡學習中心陶笛班，以數曲代表快樂樂齡之歌曲演奏。 2. 社區音樂社團參與演奏，其中七堵區長興國小長笛班，演奏”孝敬阿公阿嬤”。 <p>二、樂活健康帶動操：由樂齡中心舞蹈班及快樂健身操，一起與現場參加之長者動動腳甩甩手扭扭腰。</p> <p>三、動手動腦 DIY 製作：現場以多種手工藝課程之學員協助教學串珠、編織、中國結及彩陶工藝飾品等藝品作品，另樂齡中心所開設之手工作品現場發送給參與之長者。</p> <p>四、樂齡影片欣賞：藉由影像、動畫、歡樂之影片，宣傳樂齡學習中心，並播放教育部提供之多片宣導影片，宣導交通安全、用藥安全等，讓參與的長者不但可以吃、喝、舞，也可</p>	102 年 10 月 12 日上午 10 時至 16 時	基隆市七堵區長興里民大會堂 基隆市東新街 25 號	基隆市七堵區樂齡學習中心楊小艷 02-24551446

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			<p>以學習。</p> <p>五、樂齡歡唱舞臺秀：提供卡拉OK秀、我是老歌神(后)，讓長者聚集歡唱美好時光。</p>			
基隆市生活美學協會(基隆市安樂區樂齡學習中心)	樂齡自主展活力—安樂慶重陽 樂齡活力秀	<p>緣起「活到老，學到老」—學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，基隆市快樂學堂樂齡族群，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p> <p>目的：</p> <p>一、結合弱勢社區，推廣樂齡教育，協助樂齡服務學習之進展。</p> <p>二、引導「安樂慶重陽 樂齡活力秀」的活動，使樂齡者之學習轉為樂齡服務。</p> <p>三、透過安樂慶重陽 樂齡活力秀的活動，將「重陽敬老」轉換為「樂齡服務」。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中國結製作：邀請安樂區樂齡學習中心擔任講師，教導長輩們製作中國結，並運用自己做的中國結當作重陽禮物。 2. 生活歌仔戲表演秀：邀請安樂區樂齡學習中心的歌仔戲班帶領長輩運用進行歌仔戲的世界，從活動中感受運用學習成果的樂趣。 3. 活躍的樂齡族，活力帶動唱：邀請安樂區樂齡學習中心帶領長輩運用進行無器具作活力操等活力組曲，從活動中感受運用學習成果的樂趣。 4. 歡唱的快樂學堂的樂齡族，唸歌會：邀請基隆市安樂區樂齡學習中心樂齡志工帶領長輩一同進入時光隧道，重溫當時膾炙人口的臺灣歌謠。 	102年10月9日上午7時至下午18時	<ol style="list-style-type: none"> 1.基隆市立仁愛之家(基隆市安樂區安一路370巷1號) 2.基隆市七賢里里民活動中心(安和一街10號) 	基隆市安樂區樂齡學習中心 陳寶堂 (02) 2432-4372

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表


填報縣市：臺北市，填報人林靜怡，聯絡電話 02-27208889#6423

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
臺北市中山區樂齡學習中心	送愛到鴻德-精彩歌舞、氣球創作同歡樂	<p>1. 活動緣起： 臺北市中山區樂齡學習中心自成立至今，已邁入第五年，學員學習成果豐碩，本於奉獻社會的信念，中山樂齡中高齡學員要將所學奉獻社會，此次選擇鴻德養護院，正因為院中有許多需要關懷的老人。</p> <p>2. 活動目的： (1) 樂齡學員關懷孤苦老人。 (2) 樂齡學員將所學奉獻社會。</p>	<p>1. 臺北市中山區樂齡學習中心 SDD 合唱團學員演唱美妙的歌曲，並且邀請長輩們一起加入歌唱行列。</p> <p>2. 中山樂齡學員暨志工表演快樂的舞蹈，並且邀請長輩們一起加入跳舞行列。</p> <p>3. 中山樂齡學員帶來自製的環保手工皂暨保健青草茶（皆為課堂所習得），他們將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p> <p>4. 中山樂齡學員暨志工帶領養護院的老人製作造型氣球。</p>	102.10.12	財團法人宜蘭縣私立鴻德養護院（宜蘭縣員山鄉中華村冷水路 17 號）	臺北市中山區樂齡學習中心 連虹雲(02) 2521-9196 分機 830
臺北市北投樂齡學習中心	歡唱打擊、快樂搖搖-重陽愛心打擊律動活力演出	<p>「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂。 臺北市北投樂齡族群將這份學習的甜美感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音</p>	<p>1. 活躍的樂齡族，活力帶動跳：邀請北投樂齡學習中心長者帶領長輩進行手指舞、彩球舞等活力組曲，一起從活動中感受健康活力的樂趣。</p> <p>2. 打擊律動的樂齡族，老歌回顧：邀請臺北市北投樂齡學習中心長</p>	102.10.07 上午 9 時至 12 時	<p>1. 新北市淡水區愛德養護中心</p> <p>2. 臺北市立關渡醫院附設護理之家（臺北市北投區知行路 225 巷</p>	臺北市北投樂齡學習中心： 謝貞娥 02-2858582

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們，與其他老寶貝們一起分享學習的喜悅。	者帶領長輩一同進入時光隧道，配合中國樂曲、鼓聲及舞蹈，重溫當時膾炙人口的金曲。 3. 活動流程： 9：00-10：00 淡水愛德養護中心 11：00-12：00 關渡醫院護理之家		12 號)	

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：新北市，填報人：蔣承志，聯絡電話：(02)29603456#2592

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
新北市樂齡 學習示範中 心 	溫馨手包， 珠珠饗宴- 集美樂齡賀 重陽	新北市樂齡族群熱愛學習，樂於分享，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給偏遠的弱勢孩子。	1. 活力樂齡：本校樂齡阿公阿媽帶孩子一起熱舞可愛的玫瑰花舞曲，展現白髮族的熱情與活力。 2. 手作課程-貓頭鷹午安枕：邀請本校樂齡學習中心學員擔任講師，教導偏遠地區孩子們製作貓頭鷹午安枕，傳承樂齡智慧及手藝。 3. 請檢附活動流程。 9:00-10:00 活力熱舞-可愛的玫瑰花 10:00-12:00 手作課程-貓頭鷹午安枕	102.10.11 上午 9 時至 12 時	新北市瑞芳 區吉慶國小 (10 號)	新北市樂齡學 習示範中心：黃 銓寬 (02) 89725390 分機 402
新北市新店 區樂齡學習 中心	新店樂齡展 活力，藝術 饗宴秀才藝	「終身學習最年輕」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，新北市新店區樂齡中心的學員及志工，將平日開班所學習之成果，分享給偏遠學校的小朋友們及社區長者，藉此分享學習的心得及喜悅，進而激勵所有的人，只要有心，學習永遠不嫌晚，同時也做為中	1. 藝文作品展覽： 展示新店區樂齡中心繪畫班、書法班、環保手工藝班成員所創作之作品。 2. 環保手工藝作品教學： 自主團體環保手工藝的樂齡族，運用生活中廢棄的環保素材如雜誌紙、捆帶、保特瓶等製作別出心裁的裝飾品，現場教學讓每位參與者身體力行環保愛地球。	102 年 10 月 11 日上午 10 時至 12 時	新北市福連 國小	新北市新店區 樂齡學習中心： 葉峻德 (02) 22110560-分機 105

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		<p>老年人的示範，發揮「快樂學習、忘記年齡」的精神，創造另一段生命的感動。</p>	<p>3. 動態才藝秀： 邀請新店區樂齡中心舞蹈班帶來數段精湛的表演，再以騎馬舞來與現場參與者同樂，接著請手語律動班帶來多首簡單易學的手語歌，並現場教學，與參與者一起享受學習的樂趣。 <u>4. 請檢附活動流程。</u></p> <p>8:00-9:00 搭車由新店往福連國小 9:00-10:00 福連國小內佈展及化妝排演 10:00-11:00 手工藝作品DIY教學 11:00-12:00 樂齡「百老匯」才藝同樂秀</p>			
<p>新北市新莊區豐年樂齡學習中心</p>	<p>戲劇表演、國樂演奏-豐年一輩子劇坊、奇摩子樂坊演出</p>	<p>透過樂齡自主展活力活動之辦理，提升高齡者自主學習活動。將本樂齡中心學員平日所學技藝，於養護機構演出，突顯「樂齡族的活力」將「重陽敬老」轉為「樂齡服務」。新北市豐年樂齡學習中心，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，透過戲劇張力及音樂表演，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這</p>	<p>1. 一輩子劇坊「三年坡」戲劇表演：改編自韓國民間故事，年長者行動較不方便，平常要多注意居家外出行的安全，為人子女也要多住關心家中長輩，除此之外更要破除迷信和不採用偏方或來路不明的藥物，建立正確的用藥觀念，藉此由戲劇演出達到寓教於樂的效果。 2. 奇摩子樂坊演出：本樂齡中心樂團成員，將平日練習習得的曲子，表演給養護中心老人聆聽，透過樂曲優</p>	<p>102.10.10 上午 09 時至 13 時</p>	<p>新北市愛德養護中心(新北市淡水區沙崙路 300 號)</p>	<p>新北市新莊區豐年樂齡學習中心： 李雲月組長 (02) 2201-7102 分機 53</p>

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	美旋律讓這群養護中心的老人能滋養心靈，身心獲得愉悅的樂趣。 <u>3. 活動流程。</u> <u>0900-0930 相見歡</u> <u>0930-1030 戲劇表演</u> <u>1030-1130 國樂表演</u> <u>1130-1300 忘齡互動</u>			
新北市淡水區樂齡學習中心	優質淡水、活力十足-重陽舞動人生	「學到老，活到老」-人生一大樂趣---學習，成果的回饋是快樂、甜美，新北市淡水樂齡中心好友愛學習、更愛表演，將這份的樂趣，配合優美肢體，搭配輕快、活潑的音樂，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份大愛的精神付給要關懷的長輩們。	1. 動動手---中國結小女郎製作：邀請淡水樂齡學習中心學員擔任講師，教導長輩們編製中國結小女郎，可裝飾。 2. 活力十足的樂齡，活力帶動唱：邀請淡水樂齡學習中心帶領長輩進行舞動人生---淡水暮色、快樂的出航等組曲，讓長者勾起老歌回味。更能從活動中感受運用學習成果的樂趣。 3. 手語的表演，以我們都是一家人愛心-山地舞曲：邀請新北市淡水樂齡學習中心志工帶領長輩一同手語教學，感受高亢膾炙人口的原住民音樂。 <u>4. 請檢附活動流程。</u> <u>0830-0900 相見歡</u> <u>0900-1000 表演</u>	102.10.12 上午 9 時至 12 時	新北市竹圍仁濟安老所 (新北市淡水中正東路 2 段 153 號)	新北市淡水區樂齡學習中心： 梁蓉清 (02) 26202789

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			<u>1000-1030 手語教唱</u> <u>1030-1100 贈送敬老禮物</u> <u>1100-1200 中國結-小女郎</u> <u>1200-1300 午餐</u>			
新北市萬里區樂齡學習中心	野柳海洋藝術代間傳承活動	<p>學到老，才能活到老，而且施比受有福，服務能帶來更大的快樂。因此我們期待本活動能達到以下目標：</p> <p>一、強化樂齡學員及志工服務能力和活力，貢獻所學於小學課堂。</p> <p>二、增進樂齡代間教育知能、增進世代間交流、促進世代間和諧。</p>	<p>1. 海洋藝術品展示： 將樂齡學習中心平常上課之作品陳列展示，並由製作者口語介紹其創作理念、製作過程及注意事項，一方面讓偏鄉的孩子見識海洋藝術之美，二方面也讓樂齡學員展現學習之成果。</p> <p>2. 貝殼動物 DIY： 邀請樂齡學員及志工擔任講師及助教，挑選較簡單項目教導小朋友製作貝殼動物，透過代間交流互動，產生小朋友對阿公阿嬤的敬佩之意，也讓樂齡學員有成就感。</p> <p>3. 校園環境導覽： 請壯圍國小的孩子為樂齡學員及志工介紹其校園特色，讓阿公阿嬤能認識不同學校的環境，並透過祖孫的互動，達到重陽敬老的目的。</p> <p>4. 請檢附活動流程。</p> <p>08:00~09:00 集合出發、國道風光 09:00~09:30 相見歡 09:30~10:30 海洋藝術品展示 10:30~12:00 貝殼動物 DIY</p>	102.10.11 上午 08 時至 16 時	宜蘭縣壯圍國小	新北市萬里區樂齡學習中心： 吳炯霖 (02) 2492-2512 分機 12

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			12:00~13:00 享用風味餐 13:00~14:30 校園環境導覽 14:30~15:00 祖孫交流互動 15:00~16:00 快樂賦歸			
新北市永和區樂齡學習中心	懷舊歌曲 慶重陽	<p>「服務學習、學習服務」，服務的過程、助人的快樂，是激盪起幸福漣漪的源起，在九九重陽的時節，永和區樂齡學習中心將把這份貢獻關懷的心，散播到長期照護中心，讓照護中心的銀髮長者，在悠揚的弦樂曲與懷舊老歌中，重溫熟悉旋律的琅琅歌謠，一同歡唱，一同回憶那些年的年少時光，將愛與關懷迴盪在每位參與者的心中…</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 弦樂飄揚慶重陽 由永和區樂齡弦樂貢獻班之學員，演奏優美的弦樂樂曲，讓銀髮長者們能沉浸與陶醉於悠揚的琴聲中。 2. 環保樂器製作 由永和區樂齡學習中心志工教導養護中心的銀髮長者製作環保樂器，並利用自己製作的環保樂器，參與接下來的懷舊金曲演唱 3. 懷舊金曲齊歡唱 由永和區樂齡學習中心歌唱貢獻班之學員，帶領養護中心之銀髮長者，運用製作的環保樂器，一同高歌歡唱，重溫年少時膾炙人口的金曲 4. 活動流程。 <u>0800 集合出發</u> <u>0930-1000 相見歡</u> <u>1000-1030 弦樂表演</u> <u>1030-1130 環保樂器製作</u> 	102年10月7日	宜蘭縣廣親老人長期照顧中心 (宜蘭縣宜蘭市泰山路260號)	網溪國民小學 輔導主任 吳華正 02-89264470*400

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			<u>1130-1300 互動用餐</u> <u>1300-1430 懷舊金曲歡唱</u> <u>1430-1600 重陽登高健康久久</u> <u>1600-1730 晚餐</u> <u>1730 賦歸</u>			
新北市三峽區樂齡中心	手舞足蹈活力樂齡-重陽敬老歡樂列車	三峽區樂齡中心透過本次活動將「活到老，學到老」的精神傳遞給金山居家護理所的長輩們。希望透過排舞、陶笛與大自然快樂操的表演帶給大家健康快樂的心靈，再結合手工藝品的製作，在製作過程中，大家專注的學習，相互的互動與討論分享，增進姐妹情誼。在品味生活與人生的氛圍裡，享受人生的幸福與滿足感，忘記年齡、快樂學習。	1. 排舞帶動跳 跳排舞最大的收穫除了運動健身之外，還可以學到優雅的舞步更可以增加體態的美感 排舞的動作整齊劃一且單純，使人自然的跟著音樂跳舞，心靈簡單又快樂，希望大家有空也能一起來跳跳排舞健健身。 2. 陶笛演奏 陶笛班是樂齡開班中，唯一一門樂器類的班，在樂曲高低音調的起伏中，學員非常投入非常認真練習學員除了利用上課時間練習，老師會給予新的歌譜以及進度，希望帶給金山護理所的所有長輩耳目一新的音樂聆聽感。 3. 心靈舞蹈—大自然快樂操 大自然快樂操是一個推廣健康身心靈的舞蹈，整個課程就是在帶領學員放鬆身心，將自己進入歌曲與身體的律動之中，又因為其舞蹈動作不像排舞班的節奏那麼快，因此許多不敢	102.10.11 上午 9 時 00 分至 12 時	國立臺灣大學醫學院附設醫院金山分院附設居家護理所(新北市金山區五湖里南勢 51 號)	新北市三峽區樂齡中心： 陳皇印 (02) 86712590 分機 844

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			<p>嘗試舞蹈動作的長者，在大自然快樂操班中，都可以得到很好的成就感，心靈也在一動一放中得到了抒解。</p> <p>4. 手工藝品教授 吳金定老師是本校樂齡中心成員，同時也是擁有多項證照的老師，其對手工藝的興趣，自中心成立的第三年開始，即擔任二手新品班的講師，學員製作成品的材料捨棄昂貴的精品，而取材自一些日常生活會剩餘的素材，巧手之下編織出許多美麗的圖案，也編織出美麗的人生。</p>			
新北市汐止區樂齡學習中心	九九重陽・愛心齊飛揚-樂齡風采展演秀	為因應高齡化社會的來臨，幫高齡者找到生活的重心與精神的寄託，強化其身心靈的健康，將高齡資產做為回饋社會與提攜後進的能量，已是刻不容緩之事。汐止區樂齡學習中心透過與社區內「佳醫養護之家」的合作與互動，讓學員於重陽敬老週有機會貢獻平日所學歌舞技藝，以藝術文化交流的方式，將歡笑和快樂的種籽散播於每位老人心	<ol style="list-style-type: none"> 1. 樂齡風采展演秀（活力帶動唱）：邀請汐止區樂齡學習中心手語班學員表演活力手語組曲，從活動中感受運用學習成果的樂趣，展現高齡自信與風采。 2. 重陽敬老聯歡遊戲：邀請樂齡志工帶領養護之家年長長輩一同進入時光隧道，回味童年時光、重溫童年遊戲。 3. 藝文饗宴-樂齡成果展：樂齡志工與學員將平日所學技藝與手工藝品進行成果展示與分享，藉此吸引社區長者參與各項學習活動，豐富生活內涵，。 	102.10.8 星期二 8:00~ 18:30	新北市汐止區佳醫護理之家 (新北市汐止區茄苳路296號)	新北市汐止區樂齡學習中心(02) 2694-1817 分機 260

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)																						
		中，成功落實老化學習的觀念，見造世代融合的社會。	<p>4. 檢附「九九重陽・愛心齊飛揚」活動流程。</p> <table border="1" data-bbox="913 400 1384 1018"> <thead> <tr> <th>時間</th> <th>項目</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>8:00~9:00</td> <td>整裝出發</td> </tr> <tr> <td>9:00~9:30</td> <td>相見歡</td> </tr> <tr> <td>9:30~11:00</td> <td>環境參觀</td> </tr> <tr> <td>11:00~12:00</td> <td>交流分享 樂齡學習經驗</td> </tr> <tr> <td>12:00~13:30</td> <td>中餐</td> </tr> <tr> <td>13:30~14:30</td> <td>樂齡中心簡介</td> </tr> <tr> <td>14:30~15:30</td> <td>樂齡風采展演秀</td> </tr> <tr> <td>15:30~16:30</td> <td>重陽敬老聯歡遊戲</td> </tr> <tr> <td>16:30~17:30</td> <td>藝文饗宴</td> </tr> <tr> <td>17:30~18:30</td> <td>賦歸(晚餐)</td> </tr> </tbody> </table>	時間	項目	8:00~9:00	整裝出發	9:00~9:30	相見歡	9:30~11:00	環境參觀	11:00~12:00	交流分享 樂齡學習經驗	12:00~13:30	中餐	13:30~14:30	樂齡中心簡介	14:30~15:30	樂齡風采展演秀	15:30~16:30	重陽敬老聯歡遊戲	16:30~17:30	藝文饗宴	17:30~18:30	賦歸(晚餐)			
時間	項目																											
8:00~9:00	整裝出發																											
9:00~9:30	相見歡																											
9:30~11:00	環境參觀																											
11:00~12:00	交流分享 樂齡學習經驗																											
12:00~13:30	中餐																											
13:30~14:30	樂齡中心簡介																											
14:30~15:30	樂齡風采展演秀																											
15:30~16:30	重陽敬老聯歡遊戲																											
16:30~17:30	藝文饗宴																											
17:30~18:30	賦歸(晚餐)																											
新北市林口樂齡學習中心	祖孫合舞~ 扇子舞 歡樂 DIY	「樂活學習・樂齡九九」~學習是不間斷且不設限的，在高齡的階段還可以繼續快樂的學習是相當不容易的，因此，本中心特別邀請樂齡學員中心結合本校學生，一起跳舞，祖孫同樂，一起做手工藝，牽起祖孫情，並將這份溫暖又開	1. 祖孫合舞~扇子舞： 邀請林口區樂齡學習中心的老師，帶領學員與本校學生一起編舞、練舞，並到場表演，甚至是與安老院的阿公、阿嬤同樂，一起跳舞。 2. 歡樂 DIY： 邀請林口區樂齡學習中心的 DIY	102.10.11 上午 9 時 30 分至 12 時	新北市八里 愛心教養院 (新北市八 里區華富山 37 號)	新北市林口樂 齡學中心： 梁詩苔 (02) 2605-2779 分 機 12																						

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)												
		心的情誼分享至八里愛心教養院，讓教養院中的障礙學童也能感受到健康活力。	<p>教師，帶領祖孫運用簡單物品，做出創意的手工藝品，並可以聯絡祖孫情。</p> <p>3. <u>請檢附活動流程。</u></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>時間</th> <th>行程</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>09:00-09:30</td> <td>瑞平國小操場集合出發—學校校車共乘</td> </tr> <tr> <td>09:30-10:00</td> <td>愛心教養院導覽與宣導</td> </tr> <tr> <td>10:00-10:30</td> <td>祖孫合舞：扇子舞、樂齡律動</td> </tr> <tr> <td>10:30-12:00</td> <td>歡樂DIY (由樂齡中心DIY教師設計，利用簡單物品與高齡者和小朋友一起動手做)</td> </tr> <tr> <td>12:00</td> <td>賦歸—瑞平國小</td> </tr> </tbody> </table>	時間	行程	09:00-09:30	瑞平國小操場集合出發—學校校車共乘	09:30-10:00	愛心教養院導覽與宣導	10:00-10:30	祖孫合舞：扇子舞、樂齡律動	10:30-12:00	歡樂DIY (由樂齡中心DIY教師設計，利用簡單物品與高齡者和小朋友一起動手做)	12:00	賦歸—瑞平國小			
時間	行程																	
09:00-09:30	瑞平國小操場集合出發—學校校車共乘																	
09:30-10:00	愛心教養院導覽與宣導																	
10:00-10:30	祖孫合舞：扇子舞、樂齡律動																	
10:30-12:00	歡樂DIY (由樂齡中心DIY教師設計，利用簡單物品與高齡者和小朋友一起動手做)																	
12:00	賦歸—瑞平國小																	
新北市八里區樂齡學習中心	回憶童年：孕育希望種子生生不息活力鼓陀表演會	「時時學習，樂於學習，樂而忘齡」永保追求新知，不斷學習充實生命的熱力與動力，樂齡學員結合幼童鼓隊與陀螺隊展現旺盛的生命活力，將學習的成果與甜美與長輩分享，回饋並傳遞學習的感動。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 活力四射鼓運昌隆：結合社團提供學童表演舞臺，激起長者熱力感動人心的花式鼓隊表演。 2. 生生不息—轉動生命的動力：童年的記憶，藉由陀螺傳達人類生命的生生不息，不斷學習成長，傳承經驗。 3. 回憶童年夢—童玩製作DIY，邀請本校專家義務指導，喚起長輩童年的記憶。 4. 樂齡學員女紅、剪紙、摺紙作品展出。 	102.10.07 下午 2時至4時	八里區天主教安老院(新北市八里區中山路1段33號)	新北市八里區樂齡學習中心：乃瑞春 (02)2618-2202 分機 223												

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			5. 活動流程： (1) 鼓運昌隆-鼓隊表演 5 分鐘。 (2) 生生不息-陀螺表演 15 分鐘。 (3) 回憶童年夢-童玩製作 DIY90 分鐘。 (4) 作品展出：女紅、剪紙、摺 紙作品展出。			

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：桃園縣，填報人 張筱瑩，聯絡電話 03-3322101*7472

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
平鎮市樂齡學習中心	「銀髮長青～樂活桃園」桃園縣102年重陽敬老藝術饗宴活動	一、由活動辦理引發社會大眾對高齡議題的關切，能熱愛老人、接納老人、尊重老人、甚而服務老人等關心老人之態度。 二、提供高齡者自我實現關愛社會的舞臺，達到「關心今日的老人就是照顧明日的自己」的目的。 三、藉由重陽敬老活動的辦理，以老歌演唱配合熱門樂團的表演，讓表演的高齡者和觀賞的長者能有一互動相互觀摩分學習成果的機會。	以老歌演唱配合熱門樂團的表演，讓表演的高齡者和觀賞的長者能有一互動。	102.9.26 102.10.2 102.10.3晚上19時至21時	9/26楊梅市公所 (桃園縣楊梅市大成路2號) 10/2大溪文化會館(桃園縣大溪镇興和里登龍路22號) 10/3桃園縣平鎮市婦幼館(平鎮市廣成街10號)	呂炫怡 平鎮市樂齡學習中心：(03)458-7750
桃園縣中壢市樂齡學習中心	102年度慶祝重陽節「溫馨關懷阿公阿嬤慶重陽」	臺灣高齡化的社會漸成，獨居老人也日益增多，基此為落實、弘揚敬老之美德，並提倡長者之健康休閒活動，豐富精神生活。特舉辦本活動，激發社會大眾對於長輩	1. 咱來奉茶(暢飲菊花茶)。 2. 政令宣導、有獎徵答。 3. 至尊經典、懷念金曲卡啦OK 歡唱。 4. 樂齡長者，才藝表演。	102.10.9(三) 9:00~13:00	桃園縣南區老人文康中心(中壢市林森路90號)	高碧珍主任 電話： 03-4266211

		之重視與關懷，增加長者身心健康及聯繫情感之機會，並結合公益活動，讓更多人認識樂齡學習中心。	5. 愛的奉獻，募集發票。 6. 享用在地風味餐美食話家常。			
--	--	---	-----------------------------------	--	--	--

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市： 新竹縣 ，填報人 朱木貴 ，聯絡電話：03-5529005

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
新竹縣新埔樂齡學習中心	樂齡團圓慶重陽	「活到老，學到老」-透過樂齡關懷活動，讓每一位樂齡族活得快樂、學得快樂、吃得健康，透過客家傳統湯圓手工製作，讓樂齡族回味傳統搓湯圓的樂趣。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 推動樂齡族群健康飲食概念，吃自己種的菜。 2. 了解客家湯圓的做法，從糯米碾米到搓湯圓，都遊樂齡族自己動手，回味傳統手工食材的滋味。 3. 透過活動，讓樂齡族回味當年搓湯圓的樂趣，進而與代間共同分享美食。 	102.10.23 9:00-16:00	耕讀居 新埔鎮 義民路 三段 133巷 10號	新竹縣新埔樂齡學習中心： 朱木貴 035529005 詹呈祺

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市： 新竹縣 ，填報人 張進茂 ，聯絡電話：03-5529005

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
新竹縣樂齡學習示範中心	樂齡分享快樂的愛心	「活到老，學到老」-透過關懷活動，讓老人能增加身、心、靈慰藉，帶動老人的活力，增加自己的信心，藉由活	<ol style="list-style-type: none"> 1. 樂齡示範中心修繕團隊到安養中心，免費提供修繕，提升安養中心住的品質。 2. 示範中心水噹噹歌舞團演出，把 	102.10.1 6(三) 重陽節前	新竹縣私立 阡崧老人養 護中心 新竹縣芎林	新竹縣樂齡學習示範中心：張進茂 (03) 657-8242 <03> 552-9005

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		動，提升老人生活品質。	歡樂關愛帶給安養中心老人。 3. 用愛心讓老人獲得尊重與安慰達到身、心、靈的健康。		鄉新鳳村 8 鄰 五股林 58-12 號	

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：新竹市，填報人蘇莉莉 聯絡電話 03-5216121*275

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
新竹市東區樂齡學習中心	敬老歌仔戲慶重陽	藉由歡度重陽佳節號召社區長輩投入清淨家園活動，並於清淨家園後共同觀賞東區樂齡學員精采演出的敬老歌仔戲劇，除活力展現樂齡自主學習服務成果，也藉此拉近城鄉距離，進而增進各社區與長輩間的親密互動與情感交流。	<p>一、由社區民眾參與「樂齡自主展活力」清淨家園活動，引導社區老人加入樂齡學習行列。</p> <p>二、重陽敬老晚餐：民眾只要向社區報名並自備環保餐具，報到後即可於現場享用由樂齡志工媽媽親手烹調的炒米粉及損丸湯。</p> <p>三、傳統戲曲表演：在社區活動中心舞臺盡情觀賞由本市東區樂齡歌劇團精彩演出敬老歌仔戲《錯中緣》。</p> <p>四、展現東區樂齡學習中心學員自主學習成果，現場並受理中心各項課程報名。</p>	102/10/13(日)下午4時至8時	新竹市千甲社區活動中心	新竹市東區樂齡學習中心(新竹市東大路二段16號B1): 陳明雄 主任 035335072

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：_苗栗縣_，填報人_吳瑜軒_，聯絡電話_037-559692_

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
苗栗縣後龍鎮樂齡學習中心	樂齡不老好像 Young-重陽愛心舞蹈表演、直笛演出、手工藝教學製作	「中秋」是月圓人團圓的節日，「重陽」是專屬於長者的日子，本樂齡中心希冀將兩者相結合，並由本校高年級學生學生和樂齡學習中心長者共同透過舞蹈、直笛演奏、手工藝製作將「愛」與「學習力」傳達給發展中心的孩子，希望發展中心的孩子能在這些長者的身上看到歡樂、希望與愛，除了為特殊孩子注入活泉，引領孩子增加學習的動機，也展現本樂齡中心平常的學習成果。	1. 蝶古巴特手工零錢包製作： 邀請本樂齡學習中心長者擔任講師，個別教授發展中心孩子們製作蝶古巴特手工零錢包。 2. 像 Young 樂齡族： 邀請本樂齡學習中心舞蹈團隊表演土風舞、交際舞等組曲，從活動中感受運用學習成果的樂趣。 3. 直笛才藝演奏	102.10.10 上午 12~14 時 102.10.11 上午 10 時~12 時	苗栗縣新苗發展中心	後龍鎮樂齡學習中心： 鍾國卿(037)450738 分機 2301
苗栗縣苗栗市樂齡學習中心	琴弦太鼓動人心 銀髮樂齡續長青	聆聽美妙的鼓聲琴音，串起一個個美麗動人的故事；看著祖孫用心認真的彈撥著每個音符，讓人不覺中也不想跟著哼唱。 心，是愉悅的；夢，是甜美的，因為今天重回青春時光，回味那一份天真。	1. 太鼓表演： 由文山國小幼兒園孩子表演--紅唇青春敲敲敲 2. 烏克麗麗表演： 由苗栗市樂齡學習中心烏克麗麗班的成員擔任演出，表演三首曲目好聽的歌曲--歡樂年華、月亮代表我的心以及客家歌謠--天公落水。	102.10.6(日) 上午 10 時至 12 時 102.10.11 上午 10 時至 12 時	苗栗市大安居安養中心	鄧竹景主任 (037)320406

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			3. 剪刀石頭布： 由樂齡中心的學員與安養中心成員互動玩遊戲，帶動歡樂氣氛。 4. 閒話家常：由樂齡中心的學員與安養中心長者親切問候，相互認識。 5. 活動流程： (1) 太鼓表演 (2) 烏克蘭麗表演 (3) 剪刀石頭布 (4) 閒話家常			
苗栗縣頭份鎮樂齡學習中心	重陽歡樂、大家做伙來	「回饋付出、奉獻服務」- 回饋付出學習過程能收獲無止盡的甜美記憶，奉獻服務的心卻能擁有無法永世不竭的緣份，頭份鎮樂齡學習族群，將這份最實際的活力腦化，感受付出，訴諸最直接的肢體傳達，搭配環保訴求，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	1. 手工藝編織製作： 邀請頭份鎮樂齡學習中心的志工群擔任講師，教導長輩們編織手工竹籃，並運用自己做的竹籃進行接下來的環保DIY花卉活動。 2. 活躍樂齡族，歡喜帶動唱：邀請頭份鎮樂齡學習中心志工帶領長輩們一同歡唱活力客家組曲，從活動中找回快樂的元素。 3. 資源再利用，環保花卉趣：邀請頭份鎮樂齡學習中心志工帶領長輩一同利用環保器皿，結合竹編與花卉，來一同打造環境綠美化，並象徵長青不老、活力再現。	102.10.06 上午 10 時至 12 時	苗栗縣安心居護理之家 (苗栗縣頭份鎮文化街 31 號)	苗栗縣樂齡學習中心：邱致綺小姐 (037) 605102
苗栗縣南庄鄉樂齡	重陽敬老表孝心，樂齡	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成	1. 重陽敬老表孝心-由南庄國小學生為樂齡學習中心銀髮族奉茶、按	102.10.15 (二) 上午 09 時至 12 時	苗栗縣南庄鄉樂齡	苗栗縣南庄鄉樂齡學習

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
學習中心	自主展活力	果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，南庄鄉樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	<p>摩，表達學童對長輩們的尊重與孝敬之意。</p> <p>2. 油紙傘彩繪製作：邀請南庄鄉樂齡學習中心陳憶美、風美香擔任講師，教導長輩們油紙傘彩繪，繪出亮麗的人生色彩。</p> <p>3. 樂齡音樂展活力－邀請樂齡客家歌謠班活躍的樂齡族，演唱客家歌謠；邀請獅山據點樂齡銀髮族表演環保打擊樂。</p> <p>4. 樂齡養生展活力－邀請太極拳、華佗養生班樂齡學員示範、邀請大家一起來做養生操。</p>		學習中心 (苗栗縣 南庄鄉東 村文化路 3號)	中心： 邱一帆(037) 822007 分機 12

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：臺中市，填報人：薛昭滢，聯絡電話：04-22289111#54509

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
臺中市沙鹿區樂齡學習中心	「鼓舞青春」-熱舞太鼓活動	<p>活動緣起： 因應高齡社會的到來，讓我們一起來關懷長者。藉由重陽節活動為埔里基督仁愛之長輩們帶來鼓舞生命的動力。</p> <p>目的： 期盼透過沙鹿區樂齡學習中心的長輩們在樂齡學習中心的成果，藉由重陽活動發揮的舞臺，達到樂齡學習的宗旨-「快樂學習，忘記年齡」，並帶給埔里基督仁愛之家長輩們美好的回憶。</p>	<p>1. 樂齡太鼓隊表演： 邀請臺中市沙鹿區樂齡學習中心之晉江里教室樂齡太鼓隊，為活動拉開序幕，並與長輩們同樂。</p> <p>2. 六克拉熱舞社： 邀請臺中市沙鹿區樂齡學習中心之六路教室自主社團-六克拉熱舞社，為長輩們帶來充滿活力的舞蹈，運用沙鈴配合節奏拍打，展現出長者活力熱情的一面，進而符合樂齡中心的宗旨「快樂學習、忘記年齡」。</p>	102 年 10 月 24 日	利河伯社會福利基金會-埔里基督仁愛之家	林雅文小姐、許美儀小姐 電話： 04-26318652
臺中市樂齡學習示範中心	子案一主題： 樂齡百寶箱系列一~三	<p>活動緣起： 重陽節，是樂齡學習者重視的節日，中心配合節氣規劃「樂齡自主展活力-樂齡饗宴」系</p>	<p>子案一活動內容： 中心以服務人力開發與運用為發展方向，102 年度增能培訓的服務人力成為自主學習團體帶領人，並進行社區服務貢獻與實作。重陽敬老節</p>	<p>子案一辦理日期： 10 月 9 日(週三) 上午 9:00-13:30</p>	<p>子案一活動地點： 臺中市樂齡學習示範中心、</p>	楊鳳瑜小姐 電話： 04-22974225#115

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
	子案二主 題： 重陽敬老音 樂會	列活動，讓參與學習的高齡者 與提供服務的樂齡人力，積極 「服務、學習」雙向兼具的服務 學習概念，建構友善的樂活 社區。 活動目的： 1. 辦理樂齡饗宴系列活動， 藉此強化樂齡學習者對學 習、改變、增能、貢獻觀念 的建立，推廣「活躍老化」 的概念。 2. 透過實際服務貢獻的參 與，使學習與服務並進，並 創造以老人服務老人的友善 關懷行動。 3. 結合大眾傳媒，推廣「活 躍老化」觀念、「樂學樂活」 新地點。	日 自主學習團體提供以象徵學習多樣 性的樂齡百寶箱三場系列活動。 子案二活動內容： 由夏炎生、顧申蕪賢伉儷主持（示 範中心增能培訓之服務人力），自主 學習團體帶領人與服務人力透過音 樂展現學習成果，並擔任音樂樂學 大使，指導現場參與者體驗學習樂 器的樂趣，藉此機會加強自主學習 團體的服務人力對學習目標的期 待，滿足其表達及貢獻的需求。	子案二辦理日 期： 10月9日(週三) 下午 13:30-16:00	梅川里活 動中心、 六合里活 動中心 子案二活 動地點： 臺中市樂 齡學習示 範中心	

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：南投縣，填報人：詹桂香，聯絡電話：049-2248090 轉 12

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
南投縣竹山鎮樂齡學習中心	竹藝傳情童趣樂	竹山鎮樂齡中心以熱愛學習樂此不疲為中心願景，本中心除鼓勵竹山鎮樂齡族要終身學習，熱愛學習，更注重代間教育及活動。本次活動希望帶領樂齡中心長輩、媽媽及兒童等三代至仁愛之家做自主服務學習，希望讓這群需要關懷的長輩，藉由我們的到來能讓他們感受到我們的關懷，也因為有兒童參與讓長輩感受代間之樂。本中心也希望藉此自主服務學習讓樂齡族及兒童學會奉獻及關懷。未來也希望帶動更多樂齡族一起來參與。	<p>動態活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 竹傘舞：媽媽舞蹈班演出竹傘舞及竹長飄扇舞。 2. 竹飄扇舞：長輩以滿山春色為舞蹈曲目由中心長輩表演竹飄扇舞。 3. 兒童演出 2 首熱舞。 <p>靜態展示：</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. 展出竹山竹藝及竹童玩。 <p>DIY 教學竹蜻蜓、氣球教學等童玩。</p>	102.10.5 上午 10 時至 12 時	財團法人南投縣私立南投仁愛之家 (南投市民族路 617 號)	竹山鎮樂齡學習中心： 楊麗娜 049-2622510

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
南投縣魚池鄉樂齡學習中心	102年重陽樂齡自主展活力/ 種樂陽齡活動	我們多會老，但我們不怕老，就因珍惜每一次與人、事因緣相聚的時刻，用歡喜心來完成、結緣與布施。人的相處，要有一種觀念，不是修福就是修慧，換言之，就是幫忙與學習。修福就是幫忙別人，修慧就是學習他人的經驗、優點。南投縣魚池鄉樂齡學習中心伙們個個勇於挑戰年齡、快樂學習、熱忱服務，所以在重陽節的前夕並配合教育部辦理「樂齡自主展活力」活動與竹山鎮同心居老人養護中心舉辦「種樂揚齡」活動，將樂齡熱情與友誼獻給長輩並於共度重陽佳節，藉此活動推展，祈能帶給需要關懷老人一份歡愉的禮物，懂得珍惜生命，落實教育部推老人福利教育政策。	1. 相見歡 2. 溫暖時光： 由蔡鳳琴校長帶動唱，在帶動唱拉近彼此距離，建立情感。 3. 健康分享： 由樂齡中心張榮輝老師帶領樂齡學員及中心長輩做健康操，讓長輩知道要活就要動及身心健康的重要性 4. 蘭花代表樂齡的心： 請魚池鄉樂齡中心石世榮老師教導長輩種植蘭花，並將蘭花留給長輩照顧，讓長輩們找到生活寄託，也讓魚池鄉的蘭花之美綻放飄香溫暖您的心。 5. 用樂聲珍惜相逢的日子 請魚池鄉樂齡中心黃惠貞老師帶領學員演奏美美的樂章溫暖你我的心，也祝福重陽節快樂，珍惜相逢的日子，樂齡中心永遠是大家的好朋友。 6. 留下小小禮物，祈待再相見： 將魚池鄉樂齡中心學員製作手工藝品贈送給養護中心每位長輩，祝福他們平安順暢。	102.10.8 上午9時 至12時	南投縣竹山鎮同心居老人養護中心 住址：南投縣竹山鎮大仁路199巷2號 電話： 049- 2635717	南投縣魚池鄉樂齡學習中心 連東祥主任 電話： 0932-959656

辦理單位	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
------	------	---------	------	------	------	--------------

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：彰化縣，填報人 王俊健，聯絡電話(04)7531895

辦理單位	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
彰化縣溪湖鎮樂齡學習中心	樂齡「愛分享~遇見樂齡行動力」~老少同樂會	溪湖樂齡中心的學員，不僅是愛學習愛成長的團體，更是懂得愛與分享的大家庭，我們希望藉助這些年的學習成果與我們的偏鄉學童一同分享，讓處在彰化最偏遠的角落，因有我們的加入得到更多的愛與關懷，與他們一起看見樂齡生命的活力。	與偏鄉孩童同樂 1. 愛樂分享~陶笛、烏克麗麗、合唱發表 2. 愛物分享~靜態成果展 3. 愛動分享~祖孫體適能活動 4. 愛餐分享~動動手做料理 流程表： 9:00~13:00 愛物分享 10:00~10:30 愛樂分享 10:30~11:30 愛動分享 11:30~13:00 愛餐分享	10/9(三) 上午 9:00~13:00	彰化縣頂庄國小 (大城鄉東厝路 63-1 號)	彰化縣溪湖鎮 樂齡學習中心 林慧滿 (04) 7225625

辦理單位	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
彰化縣埤頭鄉樂齡學習中心	勁歌「樂」舞· 活力埤頭—重陽愛心歌舞表演會	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，埤頭鄉樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	<ol style="list-style-type: none"> 活躍樂齡族，活力帶動唱： 邀請埤頭鄉樂齡學習中心舞蹈藝術研習班學員，帶領長輩手舞足蹈，帶動養護中心之老人一起歡唱同樂，並融入扇子舞及肚皮舞等表演，讓活動更加精彩熱鬧，從活動中感受樂齡族群的活力，頓時忘記年齡。 歡唱樂齡族，卡拉 OK 歡唱： 邀請埤頭鄉樂齡學習中心歌唱藝術研習班學員帶領長輩一同進入時光隧道，配合手舞足蹈重溫當時膾炙人口的金曲。 	102.10.12 (星期六) 下午 14:00~18:00	1、彰化縣私立健民老人養護中心(埤頭鄉溪林路173號) 2、和場老人長期照顧中心(彰化縣埤頭鄉東環路2段320巷36號)	彰化縣埤頭鄉樂齡學習中心 紀佑澤(04) 8922117分機 124

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：雲林縣，填報人：黃士庭，聯絡電話：05-5346885#504

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
古坑第二樂齡學習中心	雲林縣古坑鄉 102 年度重陽敬老活動	<p>農曆九月初九為重陽節，由於「九」與「久」同音，有長久長壽之意涵。因此重陽節向來被代表為專屬於老人的節日，藉以表達對長者長久長壽的祝福，其也蘊含著提醒社會大眾應懷著報本思源敬老尊長，感謝老人過去對國家社會及家庭的辛勞和付出，並應莫忘孝道倫理之重要。</p>	<p>1. 老人福利機構關懷訪視： 由鄉長、各村村長及第二樂齡學習中心銀髮族志工和陽光學園學員一同至同仁仁愛之家、華山老人養護中心、永光老人養護中心、古坑老人長期照顧中心、平安老人長期照顧中心及小太陽日間照顧中心等 6 處老人福利機構關懷訪視鄉內老人。</p> <p>2. 樂齡中心講師及志工表演 (1)懸絲偶及薩克斯風表演 (2)現場表演造型氣球並發送 (3)樂齡舞蹈班展演自選曲</p> <p>3. 發放敬老禮金： 由鄉長及村長共同致贈 70 歲以上長者重陽敬老金。</p>	102.10 月份	<p>1. 同仁仁愛之家(雲林縣林內鄉林茂村復興 34 號)</p> <p>2. 華山老人養護中心(雲林縣古坑鄉華山村華山 91 號)</p> <p>3. 永光老人養護中心(雲林縣古坑鄉永光村光興路 20 號)</p> <p>4. 古坑老人長期照顧中心(雲林縣古坑鄉永光村光華路 190 號)</p> <p>5. 平安老人長期照顧中心(雲林縣古坑鄉荷苞村荷苞厝</p>	林建華 5826320#206

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
					109-8 號) 6. 小太陽日間 照顧中心(雲林 縣古坑鄉中山 路 33 號)	

土庫鎮第一樂齡學習中心	黃金花鼓振家邦 重陽樂齡展活力	<p>樂齡學習推動安全有效的高齡健康促進活動。創造長輩社會參與的機會與動力。讓社會看見高齡長輩的生命光輝和感動。以實踐「人人活耀老化」的願景。</p> <p>人生 70 歲以上的日子比黃金還珍貴稱為黃金歲月，這一群平均 82 歲的樂齡學員，一邊敲鑼打鼓奏鈸仔，一邊踏著步伐向前行從鼓樂聲中隊形變化，展現出長者手腳並用腦筋靈活的快樂人生。發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這種學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p>	<p>1. 黃金花鼓振家邦：陣頭中含有頭旗一支，中鼓一個，涼傘四支，鑼與鈸因人數而增加，演出時每人手中拿一種樂器，行進間一邊敲鑼打鼓奏鈸仔，一邊踏著步伐向前行，從鼓樂聲中隊形變化。</p> <p>2. 活力長者帶動唱：土庫鎮第一樂齡學習中心長輩，以歡喜就好、歌聲戀情、愛情騙子、等無人、愛拼才會贏等，從活力中感受學習的樂趣</p> <p>3. 樂齡水噹噹挽面活動：土庫鎮第一樂齡學習中心水噹噹挽面團，平均 82 歲團員為長輩作挽面服務。</p> <p>4. 交通安全報你知：土庫鎮第一樂齡學習中心老人交通安全宣導團，說明老人交通安全注意事項，並教唱保路安及保平安歌曲，加深老人對交通安全的重視，減少事故的發生。</p> <p>5. 活動流程表。上午場</p>	<p>102.10.11 上午 9 時至 11 時</p> <p>102.10.11 下午 2 時 30 分至 4 時 30 分</p>	<p>林內同仁 仁愛之家 (雲林縣 林內鄉林 茂村復興 34 號)</p> <p>雲林榮譽 國民之家 (雲林縣 斗六市榮 譽路 160 號)</p>	<p>土庫鎮第一樂齡 學習中心： 張弘 05-6323713</p>
-------------	-----------------	---	---	--	--	--

			<table border="1"> <tr> <th>時間</th> <th>內容</th> </tr> <tr> <td>9:00~9:10</td> <td>相見歡</td> </tr> <tr> <td>9:15~9:30</td> <td>黃金花鼓舞</td> </tr> <tr> <td>9:40~10:30</td> <td>活力帶動唱</td> </tr> <tr> <td>9:30~10:30</td> <td>水噹噹挽面活動</td> </tr> <tr> <td>10:30~11:00</td> <td>交通安全報你知</td> </tr> <tr> <td>11:00~11:10</td> <td>珍重再見</td> </tr> </table> <p>下午場：活動流程相同 14:30~16:30</p>	時間	內容	9:00~9:10	相見歡	9:15~9:30	黃金花鼓舞	9:40~10:30	活力帶動唱	9:30~10:30	水噹噹挽面活動	10:30~11:00	交通安全報你知	11:00~11:10	珍重再見			
時間	內容																			
9:00~9:10	相見歡																			
9:15~9:30	黃金花鼓舞																			
9:40~10:30	活力帶動唱																			
9:30~10:30	水噹噹挽面活動																			
10:30~11:00	交通安全報你知																			
11:00~11:10	珍重再見																			

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
水林鄉第一樂齡學習中心	1. 二胡與烏克蘭麗麗合奏唱民謠憶童年 2. 快樂搖搖-重陽愛心歌舞演出	水林樂齡學習的成果，將展現最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	2. 二胡與烏克蘭麗麗合奏唱-望春風、河邊春夢民謠憶童年及雙人枕頭 3. 兩首有節奏感舞曲：我們都是一家人-墓仔埔也敢去，帶動跳躍音符 一首阿文哥：-憶起當年年輕時羞澀初戀心境。	102.10.7日下午3:00-6:00時	臺南市後壁區後部里六十八號	社工部 侯先生 06-6623631

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
雲林縣林內鄉第一樂齡學習中心	《動動手、動動腦、快樂活到老》-林內樂齡展活力	位於林內鄉之「同仁仁愛之家」，係秉持「視老猶親」之服務精神，而設立之全方位老人就養照顧機構。林內鄉樂齡學習中心學員，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，持續參與學習中心之課程，並將學習成果展現予仁愛之家的長者，共享學習歡樂，鼓勵長者加入樂齡學習行列。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 茶餐饗宴： 坪頂地區大部分居民從事茶產業，「茶鄉坪頂」成了最為人熟知的稱號。邀請坪頂據點學員，以茶葉製作餐點，請長者品嚐。 2. 舞動歡唱： 邀請老人會據點、林中據點及坪頂據點學員表演歌舞，邀長者同樂，展現樂齡活力。 3. 活力健康操： 邀請重興據點學員，帶領長者一起做伸展運動。 4. 腦力激盪： 5. 帶領長者運用簡單的紫斑蝶創意拼圖，激發腦力。 	102年10月12日 (週六)上午10-12時	財團法人雲林縣私立同仁仁愛之家 (雲林縣林內鄉林茂村復興 34 號)	雲林縣林內鄉樂齡學習中心：王麗月 (05)5892001*273

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
雲林縣古坑鄉第一樂齡學習中心	樂齡重陽敬老—九九重陽 快樂久	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，雲林縣古坑鄉第一樂齡學習中心	1 製作竹片風箏： 邀請邀請古坑鄉第一樂齡學習中心擔任講師，教導長輩們製作竹片	102.10.12 上午9時至13時	古坑鄉小太陽老人日間照顧中心	雲林縣古坑鄉第一樂齡學習中心

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
	久	<p>成果的回饋樂齡族群愛學習，農曆九月九日是我國傳統的重陽節，此節日因其諧音是久久，有長久之意，所以常在此節日祭祖與推行敬老活動。</p> <p>現今人們對於重陽節的意義及由來了解不多，且近年來有對長輩不敬的新聞層出不窮，為了使大家對我國傳統能更瞭解其意涵，並透過活動讓大家實踐敬老的精神。將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體律動，搭配律動的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p> <p>目的：</p> <p>藉由舉辦活動讓照護機構的長者能真正了解重陽的意義，對我國傳統能延續其精神與意涵，對於老人更加尊重與關懷，透過活動讓老人可以發揮自己的創意及展現活力，落實樂齡的精神：「樂在學習，而忘記年齡」，製作風箏是最直接的肢體學習，搭配</p>	<p>風箏。農曆九月秋風起，是個適合放風箏的日子，藉由製作風箏寫上期許，將自己的期許競放，展現老人的創意與活力。</p> <p>2. 活躍的樂齡族，活力帶動唱： 邀請帶領長輩進行活力毛巾操、土風舞、寶島曼波等活力組曲，從活動中感受運用學習成果的樂趣。</p> <p>3. 歡唱的樂齡族 邀請古坑鄉第一樂齡學習中心志工帶領長輩一同歡唱，配合自製竹片手搖鈴做健康促進活動。</p>		雲林縣古坑鄉中山路33號	張美玲 05-5824197

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		唱跳的律動， 藉由學習，維持、強化與開展 高齡期的能力與價值以及增 加老人願意走出家門與人相 處及接觸的機會。				

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
雲林縣臺西 鄉第一樂齡 學習中心	重陽敬老- 快樂出帆 舞出生命色 彩，傳承地 方才藝-四 色牌的藝術 創作	「快樂學習，忘記年齡」- 藉由重陽節敬老活動，將我們 中心一年多來的學習成果與 歡樂(本中心曾獲得 101 年全 國祖父母節變裝秀第一名)分 享給日托中心這群長輩，期待 能帶動大家共鳴，展開新的人 生。終生學習，健康老化，活 躍老化。	○活躍的樂齡族，快樂出帆： 舞動人生旋律，藉由熟悉老歌，隨著 音樂舞動人生，共三曲:快樂出帆、 18 姑娘一朵花、老人阿哥哥 ○四色牌手工藝品製作： 手腦並用，延遲老化，靠雙手、用心 創造各式各樣的藝品(並展現本中心 101 大樓之巧作) ○活動流程 時間 行程 07:30 集合著裝準備 08:20 出發 08:50 到達東勢鄉日托中心 09:00-09:30 舞動人生 09:30-12:00 手工藝品創作	102.10.13 上午 9 時至 12 時	雲林縣東 勢鄉月眉 村日托中 心	雲林縣臺西鄉第 一樂齡學習中心 林錠玉 05-6984897

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			12:00-13:00 用餐 13:30 平安回家			

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
雲林縣崙背鄉第二樂齡學習中心 補助順序 6	歡歡唱唱舞蹈快樂樂逍遙-重陽敬老愛心音樂會演出	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，雲林縣崙背第二樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，將歡笑聲傳達到每一位安養中心長者，並訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	1. 愛心歡樂舞蹈教導： 邀請名師田金蘭老師也是樂齡學習中心社交舞蹈研習老師，教導長輩們簡單扭腰擺手，並運用自己手腰進行各種運動活動。 2. 活躍的樂齡族，活力帶動唱：邀請本樂齡學習中心老師來帶動唱領長輩進行活力啦啦隊舞、寶島曼波等活力組曲，從活動中感受運用學習成果的樂趣。 3. 歡唱的樂齡族，老歌金曲音樂會：邀請本鄉樂齡學習中心志工帶領長輩一同進入時光隧道，配合簡單扭腰擺手重溫當時膾炙人口的老歌金曲。 4. <u>請檢附活動流程。</u>	102.10.6 上午 9 時 至 12 點	玉妹紀念護理中心（雲林縣二崙鄉大同村大同路 17 之 1 號）	雲林縣崙背鄉第二樂齡學習中心： 張廣輝（05） 6963621

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：嘉義市，填報人：王明偉，聯絡電話：05-2325982#8120

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)	可報導之人物故事(請簡述人物故事資料,如有需要再由本部聯繫提供)
嘉義市西區樂齡學習中心	樂齡"藝"家親—樂齡學習體驗營	安養機構或是日間托顧中心的長輩是屬於無法自行前往學習機構進行學習活動、在學習活動中屬於較為弱勢的族群。本次活動希望利用重陽節的機會,讓目前已經和本中心進行教學合作的兩個外展據點,已經在機構中進行樂齡學習的長輩,實際進入樂齡中心的場域,體驗樂齡中心的學習氛圍,也和中心的學員進行交流,提升中心與機構學員的學習動機與學習成效,歡度重陽節。	詳見附件	102.10.09 08:00~13:00	嘉義市博愛路二段241號 嘉義市西區樂齡學習中心(佛光山嘉義會館)	中心主任 王明偉 05-2325982 #8120	

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：嘉義縣水上樂齡學習中心；填報人：黃意萍；聯絡電話：05-268-6607

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)	可報導之人物故事(請簡述人物故事資料,如有需要再由本部聯繫提供)
嘉義縣樂齡學習示範中心	樂齡樂鈴 笛聲響齡 重陽愛心音樂會活動	「活到老，學到老」是學習的最高境界，學習學習，學了就要練習，這是樂齡學員們學習的快樂。【快樂學習 忘記年齡】、【獨樂樂不如眾樂樂】，這是水上樂齡曲笛班學員們在學習過程中，走入社會與社會接軌的分享心得。水上鄉樂齡學員們在這重陽溫馨的節日，特別將這份快樂要與安養院的長者一同分享，並期望藉此活動讓他們體會到學員對他們的關愛並能帶給他們一個愉悅的時光。	<p>1. 樂齡響鈴分享： 邀請水上鄉樂齡學員與志工利用稻草製作水上樂齡響鈴，在安養院活動中擔任情感溝通工具一同歡樂。活動現場當場解說製作過程，再以問答方式與長者互動同樂。</p> <p>2. 活躍的樂齡學員們，特選3、40年代的曲目，帶領長輩一同進入時光隧道，重溫舊回憶，以美妙的笛樂共賞；並請水上樂齡志工帶著響鈴配合死到與音樂融入，讓安養院的長者能重溫當時膾炙人口的金曲。</p> <p>3. <u>請檢附活動流程。</u></p>	102. 10. 10 上午 10 時 至 12 時	新北市私立雙連安養中心 (新北市三芝區後厝里北勢子 22-17 號)	嘉義縣樂齡學習示範中心： 黃意萍 (05) 2686607	檢附媒體報導

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表
 填報縣市：嘉義縣；填報人：梁桂珠；聯絡電話：05-2611546

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)	可報導之 人物故事 (請簡述 人物故事 資料,如再 需要,由本 部聯繫提 供)
竹崎樂齡學習中心	快樂向前走 -重陽愛心 舞動同樂	1. 展現「活到老，學到老」的精神。 2. 發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	1. 愛心舞蹈演出：邀請竹崎樂齡學習中心內埔土風舞班成員表演土風舞：辣妹稼駕到. 愛人恰恰等手 2. 暖身操帶動：教導長輩們簡易熱身運動活絡筋骨。 3. 歡唱的樂齡族，懷舊老歌賞欣：由竹崎樂齡學習中心志工獻唱臺語老歌帶領長輩一同進入時光隧道，回味往事人口的金曲。 4. 活動流程：上午 (1) 8：00 至 9：00：車程 (2) 9：00 至 9：30：愛心舞蹈演出 (3) 9：30 至 9：40：暖身操帶動 (4) 9：40 至 10：40 懷舊老歌賞欣 (5) 10：40 至 11：00 合影留念 ※下午至朴子醫院護理之家活動如上午流程。	102.10.4 上午 8 時 至 17 時	1. 嘉義縣私立長青老人養護中心 嘉義縣竹崎鄉灣橋村 340 巷 22 號之 2 05-2791499 2. 朴子醫院護理之家 05-3790600	竹崎樂齡學習中心： 梁桂珠(05) 2611546	

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：嘉義縣；填報人：劉秀雲

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
嘉義縣朴子市樂齡學習中心	「有愛無礙 慰障友」重陽愛心歌舞聯歡會	人間處處有溫暖！朴子市樂齡長輩將學習成果用心回饋於弱勢族群，傳達愛與關懷以學習甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，並藉由畫筆與院生們共同築夢彩繪幸福家園，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的弱勢者，建立「老有所用」積極參與社會貢獻服務的意義，並確實達到成功活躍老化的精神。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 躍動的樂齡，舞蹈表演：由朴子市樂齡學習中心長輩展現歡樂活躍的舞劇、青春活力的啦啦舞、舞姿優美的扇子舞等表演。 2. 金聲的樂齡，歌唱表演：由朴子市樂齡學習中心參加歌唱比賽第一名的夫妻檔長輩展現膾炙人口的歌曲與雙人對唱表演。 3. 活力帶動唱：藉由通俗熟悉的流行歌曲由長輩及志工與園生們共享歡樂手語帶動唱活動。 4. 由朴子市樂齡學習中心長輩及志工帶領園生一同進行幸福築夢。 	102.10.12 上午9時00分至12時	財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立敏道家園 (613 嘉義縣朴子市學府路2段92號)	朴子市樂齡學習中心： 劉秀雲(05)3660384

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：臺南市，填報人洪義傑，聯絡電話 06-6373025

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
臺南市安定區樂齡學習中心	九九樂齡趣、重陽同歡樂	「活到老，學到老，服務到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，臺南市安定區樂齡學習中心愛學習，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	1. 飄歌飄舞你我他： 由本中心學員自編舞蹈，表演及帶動跳，帶動活動氣氛。 2. 我用心你「甘」心： 由本中心學員設計簡單遊戲及有獎問答，陪長者共渡九九重陽。 3. 我動手，你動口： 由本中心學員製作點心，與長者分享並擔任心靈及服務志工，陪長者談心以及環境服務。	102.10.6 上午 9 時 30 至 12 時	佳里榮譽國民之家	臺南市安定區南興樂齡學習中心： 何耀章 06-5931038#303
臺南市安南區南興樂齡學習中心	跳鼓陣表演、品嚐手工點心「冰糕」	能夠「健康樂活、參與學習」是本中心樂齡夥伴們感到最幸福的。臺南市安南區南興樂齡夥伴們，透過肢體表演傳統藝術「跳鼓陣」，與仁愛之家長者們共同分享學習的成果與喜悅，充分展現樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的喜悅與感動傳遞分享給需要關懷的長輩們。 此外，樂齡學員們展現另	1. 跳鼓陣表演（動態）： 本中心活躍的樂齡學員隨著鑼點鼓聲扭腰擺臀，隨著節拍變換隊形，將「千歲團」活力發揮得淋漓盡致，展現學習帶給他們的樂趣與助益。 2. 品嚐手工點心「冰糕」（靜態）： 欣賞完表演後，本中心樂齡長者們現場製作點心「冰糕」，分享給長輩們品嚐，讓每個人都樂在其中。	102.10.07 上午 9 時 30 分至 12 時	臺南市立仁愛之家（臺南市安南區長和路二段 36 號）	臺南市安南區南興樂齡學習中心： 陳建榮（06） 287-3204 分機 104

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		一項所學才藝--製作手工點心「冰糕」，邀請仁愛之家長者品嚐，讓他們「吃在嘴裡，甜在心裡」，動靜之間呈現一幕幕溫馨感人的畫面。				
臺南市東區樂齡學習中心	歡喜一家 重陽樂久久	臺南市東區樂齡學習中心的樂齡家族有 51 位志工，每位樂齡志工都是終身學習的模範生，活躍老化的最佳典範。重陽敬老活動只要以代間互動學習「遊戲抗老-樂七巧」，喚起學生對長輩的關懷與行動；搭配歌聲及律動表演，將愛與歡樂帶給需要關懷的社區長輩，增加社會參與及服務的機會，肯定志工的價值與貢獻。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 遊戲抗老-樂七巧 七巧板遊戲可防止腦部老化，很適合失能及失智長輩的大腦訓練。由光華女中銀髮族活動管理學程二年級學生帶領長輩一起完成七巧板拼貼活動，增進代間互動學習的樂趣。 2. 歡樂慶重陽 由志工及社團學員組成的 Do Re Mi 合唱團及健康律動社團以歌聲及舞蹈表演帶來祝福及關懷，以帶動唱方式帶進「歡喜一家 重陽樂久久」的熱情與歡樂 3. 活動方式： 採 2 組輪流方式，第一組 9:00~10:00 帶領失能中心長輩遊戲抗老-樂七巧；同時段第二組於失智中心，演出活動有 Do Re Mi 合唱團、健康律動表演及帶動唱。 	102 年 10 月 11 日 上午 9 時 至 10 時	YMCA 日間照顧中心（臺南市大同路 1 段 59 號）	臺南市東區樂齡學習中心： 蔡恆萍 (06)238-6501 分機 247
臺南市南區	環保歌舞劇	環保歌劇完美餐廳起緣於環	1. 環保道具製作：	102.10.6	新營區護理之	臺南市樂齡學

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
樂齡學習中心	-完美餐廳	境保護及資源再利用的精神，本樂齡中心舞蹈班學員用自己對舞蹈音樂表演的熱忱，希望將自己的活力感染給其他地區的樂齡成員。以鍋碗瓢盆做成的環保樂器，奏出美麗的樂章！老鼠的出現代表環境正被破壞！要求完美的老闆希望還給客人一個乾淨衛生的用餐環境！結合「環境保護、杜絕病從口入、熱心服務大眾」的精神，祖孫三代分工合作，真情演繹出環保歌舞劇--完美餐廳！	由本樂齡學習中心學員自主製作手戲劇表演道具，並運用自己做的道具進行接下來進行的戲劇表演活動。 2. 進鄉服務：本樂齡學習中心學員帶著道具進鄉到長春中心、托兒所等表演。	上午 8 時至 16 時	家(預定)	習示範中心：謝心怡 (06) 2622462 分機 1803
臺南市六甲區樂齡學習中心	1. 大家一起來唱唱跳跳 2. 武術表演 3. 養生拉筋同樂 4. 報笑歌唱 5. 返老頑童遊戲	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，臺南市六甲區樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要	1. 大家一起來唱唱跳跳：邀請六甲區樂齡學習中心志工，教導長輩們進行唱唱跳跳同樂，活躍的樂齡族，活力帶動唱活動。 2. 武術表演：邀請六甲區樂齡學習中心講師表演武術，從活動中感受武術的活力，提振精神。 3. 養生拉筋同樂：邀請六甲區樂齡	102.10.07 上午 8 時至 12 時	官田養護中心 (臺南市官田區隆本里中華路一段 325 號)	臺南市六甲區樂齡學習中心：陳志強 (06)698-2400

辦理單位 (樂齡中心名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		關懷的長輩們。	學習中心講師帶領志工，一起帶領長輩一同進入養生拉筋活動。 4. 報笑歌唱： 邀請六甲區樂齡學習中心志工，以爆笑方式歌唱娛樂安養中心住民。 5. 返老頑童遊戲： 邀請六甲區樂齡學習中心志工，設計簡單手眼協調遊戲，動手動腦，忘卻煩惱。			

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：屏東縣，填報人：沈玉琴，聯絡電話：08-7378465 轉 14

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
屏東縣麟洛鄉樂齡學習中心	「重陽久久.樂齡健康舞傳愛心」	<p>緣起 「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，屏東縣樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，以最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p> <p>目的： ◆透過活動體驗人際間相互真誠關愛的情感及合力完成活動的喜悅與滿足。 ◆透過舞蹈演出，呈現學習成果，建立信心更肯定自己。 ◆創造樂齡朋友與長輩們一起互動，傳遞給需要關懷的</p>	<p>1. 愛心手搖鈴製作： 邀請麟洛鄉樂齡學習中心志工擔任講師，教導長輩們製作音樂會手搖鈴，並運用自己做的手搖鈴進行接下來進行的歡唱金曲活動。</p> <p>2. 樂舞的樂齡族，活力健康傳愛心：邀請麟洛鄉樂齡學習中心帶給長輩們活力四射的健康舞舞蹈，樂齡的學員們從活動中感受學習成果的樂趣。同時提供長輩們溫馨、熱情的過節氣氛。</p>	<p>102.10.7日 上午10時至 12時</p> <p>102.10. 11日上午10 時至12時</p>	<p>財團法人屏東縣私立椰子園老人養護之家 住址： 屏東縣長治鄉繁昌村振興路16之9號</p> <p>屏東縣私立新博愛老人養護中心 住址： 屏東縣佳冬鄉佳冬村民生路50號</p>	<p>屏東縣麟洛鄉樂齡學習中心 08- 7370359</p>

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
屏東縣里港鄉樂齡學習中心	「重陽久久.樂齡土風舞傳愛心」	<p>長輩們。</p> <p>緣起 「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，屏東縣樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，以最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。</p> <p>目的： ◆透過活動體驗人際間相互真誠關愛的情感及合力完成活動的喜悅與滿足。 ◆透過舞蹈演出，呈現學習成果，建立信心更肯定自己。 ◆創造樂齡朋友與長輩們一起互動，傳遞給需要關懷的長輩們。</p>	<p>1. 環保風車製作： 邀請里港鄉樂齡學習中心志工老師擔任講師，教導長輩們製作環保風車，並運用自己做的環保風車進行接下來進行的活動。</p> <p>2. 樂舞的樂齡族，活力國標傳愛心：邀請里港鄉樂齡學習中心帶給長輩們活力四射的土風舞舞蹈，樂齡的學員們從活動中感受學習成果的樂趣。同時提供長輩們溫馨、熱情的過節氣氛。</p>	<p>102.10.8 上午 10 時至 12 時</p> <p>102.10.9 上午 10 時至 12 時</p>	<p>屏東縣私立佑康老人養護中心 住址： 屏東縣東港鎮船頭里船頭路 24 之 12 號 屏東縣私立經立老人養護中心 住址： 屏東縣新埤鄉萬隆村萬安路 68 之 20 號</p>	<p>屏東縣里港鄉樂齡學習中心 08-7370359</p>
3. 屏東縣滿州鄉樂齡中心	四季紅舞蹈及樂齡活力秀表演	<p>滿州鄉樂齡族的學員們，要展現平時練習的成果，讓偏鄉學生看得到他們的活力，學員搭</p>	<p>1. 四季紅舞蹈，由樂齡學員盧美枝老師帶領的肢體舞蹈表演，展現美妙的律動。</p>	<p>1. 102.10.26 上午 10 時至 14 時</p>	<p>1. 屏東縣樂齡示範中心（屏東市公園路 24-2 號）。</p>	<p>屏東縣滿州鄉樂齡中心：黃龍祥（08）</p>

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		<p>配著音樂，展示肢體的律動，配合的彩球，把內心的活力展示出來，讓兒童們欣賞長輩的表演，體驗到活到老學到老的精神，讓樂齡族達成快樂學習，忘記年齡的目標。</p>	<p>2. 利用彩球，搭配肢體表演，展現活力秀，讓觀眾感受我們用心的表演。</p>	<p>2. 102. 10. 9 上午 10 時至 14 時</p>	<p>2. 屏東縣牡丹鄉牡丹林國小（屏東縣牡丹鄉四林村四林路八十號）</p>	<p>8801-162 分機 12</p>
<p>4. 屏東縣鹽埔鄉樂齡學習中心</p>	<p>戲說鹽埔、花鄉鼓舞、重陽展愛演出</p>	<p>為了未來老人化比率日漸提高，在教育部「快樂學習、忘記年齡」「活耀老化」及「終身學習」，鹽埔鄉樂齡學習中心於 101 年 7 月開始籌組自主團隊以延伸樂齡長者自主學習，經過一個月的籌畫，萬歲森巴鼓於焉產生。團隊從 8 月份開始練習後，一年多來一直參與社區與學校的演出。</p> <p>成團一年跟萬歲森巴鼓團鼓勵巡迴演出，到養老院及安養中心或老人中心與其單位長者互動，推動樂齡長者可以貢獻心力服務社區。</p> <p>重陽佳節，正是秋高氣爽時節，森巴鼓團巡迴演出，到老人中心與其他長輩共樂，除了帶給當個單位老人快樂，並創</p>	<p>1. 戲說鹽埔、森巴鼓表演： 由鹽埔鄉樂齡學習中心鼓動花鄉計花鄉劇語學員組成之森巴鼓隊，以臺語唸謠、森巴鼓兩種型式演出。</p> <p>2. 活力樂齡族，森巴鼓體驗：由鹽埔鄉樂齡學習中心森巴鼓團員演出後，帶領榮民之家的長輩，運用森巴鼓教學體驗鼓樂敲擊，讓樂齡長從活動中感受服務他人的樂趣。</p> <p>3. 樂齡族愛跳舞，帶動展活力：由樂齡學員帶領榮民之家長輩借由優美旋律及動感音符交互串連，讓長者舞動肢體，展現活力。</p> <p><u>4. 檢附活動流程。</u> <u>08:00-08:30 報到</u> <u>08:30-09:30 單位簡介</u> <u>09:30~10:00 來賓致詞</u></p>	<p>1. 102. 10. 6 上午 08 時至 12 時 30 分</p> <p>2. 102. 10. 7 上午 08 時至 12 時 30 分</p> <p>3. 102. 10. 26 上午 9 時至 14 時</p>	<p>1. 行政院國軍退除役官兵輔導委員會屏東榮譽國民之家 地址：91245 屏東縣內埔鄉建興村 100 號</p> <p>2. 內政部南區老人之家屏東縣屏東市香揚巷 1 號</p> <p>3. 屏東縣樂齡學示範中心（屏東市公園路 24-2 號）</p>	<p>屏東縣鹽埔鄉樂齡學習中心： 林雨君 08-7939179</p>

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		造森巴鼓樂團員的尊榮感。	<u>10:00~10:30 萬歲森巴鼓演出</u> <u>10:30~11:00 樂齡花甲舞青春-</u> <u>舞蹈表演及帶動跳-你是我的花</u> <u>朵、月朦朧烏朦朧</u> <u>11:00~12:00 森巴鼓體驗教學</u> <u>12:00~12:30 綜合分享/聯誼</u>			
5. 屏東縣屏東市樂齡學習中心	歡樂九九、快樂搖搖	協助學習者了解自己、接納自己、培養與環境正向互動的能力，並透過典範的引導、情境的激發，讓每位學生都能適性發展自我、成就自己、並與自身所繫之系統良好共處。成果的回饋能為更多長者帶來無限的歡樂，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長者們。	1. 歡樂搖擺：運用學員們自己做的樂器，搭配懷舊音樂敲出新樂曲。 2. 活力帶動唱：帶領長輩們一同參與舞動身心，從活動中感受運用學習成果的樂趣。	1. 102.10.8 上午 09 時至 11 時 2. 102.10.26 上午 9 時至 14 時	1. 屏東縣私立向日葵護理之家 (屏東市忠孝路 476 號) 2. 屏東縣樂齡學習示範中心(屏東市公園路 24-2 號)。	屏東市樂齡學習中心 饒怡君 08-7231077
6. 屏東縣內埔鄉樂齡中心	族群融合一家親-客家耆老歌舞到原鄉 (客家樂齡與原住民樂齡相見歡)	除了樂齡長者應有「活到老，學到老」精神外，讓長者體驗族群文化交流是本次活動精神，因此，透過這次到原住民部落，除讓樂齡長者能將平日所學客家歌舞成果展現外，更能讓本鄉長者與原鄉長者體驗族群文化之美，「快樂學習、忘記年齡」的精神，也同	1. 昆蟲與動物編織製作： 由內埔樂齡學習中心講師，教導原住民地區長輩及學童們製作吸管編織昆蟲動物造型。 2. 舞動的樂齡族，客家歌舞演唱： 本樂齡中心長者，將本期課程中的舞蹈課程，精心練習，在原鄉部落展現成果。	1. 102.10.11 上午 9 時至 11 時 2. 102.10.26 上午 9 時至	1. 屏東縣泰武鄉泰武國小 (屏東縣泰武鄉泰武村 5 鄰阿夫魯岸路 1 號) 2. 屏東縣樂齡學習示範中心(屏東市公園路 24-2 號)。	屏東縣內埔樂齡中心：郭宗烈 (08) 779-3004 分機 12

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		時將這份學習的感動傳遞給原鄉部落長者，也對原住民部落長者與學童體驗不同族群文化之美。	3. 客家美食品嚐： 由本中心長者先於家中製作客家美食（客家版、紅龜版……），於活動後分贈給原鄉樂齡長者與孩童品嚐。	14 時		
7. 屏東縣枋山鄉樂齡學習中心	重陽愛心快樂搖擺演出-素蘭小姐要出嫁-	樂齡學習中心核心價值在於能讓銀髮族「快樂學習、忘記年齡」，屏東縣枋山鄉樂齡學習中心將長者各個耳熟能詳且深具本土味之樂曲-「素蘭小姐要出嫁」，讓樂齡學員身心靈都能快樂又健康。達到「不求高齡而壽長、不求治病而自癒」。	1. 挑選深具本土味且每位老人都能哼上幾句之樂曲素蘭小姐要出嫁做為學習舞蹈之樂曲。 2. 由美妙音樂帶領下，配上簡單又美麗之舞蹈動作，真正讓樂齡學員快樂又健康。 3. 各位長者手上拿著金色與深藍色彩球，更能展現出銀髮族之活力、自信與精神。	1. 102.10.8 上午 9 時至 11 時 2. 102.10.26 上午 10 時至 14 時	1. 枋山鄉老人活動中心 2. 屏東縣樂齡學習示範中心（屏東市公園路 24-2 號）	屏東縣枋山鄉樂齡學習中心 黃隆獻 08-8772476
8. 屏東縣崁頂鄉樂齡學習中心	熱樂彩繪衣, 不老比基尼走秀會演出	「快樂學習~忘記年齡」-透過。老人家的身心靈，安排藝術寫生課，聘請專業講師教導寫生技巧，透過作畫，傾聽彼此的心聲，畫出一幅畫，讓大家更了解他們內心的想法，建立更和諧的人際關係、家庭關係，除了繪畫課外，我們也將安排專業講師，教導長輩們製作專屬自己的生命手工繪本，讓長輩們重拾年輕時記憶，將每個年齡層的重要回	1. 比基尼衣服彩繪製作：志工們自行剪裁幫長輩們量身訂做小洋裝，邀請專業美術老師，教導長輩們自己彩繪比基尼圖案於小洋裝上，利用平日上美術課的想像，置身於自己身上，達到畫畫的最高創意。 2. 活躍的樂齡族，妖嬌美麗走秀團：邀請高雄舞導老師帶領長輩走上舞臺，從自畫自做的衣服彩繪活動中培養自我自信並運用學習成果的樂趣。	1. 102.10.26 上午 9 時至 14 時 2. 102.10.7 (真愛安養) 3. 102.10.9	1. 屏東縣樂齡學習示範中心（屏東市公園路 24-2 號） 2. 真愛安養中心地址：屏東縣崁頂鄉崁頂村後壁路 62 號 08-8633798 3. 港東國小：屏東縣崁頂鄉越溪村復興路 96 號	屏東崁頂樂齡學習中心： (08) 8635612

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
		憶，一一畫出整理後裝訂，製成另一本不一樣的畫冊，並將這些畫作及畫冊，於年底時展出，讓社區的村民們學習長輩們「活到老學到老」的可敬精神。	3.除了開場的走秀外，我們有一首活力音樂舞蹈，穿著比基尼彩繪裝，活力跳跳跳。	(港東國小)		
9.屏東縣牡丹鄉樂齡學習中心	南排灣族歌舞 VUVU 活力秀表演	透過傳統歌謠的傳唱及動作舞蹈的練習，讓學員們能夠聯絡彼此情感，增進自我認同並且樂於傳承在地文化。	1.高士村樂齡學員由李玉琴女士指導，學員積極展現熱情與活力，透由日本舞、傳統歌舞展現自信與活力。 2.四林村樂齡學員利用無樂器樂隊，配合排灣族傳統歌謠，展現創意與趣味的表演。	1.102.10.26 上午 10 時至 14 時 2.102.10.10 上午 10 時至 14 分	1.屏東縣樂齡學習示範中心(屏東市公園路 24-2 號)。 2.屏東縣長樂國小(屏東縣滿州鄉長樂村大公路 35 號)	屏東縣牡丹鄉樂齡中心：杜詩韻(08)8811175

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：宜蘭縣，填報人李寶鳳，聯絡電話 03-9251000#2622

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
礁溪鄉樂齡學習中心	「最夯」祖角」～給的人生系列活動	<p>本中心結合縣內社區發展協會、機構及本家所屬轄內之社區資源，規劃辦理精采系列活動，讓重陽節不只是傳統的「敬老節」，除了幫助長者活力老化，並將其健康活力之不老心境延續感染更多不願走出家庭之長者，及強化大眾重視老年人存在的價值，並學習長者經驗及智慧的傳承節日。</p> <p>貳、目的</p> <p>一、透過與縣內機構交流，給予長者舞臺展現才藝，彰顯銀髮長輩健康活力形象，增進長輩間交流機會，學習貢獻社會、肯定生命價值。</p> <p>二、藉由活力秀表演，激發並感染偏遠及弱勢族群之長者，創造出給人歡喜、給人希望、給人方便、給人信心的四給人生。</p>	<p>一、音樂照顧班：</p> <p>1. 成員約 30-35 人，為礁溪鄉樂齡中心各分部學員。</p> <p>2. 曲目為懷舊音樂背景組曲。</p> <p>二、音樂打擊班：</p> <p>1. 打擊成員為礁溪鄉樂齡學習中心-仁愛音樂照顧班，成員約 25-30 人。</p> <p>2. 曲目設計為世界名曲為背景選曲。</p> <p>三、擁抱老年「心」生活，咱們圓夢去</p> <p>1. 簡易健檢～連結慈悲社會福利基金會護智車</p> <p>2. 學士照留影～阿公阿嬤著學士服留影圓大學夢</p> <p>3. 我是不老騎士～阿公阿嬤騎重機留影帥喔</p> <p>四、帶著音樂去旅行～最「夯」角活力秀</p> <p>1. 巡迴交流地點</p> <p>(1)宜蘭縣礁溪鄉三民社區活動中心</p> <p>(2)南澳鄉弘道仁愛之家</p> <p>2. 方式進行</p>	<p>102 年 10 月 3 日上午 8: 30 -12: 00</p> <p>102 年 10 月 4 日上午 8: 30 -12: 00</p>	<p>礁溪鄉三民社區活動中心</p> <p>南澳弘道養護院</p>	<p>礁溪鄉樂齡學習中心 03-9283880</p> <p>吳惠美</p>

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			(1)短片介紹引導 (2)長者活力秀(二班) (3)交流			
冬山鄉樂齡 學習中心	樂活太鼓 十八姑娘要 出嫁 Gentleman 天黑黑	「活到老，學到老」-學習的歷程是取之不盡的甜美，成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，冬山鄉樂齡族群愛學習，將這份甜美的感受，訴諸最直接的肢體語言，搭配跳躍的音符，發揮樂齡「快樂學習、忘記年齡」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。冬山鄉東城樂齡太鼓隊有一句口號： 人生七十才開始，相招來學樂活鼓，嘛有唱歌甲跳舞，快樂活到一百五。稟持著「活力老化」與「健康老化」的目標，期望把這份生命力溫暖大家	1. 樂活太鼓（祖孫代間）大合擊： 邀請冬山鄉樂齡學習中心阿公阿嬤與及東興國小學生，表演擊鼓給長輩們欣賞，並教導他們一起來學習。 2. 老菜子的樂齡族，活力高爾夫球賽： 邀請冬山鄉樂齡學習中心長者志工帶領受訪中心長輩運用自己做的高爾夫球棒進行活力高爾夫球對抗賽，從活動中感受運動與學習成果的樂趣。 3. 勁辣的樂齡族，騎馬舞大獻藝： 邀請冬山鄉樂齡學習中心志工帶領一群辣媽長輩們一同進入年青時光隧道，配合自製仙女棒融入「gentleman」膾炙人口的金曲與騎馬舞的迷人舞姿中。 4. 「天黑黑歌舞秀」： 邀請冬山鄉樂齡學習中心婆婆媽媽們用手搖鈴與簡單話劇與長輩們同歡。 5. 活動說明 一個人的一生雖然短暫，但每一個階段都值得珍惜與回味，為珍惜平時來自於樂齡學習中心的教育，為回饋及展	102.10.2 上午8時 至12時	財團法人天主 教靈醫會 附設宜蘭縣 私立聖嘉民 啟智中心 (宜蘭縣三 星鄉大隱村 三星路二段 103號)	宜蘭縣冬山鄉樂 齡學習中心： 林慧芳(03) 9591105分機23

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			<p>自主與活力，宜蘭縣冬山鄉樂齡學習中心特別精心設計，推出一個跨越生命隧道的樂齡長輩節目演出，節目首先由50位長輩及同學表演「樂活太鼓」，帶動生命力的喜樂氣氛，彰顯祖孫代間和樂融融氛圍，緊接著上場的是80多歲的阿公阿嬤們用自製的高爾夫球棒與長輩們共同來一場「高爾夫球對抗賽」，我們的用心是希望喚起長輩們回憶青春時光來不及追尋的夢，再來是由冬山樂齡一群辣媽們隨著音樂律動，以「gentleman」熱歌勁舞入場，這群老寶貝們以騎馬舞迷人的舞姿帶長輩們進入人生另一個旅程，最後冬山鄉樂齡學習中心的長輩們將以「天黑黑」舞曲為這次配合重陽「樂齡自主展活力」表演活動帶入高鋒，一連串的人生舞曲刻劃出每一位長輩的心情點滴。</p>			

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：花蓮縣，填報人：吳怡靜，聯絡電話：03-8462860-278

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
花蓮縣新城鄉樂齡學習中心	敬老重陽歡樂集合~鼓聲重重、花朵綻放	樂齡的「快樂學習、忘記年齡」精神，因為快樂學習，所要將學有所成的成果與大家分享。「分享的人生總是令人喜悅」，為著他人忙碌了一生，待老年，在新城鄉的樂齡學習中心，打鼓、唱歌、帶動唱、手工藝品的製作，樣樣都活絡了生活，生活中的快樂、活力，花蓮縣新城鄉樂齡學習中心的長者們用行動來關愛社會，以微笑來溫馨你我的心。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 穿「巾」帶銀活動:由新城鄉樂齡學習中心的長者以亮麗的方巾、鋁箔材料等，讓每位長者動動手、動動腦創作出屬於自己的項鍊、頭飾及相關裝扮。 2. 鼓聲響起、活力帶動跳:邀請新城鄉樂齡學習中心的長者發揮平日樂器的學習，打扮的閃閃亮亮，揮動鼓棒，上臺表演、現場活力帶動跳(毛巾操、小城故事等)，給自己一個不一樣的重陽節。 3. 團隊大集合、趣味競賽樂:邀請新城鄉樂齡學習中心的長者分組實施趣味競賽，讓長者重拾兒時記趣，也發揮了團隊精神，增加彼此的默契及情感。 	102 年 10 月 12 日 上午 9 時 30 分至 12 時 30 分	花蓮市中華國小活動中心(970 花蓮縣花蓮市國盛二街 22 號)	花蓮縣新城鄉樂齡學習中心： 蔡宜婷 (03) 8354-611
花蓮縣壽豐鄉樂齡學習中心	1. 懷舊金曲帶動唱	1. 建立長者自信心與價值感，使其心靈保持活躍狀態，	1. 懷舊金曲帶動唱，邀請壽豐鄉樂齡學習中心講師，教導長輩們製作樂	102 年 10 月 2 日	吉豐養護中心	花蓮縣壽豐鄉樂齡學習中心：

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
	2. 歡樂歌舞 表演	<p>在社會上扮演更積極而有意義的角色。</p> <p>2. 以老而有所用為目的，與長輩形成夥伴關係，共同參與社區活動，達到自我實現及貢獻為目標，發揮樂齡「學習快樂、快樂年齡」的精神，傳遞給需要關懷的長輩們。</p>	<p>器，進行懷舊金曲帶動唱。</p> <p>2. 豐裡村樂齡班的歡樂歌舞表演，展現樂齡長者的活力。</p> <p>3. <u>檢附活動流程:附件二。</u></p>	8 時至 17 時 30 分	<p>花蓮縣壽豐 鄉平和村吳 全 96 號 電 話 ： (03)866-38 22 鳳中區社區 照顧關懷據 點 鳳林老人會 館三樓(鳳 智里)電 話 ： (03)870-47 47</p>	趙瑋莉 (03) 8650-338

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市： 臺東縣 ，填報人： 許 涵 ，聯絡電話： 089-322002#2263

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
關山鎮樂齡學習中心	重陽敬老、愛心關懷-送歡樂到安養院所	「活到老、學到老、活耀老化」-學習的歷程是快樂的回憶，學習成果的回饋則能擁有永世不竭的快樂，關山鎮樂齡族群，將這份豐碩的成果，訴諸最直接的肢體語言，搭配活的音樂與舞蹈，發揮樂齡「陪伴老人、關懷老人」的精神，將這份學習的感動傳遞給需要關懷的長輩們。	<ol style="list-style-type: none"> 活躍的樂齡志工，活力帶動唱：由關山鎮樂齡學習中心志工帶領長輩運用自己雙手做簡易的手勢動作進行活力律動、啦啦隊舞等活力組曲，從活動中感受運用學習成果，帶歡樂給安養院的長輩。 舞動的樂齡族，舞出健康活力：由關山鎮樂齡學習中心客家舞蹈自主學習團體表演客家舞蹈給長輩欣賞。 鼓動樂齡，活躍老化：由關山鎮樂齡學習中心鑼鼓隊作鑼鼓表演。 	102.10.10 上午 8 時至 下午 17 時	<ol style="list-style-type: none"> 成功鎮署東附屬護理之家 臺東市長青療養院 	臺東縣關山鎮樂齡學習中心： 理事長： 羅彬泉 0937169742
臺東市樂齡學習中心	2013 年歡喜重陽同樂會	與迦南銀髮生活福祉中心共同舉辦「2013 年歡喜重陽同樂會」。讓臺東市樂齡學習中心的學員們與迦南阿公阿嬤們互相認識及同歡，藉此展現並帶動「快樂學習、忘記年齡」的精神及達到樂齡服務的目的。	<ol style="list-style-type: none"> 佛朗明哥舞蹈表演：邀請本中心佛朗明哥舞蹈班指導老師李蕭燁老師及學員們展現所學，給長者們一個活力奔放的演出。 歡唱同樂：邀請本中心學員們帶動者們歡唱歌曲。 	102.10.8 下午 14 時 30 分至 16 時 30 分	東基醫療財團法人附設迦南護理之家	臺東市樂齡學習中心： 蔡雨潔 (089) 960220 分機 6810

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
			3. 歡樂黏土趣：邀請本中心手作課指導老師王竹雄老師教導長者們運用黏土為自己做一個創意有型的紀念禮物，並請本中心學員們在旁協助及共同參與。			
成功鎮樂齡學習中心	2013年「快樂九九重陽活力秀」	邀請本中心學員家人及當地民眾一同參與「快樂九九重陽活力秀」，藉此活動讓學員們與民眾分享學習心得，展現「活躍老化」的精神。	1. 快樂舞曲： 邀請本中心杜美雲老師指導學員們與民眾互動、跳舞，彼此認識。 2. 歡唱九九：請學員們帶領家人及民眾一同高歌，展現當地原住民特色歌曲及樂齡課程所學之日文歌。 3. 重陽活力 show： 學員們分別以創意走秀的方式向大家展示成果作品。	102.10.8 上午8時30分至10時30分	成功鎮 Ma Daw Daw 教會	成功鎮樂齡學習中心： 蔡雨潔 (089) 960220 分機 6810
鹿野樂齡學習中心	展現自我_肯定自己_青春歌舞劇	結合歌舞，帶入話劇之中呈現臺灣早期農村時期的情景，在塔配客語歌謠來傳達人與人之間的互動，發揮樂齡「活到老，學到老」，將這份精神延續到下一代	1. 相見歡： 長輩與孩子們第一次接觸。 2. 表演「舞臺劇」： 由樂齡中心的阿公阿嬤和孩子們將彼此之間拉近距離，對舞臺劇有深入的了解彼此了解。 3. 兩代互動時間 讓長輩和小朋友們之間通過問問題相互學習。	102.10.13 (日) 下午1時30分至4時30分	臺東縣立鹿野鄉托兒所	林盈伶 089-580871

102 年全國樂齡學習中心配合重陽節辦理「樂齡自主展活力」計畫彙整表

填報縣市：金門縣，填報人：洪能票，聯絡電話 082-312843

辦理單位 (樂齡中心 名稱)	活動主題	活動緣起與目的	活動內容	辦理日期	活動地點	聯絡人 (含電話)
金沙鎮樂齡 學習中心	金沙鎮樂齡 學習中心 102 年「樂齡 自主展活 力」活動實 施計畫	為宣導政府推動樂齡學習中 心學習成效，於重陽節前至松 柏園慰問老人院友，將平日所 學的技藝與院友分享展出， 突顯樂齡族的活力，將重陽敬 老轉為樂齡服務。	1. 樂齡土風舞表演。 2. 手工餅乾及咖啡品嚐 3. 手工藝品展示。 4. 教導院生親手製作手工風車。 5. 贈送與會長者手工皂。	102 年 10 月 6 日上 午 9 時至 14 時	金門松柏園 老人長期照 顧中心	金沙鎮樂齡學習 中心：陳國琮 082-351898