

110 年度宜蘭縣蘇澳鎮樂齡學習中心簡介

承辦單位： 宜蘭縣立蘇澳國中
樂齡學習中心聯絡電話： (03) 9962137#27
樂齡學習中心傳真電話： (03) 9952456
樂齡學習中心聯絡之電子信箱： chihwen@tmail.ilc.edu.tw
樂齡學習中心常態式上課地點及分班： <ol style="list-style-type: none">1. 蘇澳國中(本中心)：蘇澳鎮聖湖里中山路二段 1 號2. 蘇西社區 (拓點)：蘇澳鎮志成路 62 號3. 聖湖社區 (拓點)：蘇澳鎮全祿街 10 號4. 永春社區 (拓點)：蘇澳鎮永春路 134 巷 11 之 1 號5. 永樂社區 (拓點)：蘇澳鎮永樂路 116 巷 6 號6. 蘇北社區 (拓點)：蘇澳鎮新生路 8 號7. 長安社區 (拓點)：蘇澳鎮勝利路 1 號8. 聖賢老人會 (拓點)：蘇澳鎮全祿街 10 號9. 聖愛社區 (拓點)：蘇澳鎮全祿街 10 號 2F10. 龍德社區 (拓點)：蘇澳鎮福德路 177 巷 25 號11. 頂寮社區 (拓點)：蘇澳鎮頂寮路 2 號12. 隘丁社區 (拓點)：蘇澳鎮城中路 40 號13. 新城社區 (拓點)：蘇澳鎮新城北路 50-1 號14. 永榮社區 (拓點)：蘇澳鎮和平路 51 號15. 永光社區 (拓點)：蘇澳鎮蘇港路 85 號16. 南寧社區 (拓點)：蘇澳鎮南新路 9 號17. 昭安社區 (拓點)：蘇澳鎮內埤路 119 號18. 東澳社區 (拓點)：蘇澳鎮東澳路 103 號19. 蘇南社區 (拓點)：蘇澳鎮光復路 27 巷 4 號20. 蘇北老人會 (拓點)：蘇澳鎮新生路 8 號
樂齡學習中心開放時間 <ol style="list-style-type: none">1. 每天：上午 8 時至下午 21 時2. 每週：星期一至五，上午 8 時至下午 21 時。
110 年度課程規劃總說明： <ol style="list-style-type: none">1. 鄉鎮市區之產業、文化、生態等例如縣內環境教育中心、防災教育中心學校、文創工場、環保局焚化爐、觀光工廠白米木屐村、白米溪-蘇花改工程、傳統打擊教學、冷泉認識與體驗、海洋教育、資源再利用…。2. 藉由各樂齡中心分部(蘇澳國中分部、聖湖社區分部、新城社區分部、白米木屐村分部、隘丁社區分部、蘇南社區分部及蘇澳冷泉)的樂齡課程統整，將本中心之樂齡學習資源串聯。 本中心規劃課程將朝向專長培訓及團隊展演的方向規劃，包括組成蘇澳樂齡

打擊樂團、蘇澳樂齡日語歌唱班及蘇澳非洲鼓做持續發展，自許成為蘇澳之樂齡三寶，以建立本中心之特色。並持續融入社區內之特色產業，讓蘇澳鎮的老人家也能參與蘇澳的各項產業推廣。

110 年樂齡學習中心特色：

1. 用心拓點宅配服務，嘉惠偏遠社區樂齡長輩：依各拓點社區特性安排師資和課程於每周同一時間和地點以運動保健課程為基礎，發展健身健腦課程。
2. 藉由各項活動之動手做，培養認知與實作之整合，提升樂齡學員之學習興趣。在地環境及社區探索，深度體驗環境之美，並藉由走動學習，能促進健康。以重大議題(例如環境教育或防災)規畫課程，鼓勵親身參與，使學員在生活中實踐所學，服務人群。
3. 自從開辦樂齡學習活動，各社區顯得熱絡起來，讓年長者更有機會走出家庭，融入社區活動學習，讓手腦協調並活動筋骨，減少生病機會，身體健康因此獲得改善，可少進醫院看病。

110 年樂齡學習中心樂齡學習社團特色：

1. 日語歌唱班讓學員快樂來學習 快樂來唱出美妙的歌聲 唱出流行 唱出情感 唱出意境 讓學員五十音咬字清楚 唱出自信 讓學員唱出健康 讓自己的嗜好 發揮出潛能 輕鬆來學習 歡喜來歌唱
2. 服務更多樂齡朋友. 讓他們在退休之後. 不再不知所措. 提供一個休閒開心學習的場所. 加上補校課程. 讓他們能輕鬆開心無負擔的學習. 讓樂齡朋友消弭孤寂/拓展生活圈/豐富生活/跟上時代腳步. (有電腦/歌唱/日文)
3. 為了讓銀髮族培養良好興趣，陶冶性情，樂齡開辦二胡拉弦樂齡課程，希望能透過學習拉二胡，能讓銀髮族的手指靈活度退化的較緩慢，也同時豐富他們的老年生活。同時二胡自主學習團體透過學習改變增能服務，帶動農村藝文氣息，拓展學員服務學習的機會，把所學貢獻社區。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

1. 宜蘭縣樂齡學習網：
<http://moe.senioredul.moe.gov.tw/HomeSon/Yilan/YilanIndex>
2. 樂齡學習中心網站、FaceBook (或部落格) 等連結網址：
 - (1) 網站：學校(蘇澳國中)網站 www.sajh.ilc.edu.tw、蘇澳樂齡學習中心網站
 - (2) FaceBook：
3. 其他方式：蘇澳國中補校辦公室，連絡電話：池文勇 [TEL:9962137#27](tel:9962137#27)
蘇澳鎮長安里辦公室，連絡電話：陳俐莉 長安社區 [TEL:9967487](tel:9967487)