

檔 號：RND0206
保存年限：5

中國文化大學 函

地址：111臺北市士林區華岡路55號
聯絡人：張歆可
電話：(02)27005858#8163
傳真：(02)27069121

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國105年9月5日
發文字號：校廣字第1050002829號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如文(1050002829_Attach1.jpg、1050002829_Attach2.doc)

主旨：檢送臺北市府體育局委託本校辦理「105年度樂齡運動
指導員志工培訓營」招生資訊，敬請惠予公告並轉知。

說明：

- 一、參與對象：一般人士皆可。
- 二、費用：完全免費。
- 三、詳細資訊請詳附件簡章，或電洽本校推廣教育部專案發展中心：(02)2700-5858轉8163張先生。

正本：大葉大學、大漢技術學院、中華大學、中華學校財團法人中華科技大學、仁德醫護管理專科學校、光宇學校財團法人元培醫事科技大學、元智大學、文藻學校財團法人文藻外語大學、世新大學、正修科技大學、永達技術學院、廣亞學校財團法人育達科技大學、明志科技大學、長庚大學、南華大學、建國科技大學、真理大學、馬偕學校財團法人馬偕醫護管理專科學校、高雄市立空中大學、高雄醫學大學、國立中山大學、國立中央大學、國立中正大學、國立中興大學、國立交通大學、國立成功大學、國立宜蘭大學、國立東華大學、國立空中大學、國立虎尾科技大學、國立屏東科技大學、國立政治大學、國立高雄大學、國立高雄師範大學、國立高雄海洋科技大學、國立高雄第一科技大學、國立清華大學、國立陽明大學、國立雲林科技大學、國立勤益科技大學、國立嘉義大學、國立彰化師範大學、國立暨南國際大學、國立臺中科技大學、國立臺中教育大學、國立臺北大學、國立臺北科技大學、國立臺北教育大學、國立臺北護理健康大學、國立臺東大學、國立臺東專科學校、國立臺南大學、國立臺南藝術大學、國立臺灣大學、國立臺灣科技大學、國立臺灣師範大學、國立臺灣海洋大學、國立臺灣藝術大學、國立臺灣體育運動大學、國立臺北藝術大學、國立體育大學、朝陽科技大學、華夏學校財團法人華夏科技大學、華梵大學、慈濟學校財團法人慈濟科技大學、萬能學校財團法人萬能科技大學、義守大學、實踐大學、臺北市立大學、輔英科技大學、遠東科技大學、銘傳大學、龍華科技大學、國立高雄餐旅大學、國立高雄





裝

訂



應用科技大學、國立臺南護理專科學校、國立澎湖科技大學、崇右技術學院、崑山科技大學、淡江大學、健行學校財團法人健行科技大學、蘭陽技術學院、景文科技大學、慈惠醫護管理專科學校、慈濟學校財團法人慈濟大學、僑光科技大學、嘉藥學校財團法人嘉南藥理大學、臺北醫學大學、台南家專學校財團法人台南應用科技大學、輔仁大學學校財團法人輔仁大學、德明財經科技大學、黎明技術學院、樹人醫護管理專科學校、樹德科技大學、中信學校財團法人中信金融管理學院、亞太學校財團法人亞太創意技術學院、靜宜大學、環球學校財團法人環球科技大學、中國文化大學、佛光大學、逢甲大學、中原大學、台北海洋技術學院、德霖技術學院、吳鳳學校財團法人吳鳳科技大學、東南科技大學、中州學校財團法人中州科技大學、東方學校財團法人東方設計學院、康寧學校財團法人康寧大學、亞東技術學院、中國醫藥大學、大華學校財團法人大華科技大學、中臺科技大學、長榮大學、中山醫學大學、明新科技大學、玄奘大學、中華醫事科技大學、美和學校財團法人美和科技大學、東吳大學、致理學校財團法人致理科技大學、和春技術學院、城市學校財團法人臺北城市科技大學、大同技術學院、南榮學校財團法人南榮科技大學、長庚學校財團法人長庚科技大學、國立臺灣戲曲學院、東海大學、大同大學、台灣首府學校財團法人台灣首府大學、耕莘健康管理專科學校、敏惠醫護管理專科學校、高美醫護管理專科學校、南臺科技大學、稻江科技暨管理學院、明道學校財團法人明道大學、國立臺北商業大學、醒吾學校財團法人醒吾科技大學、臺灣觀光學院、經國管理暨健康學院、弘光科技大學、國立金門大學、高鳳數位內容學院、修平學校財團法人修平科技大學、育英醫護管理專科學校、高苑科技大學、聖約翰科技大學、中國科技大學、大仁科技大學、嶺東科技大學、亞洲大學、聖母醫護管理專科學校、崇仁醫護管理專科學校、新生醫護管理專科學校、國立新竹教育大學、國立屏東大學、國立聯合大學、開南大學、法鼓學校財團法人法鼓文理學院、南開科技大學、馬偕學校財團法人馬偕醫學院、基督教台灣浸會神學院、臺北基督學院、財團法人一貫道天皇基金會一貫道天皇學院、南亞科技學校財團法人南亞技術學院

副本：本校推廣教育部 2016-09-05 文交 16:08:37 章

第二層決行

擬辦：

- 線 一、將來文上傳本校公文系統，
公告週知。
二、文陳閱後存。

教務長 蔡勇斌

代為決行

約用 許孟瑜

教務長 蔡勇斌

2/6



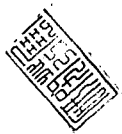
105 年度樂齡運動指導員志工培訓營參加辦法

- 一、依據：依據 105 年臺北市樂齡巡迴運動指導團計畫辦理
- 二、宗旨：臺灣已進入高齡化社會，銀髮族健康老化已成為重要推動工作項目，活躍老化不僅可有效降低社會醫療資源，更可減輕青壯人口的負擔，身體活動又是高齡健康促進政策中不可或缺的一環，透過樂齡運動指導員志工培訓，為社區培育樂齡運動陪伴志工，為社區撒下運動種子，透過各種子的力量營造社區健康運動氛圍。
- 三、指導單位：教育部體育署
- 四、主辦單位：臺北市體育局
- 五、承辦單位：中國文化大學
- 六、舉辦日期：10 月 29 日(六)-10 月 30 日(日)
- 七、舉辦時間：兩日皆為 09:00-16:00
- 八、上課地點：中國文化大學大夏館 (臺北市建國南路二段 231 號)
- 九、課程表：如附件 1
- 十、參加對象：一般人士
- 十一、報名費用說明：完全免費(含研習手冊、午餐及證書)
- 十二、參加人數：30 人
- 十三、報名表：如附件 2
- 十四、報名方式：填寫完附件 2 報名表後，透過 e-mail、傳真等方式回傳即可
(信箱：hkchang@sce.pccu.edu.tw；傳真：(02)2708-1265)
- 十五、備註：
 - (一) 因故無法參加者請於活動舉行前十日通知本校。
 - (二) 參加人員請依規定向所屬單位申請公(差)假。
 - (三) 培訓營期間供應午餐，如需住宿請自行處理。
 - (四) 全程參與者由校頒發研習證書
- 十六、注意事項：記得攜帶毛巾與水。

附件 1 課程表



日期	時間	課程名稱	課程內容
10/29	09:00-12:00	志願(工)服務的內涵及倫理	
	12:00-13:00	午休	
	13:00-16:00	志工服務經驗分享	
10/30	09:00-12:00	減緩衰老與健康促進	● 樂齡族身心理特質 ● 健康生活型態減緩老化 ● 運動對減緩老化的效益 ● 樂齡族群健康促進自我責任認知
	12:00-13:00	午休	
	13:00-16:00	高齡運動指導	暖身運動教學實務 平衡運動教學實務 肌力運動教學實務 柔軟度運動實務



附件 2

105 年度樂齡運動指導員志工培訓營

報名表

姓 名		身分證 字 號												出 生 日 期	年	月	日					
通 訊 處	郵遞區號																					
電 話	(O)										(H)										手機	
E - m a i l																						
公 司 名 稱	(必 填)										職 稱		(必 填)									
☐ 葷食 ☐ 素食																						



樂齡

運動指導員 志工培訓營

Taipei

開跑囉!!!

課程簡介

臺灣已進入高齡化社會，銀髮族健康老化已成為重要推動工作項目，活躍老化不僅可有效降低社會醫療資源，更可減輕青壯人口的負擔，身體活動又是高齡健康促進政策中不可或缺的一環，透過樂齡運動指導員志工培訓，為社區培育樂齡運動陪伴志工，為社區撒下運動種子，透過各種子的力量營造社區健康運動氛圍。

參加對象 一般人士

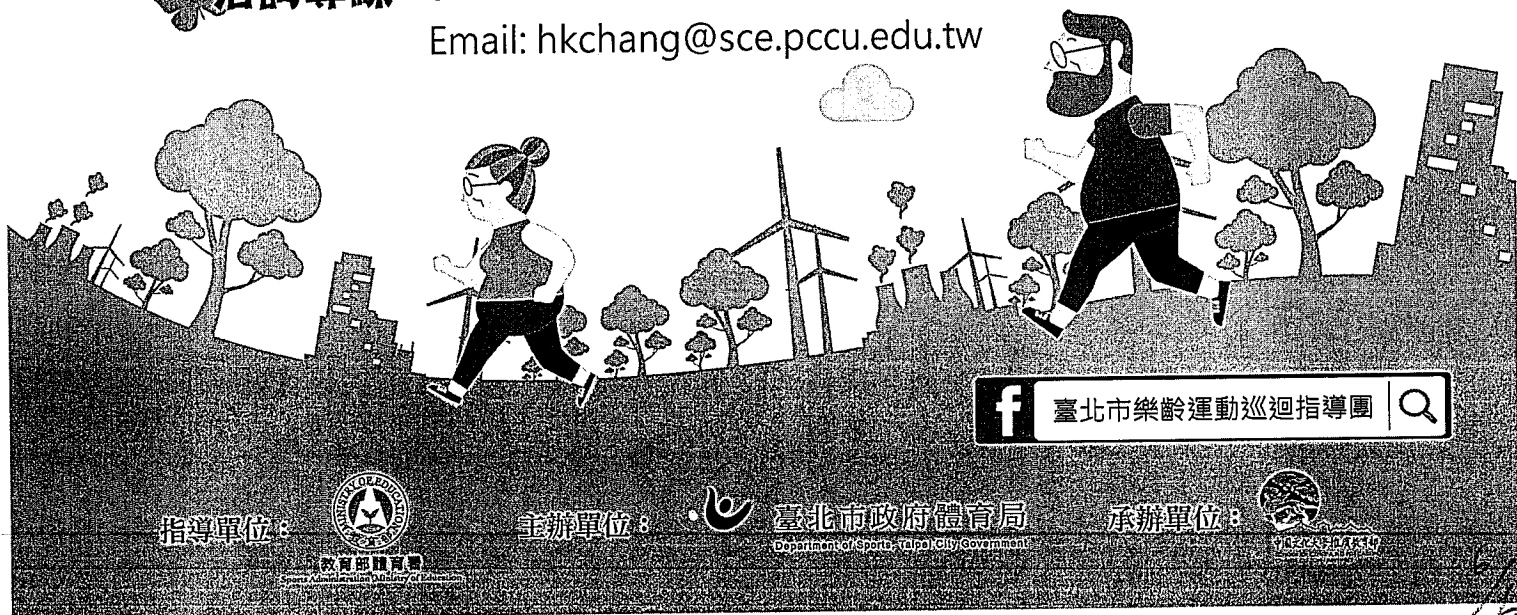
簡章報名表下載



報名期間 即日起~10/21(五)止

培訓營時間 10月29日(六)-10月30日(日) 每日9:00-16:00

洽詢專線 02-2700-5858分機8163 張先生
Email: hkchang@sce.pccu.edu.tw



f 臺北市樂齡運動巡迴指導團 | 搜索

