

113學年度第一學期臺北市公立技術型高中、技專校院暨 業界產學合作課程－「高齡樂活健康實驗室」上課通知

各位親愛的同學們：

歡迎各位參加由開南中學與國立臺北護理健康大學辦理的「112學年度第二學期產學合作課程-高齡樂活健康實驗室」。

本次上課地點為國立臺北護理健康大學高齡健康照護系教室。

下列幾點事項提醒各位同學，敬請配合：

- 一、請穿著學校服裝，並配戴口罩，若體溫超過37.5度不得進入校園上課(校門口會量額溫)，並提健康聲明書(附件一)。
- 二、因疫情因素，學校進出皆有較多管制，希望同學們當天上課時段都留在臺北護理健康大學校園內，不要到處亂跑。
- 三、進出校園入口：校本部：112303 臺北市北投區明德路 365 號

『2號門』及『3號門』暫無開放進出入



- 四、課程中可能會用到身體肢體運動，同學們請穿著各校運動服至本校上課。
- 五、**出席達全時段2/3**且考核**成績合格**者始核發課程研習證書。

臺北市私立開南中學實習處 敬啟 113.09.16

聯絡人：王鈺婷主任

聯絡電話：(02) 2321-2666#239

◎課程資訊

- 一、開課單位：國立臺北護理健康大學
- 二、課程名稱：高齡樂活健康實驗室
- 三、授課教師：蔡君明教授等(詳如附表)

時間	課程主題	主講者
9/20(五) 13:30-16:30	高齡產業大未來 1. 老的想像-你的七老八老 2. 高齡社會與人才 3. 照老闆看過來 4. 高齡智慧生活體驗 5. 你的高齡大未來	蔡君明老師
9/27(五) 13:30-16:30	高齡體驗 1. 老化體驗活動 2. 老化對生活各層面的影響	郭麗敏老師
10/4(五) 13:30-16:30	食物質地與長輩餵食 1. 了解長輩常食用食物之質地 2. 長輩餵食的技巧及注意事項	王曉萍老師
10/11(五) 13:30-16:30	高齡者按摩與運動保健實務 1. 老人按摩體驗 2. 老人體適能活動設計 3. 銀髮輔具介紹	廖英壹老師
10/18(五) 13:30-16:30	高齡者音樂輔療 1. 了解音樂輔療的原理與概念 2. 體驗音樂輔療活動 3. 音樂輔療活動設計	鄒昌婷老師
10/25(五) 13:30-16:30	和長輩一起玩，越玩越健康 1. 活躍老化與成功老化 2. 健康長者育樂活動與健康促進 3. 亞健康長者育樂活動與健康促進	彭晴憶老師

- 四、上課地點：國立臺北護理健康大學高齡健康照護系教室
- 五、國立臺北護理健康大學高齡健康照護系連絡電話：(02)27712171#3618
- 六、上課日期：3/1、3/8、3/15、3/29、4/12、4/19(皆為星期五)
- 七、上課時間：13:30-16:30