

臺南市政府勞工局南門勞工育樂中心勞工學苑第 88 期招生簡章

- 宗旨：為倡導勞工朋友良好學習風氣，從事正當休閒活動，透過各種技藝及語文研習，充實勞工朋友生活內涵及知能。
- 主辦單位：臺南市政府勞工局。
- 策劃單位：臺南市南門勞工育樂中心。
- 參加對象：本市勞工及家屬。
- 修業期限：自 107 年 1 月 29 日至 107 年 5 月 12 日止，計 12 週。內含三班 6 週短期體驗班。
(適逢 2/15-2/20、4/4-4/8 連假及國定假日均停課，不另行通知)
- 上課時間：晚上 7：00 至 9：00
- 報名日期：即日起受理報名至額滿為止。
- 報名地點：南門勞工育樂中心(本市南區南門路 261 號)。聯絡電話：06-2150174 ~ 5 轉 117(服務台)。
- 本期優惠活動：1.凡已參加超過三期之舊生再報名參加本期課程者，優惠報名費 100 元。
2.報名本期課程二班次以上者第二班以上優惠報名費 100 元。(以上 1、2 點優惠辦法限擇一方案優惠。)
- 課程內容：



班 別	星期	教 師	內 容	報名費用
禪繞畫基礎	二	貝貝	用一支筆體驗畫圖的美好，在繪畫中感受畫圖的靜心，運用簡單的繪畫技巧達到平靜跟成就感。一起來體驗看看禪繞畫的魔力，一支筆一張紙讓您開始畫圖人生。 上課日期：1/30 至 3/13 共六週。 【適合小學三年級以上，材料費 150 元】	600
烏克麗麗初體驗	三	黃敏腕	四條弦簡單好上手，攜帶方便，小朋友到阿公阿婆都能學習，適合旅行、親友聚會彈唱、演奏與自我才藝精進。 上課日期：1/31 至 3/14 共六週。 【適合小學一年級以上，樂器需自備或代購，講義費另計】	600
亮眼 OL 微彩妝	五	郭淑惠	基本實用彩妝，輕鬆上手，立體底妝、簡單優雅妝容，豐富 OL 獨特風格與造型。 上課日期：2/23 至 3/30 共六週。 【請自備彩粧用品及工具】	600
纏花工藝 (春仔花)	三	劉淑琴	利用紙片、鐵絲、繡線，搭配中國結，製作具有節慶感的飯春花，透過纏花工藝(春仔花)的纏繞技術，體驗傳統文化資產，還能纏繞出滿滿的幸福喔。課程分初階、中階、高階教學，內容包含：百合花、玫瑰花、圓仔花、牡丹、蘭花、康乃馨、玉蘭花、福鹿、福龜、官帽、錢幣、牡丹飯春花、油桐花、可愛小玫瑰胸針、貓頭鷹、天堂鳥胸針、蜻蜓胸針、九重葛胸針、玉蘭花吊飾、碗豆夾吊飾。 【材料可自備或團購材料包 400 元】	1,200
書 法	一	嚴兆鈞	從文房四寶的使用介紹到基礎執筆法運筆法及楷書基本筆畫的運筆與結構解析和操作，加上中國書法各體的沿革，讓您更了解中國文字的美感和書寫樂趣。 【適合小學五年級以上，請自備文房四寶】	1,200
時 尚 造 型 新娘秘書進修	三	郭淑惠	快來培養您的第二專長，提供時下最流行的彩妝趨勢與變化。 課程內容包含：新娘彩妝、清透自然底妝、髮型打底、手作飾品及搭配運用、髮型設計、10 分鐘快速換妝髮造型、成果展完美呈現及攝影。(詳細課表，上課發放，請自備用品及工具，含髮型用人頭) 【材料費 1,500 元】	1,200
智慧 3C 科技生活 -- 智慧型手機	三	蔡文祥	學習智慧型手機、平板操作技巧與應用，由淺入深帶您走進智慧 3C 世界，活用 APP，以講述錄製影音教學、反覆示範、操作與實例演練，讓您跟上時代潮流資訊腳步。 【請自備手機或平板電腦】	1,200
手工皂保養品DIY	二	蔡孟娟	提供您有關環保、養顏、美容、保養品之製作知識，滿足您 DIY 的樂趣。 本期作品：金盞修護馬賽皂、保潔柔膚化粧水+薏仁美白保潔乳液、杏桃保潔乳皂、防蛀低敏牙膏、法式香頰紅酒皂、鼠尾草眼圍淡化霜、玫瑰榛果蕾絲皂、天然環保洗衣粉、白蘚皮抗癢抗敏皂、熱感按摩塑身霜、繽紛墨墨皂、椿油活膚液體皂，共 13 樣作品。 【材料費 1,800 元】	1,200
烏克麗麗快樂彈	六	黃敏腕	適合稍有基礎者(會彈單音或和弦，皆可報名，歡迎親子共學) 藉由耳熟能詳的歌曲學習看譜、音階、和弦、節奏及其彈奏技巧。輕鬆上手，樂器攜帶方便，與親友同樂、自彈其樂、翱翔於音樂中。 【適合小學三年級以上，樂器需自備或代購，教材另計】	1,200
金錢卦師養成班 基礎	一	林蔚青	運用易經五行八卦，讓我們承接先祖留下的智慧，透過誠心卜出的卦爻，迅速知己知彼，創造良好的人際關係。 (總課程共三期 9 個月，初階三之二) 【需具備天干地支之五行、生、剋、沖、合、刑之基礎能力】	1,200
金錢卦師養成班 進階	五	林蔚青	問卦率最高，最令人關心的議題，為何過去山盟海誓如今卻風雲變色，是他真的無心？還是小三小王的出現？六爻卜卦將鉅細靡遺的帶領我們窺探這一個「不能說的秘密」。 (總課程為二期 6 個月，此為第二期) 【需具備天干地支之五行、生、剋、沖、合、刑之基礎能力】	1,200
人相學與人際關係	一	陳雅堂	由人相學瞭解自己的個性及優缺點，進而了解別人之特質，知己知彼，以便和他人溝通、交友、選擇配偶、公司主管用人準則，創造雙贏人生。	1,200
八字學高階研究	三	陳雅堂	從個人的八字瞭解自己的家庭、婚姻、事業傾向，從事自己喜好的職業，培養第二專長，開創人生事業的第二春。	1,200
實用面相學	四	孫瑞興	上司的心態難以捉摸？孩子的行為難以掌握？身體可能發生的疾病可以事先預知嗎？未來的運勢走向又如何呢？用簡單活潑的方式，教你如何運用面相學，創造知己知彼、百戰百勝！	1,200
觀光美語	四	張傑華	教授基礎文法、句型、日常會話，培養學員基本溝通能力；幫助入門或久未接觸英文者建立自信！透過生活旅遊常用字彙熟悉情境，建立基本聽力及口語能力，並利用英文歌曲與電影欣賞了解西方流行文化。 【課本：觀光旅遊英語通，需自備或團購】	1,200
五十音簡易會話	五	林旻萱	從 50 音開始進入日語的世界，由淺入深認識有趣的生活句型及動詞變化。【課本：旅遊日語自由行，講義費 100 元】	1,200
日語中級會話	二	葉葉葉	各種單句正確發音，簡單文法句型使用法，日常生活會話練習。配合情境教學，讓學習過程更加生動活潑。 【課程從大家的日本語第 33 課起】	1,200
日文聽說讀寫	六	葉葉葉	配合大家日本語課本以及繪本、文章、生活觀光日語，加強文法概念，提升閱讀能力及聽力練習，並經由對話情境引導，提升日語溝通能力。 【具備日文動詞變化之基礎能力，講義費 100 元】	1,200
日語歌唱	二	吳岫峰	認識基本樂理，培養看譜能力，加強腹部發聲及麥克風正確使用法。教唱日本童謠、民謠、懷念歌謠及最新流行歌謠。 【具備五十音基礎者】	1,200
瑜珈提斯入門	三	王潤椒	教授丹田呼吸法，詳解拜日式各式聯繫調合，引入瑜珈之門，促使內分泌腺體達到平衡，進而強化臟腑、增強免疫系統，能使脊椎歸正改善慢性病，進而享受身心靈平衡。 【不需任何道具，課前於 1.5 時-2 時空腹佳】	1,200
瑜珈提斯進階	二	王潤椒	具瑜珈基礎概念，藉丹田呼吸法暨正確體位法運行，以強化內臟、提高免疫系統、增強自然療癒力，予人生命力與活力，修正體態偏斜、美化肌膚、淨化心靈層次。 【不需任何道具，課前於 1.5 時-2 時空腹佳】	1,200
戀上肚皮舞	四	王麗花	肚皮舞基本動作解說與分析，腰、腹、臀的鍛練，訓練全身的肌力與 S 曲線的雕塑，可快速燃燒妳的體脂肪。課程中搭配舞曲練習，輕鬆入門簡單易學。歡迎初學者加入。	1,200
中東肚皮舞初階	一	林美鳳	想擁有 S 般的小蠻腰？伴隨著中東神秘音樂節奏，像流水波浪般創造出優雅性感柔美的舞蹈語言。讓妳全身都得到充分運動，塑造知性與柔美的體態。	1,200
中東肚皮舞進階	五	林美鳳	想要擁有自信、美麗與健康？課程首重基本技巧，包括頭部、肩頸肌肉控制、胸部、腹部及臀部與腿力，全身肢體語言開發，展現女性完美身型與體態。	1,200
社交舞基礎	一	陳秀卿	力與美結合、舒展筋骨、消除贅肉、促進人際關係。(探戈、恰恰、華爾滋、吉魯巴、倫巴、捷舞、森巴、圓舞曲)由淺而深分期教學，歡迎初學者加入。 【本期以華爾滋為主】	1,200
活力社交舞-捷舞	五	蔡孟修	全新概念，循序教學，強化基礎，延伸表現。結合舞套，完整呈現舞曲，可用於休閒練習、舞會表演。親切指導，舞出青春活力。歡迎新手加入。	1,200
歡樂排舞	四	謝秀蘭	編排簡單、易記的有趣舞步，透過流行音樂及輕快的舞蹈組合，培養學員的節奏感及訓練肢體協調。把它當成遊戲更可以釋放你的壓力，開心舞動你的美麗青春和熱情健康。	1,200

十一、注意事項：

- 報名手續不完全者恕不受理，收據請妥善保存備查。繳費後不得申請退費、轉班或保留研習學籍。
- 本學苑各班報名未達開班人數，限於開課一週內自行持收據辦理退費或轉班。
- 研習期間各班之書籍、講義、材料等費用由學員自行負擔。
- 各班謝絕旁聽、試聽，以免影響上課秩序。上課時數可登錄公務人員終身學習時數。