

臺南市政府勞工局南門勞工育樂中心勞工假日課程招生簡章

一、宗旨：為倡導勞工朋友良好學習風氣，從事正當休閒活動，透過技能研習，充實勞工朋友生活內涵及知能。

二、主辦單位：臺南市政府勞工局。

三、策劃單位：臺南市南門勞工育樂中心。

四、參加對象：凡本市勞工及其家屬(歡迎親子共同學習)、公務人員亦可以勞工眷屬身分參加。

五、修業期限：112年09月01日至12月31日。

六、報名日期：即日起接受報名至各班開班前三日額滿止。

七、報名地點：南門勞工育樂中心服務台(本市南門路261號)。 聯絡電話：2150174~5轉117

八、各班開班課訊息：不再電話通知，均公告於

【台南市勞工育樂中心假日單堂課粉絲頁】，敬請各位朋友搜尋→按讚→追蹤→小鈴鐺。

九、課程內容：

班 別	日期	上課時間	教 師	內 容	報名費
六十四卦卦意 (二)	09/02(六) 09/09(六) 09/16(六) 10/14(六) 10/21(六) 10/28(六) 11/04(六) 11/11(六) 11/18(六) 11/25(六) 12/02(六) 12/09(六) 12/16(六) 12/23(六)	上午 9:00 至 12:00	林蔚青	課程內容： 震、巽、坎宮中24卦在卜卦中的象意應	1400
環 保 油 畫	09/02(六) 09/09(六) 09/16(六) 10/14(六) 10/21(六) 10/28(六) 11/04(六) 11/11(六) 11/18(六) 11/25(六)	上午 9:00 至 12:00	曾宇妍	【一致性三個月教材費:800元(2幅5、6F畫布+阿姆斯特丹顏料)】 共完成二幅畫，無畫畫經驗者也可參加。 ※學員自行攜帶 筆具自費(約500~550元)老師幫忙代購，以美術社價格計算。 (含一個筆具袋+7隻筆)	1000
C h a C h a 恰 恰	09/02(六) 09/09(六) 09/23(六) 10/14(六) 10/21(六) 10/28(六) 11/04(六) 11/11(六) 11/18(六) 12/02(六) 12/16(六) 12/23(六)	晚上 6:30 至 9:30	陳玉珍 嚴隆群	恰恰-是拉丁舞中最年輕的舞 曲風輕快歡樂，舞風可愛活潑 跳法俏皮俐落，想變年輕嗎? 快來跳恰恰舞，讓您返老還童	1200

輕鬆快樂學韓語 進階課程初級 會話(二)	09/02 (六) 09/09 (六) 09/16 (六) 10/14 (六) 10/21 (六) 10/28 (六) 11/04 (六) 11/11 (六) 11/18 (六) 11/25 (六) 12/02 (六) 12/09 (六) 12/16 (六) 12/23 (六)	下午 2:00 至 5:00	金 清	<p>課程內容：</p> <p>✓適合已學過韓文發音的學員。</p> <p>✓課程內容：首爾大學韓國語 1A 第二~四課(課本自備)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 物品名稱的問與答 • 討論現在正在做的事、做事的場所、介紹場所 	1400
書法研習班	09/02 (六) 09/10 (日) 09/23 (六) 10/29 (日) 11/19 (日) 11/26 (日) 12/10 (日) 12/24 (日)	下午 2:00 至 5:00	王詮富	<p>依照學員程度興趣教學</p> <p>各書體教授</p> <p>書法入門~基礎~進階~高階</p> <p>學員自備：文房四寶 字帖 九宮格紙</p>	800
中式點心	09/02 (六)	上午 9:00 至 12:00	陳佩玲	<p>手工製作：蛋黃酥、芋頭酥</p> <p>※上課地點：亞洲餐旅學校實習教室 E32</p> <p>產出成品：綜合酥(蛋黃、芋頭)禮盒 1份</p> <p>【材料費：650元】</p>	100
永生花夜燈花盅	09/03 (日)	下午 2:00 至 5:00	陳淑卿	<p>課程內容：先完成永生花玫瑰花開花製作後，將各種永生花材與玫瑰花設計配置成 360 度可以觀賞的獨一無二花盅，晚上點燈，可以增添浪漫氣氛，也可充當夜燈使用。</p> <p>學員需自備工具：剪刀，鑷子、相片膠，可剪鐵絲的剪刀或鉗子。</p> <p>【材料費：800元】</p>	100
異國料理 一	09/03 (日)	上午 9:00 至 12:00	李嘉明	<p>菜名：南洋咖哩雞/韓式炒年糕</p> <p>※上課地點：勞工中心</p> <p>【材料費：300元】</p> <p>南洋咖哩雞：雞腿肉、洋蔥、蒜頭、紅蘿蔔、馬鈴薯、椰奶、咖哩粉、南薑、黃薑、新鮮香茅。</p> <p>韓式炒年糕：雞胸肉、魚板、米血、年糕、高麗菜、洋蔥、蒜頭、韓式泡菜、韓式辣醬。</p>	100
日常保健 運動保健	09/03 (日) 09/17 (日) 10/01 (日) 10/29 (日) 11/12 (日) 11/26 (日) 12/10 (日) 12/24 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	紀明信 蔡碧娥 潘鴻文	<p>人體的奧妙-人體結構快樂學</p> <p>日常保健-日常生活鬆筋活絡自己來</p> <p>快樂做運動-運動後肌肉放鬆法</p> <p>12/10 蔡碧娥-0-100歲都適用的舒眠肩背放鬆技</p> <p>12/24 潘鴻文-日常保健全身調理總複習(全身推拿)</p>	1600
神奇塔羅牌占卜 進階精緻解牌課程 (上)	09/03 (日) 09/10 (日) 09/17 (日) 09/24 (日)	上午 9:00 至 12:00	涂佳杏	<p>課程內容：塔羅牌大牌情境篇和牌陣實際占卜</p> <p>以塔羅牌牌卡溝通和諮詢的方式，占卜師經由抽牌，並運用直覺力，幫助別人解決問題，也從學習中更了解自己，成為人生第二專長！</p> <p>【一致性講義費 150元】</p>	400

咖啡烘焙	09/09 (六)	上午 9:00 至 12:00	楊振億	手工製作：手沖咖啡、濾掛式咖啡包 ※上課地點：亞洲餐旅學校實習教室 C13 產出成品：濾掛式咖啡包禮盒 1份 【材料費：800 元】	100
生活花藝 / 鮮花花藝	09/09 (六) 10/21 (六) 11/25 (六) 12/23 (六)	下午 2:00 至 5:00	謝璧如	用鮮花妝點您的生活 課程內容：包含花材的講解，四堂不同花型架構，花材搭配應用與學員實際操作。 【課程費用：2500 元(包含四堂課花材、花泥、花器)】	400
紫微斗數 初階讀書會	09/09 (六) 10/14 (六) 10/28 (六) 11/11 (六) 11/25 (六)	上午 9:00 至 12:00	董浚振	課程內容： 紫微斗數排盤及 12 宮簡介以及各星性情分析 (上課請攜帶書本：紫微初階 出版社：勸學齋，或上課時請老師代買)	500
輕鬆快樂學韓語 入門	09/09 (六) 09/16 (六) 10/14 (六) 10/21 (六) 10/28 (六) 11/04 (六) 11/11 (六) 11/18 (六) 11/25 (六) 12/02 (六) 12/09 (六) 12/16 (六) 12/23 (六)	下午 5:30 至 8:30	金清	✓適合沒有學過韓文發音的學員。 ✓課程內容：韓語 40 個字母、 韓語的基本結構、 基礎文法、 問候及自我介紹等 日常生活所需的基礎韓語	1300
異國料理 二	09/10 (日)	上午 9:00 至 12:00	李嘉明	菜名：奶香義大利麵佐香草雞/越南春捲 ※上課地點：勞工中心 【材料費：300 元】 奶香義大利麵佐香草雞：翅小腿、洋蔥、蒜頭、黃椒、紅椒、四季豆、義大利麵、 義大利香料、鮮奶油。 越南春捲：越南春捲皮、小黃瓜、生菜、紅蘿蔔、豬肉片、朝天辣、鳳梨。	100
西點 蛋糕製作	09/16 (六)	上午 9:00 至 12:00	楊文秀	手工製作：3Q 餅、彩虹星球 ※上課地點：亞洲餐旅學校實習教室 E42 產出成品：綜合餅(3Q 餅、彩虹星球)禮盒 1份 【材料費：650 元】	100
守護健康刮痧與 精油自我保健一	09/16 (六)	下午 1:00 至 4:00	穆怡君	一、頭部刮痧穴點與排酸按摩 3 分鐘護眼明亮按摩 學員互相練習 二、肩頸痠痛自我保健刮痧手法肩頸舒壓刮痧 背部疼痛落枕刮痧與學員練習 ※ 自備刮痧板、排酸棒、蝸牛按摩棒、毛巾 2 條、髮夾、頭痛或舒緩精油 【材料費 200 (提供上課學員互相練習)】 ❗可代購刮痧棒與精油❗	200
守護健康刮痧與 精油自我保健二	10/15 (日)				
愛心千層派 鑰匙圈	09/16 (六)	上午 9:00 至 12:00	陳韻茹	認識製作甜點的黏土種類和常用工具，使用 GRACE 樹脂黏土、奶油土、顏料，以基本的捏塑技巧，以及黏土的調色和上色，完成一道法式甜點，配合金屬零件，組成獨一無二的專屬飾品 【一致性材料費 130 元(樹脂土、奶油土、顏料金屬配件)】	100
吊鉢繩結與苔球	09/16 (六) 10/14 (六)	下午 1:00 至 4:00	蔡玉娟	手編繩結，材料：棉繩、玻璃花器 製作苔球，材料：植栽、青苔、水苔 以棉繩手編繩結掛上玻璃花器擺上綁好的苔球，可掛在窗邊、樹下，迎風搖曳、感受風的吹拂，煩躁的心隨著盪阿盪的，漸漸的沈靜安穩。 ※自備工具：剪刀 【一致性材料費 850 元】	200

紫微斗數 進階讀書會	09/16 (六) 10/21 (六) 11/04 (六) 11/18 (六) 12/02 (六)	上午 9:00 至 12:00	董浚振	課程內容： 星曜解析及四化探討 (上課請攜帶書本：紫微進階 出版社：勸學齋，或上課時 請老師代買)	500
異國料理 三	09/17 (日)	上午 9:00 至 12:00	李嘉明	菜名：泰式椰奶紅咖哩海鮮湯/肉骨茶 ※上課地點：勞工中心 【材料費：300元】 泰式椰奶紅咖哩海鮮湯：蝦子、花枝、洋蔥、新鮮香茅、豆芽菜、辣椒、小茄子、紅咖哩醬、米 線、檸檬葉。 肉骨茶：排骨、蒜頭。	100
精緻手工皂/ 手作保養品 研製課程	09/17 (日) 10/15 (日) 11/19 (日) 12/17 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	蔡孟娟	1. 月桃雪松舒暢恬靜皂 2. 元氣豆乳美肌皂 3. 茶樹抗菌調理皂 4. 檸檬酵素嫩白皂 5. 洋甘菊溫和洗卸兩用慕斯 6. 燕麥蜂蜜紓敏身體乳 7. 酒粕精萃活膚霜 8. 何首烏漢方洗髮餅 學員自備用具： 【一致性材料費 1400 元】 模具（牛奶盒）/手套/保麗龍箱 （保冰袋）	800
實用生活布藝	09/24 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	梁英雅	作品：手提托特包 ※自備：針線、剪刀，可攜帶縫紉機。 【一致性材料費 400 元】	200
異國料理 四	09/24 (日)	上午 9:00 至 12:00	李嘉明	菜名：泰式椒麻雞/越南豬肉米糕 ※上課地點：勞工中心 【材料費：300元】 泰式椒麻雞：雞腿肉、蒜頭、辣椒、香菜、高麗菜。 越南豬肉米糕：五花肉、糯米、香蕉葉。	100
手機智慧新生活 A P P (一)	10/14 (六)	下午 2:00	蔡文祥	課程簡介：生活應用、網銀、購物、訂票，旅行、地圖導航、聊天、臉書 FB、美機美圖、相片 備份、影片錄製…!	200
手機智慧新生活 A P P (二)	11/18 (六)	至 5:00			
姓名學 - 生肖、易理之數 看姓名	10/07 (六) 10/14 (六) 10/21 (六) 10/28 (六) 11/04 (六) 11/11 (六) 11/18 (六) 11/25 (六) 12/02 (六) 12/09 (六) 12/16 (六) 12/23 (六)	下午 2:00 至 5:00	吳復元	姓名學基本概念 【一致性教材費 300 元】 生肖【鼠】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【牛】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【虎】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【兔】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【龍】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【蛇】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【馬】【羊】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【猴】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【雞】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【狗】屬性、刑剋、喜、忌字根 生肖【豬】屬性、刑剋、喜、忌字根	1200
「看日子」 其實很簡單	10/14 (六) 10/21 (六) 10/28 (六)	上午 9:00 至 12:00	趙世宗	(1) 本課程為基礎(初階)擇日學 (2) 請自備 112 年農民曆或通書 (3) 輕輕鬆鬆學會如何看得懂農民曆或通書 【自由添購教材費 300 元】	300
神奇塔羅牌占卜 進階精緻解牌課 程 (下)	10/15 (日) 10/22 (日) 10/29 (日) 11/05 (日)	上午 9:00 至 12:00	涂佳杏	課程內容：塔羅牌大牌情境篇和牌陣實際占卜 以塔羅牌牌卡溝通和諮詢的方式，占卜師經由抽牌，並運用直覺力，幫助別人解決問 題，也從學習中更了解自己，成為人生第二專長！ 【一致性講義費 150 元】	400

蠟燭擴香皂花	10/15 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	陳映吉	創新課程： 一次學會蠟燭、皂花製作與擴香應用。 【一致性材料費 450 元】	200
個人美妝課程	10/15 (日) 10/22 (日) 10/29 (日) 11/05 (日)	下午 1:00 至 4:00	洪麗芳	帶著您找到適合自己的妝容重點 課程內容： 我該選擇什麼眉型？如何放大眼睛？應該怎麼畫才不會顯老？……等。 先從了解自己的五官開始～（全妝技巧） 微調每位學員妝容 自備：鏡子、彩妝工具、現有彩妝產品。 【一致性材料費 350 元(蜜桃修護潤唇膜、海綿一片、自然款假睫毛一對)】	400
夏日咖啡 體驗課程	10/21 (六)	下午 2:00 至 5:00	張碩峯	義式咖啡機、虹吸壺、手沖等咖啡調理工具實務操作、莊園咖啡品嚐鑑賞 【一致性材料費 250 元】	100
巧芯彩寶手鍊	10/22 (日)	上午 9:00 至 12:00	吳昱錚	搭配不同的彩色寶石，以單圈技法串聯，一款能量滿滿的時尚手鍊，一起來製作屬於自己的穿戴飾品。 【一致性材料費 180 元(金屬線、水晶、配珠)】	100
魔術好好玩	10/22 (日)	下午 2:00 至 5:00	鄭欽仁	您有上台緊張的問題嗎？您有派對尾牙表演需求的問題嗎？親人朋友想要吸引眾人的目光？您的機會來了，魔術是良好的破冰方法，有效改善您的人際關係，吸引眾人的目光。 【材料費 200 元(至少五種以上精選魔術道具)】	100
美甲師養成進階 一	10/28 (六)	下午 1:00 至	穆怡君	問題甲及護理介紹 ※紋路設計彩繪-斑馬條紋、豹紋、大理石設計 ※花系列彩繪-水滴花、五瓣尖花、玫瑰花、太陽花 凝膠沙龍級造型款 深層手部保養+精油按摩手法 【材料費:1000(含彩繪凝膠 3 色)】 ※自備光療燈、擦手紙、凝膠數瓶、延長線、桌燈、鋼推、彩繪筆	200
美甲師養成進階 二	11/11 (六)	4:00			
培訓行動美容師	11/12 (日)	下午 2:00 至 5:00	洪瑩珍	一、臉部按摩二、煥顏微雕三、鷹瞳抗老化 【一致性材料費 300 元】	100
愛布玩~ 斜背三層口金包	11/19 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	蔡仲華	學員自備：手縫針、線、紙剪、布剪 【一致性材料費 350 元(含口金，表布，裡布，襯)】	200
聖誕球吊飾	11/25 (六)	下午 2:00 至 5:00	蔡玉娟	噹！噹！噹！聖誕節的腳步近了，在這歡樂的季節裡自己動手作個聖誕吊飾，可掛在門口、吧檯、辦公室，很有節慶的儀式感喔！ 自備工具：可剪鐵絲的剪刀、尖嘴鉗、熱熔膠、熱熔槍 【一致性材料費 500 元】	100
不一樣的 聖誕花圈	12/09 (六)	下午 2:00 至 5:00	蔡玉娟	12 月的多肉因天氣轉涼色彩隨著繽紛美麗，今年的聖誕節讓我們來做個不一樣的聖誕花圈吧！ 用可愛的多肉植物以鐵絲或樹藤、鋁線…等製作架構，做個另類的聖誕花圈歡樂過節喔！ ※自備工具：可剪鐵絲的剪刀 【一致性材料費 800 元】	100
魔術好好玩	12/10 (日)	下午 2:00 至 5:00	鄭欽仁	您有上台緊張的問題嗎？您有派對尾牙表演需求的問題嗎？親人朋友想要吸引眾人的目光？您的機會來了，魔術是良好的破冰方法，有效改善您的人際關係，吸引眾人的目光。 【材料費 200 元(至少五種以上精選魔術道具)】	100
還我漂漂瘦瘦臉	12/10 (日)	下午 2:00 至 5:00	洪瑩珍	一、自我保健、二、臉部運動、三、臉部按摩 【一致性材料費 300 元】	100
永生花藝課程/ 永生花藝編繩掛飾	12/16 (六)	下午 2:00 至 5:00	謝璧如	課程內容：簡單的編繩體驗與永生花藝創作的搭配。 自備工具：剪刀、熱融槍、熱融膠，可帶回作品之提袋一個。 【材料費 600 元】	100
艾 保 健 養 生	12/17 (日)	下午 2:00 至 5:00	黃品宜 (詩茵)	艾灸，是中醫從古至今流傳下來的實用養生法。 課程內容：從艾條選擇-艾灸多種方式介紹-艾灸居家保養-隨身灸保健-艾灸使用禁忌-不同體質的保養。材料有：艾條一根、隨身灸一組、艾香茶..直接使用課後帶回。 【一致性材料費 400 元】	100
實用生活布藝	12/17 (日)	上午 9:00 至 12:00 下午 1:00 至 4:00	梁英雅	作品：兩用側背包 ※自備：針線、剪刀，可攜帶縫紉機。 【一致性材料費 400 元】	200
歲末年終 大天使神諭卡	12/23 (六)	上午 9:00 至 12:00	涂佳杏	給予你們 2024 年新的祝福，並自己手作開運精油浮油花瓶，讓自己充實滿滿的能量！ 【一致性材料費 400 元】	100

十、各班報名人數：本學苑各班報名人數未達十二人均不開班，經通知未開班之學員，限於該班開課時間一週內自行持收據辦理退費(限當月)或轉班一次(限當年度)。最低開班人數為 12 人，招生中或達成開班人數後，無法上課者恕不退費或轉班；【另親子課程 5 歲以上之兒童亦需報名方可參與課程。又另特殊課程 5 歲以下之兒童及陪同家長亦需報名，但材料可共用。】【專業技藝課程學員上課均須備有上課需用之工具，若無法備用或購買者請勿報名，以免造成上課時操作問題。】

十一、為響應愛心分享，已報名含食材課程之學員，若無法上課者，其作品將捐贈公益分享給弱勢家庭。

十二、為維持上課品質，建議參加 3C 課程之學員儘量使用自己的網路，以維持課程的流暢度。

十三、研習期間書籍、材料、講義等費用由學員自行負擔。