

三峽區農會 106 年度 9~12 月家政研習班活動表

序號	班 別	星期	上課日期及時間	上課地點	學 費	指導老師	開班人數	教 學 內 容	備 註
1	瑜珈班	三	09/27-12/20 計 12 次 上午 9：00~11：00	本會 5 樓	1,500 元	官秀娟	25	(1) 瑜珈基本理論 (2) 以體位法與調氣來調整神經系統、內臟。 (3) 修正法調整肌肉，呼吸法以深呼吸加強呼吸法，調整呼吸系統。	自備瑜珈墊 (可代購)
2	日文 (基礎班)	一	06/12-11/27 計 24 次 下午 1：30~3：30	本會 5 樓	2,000 元	石靜微	25	教學內容:旅行中的日語會話	教材另購
	日文 (中級班)	三	05/24-11/08 計 24 次 下午 1：30~3：30	本會 5 樓	2,000 元	石靜微	25	教學內容:日常用的 2000 單字	
	日文 (進階班)	四	05/18-10/26 計 24 次 下午 1：30~3：30	本會 4 樓	2,000 元	石靜微	25	教學內容:日常用的 6000 單字、小說	
3	歌唱班 (二班)	四	第一班 10/19-107/1/4 計 12 次 上午 8：00~10：00	本會 5 樓	1,000 元	賴瑞源	60	(1) 認識簡譜及記號	含教材
			第二班 10/19-107/1/4 計 12 次 上午 10：20~12：20	本會 5 樓			60	(2) 嘴型歌、抖音歌 (3) 國台語流行歌曲。	
4	日語歌唱班	二	09/26-12/19 計 12 次 下午 1：30~3：30	本會 5 樓	1,200 元	賴瑞發	40	日語歌曲教唱(只教日本歌)，歌譜加大字體，中日文對照，易學易懂。	含教材
5	水墨花鳥班 (初、中級班)	一	09/11-12/04 計 12 次 下午 1：30~3：00	本會 4 樓	1,000 元	黃正雄	25	從毛筆、畫紙、墨及顏料的正確使用為入門。	不含教材費
	水墨花鳥班 (進階班)	四	09/14-11/30 計 12 次 上午 9：00~11：00	本會 4 樓	1,000 元	黃正雄	25		
6	點心烘焙班	二	09/19-12/12 計 12 次 上午 9：00~12：00	本會 4 樓	1,500 元	李素華	25	由老師示範教學， 中西式點心烘焙烹飪。	不含材料費
7	書法班	五	09/08-12/22 計 16 次 下午 1：30~3：30	本會 4 樓	1,500 元	蔡漢榮	25	用筆要訣及結字重點等。	請自備 文房四寶 不含教材費
8	創意音樂 節奏班 (太鼓第二班)	四	09/07-12/14 計 15 次 下午 3：00~5：00	本會 6 樓	1,000 元	王小燕	30	教授音樂節奏、打鼓技巧	不含教材費
9	幸福生活咖啡	三	09/13-9/27 計 3 次 上午 9：00~11：00	本會 4 樓	1,200 元	張若芸	25	認識咖啡產地風味、烘焙及沖煮方法	含材料費
10	松年大學 繽紛粉彩 繪畫班	五	09/01-11/24 計 13 次 上午 08：30~11：30 共同課程預定週二 上午 9:00~12:00 計 3 次	本會 4 樓	秋季班 500 元	梁玉燦	30	※松年大學本期 8/14-8/18 中午前 電腦線上報名 ※報名網址： http://se.ntpc.gov.tw ※ 招生對象： 1. 設籍新北市 2. 年滿 55 歲以上之長者 (民國 51 年 12 月 31 日前出生者) ※報名方式： 1. 繳交二吋半身照片 2 張 2. 繳交新式身分證影本 2 份 (請自行影印，本會不提供影印服務) 3. 低收入戶請繳交相關證明文件	不含教材費
11	松年大學 動健康 動歡喜 就是愛動班	五	09/1-11/24 計 13 次 下午 1：00~4：00 共同課程預定週二 上午 9:00~12:00 計 3 次	本會 6 樓	秋季班 500 元	鄭美淑	50		不含教材費

- ◆ 新開課程於 106 年 9 月陸續開課，請注意開課日期不另行通知。
 - ◆ 報名方式：採上課前先報名及繳交費用。
 - ◆ 報名日期及地點：即日起至額滿為止於本會推廣部辦理（長泰街 96 號 2 樓），各研習班人數未達開班人數時則不開班，並退回所交之費用。 電話：26711002 轉 140 李小姐
 - ◆ 為免影響課堂秩序，上課請勿攜帶幼兒參加，且不得跨班、轉班上課。開課後亦不得要求退費，請提早報名，以免向隅。
- 祝 閤家平安．如意