

**112 學年度第 1 學期**  
**樂碩「中國古典詩詞欣賞（二）」課程表**

上課時間：週三 10：10～12：00，共 6 次

上課地點：濟世大樓地下一樓 CSB101 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/4	王維詩選	康靜宜
2	10/11	李白詩選（一）	康靜宜
3	10/18	李白詩選（二）	康靜宜
4	10/25	杜甫詩選（一）	康靜宜
5	11/1	杜甫詩選（二）	康靜宜
6	11/15	白居易詩選	康靜宜

**※本中心保留開課與調整師資課程之權利。**

# 112 學年度第 1 學期

## 樂碩「核心肌力」課程表

上課時間：週五 15：10～16：40，共 12 次

上課地點：濟世大樓 B2 舞蹈教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/6	輕皮拉提斯-核心肌訓練	陳昭彥
2	10/13	墊上運動-核心訓練	陳昭彥
3	10/20	皮拉提斯-核心肌訓練	陳昭彥
4	10/27	下肢肌力、敏捷訓練	陳昭彥
5	11/3	核心肌訓練(一)	陳昭彥
6	11/17	核心肌訓練+下肢肌力	陳昭彥
7	11/24	輕皮拉提斯+肌力	陳昭彥
8	12/1	墊上運動+柔軟	陳昭彥
9	12/8	核心肌訓練+肌力	陳昭彥
10	12/15	皮拉提斯+下肢肌力	陳昭彥
11	12/22	皮拉提斯+墊上核心	陳昭彥
12	12/29	核心肌+肌力	陳昭彥

※本中心保留開課與調整師資課程之權利。

**112 學年度第 1 學期**  
**樂碩「銀髮族實用生活法律」課程表**

**上課時間：9：10～12：00，共 4 次**

週次	日期	課程主題	授課教師	上課教室
1	10/20(五)	退休金保衛戰	王識涵	<b>CS211</b> (濟世大樓 二樓 CS211 教室)
2	11/9(四)	繼承的稅務問題	陳樹村	<b>A3</b> (勵學大樓 一樓再往 下走半層)
3	11/17(五)	醫療與法律之風險	王識涵	
4	12/7(四)	老人財產規劃	陳樹村	

**※本中心保留開課與調整師資課程之權利。**

**112 學年度第 1 學期**  
**樂碩「銀髮族保健醫學」課程表**

上課時間：週五 13：10～15：00，共 6 次

上課地點：**第一教學大樓二樓 N217 教室**

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/20	復健醫學 I	林克隆醫師
2	10/27	復健醫學 II	陳嘉炘醫師
3	11/3	視力保健 I	邱力毅醫師
4	11/17	視力保健 II	待定
5	11/24	耳科疾病	李冠慧醫師
6	12/1	喉疾、鼻腔疾病	莊承勳醫師

※本中心保留開課與調整師資課程之權利。

# 112 學年度第 1 學期 樂碩「人生湯」課程表

上課時間：週三 10：10～12：00，共 6 次  
上課地點：濟世大樓地下一樓 CSB101 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	11/22	成為自己   古早味麻油雞	王南琦
2	11/29	歐美日自煮旅行   白酒慢燉春雞	王南琦
3	12/6	米其林主廚遊台灣   羅宋湯	王南琦
4	12/13	不塑之客   香菇干貝雞煲湯	王南琦
5	12/20	不能吸的秘密   銀耳杏仁甜湯	王南琦
6	12/27	芬蘭樂活永續人生   法式紅蘿蔔濃湯	王南琦

**【注意事項】**每堂課都有試吃，請學員自備個人餐具（碗匙筷）。愛護地球，現場恕不提供，也請勿使用任何一次性餐具。

**【課程介紹】**在吃喝玩樂中學習北歐永續樂活，一小時的 PPT 分享搭配一小時的雙藍帶主廚料理示範與試吃。

**【師資介紹】**王南琦：曾任主婦聯盟基金會董事，專長為食安、減塑與生活美學。為了籌備「老幼共托養生村」，目前在台東高雄展開二地居人生。料理示範由雙藍帶主廚 Lena 使用台灣在地友善環境的小農食材，搭配課程演繹高醫樂碩專屬人生湯。

**※本中心保留開課與調整師資課程之權利。**