

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

上課時間：週一 10：10～12：00，共 6 次

上課地點：W22 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/4	認識肝膽胰 I	黃駿逸
2	10/18	認識肝膽胰 II	黃駿逸
3	10/25	認識消化道系統 I	謝易倫
4	11/1	認識消化道系統 II	張哲墉
5	11/8	大腸直腸之預防保健	蘇偉智
6	11/22	空氣汙染與肺部健康	莊政皓

**110 學年度第 1 學期**  
**樂碩「道家的生命智慧—老子導讀三」課程表**

上課時間：週一 13：10～15：00，共 6 次

上課地點：W11 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/18	柔軟的智慧—上善若水	李玲珠
2	10/25	柔軟的智慧—復歸嬰兒	李玲珠
3	11/1	持盈的智慧—功成身退	李玲珠
4	11/8	無用之用的智慧	李玲珠
5	11/22	道家與養生功法	何富雄
6	11/29	面對慾望的智慧	李玲珠

**110 學年度第 1 學期**  
**樂碩「核心肌力(週三)」課程表**

上課時間：週三 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	10/13	輕皮拉提斯-核心肌訓練	陳昭彥
2	10/20	墊上運動-核心訓練	陳昭彥
3	10/27	皮拉提斯-核心肌訓練	陳昭彥
4	11/3	下肢肌力、敏捷訓練	陳昭彥
5	11/10	核心肌訓練(一)	陳昭彥
6	11/24	核心肌訓練+下肢肌力	陳昭彥
7	12/1	輕皮拉提斯+肌力	陳昭彥
8	12/8	墊上運動+柔軟	陳昭彥
9	12/15	核心肌訓練+肌力	陳昭彥
10	12/22	皮拉提斯+下肢肌力	陳昭彥
11	12/29	皮拉提斯+墊上核心	陳昭彥
12	1/5	核心肌+肌力	陳昭彥

**110 學年度第 1 學期**  
**樂碩「鹽埕愛河漫漫遊」課程表**

上課時間：週四 13：10～16：00，共 4 次

上課地點：IR301 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	11/25	鹽埕漫遊	沈政璋
2	12/2	鹽埕漫遊走讀	沈政璋
3	12/9	愛河漫遊	沈政璋
4	12/16	愛河漫遊走讀	沈政璋

**110 學年度第 1 學期**  
**樂碩「生態旅遊」課程表**

上課時間：週五 10：10～12：00，共 6 次

上課地點：W12 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	11/5	探索蜜蜂的奇妙世界	許坤金
2	11/12	揭開胡蜂的神秘面紗	許坤金
3	11/26	蛾與蝶生態之探討	許坤金
4	12/3	台灣平地常見的鳥類賞析	許坤金
5	12/10	走訪婆羅洲熱帶雨林生態	許坤金
6	12/17	金獅湖蝴蝶園生態實察	許坤金