

# 課程名稱 | ★綠意生活學

課程屬性 生命與健康

課程編號 1042-5411

授課老師 江芷均（及莊孟憲、張龍華、李武昌、客座講師、薛景博、吳幸蓉、劉鍾錡等

最高學歷/ 崑山科技大學 視覺傳達設計系

相關學經歷/ 展覽策劃- 老朋友 攝影紀實&繪畫故事展  
講師-台南永康復國里 爺奶學堂 講師  
台南永康復國里光復里 青春少年史 講師  
台南新市區 繪出我的黃金年代 講師  
台南社區大學講師  
新化社區大學講師

現職/ 社大、社區繪畫講師

上課時間 每週一上午09:30-11:20 第一次上課日期 2015年10月05日（星期一）

課程理念



## 關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

位於北門路與公園路上的中山公園，占地十四公頃，日治時期以現代公園的觀念進行規劃，日大正元年（西元1912年）由臺南廳向仕紳募款興建，日大正六年（西元1917年）完工。2017年，也就是在兩年半之後，將成為百年公園。一直是府城中央公園的台南中山公園，在近百年的風華歲月中，除了綠意盎然的樹林，還有動人故事與歷史古蹟。隨著時空的推移，與執政風格的更迭，公園的面貌也有多次的轉變。

透過環境帶領，實際在公園運動，以誠懇態度來的探索這座百年公園，7堂生命教育在公園在此展開！

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 對肢體鍛鍊有興趣與重視養生概念者。
2. 有樂情與熱情的參與態度(快樂及不怕戶外熱)，願以實際行動關心我們環境者。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

※【課程中老師可視學員的需要與學習進度，保有調整課程的權力】

4. 如何取得學分？（評量方式）

活動參與情形

5. 備註&推薦書目

【停課公告】以下國定假日停課一堂，課程順延！

104年9月26日(六)-9月28日(一)中秋節連續假期

104年10月9日(五)-10月11日(日)國慶日連續假期

招生人數| 30 人 (若非課程特殊需求, 每班招收人數至少 35 人。)

學分收費| 1 學分 700 元 (9 週課程/一次上課 2 小時)

| 週次 | 上課日期                        | 課程主題                     | 課程內容   |
|----|-----------------------------|--------------------------|--|
| 1  | 2015-10-05<br>上午09:30~11:20 | 從臺南公園出發<br>, 自然生態探索      | 地點: 臺南社大   |
| 2  | 2015-10-19<br>上午09:30~11:20 | 大自然的寶藏-<br>節氣食療          | 地點: 臺南社大   |
| 3  | 2015-10-26<br>上午09:30~11:20 | 公園裡的植物風<br>景             | 地點: 臺南公園   |
| 4  | 2015-11-02<br>上午09:30~11:20 | 邊走邊看. 邊走邊<br>學           | 地點: 臺南社大<br>客座講師: 羅士哲<br>(本場次自由參加)   |
| 5  | 2015-11-09<br>上午09:30~11:20 | 公園森呼吸養生<br>學             | 地點: 臺南公園   |
| 6  | 2015-11-16<br>上午09:30~11:20 | 曠野的聲音                    | 地點: 臺南公園   |
| 7  | 2015-11-23<br>上午09:30~11:20 | 公園裡的遊憩學                  | 地點: 臺南公園   |
| 8  | 2015-11-30<br>上午09:30~11:20 | 交個老朋友1-公<br>園故事的手繪       | 地點: 臺南社大 (9:30-11:50)<br>交個老朋友 I<br>— 寄一張公園故事手繪信封<br>1. 認識高齡族群<br>— 老者的心理、生活及生命智慧的認識<br>2. 認識手繪信封<br>— 介紹活動的進行方式及藝術家案例<br>3. 畫一張手繪信封 |
| 9  | 2015-12-07<br>上午09:30~11:20 | 交個老朋友2-公<br>園手繪故事的分<br>享 | 地點: 臺南社大 (9:30-11:50)<br>交個老朋友 II — 我收到老朋友的回信囉!<br><br>1. 分享彼此的手繪公園故事信封<br>— 這週學員們將收到老朋友們的回信<br>2. 認識老朋友<br>— 生命故事的分享                |