

課程名稱 | 午后歌聲樂齡網-第一樂章

課程屬性 | 語言與文化

課程編號 | 1141-12122

授課老師 | 薛優齡

最高學歷/ 美國V.T. 〈Vin Tari Music studio〉世界音樂工作室

相關學經歷/ 1、擔任各大小型音樂、歌唱、才藝比賽評審800多場

2、個人演唱會： 2018教唱20週年 — 音緣聚會“薛優齡感恩演唱會” — 臺南文化中心演藝廳

3、策劃演出主持大型活動：2024/10/20台南建城400

走過流金歲月跨世紀歌聲音樂會 2024/9/8臺南建城400

走過流金歲月跨世紀歌聲音樂會 2024/5/19琴韻歌聲藝展風華音樂會

2024/3/24美好食光音樂饗宴 2024/2/23五福龍來歡慶元宵節音樂晚會

2023/9/16郡王里中秋音樂晚會 2023/6/18粽夏樂 歌聲傳情音樂會

2023/5/1龍崎鳳梨好筍雞溫馨五月情音樂會 2023/2/2“旺兔順利—崎聚感恩音

樂會” 2023/1/15“疫起聲活—琴韻歌聲音樂會” 2021金華耶誕舞會嘉年華“歌

聲樂影—舞動人生” 2021臺南眷村美食節“琴韻歌聲飛揚音樂饗宴” 2020孝親

感恩—重陽敬老音樂會”，“2020斗笠文化藝術祭閉幕音樂會—走過流金歲月

跨越世紀思想曲”，“2019斗笠文化藝術祭—琴韻歌聲 藝展風華”，“2017

四季好歌—南瀛美聲演唱會”，

“2016歌聲傳情—人間有愛”公益慈善城市交流音樂演唱會，“2015 新加坡跨

國交流—四海一家演唱會”，高雄市盛夏晚宴音樂會、台南市婦女會60週年慶

晚會、IMC第31屆全國年會、90年—106年府城行春音樂會、91年迄今古蹟藝文

沙龍、各式婚宴·尾牙音樂會.....等900多場次

4、教學資歷：慈幼工商音樂科教師、台南市救國團歌唱指導老師、新化社大、

南關社大、中華電信、台糖卡拉OK綜藝社歌唱指導老師、大臺南各社區歌唱指

導老師、.....等

5、專業年資26年

現職/ 台南社大、歸仁文化中心、新營樂活、康寧園長青學苑、薛優齡音樂藝術坊負責人。

上課時間 | 每週四下午2:00-4:50 第一次上課日期 2025年03月06日（星期四）

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

2025年臺灣將進入「超高齡社會」。「超高齡社會」的定義是「65歲以上人口占總人口比率20%」，屆時每五人中就會有一位年齡超過65歲，如何打造健康台灣，提升平均壽命、減少不健康餘命，是各年齡層、全民都要重視的話題，最終目的，都是希望國人可以好好老去，沒有高齡，只有健康與不健康的人。流行音樂，是反映社會生活文化的一種音樂表現，透過音樂歌唱，也最能提升身心靈的健康。

本課程以1、橘世代璀璨50後 2、青銀互動 3、跨世代共融共聲 4、銀髮俱樂部 5、音樂工作坊 6、活化第二人生 7、不老精神，七個單元，由人生初老開始探討，引導學員透過學習歌曲、認

識音樂、進而認知超高齡社會時代變遷帶來的任何景象，反思因應方法，及順應政府推動的全民健康新藍圖，期許全民心不老、夢不老、行動不老。

2. 修此門課需具備什麼條件？

不須要“很”會唱歌，但須要喜歡聽歌、唱歌
喜歡研究歌曲時，加上一點“常識”

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

隨堂循序漸進，指導歌唱基礎功：呼吸法、發聲、節拍、音準、演繹技巧等，視譜教唱1-2首歌曲，探討歌詞內涵，並指導歌唱的技巧與方法。
設計課堂教學如：歌唱會歌友會觀摩交流，參訪安養機構愛心義演送上關懷...等，
期使學員以歌會友，增進人際關係，提升自信，肯定自我，永保活力健康。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率、參與討論、及成果發表

5. 備註&推薦書目

旋律的魔法師

作者：李文璇

出版者：沐光文化出版股份有限公司

使用教材 | 教材課本

教材費 | 150 元

招生人數 | 28 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 3 學分 3000 元（18 週課程/一次上課 3 小時）

| 週次 | 上課日期 | 課程主題 | 課程內容 |
|----|---------------------------|----------------|-------------------|
| 1 | 2025-03-06 下午2:00~4:50 | 一切從對話開始 | 相見歡 預約活化身心 探索新的自我 |
| 2 | 2025-03-13 下午2:00~4:50 | 橘世代璀璨50後(一) | 開啟 運轉人生 |
| 3 | 2025-03-20 下午2:00~4:50 | 橘世代璀璨50後(二) | 我懷念的 彩色人生 |
| 4 | 2025-03-27 下午2:00~4:50 | 青銀互動(一) | 阿嬤的膨紗衫 永遠甲你牽 |
| 5 | 2025-04-10 下午2:00~4:50 | 青銀互動(二) | 因為你 所以我 |
| 6 | 2025-04-17 下午2:00~4:50 | 青銀互動(三) | 愛我的人和我愛的人 |
| 7 | 2025-04-24 下午2:00~4:50 | 跨世代 共融共聲(一) | 幸福惦手中 一路生花 |
| 8 | 2025-05-08 下午2:00~4:50 | 跨世代 共融共聲(二) | 承諾 望月到天光 |

| | | | |
|----|---------------------------|-----------|--------------------------------|
| 9 | 2025-05-15 下午2:00~4:50 | 銀髮俱樂部(一) | 歡樂卡拉 歌聲滿天下PK賽 |
| 10 | 2025-05-22 下午2:00~4:50 | 音樂工作坊(一) | 唱跳和諧 一 LOCAL 世界都看見 |
| 11 | 2025-05-29 下午2:00~4:50 | 音樂工作坊(二) | 人聲阿卡貝拉 主持在我 說唱一起 化成 你是我一生的歌 |
| 12 | 2025-06-05 下午2:00~4:50 | 音樂工作坊(三) | 聲音中的色彩 多元藝術創作 Vincent 裹著心的光 |
| 13 | 2025-06-12 下午2:00~4:50 | 活化第二人生(一) | 第二人生 充滿 Beautiful Love |
| 14 | 2025-06-19 下午2:00~4:50 | 活化第二人生(二) | 上深的願望 精彩 謝幕 |
| 15 | 2025-06-26 下午2:00~4:50 | 不老精神(一) | 交換餘生 懂得 消愁 |
| 16 | 2025-07-03 下午2:00~4:50 | 不老精神(二) | 離開的一路上 跳脫 走不出的回憶 |
| 17 | 2025-07-10 下午2:00~4:50 | 銀髮俱樂部(二) | 想知道你在想甚麼 自我價值 歡樂市集 |
| 18 | 2025-07-17 下午2:00~4:50 | 期末展演 | 幸福長青嘉年華 |