

課程名稱 | 旅遊生活實務運用班5

課程屬性 生活研究室

課程編號 1142-12252

授課老師 郭恆安

最高學歷/ 美國AZUSA PACIFIC UNIV/國際企業管理MBA, 國立成功大學交通管理科學系

相關學經歷/ 【 行銷企劃及策略規劃經驗 】

*曾經在飯店業、新營文化中心、大型企業擔任管理及品牌行銷十五年經驗

【 旅遊與生活系列教學及演講經驗 】

*台南神召會旅遊生活專題每月定期分享(2021起)

*國泰人壽、台南市立圖書館等公司行號或機關團體的教育訓練、活動課程講師(2017年起)

*台南市東區樂齡、龍崎區樂齡

*公部門交通相關單位延請為教育訓練講師及顧問(2016年起)

*政大書城之《城市移動故事》系列講座(2015年起)

*崑山科大、南台科大、救國團等兼任或客座講師(2013)

*成功大學等各級學校邀請客座講師(綠交通主題)

【 綠交通及公共運輸系列教學及演講經驗 】

*雲嘉南及高屏澎運輸研究中心擔任課程講師(2017年起)

*公部門交通相關單位延請為教育訓練講師及顧問(2016年起)

*高雄市交通局、新北市捷運局專題演講(2022年、2024年)

*新營社區大學公共運輸專題分享(2023年)

*台南市圖綠色交通之生活旅遊主題活動課程講師(2018年起)

*台南社大綠交通研究社團(前綠交通課程師生)參與的公民共學活動策劃與執行(2020年起)

【 台南社大「古都發展紋理」、「城市移動故事」相關課程經歷 】

*2014年起在台南社區大學開設自由行、旅遊生活、大台南公車體驗營、生活地圖、綠交通研究等相關課程

*2021年將綠交通相關課程轉為成立綠交通研究社自主社團，擔任社團指導老師。

*參與生活研究室發展生活的未來想像之共同議題

*二十幾年國內外自由行經驗，走過近50個國家，專注於「比較旅遊」及「運輸與旅遊」等主題的觀察與論述發表。

《安德生遊記-運輸與旅遊》部落格(2007年)及延伸書籍寫作(2014年)，以交通管理專長背景，長期關注國內外都市公共運輸(綠色交通)議題及親身搭乘體驗，提出「步行+公共運輸」的慢活態度，帶進旅遊生活課程中。

*受邀台南其他社區大學生命分享週主題分享

【 媒體專訪及報導 】

*天下雜誌、自由時報等

相關證照：

中華民國華語導遊證照

中華民國外語領隊證照

青輔會餐旅管理訓練班結業

現職/ 台南社大講師/綠交通研究社指導老師/安德生遊記-運輸、旅遊與生活版主

上課時間 每週三上午9:00-11:50 第一次上課日期 2025年09月03日（星期三）

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

1. 旅遊生活班6.0是高階課程。累積講師十年來在旅遊、交通、古都生活等相關生活與教學驚見中的綜合運用。
2. 旅遊生活三態度～「慢」、「享受過程」、「永續共好」～實踐，啟動生活覺察與自由行多元移動等專業，提升自我的生活維度來「看懂世界看見台南」。
3. 培養旅遊生活態度的三方法～「一天只做一件事原則」、「多元運輸的運用」、「一平方公里生活圈」更是培養極致旅遊生活的好方式。即使在台南日常生活也運用得到，自由行不只一定要出國，全世界都是旅遊生活教室。
4. 課程每學期規劃一個「主題運用」，持續性的讓學員認識及練習每個主題的日常生活運用。
5. 藉由「旅遊生活態度」連結「旅遊」跟「日常生活」的對照，理解國外先進城市的宜居宜行規劃，拿來自己居住地的日常運用。用「比較旅遊」觀點的抽絲剝繭，理解「永續與宜居宜行」關鍵因素。

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 本課程設計為「真正自由行及其衍伸出來的旅遊生活態度」希望跟同好者一起共學並貫策此生活理念。
 2. 課程以達成遠期「真正自由行」為目標，訓練學員在生活上的自主能力。
 3. 技巧是輔助，但觀念是主體，學習的動機來自於自己對生活問題意識產生而想要去解決的那份「心」。
 4. 需要學員更多主動學習精神，提問、分享、反饋的學習態度，每位學員都要學會自己操作，故「無誠勿試」。
- **因課程是延續性的，故以參加過旅遊生活班舊生社群成員優先考量，但仍開放新學員報名。但新學員若第一堂上課覺得不適合，可在加退選期限內自行決定。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

- 每學期設計一個深度旅遊主題，講解、操作，要求學員同時研讀相關旅遊資訊、書籍，並實際練習。
- 本期主題「自由行中的移動與享受過程」，學習重點：1. 延續上期看懂地圖及基本行程規劃技巧，持續來研究生活中的路網圖及生活空間之妙。2. 逐漸帶出「比較旅遊～台南與其他都市的比較」議題。
- ***視情況帶入「大台南公車」都會公車新路網運用(如果有推出的話)
- ※【課程全部為室內課，戶外觀察視情況需要而定。】
- ※【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）

1. 著重在課堂參與及互動，指派作業的自我練習等。
2. 藉由生活運用設計，讓學員從中學到「自由行規劃」的邏輯與能力
3. 歡迎並培養有能力分享自己旅遊經驗，並能夠有主題、有故事性的編織簡短的、屬於你自己的旅遊短講。

5. 備註&推薦書目

上課推薦的旅遊書

地球步方旅遊系列叢書(Mook墨刻出版社)

老師的網站：安德生遊記-旅遊、運輸與生活

<https://andersonsbookoftravel.blogspot.com/>

老師的社團：安德生遊記－社團&講座

<https://www.facebook.com/groups/ABOTBOOKFANS>

招生人數 | 25 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 1000 元 (6 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	2025-09-03 上午9:00~11:50	本期課程引言、 安排說明、主題 介紹及上期回顧	說明：旅遊生活「實務與運用」課程的安排與教學方式，新加入學員應注意事項。 1. 本期主題～「一平方公里概念的運用在自由行及日常生活」&「對照TOD、15分鐘城市生活理念」
2	2025-09-10 上午9:00~11:50	本期主題：「旅 遊生活態度培養 」之三～永續共	延續上學期的「旅遊生活態度」之二「享受過程」，「廣域的認知」與「多元整合移動的知識」，基本知識。 本期回到生活/或旅遊下榻居住的一平方公里，找到可以多元移
3	2025-09-17 上午9:00~11:50	本期主題：「旅 遊生活態度培養 」之三～永續共	回到生活/或旅遊下榻居住的一平方公里，找到可以多元移動與 食衣住行方便的運用原則。 實例與運用講解
4	2025-09-24 上午9:00~11:50	旅遊規劃運用與 實作練習	1. 規劃技巧：透過「生活/旅遊的一平方」、「節點、軸線」規劃生活/旅遊的日常食衣住行 2. 可運用的各種網站及APP
5	2025-10-01 上午9:00~11:50	旅遊規劃運用與 實作練習(續)	1. 規劃技巧：透過「生活/旅遊的一平方」、「節點、軸線」規劃生活/旅遊的日常食衣住行 2. 可運用的各種網站及APP
6	2025-10-08 上午9:00~11:50	期末總結與學員 分享	延伸話題：「共好旅遊」與「永續生活環境」關聯性 學員分享：永續、共好生活之個人與環境的連結思考