

臺北市中正社區大學109年第1期 第18週免費旁聽課程

| 時間                        | 週一 109/6/29 |                         |          | 週二 109/6/30  |                        |          | 週三 109/7/1      |                     |          | 週四 109/7/2      |                                |             | 週五 109/7/3     |                   |           |
|---------------------------|-------------|-------------------------|----------|--------------|------------------------|----------|-----------------|---------------------|----------|-----------------|--------------------------------|-------------|----------------|-------------------|-----------|
|                           | 編號          | 課程名稱                    | 教師       | 編號           | 課程名稱                   | 教師       | 編號              | 課程名稱                | 教師       | 編號              | 課程名稱                           | 教師          | 編號             | 課程名稱              | 教師        |
| 上午<br>9:30<br>至<br>12:00  | ZF101       | 手機必學APP與雲端工具            | 殷仁政      | ZA201        | 樂齡書法                   | 黃瑞煌      | ZA302           | 鸞鴻一撇硬筆字             | 李宣鴻      | ZA401           | 國際藝術品市場的龐兒-中國文物鑑賞              | 傅樂治         | ZB501          | 財產移轉與節稅規劃         | 陳坤涵       |
|                           | ZF102       | 網路雲端免費資源大公開             | 吳淑敬      | ZA202        | 攝影天地紀實攝影專題             | 倪紀雄      | ZC304           | 學中醫保健養生基礎(五)        | 黃仁彰      | ZF401           | Photoshop與Illustrator美工設計與動畫製作 | 林翰忠         | ZE501          | 繡與尺八              | 蘇文宗       |
|                           | ZG101       | 輕鬆學會文法入門(一)             | 王品清      | ZF201        | 銀髮族Android智慧型手機實習      | 林翰忠      | ZF301           | 銀髮族電腦與智慧型手機輕鬆學      | 陳淑敬      | ZG401           | 全美語-輕鬆唸英文生活美語基礎                | 王品清         | ZF501          | 聰明自助旅行必備手機平板APP   | 吳淑敬       |
|                           | ZG102       | 全美語-英文閱讀會話中高級           | Helen P. | ZF202        | 用威力導演製作YouTube影片       | 殷仁政      | ZG301           | 全美語-中級英文會話          | 王品清      | ZG402           | 歡唱英文歌曲                         | 施靜純         | ZG501          | 輕鬆學會文法入門(三)       | 王品清       |
|                           | ZG103       | 歡唱英文歌曲                  | 施靜純      | ZG201        | 輕鬆唸英文-生活美語基礎           | 王品清      | ZG302           | 全美語-英文閱讀高級          | Helen P. | ZG404           | 日語初級(一)                        | 蘇美堯         | ZG502          | 全美語-生活美語會話中級      | Helen P.  |
|                           | ZG104       | 日本語初級(一)                | 吳秀蓮      | ZG202        | 生活美語中級                 | Helen P. | ZG303           | 歡唱英文歌曲              | 施靜純      | ZG405           | 生活日本語初級(三)                     | 沈珊瑩         | ZG503          | 日語進階(三)           | 蘇美堯       |
|                           | ZG105       | 跟著日本老師學日文(十)            | 大崎由紀子    | ZG203        | 歡唱英文歌曲                 | 施靜純      | ZG304           | 日語初級(二)             | 王中成      | ZJ401           | 中國舞小品                          | 趙雙雙         |                |                   |           |
|                           | ZH101       | 粉彩素描真好玩                 | 范子翔      | ZG204        | 生活日本語初級(一)             | 沈珊瑩      | ZG305           | 跟著日本老師學日文(七)        | 大崎由紀子    | ZK402           | 有氧肌力運動-飲食控制雕塑                  | 丁郁芬         |                |                   |           |
|                           | ZH102       | 居家縫紉衣物改造                | 劉璣       | ZG205        | 日本語初級(四)               | 練禧瑩      | ZH301           | 輕描淡彩基礎學             | 謝欽郎      | ZL401           | 快樂的烘焙                          | 楊振如         |                |                   |           |
|                           | ZK101       | 筋膜舒展瑜珈初級                | 李麗香      | ZG206        | 日語進階(六)                | 蘇美堯      | ZH302           | 基礎油畫                | 潘蓬彬      |                 |                                |             |                |                   |           |
|                           | ZK102       | 樂活肌力輕有氧                 | 丁郁芬      | ZK202        | 有氧減壓健身鍛鍊               | 陳荔琪      | ZI301           | 樂理其實很簡單             | 劉璣       |                 |                                |             |                |                   |           |
|                           | ZK103       | 按蹻導引初級                  | 葉素貞      | ZK203        | 銀髮族身體律動                | 郭少麒      | ZJ302           | 重溫櫻花戀-日本舞之美         | 劉璣       |                 |                                |             |                |                   |           |
|                           | ZL101       | 食在泰正點                   | 葉智偉      |              |                        |          | ZK301           | 生活瑜珈初級              | 李麗香      |                 |                                |             |                |                   |           |
|                           |             |                         |          |              |                        | ZL301    | ★中式點心輕鬆做        | 李慧賢                 |          |                 |                                |             |                |                   |           |
| 下午<br>1:30<br>至<br>4:00   | ZB101       | ★活腦舒壓園藝治療               | 余淑萍      | ZA204        | 樂齡初級山水                 | 黃瑞煌      | ZA305           | 翡翠與和田玉鑑定            | 吳明勳      | ZA407           | 書法基礎                           | 張庭滄         | ZB502          | 腦部活化與失智預防         | 楊碧雲       |
|                           | ZF104       | 臉書Facebook行銷與網路拍賣輕鬆學    | 吳淑敬      | ZB201        | 財產移轉與節稅規劃              | 陳坤涵      | ZA306           | 書法欣賞與習作(二)          | 鄭人豪      | ZB401           | 腦部活化與失智預防                      | 楊碧雲         | ZE502          | 烏克麗麗基礎彈唱          | 張國霖等師資    |
|                           | ZG106       | 輕鬆唸英文-生活美語基礎            | 王品清      | ZB202        | ★居家水電維修DIY             | 曾光山      | ZF302           | 威力導演影片剪輯高手          | 殷仁政      | ZC404           | ★植物生態解說(四)                     | 游統一         | ZE503          | 陶笛(二)             | 蘇文宗       |
|                           | ZG107       | 情境日本語初級                 | 沈珊瑩      | ZF205        | Android APP程式設計真簡單     | 林翰忠      | ZG306           | 全美語-生活美語入門          | Helen P. | ZE401           | 小提琴演奏                          | 熊加威         | ZF502          | 微電影說故事-影音編輯超簡單    | 吳淑敬       |
|                           | ZG108       | 觀光日語中級(五)               | 鷺田晶子     | ZG208        | 歡唱英文歌曲(一)(13:00-15:15) | 施靜純      | ZG307           | 日本語初級(一)            | 吳秀蓮      | ZF403           | Photoshop影像編修基礎                | 殷仁政         | ZG504          | 輕鬆唸英文-發音入門(一)     | 王品清       |
|                           | ZH103       | 素描美學                    | 鄭人豪      | ZG209        | 歡唱英文歌曲(二)(15:25-17:40) | 施靜純      | ZG308           | 觀光日語                | 大崎由紀子    | ZG406           | 輕鬆學會文法入門(四)                    | 王品清         | ZG505          | 全美語-生活美語入門        | Helen P.  |
|                           | ZI101       | 流行爵士鋼琴彈奏                | 黃昭蓉      | ZG210        | 輕鬆唸英文-生活美語入門           | 王品清      | ZH303           | 毛衣編織                | 黃淑文      | ZG407           | 實用生活英語初級(五)                    | 高緯玲         | ZG506          | 歡唱英文歌曲            | 施靜純       |
|                           | ZK104       | 活力適能有氧運動                | 胡松德      | ZG211        | 聽說英語很好學中級(三)           | 高緯玲      | ZH304           | 輕描淡彩輕鬆學             | 謝欽郎      | ZG408           | 歡唱英文歌曲                         | 施靜純         | ZG507          | 日本語進階(六)          | 吳秀蓮       |
|                           | ZK105       | 體適能伸展休閒律動               | 施胤風      | ZG213        | 觀光日語                   | 大崎由紀子    | ZH305           | 現代摺紙                | 陳章霖      | ZG410           | 日本語初級(二)                       | 練禧瑩         | ZG509          | 看日劇學日語            | 鷺田晶子      |
|                           | ZK106       | 樂活律動伸展Fun               | 林佩筠      | ZI201        | 木箱鼓Happy Go            | 黃宗信      | ZI303           | 臺灣鄉土舞蹈              | 胡松德      | ZH403           | 巧手縫紉藝術實踐                       | 張秀足         | ZH502          | 彩墨素描              | 謝欽郎       |
|                           | ZL102       | 米食料理輕鬆做                 | 葉智偉      | ZJ202        | 古典舞-青花瓷                | 張琇婷      | ZK303           | 保健瑜珈提斯入門            | 薛富真      | ZI401           | 流行藍調口琴入門                       | 劉永輝         | ZH505          | 實用創意拼布藝術          | 謝碧燕       |
|                           |             |                         |          | ZK205        | 美體瑜珈                   | 李天蘊      | ZL303           | 用點心做點心              | 王皓臣      | ZJ403           | 摩登肚皮舞                          | 廖郁齡         | ZI502          | 流行爵士鋼琴彈奏          | 黃昭蓉       |
|                           |             |                         |          | ZL202        | 健康輕鬆煮-時令美食DIY          | 周承俊      |                 |                     |          | ZK403           | 筋膜舒展瑜珈初級                       | 李麗香         | ZK504          | 銀髮族健康操            | 林姹婷       |
|                           |             |                         |          |              |                        |          |                 |                     | ZK404    | 預防老化打造居家健身房     | 王瀛偉                            | ZK505       | 蒼傷伸展復元         | 陳冠甫               |           |
|                           |             |                         |          |              |                        |          |                 |                     | ZL402    | 午茶時光手作烘焙        | 洪李燦                            | ZL502       | 輕鬆學咖啡(二)享受花式咖啡 | 李明錦               |           |
|                           |             |                         |          |              |                        |          |                 |                     |          |                 |                                | ZL503       | 料理進階簡單上桌       | 楊志凱               |           |
| 晚間<br>19:00<br>至<br>21:30 | ZA103       | ●臺語大觀園輕鬆漫遊趣             | 東俊卿      | ZA210        | 認識臺灣走透透                | 朱瑞徵      | ZA307           | ●河洛漢語               | 黃冠人      | ZA408           | 走讀世界遺產(二)                      | 嚴銀英         | ZA503          | 茶生活美學(一)          | 吳尚書       |
|                           | ZA106       | 喪禮服務禮儀師養成               | 林清泉      | ZA211        | 書法欣賞與習作(一)             | 鄭人豪      | ZA308           | 歌劇與音樂劇賞析            | 連應良      | ZA409           | 實戰寶石學-貴重寶石鑑定                   | 吳明勳         | ZA504          | 影藏感動-花現心象-用照片說故事  | 陳春隆       |
|                           | ZB102       | 住宅裝修實戰技巧                | 高宗澤      | ZA212        | ●印尼文化與語言               | 林達Linda  | ZB302           | ●實用生活法律             | 陳慧玲      | ZA410           | ●臺北城故事歡喜來講古                    | 王長利         | ZA505          | ●攝影基礎與技巧          | 甘貴新       |
|                           | ZB103       | 國學易經與智慧人生               | 許富瑛      | ZA213        | 烙畫-木與火的藝術              | 賴士魁      | ZB303           | 人際關係面觀              | 梁正順      | ZA412           | 傳統戲曲文化歌仔人生                     | 黃美靜         | ZB504          | 環遊世界超簡單規劃篇        | 陳奕成/周維等師資 |
|                           | ZE104       | 傳統與流行二胡基礎               | 孫瀛洲      | ZB203        | 心靈牌卡開啟人生智慧(一)          | 李育卿      | ZB305           | 證券投資的本質與進化入門        | 陳唯泰      | ZA414           | ★體驗木雕手工樂趣                      | 黃希宸         | ZB505          | 居家空間整修裝潢          | 王聰仁/官世琪   |
|                           | ZE105       | 長笛與電子吹管                 | 蘇文宗      | ZB204        | ●生活與法律                 | 鄧世榮      | ZB306           | ★居家水電輕鬆上手           | 吳漢忠      | ZB402           | ●幸福心理學                         | 李亦欣/簡家倫/陳南君 | ZC506          | 神奇的縫紉藍染與植物染技藝     | 柯毅耀       |
|                           | ZF106       | 辦公室必備PowerPoint與Word輕鬆學 | 吳淑敬      | ZB205        | 財產移轉與節稅規劃              | 陳坤涵      | ZD301           | ●樂齡歌唱學手語            | 胡松德      | ZB404           | 口才五力-優勢溝通表達                    | 程俊傑/周明新/周聯勳 | ZE504          | 小提琴拉奏             | 熊加威       |
|                           | ZF108       | 電腦系統進階                  | 胡祝銘      | ZB206        | ★正確投資理財觀               | 陳唯泰/高維緒  | ZE301           | 吹出好心情-口琴基礎          | 歐純伶      | ZB407           | ★幸福空間-打造專屬自我居家                 | 賴玉麗         | ZF504          | ★InDesign數位出版版式設計 | 王智立       |
|                           | ZG109       | 輕鬆唸英文-生活美語實用            | 王品清      | ZB207        | 日本代購批發創業實戰             | 大倫等師資    | ZE302           | 烏克麗麗基礎樂團            | 張國霖等師資   | ZB407           | 證券投資的本質與進化進階                   | 陳唯泰         | ZG510          | 彩墨畫(二)            | 施靜純       |
|                           | ZG110       | 全美語-生活美語入門              | Helen P. | ZB208        | 居家水電維修DIY              | 曾光山      | ZE303           | 踢踏舞初級               | 賴俊明      | ZB409           | 家庭水電維修DIY                      | 陳幸墩         | ZG511          | 情境日本語中級           | 沈珊瑩       |
|                           | ZG111       | 日本語初級(二)                | 練禧瑩      | ZC206        | 現代中醫保健防病和養生基礎(一)       | 黃仁彰      | ZE304           | 傳統與流行二胡進階           | 孫瀛洲      | ZC405           | ★中醫養生入門                        | 朱益智         | ZG512          | J-POP日文流行歌曲       | 陳宜天       |
|                           | ZG112       | 日本語初級(六)                | 吳秀蓮      | ZC209        | 無菌栽培瓶中花                | 李如月      | ZF303           | Office2019小教室       | 胡祝銘      | ZC406           | 手作植栽線設計                        | 錢瑛妮         | ZH507          | 輕描淡彩畫             | 謝欽郎       |
|                           | ZG113       | 日語進階(二)                 | 王中成      | ZE203        | 薩克斯風入門獨奏               | 陳崇民      | ZF304           | Illustrator 插畫與平面設計 | 殷仁政      | ZE402           | 小提琴教學                          | 熊加威         | ZI503          | 民謠吉他的藝術           | 鄭國棠       |
| ZH107                     | 毛線鉤織趣       | 黃慧鈴                     | ZE204    | 小提琴進階        | 熊加威                    | ZG309    | 輕鬆唸英文-生活美語入門    | 王品清                 | ZE403    | 二胡名曲演奏          | 孫瀛洲                            | ZI504       | 流行古箏入門         | 朱致茵               |           |
| ZH110                     | 繡畫藝術創作      | 林麗芳/朱佳偉/蘇維儀             | ZF206    | 威力導演最新編輯合成特效 | 胡祝銘                    | ZG310    | 全美語-生活美語會話與閱讀中級 | Helen P.            | ZE404    | 薩克斯風進階重奏        | 程森杰                            | ZI506       | 快樂非洲鼓舞         | 詹慧玲               |           |
| ZH111                     | 素描從零學起      | 鄭人豪                     | ZF207    | Excel玩數字學理財  | 吳淑敬                    | ZG311    | 歡唱英文歌曲(三)       | 施靜純                 | ZE405    | 吹出好心情-口琴演奏進階    | 歐純伶                            | ZJ502       | 夜遊星光夜跑         | 陳冠甫               |           |
| ZH112                     | ★輕鬆學速寫      | 鐘世成                     | ZG214    | 輕鬆讀英文小說入門    | 王品清                    | ZG313    | 日本語初級(四)        | 練禧瑩                 | ZF404    | 如何善用電腦與手機       | 胡祝銘                            | ZJ503       | 敦煌舞            | 李容榮/陳怡萍           |           |
| ZI102                     | 手捲鋼琴這樣玩中級   | 吳盈瑩                     | ZG216    | 日語五十音入門      | 練禧瑩                    | ZG314    | 日本語初級(八)        | 鷺田晶子                | ZG413    | 全美語-輕鬆唸英文生活美語基礎 | 王品清                            | ZJ504       | 國際標準舞入門        | 邱素津               |           |
| ZI103                     | 卡拉OK歌唱藝術    | 丁秀津                     | ZG217    | 日語初級(五)      | 王中成                    | ZG315    | 法語進階            | 王玲琇                 | ZG414    | 日本語進階(三)        | 吳秀蓮                            | ZJ505       | 美安國標           | 陳美錦               |           |
| ZJ101                     | 網球初級        | 李明展等師資                  | ZG219    | 日本語進階(六)     | 吳秀蓮                    | ZF306    | 旅行學義理DUE        | 施翠君                 | ZG415    | 唱遊日本語           | 林婉婷                            | ZL504       | 輕鬆學咖啡(二)享受花式咖啡 | 李明錦               |           |
| ZJ103                     | 日本舞踊        | 宋小琴                     | ZG220    | 法語初級         | 王玲琇                    | ZH306    | 粉彩與水彩基礎         | 曾孝德                 | ZG417    | ★西班牙語入門         | 林姿吟                            | ZL505       | 快樂廚房-臺灣小吃      | 林美慧               |           |
| ZJ104                     | 流行MV舞       | 蔡菁蘭                     | ZG221    | 義大利美聲歌唱      | 羅心汝                    | ZH307    | 創意生活陶藝          | 簡伯修                 | ZH405    | 基礎油畫            | 許智瑋                            |             |                |                   |           |
| ZK107                     | 減緩痠痛瑜珈      | 林玉梅                     | ZH203    | 基礎素描         | 曾孝德                    | ZH308    | 手工皮件製作          | 鄭人豪                 | ZH406    | 創意達人-可愛刺繡與布做小物  | 鍾少菲                            |             |                |                   |           |
| ZK109                     | 派對有氧肌力雕塑    | 陳美華                     | ZH204    | 蝶谷巴特拼貼藝術     | 彭紫鈴/賴宇謙                | ZI303    | 吉他輕鬆入門          | 鄭國棠                 | ZI403    | 珠落玉盤琵琶演奏        | 張聿甄                            |             |                |                   |           |
| ZK110                     | 古傳內修八卦掌     | 郭哲銘                     | ZH205    | 親手製作專業泰迪熊    | 朱蕭萱                    | ZI304    | 我要為你歌唱          | 周桂玉                 | ZI404    | 經典老歌卡拉OK教唱      | 林安                             |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZH206    | 法國編輕學        | 吳季雄                    | ZJ304    | 網球初級            | 李明展等師資              | ZJ406    | 網球進階            | 李明展等師資                         |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZJ205    | 國際標準舞入門      | 高梅影                    | ZJ307    | ★絕美肚皮舞          | 王詩韻                 | ZJ407    | 西班牙文化與佛朗明哥舞蹈    | 孫作昱                            |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZJ206    | 女性魅力時尚舞蹈     | 陳亞筑                    | ZJ308    | 國際標準舞入門         | 王嘉緯                 | ZJ408    | 國際標準舞入門         | 邱素津                            |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZK206    | 敦煌養生舞韻       | 李容榮                    | ZK304    | 預防老化打造居家健身房     | 王瀛偉                 | ZK405    | 古傳陳式太極拳         | 郭哲銘                            |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZK207    | 元門太極拳(一)     | 官貴中                    | ZK305    | 美體瑜珈            | 李天蘊                 | ZK406    | 美體瑜珈            | 李天蘊                            |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZK208    | 修復瑜珈         | 蔡筱珍                    |          |                 |                     | ZK407    | 按蹻導引進階          | 葉素貞                            |             |                |                   |           |
|                           |             |                         | ZL205    | 料理新手簡單上桌     | 楊志凱                    |          |                 |                     | ZL405    | 快樂玩烘焙           | 李慧賢                            |             |                |                   |           |