

### 108學年樂齡大學課程活動照片剪影

為因應高齡及少子化並存的社會狀態，及發展老人教育多元學習模式，教育部補助大專校院辦理樂齡大學計畫，讓老年人有機會進入校園和年輕學子共同學習、互動，享受大學校園優質的學習環境，增進並提供老人取得終身學習機會。社子島地處台北市高齡地區，年齡結構較為特殊，為達到教育部落實各地區高齡者皆能健康、自主、快樂學習之願景，本校規劃偏重海洋教育課程，如水族培育、獨木舟體驗、小艇遊河生態導覽課程；在老年及高齡化課程中，為讓樂齡學員進一步了解自我需求，更能表達內心想法，安排人際關係、調解及釋放壓力、樂活人生及生涯規劃等相關課程；在老人健康管理及休閒課程中，如銀髮健康體適能、水中有氧、保健養生等課程。



