

歡迎大家一同學習成長

志玄文教基金會終身學習教育中心(慈濟大學輔導)

# 清水



線上報名網址

<https://www.tcsec.org.tw/>

終身學習課程簡章

## 2026-04期

115年10月－12月



受理報名繳費

115年8月24日(一)起

- 網路報名：08:00～
- 現場報名：依中心營業時間

陸續開課

115年10月2日(五)起

- 下期2027-01期 (116年1-3月上課)
- 報名時間：11月23日起

地址：(43648) 台中市清水區五權路267號  
電話：(04) 2628-2923、(04) 2628-3236轉108  
傳真：(04) 2628-1495

E-mail：ph6520@gms.tcu.edu.tw

F B 搜尋：志玄文教基金會清水終身學習教育中心

報名時間：週一至週五 13:30～20:30(週二公休)

週六 08:30～12:00 / 13:30～17:00

### 報名須知 /

- 1.報名學費【不含】書籍、教材、講義及校外教學保險等相關費用。
- 2.為維護教學品質及尊重其他學員權益，本中心課程不開放試聽、旁聽，並請勿攜帶幼兒入場，敬請配合。
- 3.學費繳交後，不得轉讓他人或保留至下期，退費請依規定辦理。
- 4.僅完成報名未繳費者，若於通知後仍未繳費，且課程額滿，名額將不予保留，由候補學員遞補。
- 5.課程如遇天然災害(颱風、地震等)，依人事行政總處公告之停課標準辦理，課程順延一週結束。
- 6.本中心保有課程內容調整權利，所有課程不保證一定開班；選報樂器或程度課程前，請審慎評估自身需求。
- 7.簡章所列課程起訖日期僅供參考，實際時間以開課公告為準。
- 8.報名前請先詳閱選定班別，了解轉班、退費等規定，以保障個人權益。

### 退費辦法 /

- 1.(1)未開班退全額。【若於「開課決定日」前提出退班者，即使未開班，仍退9成。】  
(2)報名繳費後至實際上課日前退班者，退還應繳學費9成。  
(3)開課【當日】提出退班者(不論是否上課)，退還應繳學費7成。  
(4)自實際上課日起，修課未逾全期三分之一(含)者，退還應繳學費5成。  
(5)上課時間已逾全期三分之一(含)者，不予退還。
- 2.學員在學期間因重大不可抗力之因素須中輟課程，並提出證明者【需提供醫院正式證明】，可辦理依比例退費，但需承擔手續費。
- 3.個人因素退班、退費者請自行承擔手續費。(現場刷卡：2%，網路刷卡：2.5%)
- 4.退費，請提供【本人】之退費帳號資料，恕不受理現金或刷卡退費。  
(配合財務作業流程，統一於每月10日與25日辦理款項撥付，申請退費至實際入帳約需一個月，敬請見諒與配合。)

### 轉班辦法 / 【限同一中心，無法轉中心】

- 1.開課後，敬請於上課二次(含)內提出轉班申請，已額滿課程不受理。(報名公益、單元課程，不能轉班，只能退班。)
- 2.轉班以一次為限，轉班之學費多退少補。
- 3.因未開班選擇轉班之學員，於轉班後仍然決定退班者(不論是否已開課)，敬請依「退費辦法」辦理退費。

9月15日前繳費  
享有優惠

優惠辦法：【限同一中心】(優惠價課程不適用) (一人只適用一優惠方式) (公益、單元、額滿課程不列入)

| 身分別                               | 優惠期間<br>115/8/24(一)～9/15(二) | 115/9/16(三)<br>開始不優惠 | 是否可網路刷卡                             |
|-----------------------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------------------------|
| 不論身分別：報名一科                        | 85折                         | 不優惠                  | 是                                   |
| 不論身分別：同時報名繳費二科【公益、單元、額滿(候補)課程不列入】 | 8折                          | 不優惠                  | 是                                   |
| 年滿65歲【不限課程】【請出示證明】                | 7折                          | 7折                   | 請至現場驗證繳費，<br>若自行至網路刷卡，<br>將不退還多繳部分。 |
| 年滿75歲、身心障礙、中低收入戶【不限課程】【請出示證明】     | 5折                          | 5折                   |                                     |
| 持中國信託蓮花卡刷卡繳費【限本人】                 | 85折                         | 9折                   |                                     |

★ 115年9月24日(四) 12:00前決定是否開課，確認開課未額滿之課程可繼續報名，已停開課程將不再受理報名。

| ◎新課程（新課程優惠，下一期恢復原價） |               |                                                  |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ◎新課程 |
|---------------------|---------------|--------------------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 代號                  | 課程名稱          | 期間/時間                                            | 教師              | 課程內容                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 學 費  |
| 301                 | 活力非洲鼓<br>(初階) | 115/10/02-12/11<br>周五 09:30 -11:30<br>10 次/20 小時 | 陳明輝             | 非洲鼓是一門強調「肢體律動」與「直覺節奏」的音樂課程。特色是不需要任何音樂基礎、看不懂五線譜也能學。透過雙手拍擊與口訣引導，讓學員在短時間內融入集體合奏，是一門透過音樂的感受，達到紓壓、增加活力，展現青春的現代熱門打擊課程。敲敲你的雙手，敲出你的健康快樂人生，不分年齡，歡迎一起來學非洲鼓。<br>非洲鼓自備或老師代購 3000 元/顆、租鼓 ( 1 學期 1000 元 )。【教材費 100 元】                                                                                        | 2500 |
| ◎人文課程               |               |                                                  |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |      |
| 代號                  | 課程名稱          | 期間/時間                                            | 教師              | 課程內容                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 學 費  |
| 201                 | 靜思茶道<br>(初階一) | 115/10/12-12/21<br>周一 19:00 -21:00<br>10 次/20 小時 | 靜思<br>茶道<br>師資群 | 圓滿的人生，需要具足「生活禮儀之教養」，在待人處世之間，講究禮儀規矩，才能自重自愛而得人敬愛，感受到人情的馨香；同時也要富有「藝術美學之學養」，透過藝術美化人生，增添生活意趣，並且以藝術薰陶柔軟心，能欣賞及感恩天地人間的美善；還要有「宗教情操之修養」，培養大愛的胸襟，提昇心靈的境界，深體天下一家親，力行菩薩道，走向覺悟的究竟目標。靜思茶道之課程，茶學知識與慈濟人文兼具，循序漸進地引導學員深入茶葉的世界，走入心靈的成長空間；透過茶事學習而豐富生命，接受藝術陶冶而美化心靈，時常演練茶禮而提升內涵。課程安排兼具理論與實務並進。【教材費 1000 元，含茶葉、茶食、茶花等】 | 2800 |
| 202                 | 靜思茶道<br>(進階一) | 115/10/16-12/18<br>周五 13:30 -15:30<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 203                 | 靜思茶道<br>(進階二) | 115/10/15-12/17<br>周四 13:30 -15:30<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 204                 | 靜思茶道<br>(高階)  | 115/10/14-12/16<br>周三 13:30 -15:30<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 205                 | 靜思茶道<br>(高階)  | 115/10/16-12/18<br>周五 09:30 -11:30<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 206                 | 靜思花道          | 115/10/01-12/10<br>周四 12:30 -14:30<br>10 次/20 小時 | 陳禹慈             | 捕捉大自然四季花、草、樹木的美，將內心對草木的感動，用形態把它表現出來，再以柔美的心來插花，學習自然界的植物生態，呈現自然活潑，色彩多元的生命型態，同時具備美學的涵養。【花材費 3000 元】                                                                                                                                                                                               | 2800 |
| 207                 |               | 115/10/01-12/10<br>周四 15:00 -17:00<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 208                 |               | 115/10/01-12/10<br>周四 19:00 -21:00<br>10 次/20 小時 |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2800 |
| 209                 | 靜思花道          | 115/10/02-12/11<br>周五 19:00 -21:00<br>10 次/20 小時 | 黃寶珠<br>王麗薰      | 靜思花道~藉由認識大地植物、瞭解萬物皆可師，與天地萬物之間存有靈性的互動，不僅美化環境，更用淺顯的方法將證嚴上人的靜思語及慈濟豐富的人文內涵巧妙地融入花型之中。【花材費 3000 元】                                                                                                                                                                                                   | 2800 |
| 210                 | 慈樂飄揚          | 115/10/06-12/08<br>周二 19:30 -21:00<br>10 次/15 小時 | 王卿纓             | 課程內容在於教導：1、自然發聲法：運用準確發音（語音）、協調肌肉、均勻的運氣，達到自然、乾淨的音色。2、以美好、高尚的曲調，培養音樂感受能力，自在的抒發情感。3、合唱訓練。4、舞台演唱。                                                                                                                                                                                                  | 2300 |

## ◎藝術課程~自備用具或代購

| 代號  | 課程名稱          | 期間/時間                                            | 教師  | 課程內容                                                                                                                                                            | 學費   |
|-----|---------------|--------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 302 | 長笛 ( 入門 )     | 115/10/07-12/09<br>周三 14:00 -16:00<br>10 次/20 小時 | 廖麗敏 | 優雅的長笛是管樂裡面相當容易入門的樂器，老師有二十幾年的教學經驗，透過輕鬆的方式，進入長笛吹奏的殿堂，實現藝術生活化。【教材費 500 元，自備長笛或老師代購】                                                                                | 2800 |
| 303 | 禪韻空靈鼓 ( 入門 )  | 115/10/08-12/10<br>周四 13:00 -15:00<br>10 次/20 小時 |     | 空靈鼓聲音清澈空靈而悠遠，有淨化心靈及抒發壓力的作用。老師會從零基礎開始教學，帶領學員來到空靈鼓的音樂世界，學習到如何透過打擊演奏出歌曲，培養自信、陶冶氣質、療癒心靈。進階班，上過初階由老師建議，或具音樂基礎者學習。【教材費 100 元，自備長笛或老師代購】                               | 2800 |
| 304 | 禪韻空靈鼓 ( 進階 )  | 115/10/08-12/10<br>周四 10:00 -12:00<br>10 次/20 小時 |     |                                                                                                                                                                 | 2800 |
| 305 | 快樂<br>12 孔陶笛  | 115/10/02-12/11<br>周五 14:30 -16:00<br>10 次/15 小時 | 廖穎如 | 陶笛是輕便易學的樂器，陪您上山下海去旅行。攜帶方便，容易學會。陶笛的音色優美，音量適中，溫文儒雅，強化心肺機能，陶冶性情，調解生活壓力，是學樂器的好處。喜歡、好玩、有興趣、想吹就吹，讓音樂紓解壓力。                                                             | 2300 |
| 306 |               | 115/10/02-12/11<br>周五 19:00 -20:30<br>10 次/15 小時 |     | 【教材費 200 元，自備陶笛或老師代購】                                                                                                                                           | 2300 |
| 307 | 輕鬆學二胡         | 115/10/07-12/09<br>周三 18:30 -20:30<br>10 次/20 小時 | 張瑟涵 | 由音樂鑑賞認識胡琴再到實際演奏，以輕鬆方式學習胡琴。依學員程度進行分組教學，歡迎不同程度學員一起學習。【教材費 300 元，自備二胡或老師代購】                                                                                        | 2800 |
| 308 | 古箏            | 115/10/07-12/09<br>周三 15:00 -17:00<br>10 次/20 小時 | 王文鈴 | 老師個別指導學員，由簡易熟悉的曲目 ( 慈濟歌選、流行歌曲、古調 )，逐步學習古箏的基礎指法，進而以合奏的方式，達到團體學習的樂趣。透過古箏這種富有鮮明演奏特色的民族樂器之學習，淨化人們的心靈，藉由優美的樂曲，抒發壓力、激發歡喜心。【古箏由老師免費提供上課使用】。【器材維修費 200 元】               | 2800 |
| 309 |               | 115/10/07-12/09<br>周三 18:30 -20:30<br>10 次/20 小時 |     |                                                                                                                                                                 | 2800 |
| 310 |               | 115/10/03-12/05<br>周六 08:00 -10:00<br>8 次/16 小時  |     |                                                                                                                                                                 | 2400 |
| 311 | 古箏合奏班         | 115/10/03-12/05<br>周六 10:00 -12:00<br>8 次/16 小時  |     | 由簡易熟悉的小曲，逐步學習古箏的基礎指法，進而以合奏的方式，達到團體學習的樂趣。【器材維修費 200 元】                                                                                                           | 2400 |
| 312 | 書法花鳥<br>山水畫   | 115/10/05-12/14<br>周一 14:00 -16:00<br>10 次/20 小時 | 林欽三 | 書法楷、行、隸、草、篆五體千字文，心經備影本，花鳥山水畫，以彩色影印稿，書畫由簡入繁易，由仿古入手，習布局、用筆、用墨、設色的方法，繼而寫生，自由創作，終生受用。                                                                               | 2800 |
| 313 | 生活繪畫          | 115/10/08-12/10<br>周四 19:00 -21:00<br>10 次/20 小時 | 李子慶 | 課程的設計是引導對繪畫有興趣，以及無繪畫經驗的學員們所規劃，讓學員們能夠在最有效時間內，從最簡單的彩繪技巧開始練習並且輕易上手創作。藉由學習平面與立體創作過程，認識體驗水彩、彩色筆、色鉛筆、水墨、油畫、素描、蠟筆、麥克筆等多樣的美術媒材特性，以及各種基礎繪畫技法。實施油畫課程中。【教材費 2500 元】        | 2800 |
| 314 | 色鉛筆及水彩<br>輕鬆繪 | 115/10/07-12/09<br>周三 14:00 -16:00<br>10 次/20 小時 | 楊淑宜 | 將帶領學員以水性色鉛筆與水彩為媒介，輕鬆速寫日常中的美好風景。從細細觀察一花一草開始，靜心感受生活的片刻溫度，並以繪畫將這些觸動人心的點滴記錄下來。透過繪畫過程，不僅能為生活增添繽紛色彩，也能放慢腳步，培養興趣、舒緩壓力，享受身心靈的自在與療癒。                                     | 2800 |
| 315 | 彩繪人生油畫        | 115/10/17-12/19<br>周六 08:00 -10:00<br>8 次/16 小時  | 紀肇聲 | 除以台東風景畫為主題外，另加繪畫肌理的變化應用指導。依照個人興趣、程度選擇繪畫的題材，透視、配色、明暗、和肌理變化等繪畫技法，能完成一幅顯示出台東地區特色的圖畫。兒童的繪畫主題以兒童畫為主，選擇比較單純的主題，注重個別指導，透過示範、輔導、修正等方式，讓學員在輕鬆、快樂氣氛中學習，培養其對繪畫的興趣，並獲得其成就感。 | 2400 |
| 316 |               | 115/10/17-12/19<br>周六 10:00 -12:00<br>8 次/16 小時  |     |                                                                                                                                                                 | 2400 |



◎兒童課程（不開放網路報名，現場／電話報名後可網路刷卡）

| 代號  | 課程名稱                       | 期間/時間                                           | 教師  | 課程內容                                                                                                              | 學費   |
|-----|----------------------------|-------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 601 | <b>AI 智能無人機</b><br>(小一~小六) | 115/10/03-12/05<br>周六 09:00 -11:00<br>8 次/16 小時 | 楊森賢 | 歡迎來到無人機的科技世界，讓我們一起學習這一項融合了無人機和足球兩大熱門運動的國際新興 Esport，更從中學習無人機原理及空氣氣流的力量，來一場自己專屬的無人機大賽。【教材費 1000 元，含四軸飛行器、智能無人機組、電池】 | 2400 |

◎生活課程~自備用具或代購

| 代號  | 課程名稱             | 期間/時間                                            | 教師         | 課程內容                                                                                                                     | 學費   |
|-----|------------------|--------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 401 | 頌鉢療癒身體<br>情緒地圖   | 115/10/05-11/30<br>周一 13:30 -15:30<br>8 次/16 小時  | 陳紫瑜<br>陳咨蓉 | 現代人長期處於忙碌與壓力之中，許多情緒與疲憊會反映在身體，透過身體覺察、呼吸放鬆、頌鉢聲音共振、頌鉢音頻及簡易自我照護方法，引導學員認識身體與情緒的關聯，學習日常放鬆技巧，提升身心平衡與自我照顧能力。【課程中使用之彩油、精油 1100 元】 | 2400 |
| 402 |                  | 115/10/05-11/30<br>周一 13:30 -15:30<br>8 次/16 小時  | 陳玟妤        |                                                                                                                          | 2400 |
| 403 | 二十四節氣<br>五感舒壓按摩  | 115/10/02-11/27<br>周五 09:00 -11:00<br>8 次/16 小時  | 黃慧萍        | 跟隨二十四節氣變化，透過五感結合芳香植物、自我按摩及日常保健觀念，學習順應季節照顧身心。【教材費 750】                                                                    | 2400 |
| 404 | 活化<br>靈性的吟唱      | 115/10/03-12/05<br>周六 10:40 -12:10<br>8 次/12 小時  | 蔡岱穎        | 音樂一直被視為是進入更高維度的大門，一唱一和的 Kirtan 則是瑜伽靈性練習之中的精髓所在。結合體位呼吸打開空間提升肺活量，認識瑜珈音樂的音符與禱文，感受自己的聲音與梵音的共鳴。本期主題/認識禱文。                     | 2000 |
| 405 | 3D 花姿果凍<br>(進階一) | 115/10/08-12/03<br>周四 09:00 -11:30<br>8 次/20 小時  | 阮清水        | 教大家做出 3D 立體令人驚艷的花之果凍，過程中還可以讓心靜下來，晶瑩剔透宛如藝術品的質感。一道精緻點心，從中可以學習妙法及禪定智慧。【教材費 4000 元】                                          | 2800 |
| 406 | 風華の菓<br>茶菓道      | 115/10/08-11/26<br>周四 09:00 -11:30<br>8 次/20 小時  | 丁鈺惠        | 秋彩 歲時記-秋を映す。以日本秋季「季語」為主軸，每堂課都是一幅秋日風景。一起從和果子入門，走入茶菓道的世界！【教材費 4000 元】                                                      | 2800 |
| 407 | 咖啡與生活            | 115/10/08-12/10<br>周四 14:00 -16:00<br>10 次/20 小時 | 張紘瑞        | 學習如何在家中輕鬆煮咖啡喝，你可以在無數次的沖煮中，找出自己最想要的口味，選擇最適合自己的烹調方式。【教材費 1500 元】                                                           | 2800 |
| 408 | 數位攝影<br>(初階)     | 115/10/03-12/05<br>周六 09:00 -11:00<br>8 次/16 小時  | 吳芸萱        | 帶領大家走入攝影的世界，以最輕鬆、最生活化的教學方法，讓不分年齡層的人都可以更貼近攝影的領域，享受攝影的樂趣，讓自己的人生變得更美麗！（手機、相機皆可）                                             | 2400 |

◎體能課程~自備用具或代購（瑜珈墊／磚／繩／滾筒／彈力帶／筋膜球）視課程需要

| 代號  | 課程名稱          | 期間/時間                                            | 教師  | 課程內容                                                                                                           | 學費   |
|-----|---------------|--------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 501 | 養生太極拳&<br>防身術 | 115/10/07-12/09<br>周三 19:00 -21:00<br>10 次/20 小時 | 王滄陣 | 養生太極拳是古老的醫學氣功拳，以柔克剛、四兩撥千斤之高尚武學，也是前人養生、健身、防身、防止疾病發生之好方法。                                                        | 2800 |
| 502 | 敦煌舞初心         | 115/10/02-12/11<br>周五 14:00 -16:00<br>10 次/20 小時 | 趙紘綺 | 帶領同學認識敦煌之美，簡單易學，藉由舞蹈動作，養生保健、修身養性之舞蹈功法，瞭解敦煌古典舞的發展，學會敦煌古典舞的基礎與舞曲組合，強化身心健康。                                       | 2800 |
| 503 | 哈達瑜珈          | 115/10/05-12/14<br>周一 19:00 -20:30<br>10 次/15 小時 | 蔡侑璇 | 哈達瑜珈，動作涵蓋了站姿、坐姿、躺姿、跪姿及臥姿，並與呼吸結合，加強心靈與身體之間的呼應，淨化和加強我們身體的每一個細胞，消除身體的不安因素，讓身心感受平靜與放鬆。                             | 2300 |
| 504 |               | 115/10/02-12/11<br>周五 19:00 -20:30<br>10 次/15 小時 |     |                                                                                                                | 2300 |
| 505 | 舒活瑜珈          | 115/10/08-12/10<br>周四 18:20 -19:50<br>10 次/15 小時 | 蔡岱穎 | 透過呼吸與動作的協調，擴展知覺與深化力量的使用，更強調精神心靈的修持與身心靈調和，自我要求修身養性的功夫，藉由瑜珈激發自己內在的潛能，相由心生的改造自己的氣質、涵養、風度。2026 第四季 / 安靜中的清醒，靜止中的力量 | 2300 |
| 506 |               | 115/10/08-12/10<br>周四 20:00 -21:30<br>10 次/15 小時 |     |                                                                                                                | 2300 |
| 507 |               | 115/10/03-12/05<br>周六 09:00 -10:30<br>8 次/12 小時  |     |                                                                                                                | 2000 |