

# 新竹

## 終身學習課程簡章

# 2026-02期

## 115年4月-6月



線上報名網址

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



### 受理報名繳費

115年3月2日(一)起

### 陸續開課

115年4月10日(五)起

地址：(30092)新竹市中華路5段208巷20號(請至靜思堂1樓辦公室)  
 電話：(03)540-3853、(03)540-2298、(03)530-9955轉23(靜思堂)  
 E-mail：lhc301@gms.tcu.edu.tw  
 FB 搜尋：志玄文教基金會新竹終身學習教育中心  
 報名時間：週一至週六 09:00~12:00 / 13:30~17:00 (週三公休)  
 週五 13:30~20:30

乘車資訊 | 公車：聖公宮站下車，步行約5分鐘(世博5號-香山線)  
 公車：美山村站下車，步行約5分鐘(5801、5802、5803、5804、5807)  
 火車：新竹站下車，轉搭苗栗客運往頭份、竹南方向至美山村站下車，步行約5分鐘。  
 火車：三姓橋站下車，左轉至中華路，步行約20分鐘。

- 下期2026-03期 (115年7-9月上課)
- 報名時間：6月1日起
- 網路報名：08:00~
- 現場報名：依中心服務時間

### 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.報名前請先詳細閱讀選定班別，了解相關轉班、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。

## 3月23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 115/3/2(一)~3/23(一)	115/3/24(二)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，若自行至網路刷卡，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4月1日(三) 12:00前決定是否開課，確認開課未額滿之課程可「臨櫃或來電」報名，已停開課程將不再受理報名。

## ◎單元課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
901	環保提籃 - 用心編織綠生活	115/04/20-04/27 星期一 9:00-12:00 2 週/6 小時	楊閔惠	隨著環保意識的提升，許多人開始尋找創新的方法來減少廢物。一個簡單且富有創意的方式，就是利用零食穀粉的空袋回收再利用，編織成提籃。這樣不僅能有效減少塑膠垃圾，還能將廢物轉化為實用的物品。請自備零食穀粉的空袋(將空袋清洗並晾乾，確保無殘留物)剪刀、訂書機、訂書針、簽字筆。	900

## ◎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 (初階二)	115/04/14-06/16 星期二 9:30-11:30 10 週/20 小時	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。 材料費 1000 元，書籍費另計。	2800
202	靜思茶道 (進階二)	115/04/14-06/16 星期二 13:40-15:40 10 週/20 小時			2800
203	妙手生華 (初階)	115/04/17-06/12 星期五 13:30-15:30 8 週/16 小時	宋美玲	靜思語好話、慈濟歌選、經文《手語、妙音融合》、慈濟語彙，藉由手語方便法的學習，將靜思語好話真正落實在生活中，先改變自己，進而影響他人，漸進式對慈濟四大八法的了解而參與志工行列，提升自我身心靈的淨化，把握時間多付出廣結善緣，也提升自我生命價值，力行終身學習。教材 150 元。	2400
204	妙手生華 (進階)	115/04/17-06/12 星期五 19:30-21:30 8 週/16 小時			2400
205	靜思花道	115/04/17-06/12 星期五 13:30-15:30 8 週/16 小時	張意珠	惜福 - 以少勝多，感恩 - 以花卉草木為師，風格 - 清雅、自在、無爭、禪悅、法喜；結合傳統與現代花道之技巧，以和為貴、順應自然、陶冶身心、啟迪思想，美化家庭環境。 請自備花剪與劍山，花材費 3500 元。	2400

## ◎體能課程~自備用具(瑜珈墊/磚/繩/滾筒/彈力帶)視課程需要

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
501	內觀心瑜珈	115/04/30-07/02 星期四 10:00-11:30 10 週/15 小時	紀素惠	讓有興趣 YOGA 練習的初學者簡易的練習，慢慢進入全身性的肢體開展、平衡與修復、增強肌耐力，增加身體的平衡與穩定度放鬆身心。 穿著稍合身衣服	2300
502	輪棒瑜珈	115/04/14-06/16 星期二 13:30-15:00 10 週/15 小時	蔡淑惠	利用輪棒按摩暖身與使用滾動、按壓、握轉、鋸敲、輕打等方式，再配合瑜珈腹式呼吸法，伸展身體各個關節、肌肉、韌帶，調理身心靈	2300
503	動起來！全方位燃脂塑身運動課	115/04/17-07/03 星期五 14:00-15:30 10 週/15 小時	韋靜吟	結合有氧訓練、核心鍛鍊與肌肉伸展，透過全身性的動作提升心肺耐力、強化肌力，並改善柔軟度，適合所有運動愛好者參與！安排基礎有氧、核心鍛鍊、伸展放鬆，提升柔軟度，幫助身體恢復，讓你運動後更加輕盈舒適。自備瑜珈墊、室內布鞋	2300
504	太極拳	115/04/14-06/16 星期二 9:00-11:00 10 週/20 小時	黃其益	本堂太極拳為純道家、純先天、純炁功拳，藉專氣致柔的練習方式達到身心協調健康的目的。	2800
505	楊式太極	115/04/13-06/15 星期一 9:30-11:30 10 週/20 小時	楊錦龍	以完整、淺顯易懂的功法，教授楊式太極。簡單學習由淺入深，期以讓大眾藉以養生修性強健體魄。	2800
506	養生氣功	115/04/16-06/18 星期四 14:00-15:30 10 週/15 小時	林建州	我們可以透過太極養生氣功的動功與靜功，重啟我們的自體免疫力，調節內外失的平衡，邁向身心靈全方位的健康生活。	2300

◎藝術課程【用品或樂器自備或由老師代購】

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
302	快樂學陶笛 【新課程】	115/04/14-06/16 星期二 10:00-11:30 10 週/15 小時	謝懷琳	適合初學音樂的朋友，透過吹奏可增強肺活量，享受音樂樂趣，減緩生活壓力！ TNG 陶笛自備或代購\$1800~6000	2300
303	烏克蘭麗麗彈唱	115/04/14-06/16 星期二 13:30-15:00 10 週/15 小時	郭怡君	本課程適合零基礎學員，透過輕鬆活潑的方式學習烏克蘭麗麗。課程將從持琴姿勢、基本樂理入門，逐步掌握單音演奏。 <b>樂器自備或代購\$2600</b>	2300
304	二胡演奏	115/04/20-06/22 星期一 13:00-15:00 10 週/20 小時	涂雨帆	提供給喜愛二胡音樂藝術者的學習與研究課程，以循序漸進之課程進度，作為授課之主要內容。	2800
305	快樂學二胡	115/04/20-06/22 星期一 9:30 -11:30 10 週/20 小時		用無壓力愉快的心情來輕鬆學二胡，音樂可以陶冶身心，學二胡一定是您最佳首選。	2800
306	古箏初階班	115/04/14-06/16 星期二 13:00-15:00 10 週/20 小時	陳品妍	古箏自古被稱為「仁者之器」、「眾樂之師」，距今已有 2500 年的歷史。老師會本著提高學習者興趣，規範演奏方法的宗旨來介紹古箏的基礎知識及演奏技法。	2800
307	古箏進階班	115/04/14-06/16 星期二 10:00-12:00 10 週/20 小時		老師提供古箏於上課時使用，古箏使用費 100 元；新生需購買教科書 350 元和義甲、膠帶約 150 元	2800
308	空靈鼓(初級班)	115/04/13-06/15 星期一 13:00-14:30 10 週/15 小時	廖若岑	空靈鼓又叫色空鼓、無憂鼓、忘憂鼓或鋼舌鼓，是一種碟形鋼舌振動時發聲的新型打擊類樂器，音色空遠、渾厚靈動，令人得以安寧，即使在晚上敲奏亦不會太吵雜。課程從認識空靈鼓到會演奏，循序漸進式的學習過程中，達到身心靈的放鬆。 <b>自備 C 調 15 音空靈鼓或請老師代購</b>	2700
309	空靈鼓(進階班)	115/04/13-06/15 星期一 14:30-16:00 10 週/15 小時		2700	
310	工筆佛畫	115/04/13-06/15 星期一 13:30-15:30 10 週/20 小時	姜妍濤	融合細緻描繪技法與心靈修養，帶領學員掌握構圖、勾勒與顏色要領，創作莊嚴而靜謐的佛像藝術。適合喜愛傳統工藝與禪意美學者。 <b>備品清單請至網路報名頁面查看。</b>	2800
311	彩墨工筆花鳥畫	115/04/14-06/16 星期二 13:30-15:30 10 週/20 小時	郭振坤	以書寫脈絡線條運用，使傳統古法融鑄出工筆新韻。敷色多彩清淡高雅，更添靈動。其景虛無飄渺，自然妙法，注入新的工筆花鳥思維。 <b>材料費 3000 元 ( 實際費用依需求增減 )</b>	2800
313	舒心初心壓克力	115/04/16-06/18 星期四 13:30-15:30 10 週/20 小時	曾千燁	為忙碌的上班族和學生設計，零基礎、慢步調、不比較，在溫柔的引導中，用色彩慢慢放鬆，安心完成屬於自己的第一幅作品。 <b>備品清單請至網路報名頁面查看。</b>	2800
314	書法初級班 - 大家來寫心經	115/04/18-06/27 星期六 15:00-17:00 10 週/20 小時	曾建凱	教導學員正確使用毛筆，以行書、楷書、隸書為主，草書、篆書為輔，以學習書法相關知識與用筆方法。 <b>備品清單請至網路報名頁面查看。</b>	2800
315	國畫初級班 - 寫意花卉	115/04/18-06/27 星期六 13:00-15:00 10 週/20 小時		學習國畫寫意水墨技法描繪身邊的花卉、植物，學習培養生活美學。 <b>備品清單請至網路報名頁面查看。</b>	2800
316	靜心慢水彩	115/04/16-06/25 星期四 9:30 -11:30 10 週/20 小時	王杏美	形影花路~由幾何圖形引導畫面構成，從顏色的感知，進而讓畫面呈現多元的風貌與溫度！從觀察到下筆，體驗到繪畫的樂趣，課程包含 4 幅作品。 <b>材料費 1650 元</b>	2800
317	靜心慢水彩	115/04/14-06/30 星期二 9:30 -11:30 10 週/20 小時		女孩與萌寵的午后故事~由幾何圖形引導畫面構成，從顏色的感知，進而讓畫面呈現多元的風貌與溫度！從觀察到下筆，體驗到繪畫的樂趣，課程包含 4 幅作品。 <b>材料費 1650 元</b>	2800
318	相見花編結	115/04/16-06/18 星期四 13:30-15:30 10 週/20 小時	林秋蘭	一線一結，線的鬆與緊、手的溫度、當下的心情，而是在反覆的繞、拉、調整之間，與自己的心慢慢對話。 <b>材料費 1800 元</b>	2800
319	和諧粉彩	115/04/18-06/27 星期六 10:00 -12:00 10 週/20 小時	王瓊瑛	和諧粉彩藝術源自於日本細谷典克老師創立並推廣，運用手指調和粉彩簡單的繪畫技法方式，將粉彩特有的溫和柔滑透過手指融合。 <b>【材料費 1000 元】</b>	2800

◎新課程 ( 新課程優惠, 下一期恢復原價 )

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
301	二胡：當傳統遇見流行【新課程】	115/04/14-06/16 星期二 13:30 -15:30 10 週/20 小時	曾寶玉	一起來拉二胡，活化身心又抒壓！擔心傳統二胡難以親近？融合現代旋律後，它將成為您心靈的療癒詩篇。誠邀您在慈濟，一起輕鬆領略二胡的美好。	2500
402	咖啡實驗室 (初階) 【新課程】	115/04/16-06/18 星期四 9:30 -11:30 10 週/20 小時	蔡遠祺	咖啡沖煮方式不斷進化且更加多元，我們透過咖啡沖煮的實驗，帶大家探索出最適合自己的咖啡沖煮方式，運用基本的沖煮原理，應對多種不同的沖煮環境，小白也能輕鬆沖煮出好喝的咖啡。 【材料費 1600 元，咖啡豆、濾紙、特調實作：牛奶】	2500

◎公益課程 ( 採現場報名, 以「缺課二次」為原則, 如缺課超過二次, 則不予退還保證金 )

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
801	靜思語選讀 賞析慈濟歌選	115/04/16-06/18 星期四 13:30 -15:30 10 週/20 小時	洪麗鳳	證嚴法師著作《靜思語》體裁簡潔而平實淺白的話語，不但融會佛法，更是上人體現佛法的珠璣，已指引諸多深陷迷途或煩惱的人，開啟生命美善與希望的門窗，是一部摯切可行的生活辭典；而慈濟歌詞歌曲的背後，都有歷史、有起源、有故事，是過去實在的事情，串聯結合還原當時時空與心境，也是在做歷史溯源。深盼能讓更多人分享法師的智慧、慈悲和容忍，也分享慈濟志業成就的力量。	繳交保證金 500 元
802	如何過個有智慧 又自在的人生	115/04/17-06/12 星期五 9:00 -11:00 8 週/16 小時	王瑞榮	希望藉由一套哲學思想改善生活。	繳交保證金 500 元

◎超值課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
312	歡樂學篆刻與書法合藝技法 (超值課程)	115/04/14-06/16 星期二 9:30 -11:30 10 週/20 小時	蕭輔登	結合同書法性質的篆刻以刀代筆，用不同方式表達的書體增進學習樂趣。為配合篆刻基本書體要素，練習書寫打好基礎後，學習篆刻時，便能架輕就熟。自備或團購:1500 元(篆刻刀、印床、砂紙、印石、雁皮宣紙、透明壓克力板、2B 鉛筆、小楷毛筆、墨汁、中性墨水筆、橡皮擦、二格式小磁碟。書法用具: 墨汁、大小楷毛筆、硯台、毛邊紙、黑色墊布、筆山。)	2500

◎語文課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
101	日語演歌	115/04/18-06/27 星期六 9:30 -11:30 10 週/20 小時	張麗娟	先從五十音開始學習濁音、漢字，再從基本的呼吸法、發聲、視譜、詮釋、技巧等，之後再研習進而專精；了解選唱歌曲的曲調、歌詞、旋律、節奏的構成，準確的抓音下拍，漂亮的開口唱歌，且能融入情境，使唱歌更動聽感人，演唱出個人獨特風格迷人的招牌歌曲。課本 150 元	2800

◎電腦課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
701	手機攝影	115/04/17-06/12 星期五 9:00 -11:00 8 週/16 小時	薛富才	本課程將帶領學員掌握手機拍攝技巧，從構圖美學、光影運用，到即時調色與氛圍營造。無論是日常紀錄還是創意作品，都能用手機捕捉感動瞬間。適合喜愛影像創作的你，提升拍照質感，從指尖開始。	2400

◎生活課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
401	快樂歌唱班	115/04/13-06/15 星期一 9:30 -11:30 10 週/20 小時	曾秀珠	「唱歌」有益身心靈健康，一起來學習正確的發聲與歌唱的技巧。本課程包括國、台、客、民歌及慈濟歌選，教唱曲目多元。並有兩堂課隨音樂敲擊小樂器的節奏與律動的練習。歡迎一起加入，唱出優美的歌聲，分享愛與歡樂。	2800