■課程內容規劃

課程類型	課程名稱	預計開課時數
高齡相關課程	1. 認識老化與高齡社會 2. 銀髮心靈生活融入課程	24 小時 20 小時
健康休閒課程	1. 健身氣功 2. 太極養生初階	20 小時 24 小時
學校特色課程	1. 中餐養生餐飲 2. 客家樂齡美聲 3. 校外參訪 4. 特殊飲調 5. 特色烘焙	18 小時 24 小時 22 小時 12 小時 12 小時
生活新知課程	1. 趣味數學 2. 銀髮族滑機樂	16 小時 24 小時
課程類型	課程上課時數總計	佔課程時數百分比
高齡相關課程	44 小時	20.37%
健康休閒課程	44 小時	20.37%
學校特色課程	88 小時	40.74%
生活新知課程	40 小時	18.52%
其他學習課程	0 小時	0%
課程總時數	216 小時	