

透過美食介紹，學習說話技巧、新聞寫作、手機 APP 操作、主播實錄，讓你面對鏡頭不害怕，輕鬆完成影音食譜介紹，並分享生命中最難忘的美食故事。

國立高雄師範大學成人教育研究中心 107 年第 2 期樂齡大學-自費班

## 「樂齡主播營-美食大觀園」

一、課程時間：自 107 年 9 月 26 日起至 12 月 5 日，每週三下午 2 至 5 時上課，共 10 週次，合計 30 小時。

二、招生人數：15 人以上開班。

三、招生對象：45 歲以上民眾優先，身體健康情況良好，無照護需求者；本課程不限學歷，識字即可。因課程全程使用手機教學，需自備智慧型手機或平板電腦。

四、學費：不包含課程講義費及戶外參訪費用。

3600 元 (37 年 9 月 26 日以後出生者, 含團體保險費 192 元)

3408 元 (37 年 9 月 26 日(含)以前出生者, 70 歲以上超過承保年齡, 扣團體保險費 192 元)

五、教室：高師大綜合大樓 3 樓 4317 高齡教室。電話：07-7172930 轉 1751

授課教師	<p>講師：徐碧蓮</p> <p>經歷：前中視南部新聞中心特派員</p> <p>現任：樂老學文創大業有限公司總監</p> <p>學歷：國立高雄師範大學成人教育研究所碩士</p>
課程設計理念與目標	透過美食介紹，學習說話技巧、新聞寫作、手機 APP 操作、主播實錄，讓你面對鏡頭不害怕，輕鬆完成影音食譜介紹，並分享生命中最難忘的美食故事。
每週課程主題	<p>第一週：課程說明。學習手機或平板 APP 操作，面對鏡頭不害怕，學員主播台錄製對課程的期望</p> <p>第二週：〈話我美食記憶〉搜尋美食的背後故事，分享自己最難忘的美食人生記憶</p> <p>第三週：〈說我美食故事〉學習以新聞（5W1H）大綱連線技巧，精簡說出自己的美食故事</p> <p>第四週：〈拍出好味道〉(一)學習攝影技巧，從構圖、顏色拍出色香味的美食好滋味</p> <p>第五週：〈拍出好味道〉(二)主題：練習實拍美食</p> <p>第六週：〈戶外教學〉參觀有機農場，練習拍照與報導技巧</p> <p>第七週：〈我的私房食譜〉(一)選定拿手、喜歡或是祖傳的一道私房料理，學習用文字編寫食譜與用文字介紹私房菜的特色</p> <p>第八週：〈我的私房食譜〉(二)實作用手機 APP 完成私房食譜的影片</p> <p>第九週：〈舌尖主播實錄〉學習坐上主播台，錄製私房食譜介紹影片</p> <p>第十週：〈成果發表會〉以記者會形式，發表學員的學習成果，並邀請學員將作品上傳網路社群平台。</p>
授課方式	講述實作、討論、學習成果及作品發表
報名條件	需自備智慧型手機或平板，能進行基本操作(如下載 APP)

報名繳交文件：一 (繳款代碼：B073402 計畫名稱：107年樂齡大學學習班學員學費)

國立高雄師範大學成人教育研究中心辦理 107 年第 2 期樂齡大學-自費班

樂齡大學-健康班、樂齡大學-進階學而班、樂齡平板/手機完全活用班、

樂齡主播營-美食大觀園、歌唱樂活班

**五班共用報名表 (二班以上，九折優惠)**

姓名：	性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	身分證字號:(團體保險用)	生日：__年__月__日
電話 / 地址 / e-mail / 緊急聯絡人	● 本人電話：_____ 手機：_____ ● 地址：_____ ● e-mail：_____ ● 緊急聯絡人姓名 _____ 電話：_____		
參加動機或期望(可複選)	<input type="checkbox"/> 對人生有新的探求 <input type="checkbox"/> 結交朋友、拓展生活圈 <input type="checkbox"/> 終身學習，增廣見聞 <input type="checkbox"/> 為享當學生的樂趣 <input type="checkbox"/> 家(友)人的鼓勵與支持 <input type="checkbox"/> 基於社會服務再學習 <input type="checkbox"/> 對課程內容感興趣 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
經 歷	<input type="checkbox"/> 已退休 <input type="checkbox"/> 尚在職，職場/志工/社團經歷(服務單位與職務)：_____ _____		
學 歷 訊息管道	<input type="checkbox"/> 識字 <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職 <input type="checkbox"/> 大專(學) <input type="checkbox"/> 碩士 <input type="checkbox"/> 博士 <input type="checkbox"/> 文宣海報 <input type="checkbox"/> 網路 <input type="checkbox"/> 親朋好友 <input type="checkbox"/> 電視報紙 <input type="checkbox"/> 其他 _____		
以下學費不包含課程材料費及參訪費用。報名二班以上，學費九折優。 <b>● 樂齡大學-健康班 (週四上午上課)</b> <input type="checkbox"/> 3600 元(37年9月27日以後出生者，已含團體保險費) <input type="checkbox"/> 3353 元(37年9月27日(含)以前出生者，70歲以上超過承保年齡，扣團體保險費247元)			
<b>● 樂齡大學-進階學而班 (週三上午上課)</b> <input type="checkbox"/> 3600 元(37年9月26日以後出生者，已含團體保險費) <input type="checkbox"/> 3353 元(37年9月26日(含)以前出生者，70歲以上超過承保年齡，扣團體保險費247元)			
<b>● 樂齡手機/平板完全活用班 (週二上午上課)</b> <input type="checkbox"/> 3000 元 (37年9月25日以後出生者，含團體保險費192元) <input type="checkbox"/> 2808 元(37年9月25日(含)以前出生者，70歲以上超過承保年齡，扣團體保險費192元)			
<b>● 樂齡主播營-美食大觀園 (週三下午上課)</b> <input type="checkbox"/> 3600 元 (37年9月26日以後出生者，含團體保險費192元) <input type="checkbox"/> 3408 元 (37年9月26日(含)以前出生者，70歲以上超過承保年齡，扣團體保險費192元)			
<b>● 歌唱樂活班 (週五上午上課)</b> <b>(本班已額滿)</b>			

成教中心：\_\_\_\_\_ 出納組：\_\_\_\_\_

(下頁「健康狀況調查表」也要填寫)

國立高雄師範大學成人教育研究中心辦理 107 年第 2 期樂齡大學-自費班  
樂齡大學-健康班、樂齡大學-進階學而班、樂齡平板/手機完全活用班、  
樂齡主播營-美食大觀園、歌唱樂活班  
學員健康狀況調查表

本活動在校園內進行，為確保活動期間您的安全，我們希望對您的健康狀況多一點了解及參考。請確實填寫本調查表，內容我們絕對保密，謝謝合作！

姓名：	性別：	年齡：	歲
1. 請自評您的健康狀況	<input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 普通 <input type="checkbox"/> 不滿意 <input type="checkbox"/> 差		
2. 指定之醫療院所	<input type="checkbox"/> 有：_____ <input type="checkbox"/> 無		
3. 您是否有規律運動的習慣？	<input type="checkbox"/> 是，您的運動是：_____ <input type="checkbox"/> 慢跑 <input type="checkbox"/> 游泳 <input type="checkbox"/> 健走 <input type="checkbox"/> 球類運動 <input type="checkbox"/> 瑜珈 <input type="checkbox"/> 養生操 其他：_____ <input type="checkbox"/> 否，原因：_____		
4. 您最近一年內曾否住院過？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
5. 您是否需要定期服用藥物？	<input type="checkbox"/> 是，目前服用的藥物為：_____ <input type="checkbox"/> 否		
6. 您是否曾接受過外科手術？	<input type="checkbox"/> 是，原因：_____ <input type="checkbox"/> 否		
7. 您目前是否有以下健康狀況？	<input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 心臟病 <input type="checkbox"/> 中風 <input type="checkbox"/> 心悸 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 下背痛 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 眼疾 <input type="checkbox"/> 腰椎疾病 <input type="checkbox"/> 無法久站 <input type="checkbox"/> 退化性關節炎 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 無		

本人同意健康狀況調查表內容作為高師大樂齡大學-自費班：「樂齡大學-健康班、樂齡大學-進階學而班、樂齡平板/手機完全活用班、樂齡主播營-美食大觀園、歌唱樂活班」等六班課程報名時健康評估之依據，所填答內容本人已確認無誤，也認為自己的健康情形適宜參加本次活動。

(填寫好以上資料，閱讀並同意注意事項後，請於下方簽署)

參加者親自簽名：\_\_\_\_\_ 日期： 年 月 日