

臺北市大安區銘傳國小 113 年度樂齡學習中心招生簡章

- 一、指導單位：臺北市政府教育局。
- 二、主辦單位：臺北市大安區銘傳國小。
- 三、報名資格：凡 55 歲以上 (出生日期民國 58 年 3 月 18 日以前者) 身體健康狀況良好之國民，學歷不拘。

報名資料齊全者 (2 張 2 吋照片及身分證影本) 才予以收件。

- 四、報名時間：113 年 3 月 13 日(三)上午 8：30 至 113 年 3 月 18 日(一)中午 12 點前。
(3 月 18 日若未額滿，可再開放報名至額滿為止。)
- 五、報名方式：請於銘傳國小一樓警衛室索取報名簡章，務必填妥備妥報名資料後，再交予警衛。
- 六、招生人數：一班 15 人，共招收二班 30 人。
- 七、招生說明：113 年 3 月 22 日(五)13：00 於學校官網公告報名名單與編號(非錄取名單)，每班若報名人數超過 15 人時，將於 113 年 3 月 22 日(五)13：30 在「臺北市大安區銘傳國民小學」臉書專頁直播抽籤錄取名單，不足 15 人則直接錄取無直播。
- 八、課程材料費：根據公告之錄取名單，於開課後第一次上課，酌收 1000 元材料費，因課程材料繁瑣，請假缺席或中途退出，恕不退費。。
- 九、聯絡資訊：
 - ◎地址：臺北市大安區羅斯福路四段 21 號
 - ◎電話：(02)2363-9815 分機 17 羅心汝老師
- 十、錄取公告：各班錄取學員，將於 3/25(一)16:00 前公告於銘傳國小網站首頁「置頂公告」
(網址：<http://www.mhps.tp.edu.tw>)並張貼於本校校門，另電話通知。

- 十一、課程內容及上課資訊：

※以下資訊如有異動將另行公告通知

113 年米類西點、蛋糕班《A 班》週二上午 8：20~11：20，共 10 次		
◎授課師資：黃素珍老師(Away Café 甜點師) ◎上課地點：銘傳國小三樓陶藝教室		
上課日期	課程名稱	課程內容
4 月 09 日	芝麻豆沙鍋餅	1.健康飲食宣導 2.利用芝麻、米粉、豆沙，並減少糖份，做成酥脆可口的點心
4 月 16 日	藍莓生乳酪蛋糕	1.健康生活推廣 2.用餅乾、藍莓、乳酪、鮮奶製做一道無蛋免烤箱的美味糕點
4 月 23 日	涼拌雞絲黑木耳	1.健康常識分享 2.雞肉、黑木耳、薑絲、香菜等食材做成一道富含蛋白質膳食纖維

		之美味料理
4月 30 日	米核桃布朗尼蛋糕	1.健康生活推廣 2.用米粉、核桃、雞蛋、巧克力做成濃郁的巧克力蛋糕
5月 07 日	山藥雞肉煎餅	1.健康飲食講解 2.運用山藥、雞肉、蔬菜製成一道美味可口料理
5月 14 日	枸杞肉鬆米蛋糕	1.食品常識分享 2.運用枸杞、海藻糖、肉鬆、雞蛋、蔥花製做成鹹香甜的蛋糕
5月 21 日	時蔬披薩	1.健康生活推廣 2.結合季節盛產的蔬菜做成美味可口又有變化的披薩
5月 28 日	燕麥楓糖米餅乾	1.健康常識分享 2.運用米粉、燕麥片、楓糖製成可口餅乾
6月 04 日	水煎包	1.食品常識分享 2.利用豬絞肉、高麗菜做成的平民美食
6月 11 日	抹茶紅豆米蛋糕	1.健康常識分享 2.運用抹茶粉、紅豆餡製做成好吃美味蛋糕

※備註：敬請自備圍裙、環保餐具(餐盒)及抹布。

113 年經典西點、蛋糕班《B 班》週二下午 12：40~15：40，共 10 次		
◎授課師資：黃素珍老師(Away Café 甜點師)		◎上課地點：銘傳國小三樓陶藝教室
上課日期	課程名稱	課程內容
4月 09 日	芝麻豆沙鍋餅	1.食品常識分享 2.利用芝麻、米粉、豆沙，並減少糖份，做成酥脆可口的點心

4月 16 日	蔓越莓生乳酪蛋糕	1.養生飲分享 2.用餅乾、蔓越莓、乳酪、鮮奶製做一道無蛋免烤箱的美味糕點
4月 23 日	涼拌雞絲黑木耳	1.健康常識分享 2.雞肉、黑木耳、薑絲、香菜等食材做成一道富含蛋白質膳食纖維之美味料理
4月 30 日	核桃巧克力蛋糕	1.健康生活推廣 2.用麵粉、核桃、雞蛋、巧克力做成濃郁的巧克力蛋糕
5月 07 日	山藥雞肉紅棗湯	1.健康飲食講解 2.運用山藥、雞肉、紅棗製成一道美味湯品更可以提升蛋白質的吸收
5月 14 日	南瓜麵包	1.食品常識分享 2.將南瓜蒸熟打成泥加入麵粉做成健康好吃的麵包
5月 21 日	杏鮑菇時蔬披薩	1.健康生活推廣 2.杏鮑菇 + 季節蔬菜做成美味可口又有變化的披薩
5月 28 日	蘋果派	1.健康飲食分享 2.運用酥皮，加入蘋果、檸檬汁、肉桂粉製做成酸甜美味點心
6月 04 日	高麗菜水煎包	1.健康常識分享 2.利用豬絞肉、高麗菜做成的平民美食
6月 11 日	銀耳紅棗蓮子湯	1.食品安全分享 2.用白木耳、紅棗、蓮子、冰糖，製做一道美味營養的湯品。

※備註：敬請自備圍裙、環保餐具(餐盒)及抹布。

臺北市銘傳國小 113 年度樂齡學習中心報名表

姓 名			性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	二吋照片 (請浮貼)
身 分 證 字 號			膳食習慣	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
出生年月日	民國 ____ 年 ____ 月 ____ 日		年 齡	______ 歲	
報 名 期 別	<input type="checkbox"/> 烘焙班 A 班《米類西點班》(4/09 ~ 06/11 週二上午) <input type="checkbox"/> 烘焙班 B 班《西點班》(4/09 ~ 06/11 週二下午)				
電 話	住宅 : () -		E - m a i l		
	手機 : 09 -		信 箱 (非必填)		
聯 絡 地 址	<input type="text"/>				
退 休 前 職 業	服務單位 : _____ 職稱 : _____ <input type="checkbox"/> 軍公教 <input type="checkbox"/> 商 <input type="checkbox"/> 公 <input type="checkbox"/> 農 <input type="checkbox"/> 自由業				
緊 急 聯 絡 人 (必填)	姓名	關係	電話	手 機	
電 腦 應 用 能 力	<input type="checkbox"/> 完全不會使用 <input type="checkbox"/> 略懂 <input type="checkbox"/> 熟練 <input type="checkbox"/> 精通				
常 用 語 言 (可複選)	<input type="checkbox"/> 國語 <input type="checkbox"/> 台語 <input type="checkbox"/> 客語 <input type="checkbox"/> 其他 _____				
志 工 經 驗	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 , 請說明 : _____				

報名本次活動為	<input type="checkbox"/> 自行參與 <input type="checkbox"/> 與配偶同行(配偶姓名 : _____)
	<input type="checkbox"/> 與親友同行(親友姓名 : _____)
對本課程之期待(非必填) :	
資料確認 (請務必勾選)	<input type="checkbox"/> 本活動無學歷限制，惟須具備基本識字能力 <input type="checkbox"/> 年滿 55 歲以上(含) <input type="checkbox"/> 身體健康良好，行動可自理 <input type="checkbox"/> 繳交身分證影本 <input type="checkbox"/> 繳交 2 吋照片 2 張(學員證用)
收件單位 :	參加者親自簽名 : _____