

類型	課程內容	授課教師	時數	備註
生活大師	銀髮族之糖尿病與飲食	李慧如	3	
	腎利人生--腎臟篇		3	
	疾病預防樂活飲食篇		3	
	護腎防病樂活一生		3	
	從心理學看家庭關係	林記民	3	
	高齡的生命發展與關係變化		3	
	如何避免高齡心理危機		3	
	完美無憾的人生		3	
運動大師	運動與健康	黃貫倫	3	
	慢速壘球		3	
	法式滾球		3	
	高爾夫		3	
	跳跳球	陳先宏	3	
	彈力繩		3	
	核心強化		3	
	(肌)勵活動		3	
金融大師	金融桌遊與記憶訓練	陳建閔	3	
	金融桌遊與心理搏奕		3	
	股市線型與績效評估		3	
	股市實戰模擬		3	
網紅大師	社群平台實用技巧	呂國泰	3	
	APP照片修圖		3	
	APP影片剪輯		3	
	LINE貼圖製作		3	
	認識相機	蔡芝穎	3	
	攝影理論及技巧		3	
	主題攝影(人像.美食.風景.運動.野鳥)		3	
	相片後製及分享		3	
旅遊大師	日本飲食文化	中西功一	3	
	日本童謠的故事		3	
	日本景點旅遊介紹		3	
	日本節慶活動		3	
	台江文化之旅	李佩怡	6	
	台南博物館之旅		6	