



春日 正好

隨著疫情趨緩，國境解封，12月1日起戴口罩等防疫措施適度放寬，春天的腳步似乎真的近了！「冬天已往，雨水止住過去了。地上百花開放，百鳥鳴叫的時候已經來到；斑鳩的聲音在我們境內也聽見了。雅歌2：11-12」，即將進入2023，春天是一個新的開始更象徵著復甦與希望，讓我們就此揮別疫情壘罩、景氣低迷，在新的季節，許一個新願，做一件新事！

於是，我們將季刊的開本放大並進行優化，隨四季節氣變化生活旅行——就和雪茹老師一同走訪位於內灣南坪和義興之間，有多霧的部落之稱的「馬胎古道」，探尋自然生態的豐富奇妙，春日賞景踏青正好！和史丹利主廚學做一道「藜麥雞胸藍莓沙拉」，春天讓身體輕盈點更好！親子一起捏製「紅龜粿」，在品味傳統美食中除舊迎新，真好！停辦三年的「大毅家族趣味運動會」終於在明年四月恢復舉辦，左鄰右舍現在就號召相揪一起運動練跑，豈不時機配合的剛剛好！所有的課程活動，還是歡迎大家踴躍報名參加。

「從歲首到年終，耶和華—你神的眼目時常看顧那地。申11：12」，感謝主！在瘟疫、隔離、驚惶、不安、疑惑..的過去三年，始終保守看顧這地，使我們有出人意外的平安，迎接2023，「他必按時降秋雨春雨在你們的地上，使你們可以收藏五穀、新酒和油，也必使你吃得飽足，並使田野為你的牲畜長草。申命記11：14」。相信上帝仍必祝福滿滿！



2023
一月—三月

春日，正好

What a Wonderful
SPRING

「春天的週末，應該走到山上，看一看盛開的花樹，知道生命如何被祝福，放下瑣碎的煩惱，跟每一朵花微笑。」

這是詩人蔣勳眼中的春天，你的呢？
有什麼值得記錄或特別想做的事？



—— 出遊。

感覺風的沁涼，親吻綠草香，耳畔傳來蟲鳴鳥叫，色彩眼前舞動。

—— 歡慶。

童年溫馨回憶、一家子相聚的畫面，吃著紅龜粿，一口一口，甜味在心裡化開。

—— 嚐鮮。

藜麥、藍莓、生菜，把餐桌妝點成一座花園；味蕾滿足了，身體也輕盈了。

去你想去的地方，見你想見的人，看你想看的花。
這是個豐盛的季節，空氣中飄盪著盼望、新奇與鼓動。

準備好了嗎？開始你的春日探險吧！





Announcement

活動相關注意事項公告

為了讓更多住戶能參與基金會活動及維護上課品質，相關規定如下，請大毅家族配合。

一、課程

- ★ 1. 網路線上報名成功者：需實際至現場全程參加課程。（不能只領取材料而不參加課程）
- ★ 2. 報名候補者：請以接到電話通知候補成功為原則。
- ★ 3. 課程取消：報名與電話通知成功者，若無法參加課程請於開課前一天來電取消。
(上班時間 08:30~17:30)
- ★ 4. 遲到：為避免影響其他人，若遲到15分鐘，將無法進入教室上課並視同無故未到。
- ★ 5. 記點：開課前一天17:30過後及當日取消或無故未到者，記點一次，當季累計達兩次者，將暫停下一季報名資格。
- ★ 6. 簽到：課程需本人自行簽到，請勿找人替代簽到或上課。
- ★ 7. 保證金：常態班課程採保證金制，每堂課100元，以每季開課堂數計算，全勤者全數退還保證金，缺一堂課需扣100元，若中途取消課程者，保證金恕不退回，本季最後一堂課舉辦同樂會。

其他事項：

- 1. 幸福館限制型課程，每戶限報兩堂。
- 2. 教會據點單堂課程，每戶限報一堂。
- 3. 墊上皮拉提斯與舞動有氧課程限擇一上課地點報名參加。
- 4. 同日同一課程不同梯次，每戶限參加一次。
- 5. 報名日期：依基金會網站公告為主。

二、所有課程活動基金會工作人員均會拍攝記錄，影片或照片將上傳至大毅幸福教育基金會官網及大毅相關網路平台，若有不方便入鏡的朋友，請於參與活動前告知工作人員。

三、活動期間如遇不可抗拒之因素，主辦單位有權決定取消、終止、修改或暫停活動，造成不便，敬請見諒。

目錄

2023.01-03

NO. 58

06 幸福家庭講座

平安 —— 葉歡

07 幸福館春季課程

兒童繪本戲劇表達 —— 大鵬老師

喜慶豐收。年年有餘-親子創意工坊團隊

墊上皮拉提斯 —— 趙苑君

舞動有氧-Zumba —— 南天銘

兒童空手道班 —— 宋一信

幸福烘焙 —— 賴淑慧

懷舊美食紅龜粿 —— MOMO

幸福生活講座-

堅持夢想的力量 —— 張泰山

大自然兒童科學 —— 大自然科學教室

看聖經學英文 —— Steve & Karen Calmes

小動物迴轉壽司車 —— 小魚

黎麥雞胸藍莓沙拉 —— 史丹利主廚

幸福生活講座-

乘著音樂飛翔的慢飛天使 —— 陳蔚綺

夜光中的貓頭鷹-油畫 —— Minny

手腕花 —— 林筠真

黏土多肉擴香盆 —— 黃鈺雯

10 55+春季課程

55+關節肌力訓練 —— 楊詔閔

國際標準舞班 —— 趙敬榮 & 陳秀玲

別讓肩頸不開心 —— 林子崴

11 春季生態之旅

12 大毅家族趣味運動會

13 大毅幸福農場

14 教會據點春季課程

幸福衛理堂

彩色素描班 —— 巫豐宏

舞動有氧 —— 方淑鈴

迎向陽光的小刺蝟 —— 沈韋彤

油畫-春之舞 —— Minny

春夏零錢包 —— 黃慧雯

蒙福之家

有氧運動與體態雕琢 —— Min Chiang

卓越幸福行道會

舞動有氧 —— Karen Calmes

墊上皮拉提斯 —— 林浩楹

動力小萌龍 —— 邱惠緞

兒童科學講堂-

阿基米德投石器 —— 大鵬老師

招「柴」無框畫 —— MOMO

客西馬尼

花朵信箱 —— 謝欣潔

兒童創意美術班 —— 許靜彤

迎向陽光的小刺蝟 —— 沈韋彤

春日小花籃 —— 親子創意工坊團隊

榮耀之家

油畫-春之舞 —— Minny

舞動有氧 —— Yuri

馬賽克杯墊 —— 簡美霞

小動物迴轉壽司車 —— 小魚

水滴浸信會

親子桌遊趣 —— 伊歐數感故事桌遊團隊

捲捲羊多肉盆栽收納盒 —— 小魚

花見團子組 —— MOMO

兒童科學講堂-磁力小車 —— 大鵬老師

台中聖教會

親子桌遊趣 —— 伊歐數感故事桌遊團隊

20 活在燦盛熟齡時

22 高年級聚樂部

24 旅遊介紹

27 幸福互動

洋溢幸福的空間載體，

由Building進化為Home —— 廖明誠

29 幸福留言板

32 異業結盟

03/18(六) 15:00 ~ 16:30 平安 講師：葉歡

講座內容介紹：

獨特歌聲、清新脫俗的外型，她是氣質歌后葉歡。過去個性害羞、不敢與人四目交接的她，曾盼著有天能「改變生命」，未料成為藝人後卻是痛苦的開始。世界的任何一物無法填滿心中的空虛，更找不到這生命追求目標，甚至打算在父母死後結束生命，直到遇見祂，經歷葉歡期盼已久的「改變」。
改變之後帶來的什麼呢？邀請您一起來聽葉歡如何分享她的生命故事。

講師介紹：

1981年主演台視劇場的《十一個女人》〈小葉〉單元首次登上螢幕，1987年加入飛碟唱片，推出首張專輯《因為愛你》以歌手身份出道，立即以其獨特歌聲與冷豔形象走紅。後來葉歡專注演員事業，主演的連續劇《鹽田兒女》、《浪淘沙》都頗受好評，都分別獲得金鐘獎最佳女主角提名。

音樂作品

- 1987年09月 因為愛你(飛碟唱片)
- 1988年04月 放我的真心在你的手心(飛碟唱片)
- 1988年10月 記得我們有約(飛碟唱片)
- 1989年11月 誰在秋天撿到我的心(飛碟唱片)
- 1990年12月 珍惜我所有的感受(飛碟唱片)
- 1993年05月 一生美麗一次(飛碟唱片)
- 1993年11月 葉歡精選 鴛鴦錦(飛碟唱片)
- 1994年05月 你讓我悲傷又歡喜(飛碟唱片)
- 1994年10月 愛瘋了(飛碟唱片)

平安



Spring Term 幸福館 春季課程

JAN

01/05-02/23 (四) 19:00 ~ 20:00 兒童繪本戲劇表達

上課日期：1/5、1/12、2/2、2/9、2/16、2/23 共6堂

藉由繪本為媒介，運用戲劇表達力，課堂中讓所有小朋友開心參與活動，在老師引導下進入創作想像的空間，戲劇活動中獲得自我肯定、團體合作與人相處、強化勇氣消除自我內心恐懼等綜合性的教育活動，促進孩子全人發展。

| 講師：大鵬老師 | 3足歲至7足歲，每戶限報2名（限20名）



01/07 (六) 19:00 ~ 20:30 喜慶豐收。年年有餘【限制型】

嘟嘟嘴、波浪尾！搖搖擺擺來賀年！金魚—過年不可缺席的吉祥代表，象徵「年年有魚，金玉滿堂」，搭配喜慶年節贈禮或自用擺設，討個吉祥如意、年年有餘！

備註：請自備剪刀及保麗龍膠。

| 講師：親子創意工坊團隊 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限60名）



01/10-03/28 (二) 09:30 ~ 10:30 墊上皮拉提斯

上課日期：1/10、1/17、1/31、2/7、2/14、2/21、3/7、3/14、3/21、3/28 共10堂

藉由不同的獨特姿勢給予頭腦、肌肉、內臟、神經、荷爾蒙腺體適度的刺激並釋放日常生活中的壓力。皮拉提斯的動作，改善腰酸背痛、脊椎側彎、五十肩等，持續練習讓我們擁有美麗身型！

| 講師：趙苑君 | 18足歲至成人，每戶限報2名（限20名）



01/10-03/28 (二) 19:00 ~ 21:10 舞動有氧-Zumba

上課日期：1/10、1/17、1/31、2/7、2/14、2/21、3/7、3/14、3/21、3/28 共10堂

第一梯 19:00-20:00 第二梯 20:10-21:10

結合拉丁及騷莎、雷鬼、嘻哈、森巴、肚皮舞、哥倫比亞及梅倫格等基本舞蹈動作，期待60分鐘的課程燃燒趨近500卡的熱量。

| 講師：南天銘 | 18足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



01/11-03/29 (三) 19:00 ~ 21:10 兒童空手道班

上課日期：1/11、1/18、2/1、2/8、2/15、2/22、3/1、3/8、3/15、3/22、3/29 共11堂

初級班 19:00-20:00 中級班 20:10-21:10

在有趣、生動、幽默的肢體運動中學習謙卑與禮節、柔和與自制、勇敢與智慧、自信與果決的，使用防身技能。

初級班參加者需統一向教練購買WKF認證空手道服，每套1,500元。

| 講師：宋一信 | 6足歲至15足歲（限40名）



01/13-03/24 (五) 19:00 ~ 20:30 幸福烘焙

上課日期：1/13、2/3、2/10、2/24、3/3、3/10、3/17、3/24 共8堂

你是否每當聞到麵包，蛋糕和餅乾的香味時，就會觸動你的味蕾？你是否好想親手做出色香味俱全的甜點？那就請你和我們一起來體驗幸福烘焙的課程吧！

本課程僅提供上課學員進入教室，非上課學員有親子教室可供使用，但不提供幼兒照顧服務。

講師：賴淑慧 | 12歲至成人，每戶限報1名（限20名）



01/14 (六) 14:00 ~ 17:30 懷舊美食紅龜粿【限制型】

第一梯14:00-15:30 第二梯16:00-17:30

從課程中帶領寶貝們動動手製作傳統美食和認識紅龜粿的相關知識。千萬不要錯過烘焙+黏土的2合1的課程唷！

備註：此課程為親子互動課程，教學內容會較為輕鬆活潑。

講師：Momo | 3歲至成人，每戶限報2名（限30名）



01/14 (六) 14:30 ~ 16:30 堅持夢想的力量

中華職棒許多紀錄保持者「森林王子」張泰山，以「堅持夢想的力量」為題，講述他在中華職棒拼戰多年、再轉戰日本、澳洲的心路歷程，並分享他決心加盟新一代味全龍教練團，繼續為棒球拚搏故事的歷程

講師：張泰山 | 大毅家族優先，每戶限報6位。



01/16-03/20 (一) 19:00 ~ 20:30 大自然兒童科學

上課日期：1/16、1/30、2/6、2/13、2/20、3/6、3/13、3/20 共8堂

在專業老師帶領下，學生可以透過聆聽講解、觀察與動手操作，逐步了解自然科學各方面的奧秘，這次準備有動植物多樣性、食農、人體感官、天文以及物理化學小實驗等許多不同的主題，提起孩子的興趣並拓展視野。

講師：大自然科學教室師資團隊 | 6歲至12歲，每戶限報2名（限20名）



01/17-03/21 (二) 19:30 ~ 20:45 看聖經學英文

上課日期：1/17、1/31、2/7、2/14、2/21、3/7、3/14、3/21 共8堂

您希望與外國人面對面學英文嗎？您想提升英文聽說的能力嗎？成人英文班『看聖經學英文』由外籍老師帶領，藉由聖經故事探討與分享，提升英文閱讀與聽、說能力，在輕鬆自然的環境下學習英文，讓英文成為您生活的一部份。

講師：Steve & Karen Calmes | 18歲至成人（限15名）



02/04 (六) 19:00 ~ 20:30 小動物迴轉壽司車【限制型】

奔跑吧！迴轉壽司迴力車！在迴轉台上的壽司每一個都好可口，一起捏出動物造型的美味壽司，小企鵝舒服的蓋著蝦壽司棉被，讓人好想吃一口！用黏土製作完盤子造型迴力車，在家也能咻咻咻跑起來，享受迴轉壽司啦！

講師：小魚 | 6歲至成人，每戶限報2名（限60名）



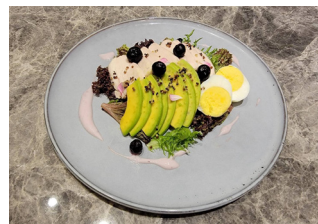
02/11 (六) 14:00 ~ 17:30 黎麥雞胸藍莓沙拉【限制型】

第一梯14:00-15:30 第二梯16:00-17:30

使用真空恆溫烹調法熟成雞肉，搭配營養價值豐富的紅黎麥及歐式生菜，淋上清爽無負擔的藍莓優格，絕對是輕食料理愛好者的最佳選擇！

備註：請自備保鮮盒。

講師：史丹利主廚 | 12足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



02/11 (六) 14:30 ~ 16:30 乘著音樂飛翔的慢飛天使

慢飛天使在音樂領域遇見陪伴引導他們的特教音樂老師，努力學習樂器，成為專業街頭藝人，甚至站上國際舞台，發光發熱的生命故事。

講師：陳蔚綺 | 大毅家族優先，每戶限報6位。



MAR 03/02-03/09 (四) 19:00 ~ 20:30 夜光中的貓頭鷹-油畫

上課日期：3/2、3/9 共2堂

貓頭鷹是智慧的象徵，透過油畫技巧，展現牠可愛的一面。

上課學員自備用具：1.鉛筆、2.橡皮擦、3.濕毛巾、4.圍裙

講師：Minnie | 10足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



03/16 (四) 19:00 ~ 20:30 手腕花【限制型】

想像你在一座開滿各式花朵的園子裡，如穿梭在花叢中的蝴蝶，恣意地摘下上天所創造的美好，把綻放的花朵們變成手環，將春的生命力戴在身上。

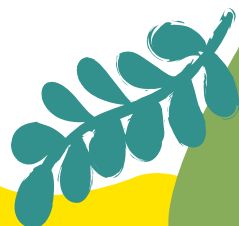
講師：林筠真 | 18足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



03/25 (六) 19:00 ~ 20:30 黏土多肉擴香盆【限制型】

用黏土做出各式各樣的多肉植物，搭配永生花材，隨性的在擴香盆中插出自己喜愛的模樣！

講師：黃鈺雯 | 8足歲至成人，每戶限報2名（限60名）



Live Well, Play Hard! 55+春季課程

JAN

01/09-03/27 (一) 15:00 ~ 17:00 國際標準舞班

上課日期：1/9、1/16、1/30、2/6、2/13、2/20、3/6、3/13、3/20、3/27 共10堂

運動舞蹈又稱國際標準舞，近年來運動意識與功能逐漸受到關注，運動舞蹈成為所有年齡層空閒時間的重要活動。隨著運動舞蹈的風行及全民運動的大力推廣之下，期許藉由本課程使學員在跳舞過程中，享受音樂、藝術與運動放鬆的樂趣，舉手、投足刹那皆迷人！

注意事項：衣服與褲子穿著彈性、容易活動為主，儘量不要穿橡膠底的鞋子，若有舞鞋就穿舞鞋。PS. 服裝會在課堂上另外詳細補充。

講師：趙敏榮&陳秀玲 | 55足歲至以上，每戶限報2名（限30名）



01/16-03/27 (一) 09:00 ~ 11:10 55+關節肌力訓練

上課日期：1/16、1/30、2/6、2/13、2/20、3/6、3/13、3/20、3/27 共9堂

第一梯09:00-10:00 第二梯10:10-11:10

年長者更需要肌力訓練，有效的肌力訓練可以防止肌肉流失、降低心血管疾病的風險、改善活動度、增加心肺能力並且提高身體平衡的能力來預防傷害。課程中將會藉由一次又一次正確的動作來學習何謂肌力訓練，同時也會安排日常可以在家裡完成的簡單動作來養成運動習慣，以維持良好的生活品質。

注意事項：本課程請學員自備瑜珈墊、彈力帶。

講師：楊詔閔 | 55足歲至以上，每戶限報1名（限15名）



FEB

02/18 (六) 14:00 ~ 16:00 別讓肩頸不開心

你的肩頸開心嗎？你是否試過各種方法都無法長期見效，到底是什麼原因呢？就讓子歲老師來告訴你肩頸久痛不癒的真正原因，並教你以簡單的矯正運動來改善肩頸酸痛的症狀吧！

講師：林子歲 | 55足歲至以上，每戶限報2名（限60名）



3/4

08:00
~
17:00

春季生態之旅

探訪山林秘境「馬胎古道」

關於「馬胎古道」：

「馬胎古道」早期是泰雅族馬胎部落唯一與外部聯繫的重要路段，串聯南坪古道及情人谷，是內灣南坪與義興村之間的特色古道。「馬胎」為泰雅族語，是「多霧的部落」之意。

入口前約400公尺幾乎都是緩上坡木棧道，非常平緩好走，伴著步道旁潺潺的水聲，走起來特別輕鬆愜意。過了石古橋開始上坡，旁邊附有枕木座位隨時可以休息，是條平易近人的涼爽古道。



古道自然生態豐富，沿途會經過百年茄苳樹、情人橋、清澈溪水等，綠樹蒼鬱，鳥語花香，是一條有著綠鬱溪谷的部落古道。這次將帶著大家一起認識許多台灣特有種，一同享受清涼溪谷與幽靜森林的寧靜與美好。

生態之旅須知事項：

1. 全程共2.3公里，高度落差為272公尺，後半段馬胎古道路況較原始，因樹林高大茂密日照少，地面也容易濕滑，須留意腳下路況。
2. 登山步道請穿著長袖與長褲，可帶防蚊液、登山杖，避免噴香水喔！
3. 中午會提供簡單餐點或便當，如需更多餐點，可自行攜帶點心及飲用水。
4. 下午行程安排內灣老街，體驗客家文化及美食。

| 講師：黃雪茹 | 7足歲至成人（限80名）

2023 大毅家族 趣味運動會



一、活動日期與地點：

- 1、活動時間：2023年04月22日（六）08：30—13：30。
（屆時依社區報名組數多寡，調整活動結束之時間）
- 2、四張犁國小—台中市北屯區后庄路910號。（主辦單位保有場地調整之權利）

二、活動方式：大毅家族趣味運動會、愛心義賣幸福市集。

三、活動內容：社區嘉年華進場、親子組競賽、趣味競賽、摸彩、義賣市集。

四、報名方式：

- 1、請以社區管理委員會名義填寫活動報名表後，逕向大毅幸福教育基金會報名參加。
- 2、即日起至03月01日（三）截止 電話：2242-5885／0809-057755，傳真電話：2242-9080。

五、參加對象：

- 1、大毅建設所有社區。
- 2、親子組競賽，每個社區參賽16名（成人8名，國小三年級以下8名）
- 3、趣味競賽，每個社區參賽16名（年齡不限）。

六、社區嘉年華進場：

本次將以『卡通嘉年華』作為打扮以及進場表演的主軸，藉由大家的熱情與活力盡情的表演，讓大家都與卡通明星們一同遨遊在夢想與創想交織的大毅家族運動會裡。

七、獎勵方式：

- 1、親子組競賽第一名獎金3,000元整，第二名獎金2,000元整，第三名獎金1,000元整。
- 2、趣味競賽冠軍獎金12,000元整，亞軍獎金10,000元整，季軍獎金8,000元整，殿軍獎金6,000元整，參加獎5,000元整。
- 3、歡樂嘉年華獎第一名獎金3,000元整，第二名獎金2,000元整，第三名獎金1,000元整。
- 4、以上得獎社區均頒發獎盃乙座以茲嘉獎，如遇冠軍有兩隊總分同分時，名次獎金會合併後均分給兩個隊伍，則亞軍名次從缺，依此類推。

八、比賽評分方式：

由公司聘請相關才藝專業評審進行評選，請尊重評審之所有評定，恕不得有任何異議。

※本活動場地投保公共意外責任險，最高賠償總金額肆仟捌佰萬，一切理賠以投保內容與保險公司審核為準。



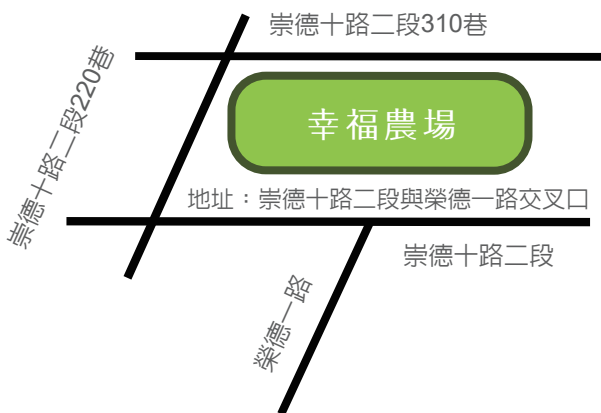
大毅 幸福農場

為附近環境之綠美化，透過家人親子間共同體驗農耕之樂，藉以增進住民間互動及情感聯誼，開發花圃以供大毅家族成員及社區住民分區認養。

全區規劃為每單位約600*150公分，並建立全區之灌溉排水系統，設置工具室及休憩區等並全面栽種花植樹予以美化區域劃分；除特定保留區域外，大毅幸福教育基金會將其劃分為認養區編號以利大毅家族成員分區認養。

認養期為一年，每一單位管理費一年貳仟元，所收取之管理費使用於每三個月免費提供有機肥料壹包、水電費用、辦理課程活動，及園區之共同栽培管理費。農場除了現有每年2,000元的管理費外，另收取700元保證金，有意認養，請於開放日上官網報名。

幸福農場禁止攜帶寵物進出園區，管制開放時間至晚上七點，農場並無夜間照明，為維護您的安全請於管制時間內進出，農場開放用水時間為每日05：00~19：00。



Spring Term 教會據點 春季課程

幸福衛理堂 台中市太平區太興路10號

01/10-03/28 (二) 19:00 ~ 20:30 彩色素描班

上課日期：1/10、1/17、1/31、2/7、2/14、2/21、3/7、3/14、3/21、3/28 共10堂

繪畫常用的美術用具及其迷人之處，不單只是將眼前所見的事物、風景描繪下來而已。透過什麼樣的工具呈現作品也是非常有趣的。

| 講師：巫昱宏 | 10足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



01/11-03/29 (三) 19:00 ~ 20:00 舞動有氧

上課日期：1/11、1/18、2/1、2/8、2/15、2/22、3/1、3/8、3/15、3/22、3/29 共11堂

教學方法親切活潑，能夠帶動學員學習意願，有氧舞蹈課程能依學員程度從基礎分解動作教起，讓學員能循序漸進充分學習，漸漸對課程產生興趣，進而願意持之以恆的運動。

| 講師：方淑鈴 | 18足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



01/14 (六) 14:00 ~ 15:30 迎向陽光的小刺蝟

令人心情愉悅的小刺蝟變成實用可愛的小刺蝟針插，也是洗手後孩子們乖乖擦手的好幫手，還可以用牠圓滾滾的肚子來清潔桌面唷！快來一起體驗療癒的時光吧！

注意事項：1.請學員自備剪線用的小剪刀 2.小刺蝟顏色按現場課程預備為主

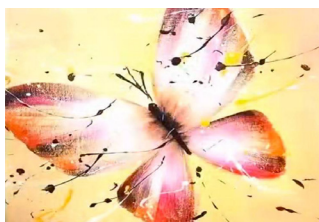
| 講師：沈韋彤 | 10足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



02/18 (六) 14:00 ~ 15:30 油畫-春之舞

濃濃的春意，斑蝶翩翩，輕捷飄逸地跳起舞來，利用簡單素材，表現蝴蝶美！

| 講師：Minnie | 8足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



03/25 (六) 14:00 ~ 15:30 春夏零錢包

大家知道如何運用縫紉機嗎？本次讓我們一起動手做帶有滿滿季節感的「春夏零錢包」，色彩繽紛又可愛！你一定會喜歡！

| 講師：黃慧雯 | 12足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



蒙福之家 台中市北屯區崇德路三段1號

01/06-03/24 (五) 19:00 ~ 20:00 有氧律動與體態雕塑

上課日期：1/6、1/13、2/3、2/10、2/17、2/24、3/3、3/10、3/17、3/24 共10堂

Dance Fitness 是目前全球最新的健身方式之一，透過簡單而有效的律動編排，採用時下最夯的流行音樂和嘻哈音樂；肯定讓你滿頭大汗並帶著笑容離開。不需要任何舞蹈基礎。

備註：請自備一對啞鈴、瑜珈墊、毛巾。

講師：Min Chiang | 18足歲以上至成人，每戶限報2名（限40名）



卓越幸福行道會 台中市太平區育德路167號

01/12-03/30 (四) 09:00 ~ 10:00 舞動有氧

上課日期：1/12、2/2、2/9、2/16、2/23、3/2、3/9、3/16、3/23、3/30 共10堂

Zumba結合拉丁風格的節奏，配搭與低強度到高強度的動作，達到既消耗卡路里又帶勁的運動。好處在於全身性的鍛煉，結合了健身元素，讓每次訓練都能增強你的能量和力量。

講師：Karen Calmes | 18足歲至成人，每戶限報2名（限25名）



01/12-03/30 (四) 19:00 ~ 20:00 墊上皮拉提斯

上課日期：1/12、2/2、2/9、2/16、2/23、3/2、3/9、3/16、3/23、3/30 共10堂

基礎坐姿、腹式呼吸及體位法等，不同的姿勢給予頭腦、肌肉、內臟、神經、荷爾蒙腺體適度的刺激並學習釋放日常生活中的各種壓力，持續的練習也可幫助我們擁有美麗的身型進而達到瘦身的目的！

講師：林渚楨 | 18足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



01/14(六) 14:00 ~ 15:30 動力小萌龍

有怪獸～有怪獸～超可愛的小萌龍來了喔～圓圓的身體，尖尖的牙齒，超萌的表情～一起來完成左右搖擺的小萌龍喔～

講師：邱惠緞 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



02/11 (六) 14:00 ~ 15:30 兒童科學講堂－阿基米德投石器

力矩的作用與效應、牛頓第二運動定律、阿基米德槓桿原理、能量間的轉換、彈力、原理。

講師：大鵬老師 | 4足歲至7足歲，每戶限報2名（限40名）



03/11 (六) 14:00 ~ 15:30 招「柴」無框畫

透過與狗狗的相處，學習如何照顧小動物與認識柴犬種類。最後讓我們一起使用畫筆，把柴柴開朗的笑容，融化我們的每一天吧！

講師：Momo | 2足歲至12足歲，每戶限報2名（限40名）



客西馬尼 台中市潭子區大成街120巷18號

01/07 (六) 19:00 ~ 20:30 花朵信箱

浪漫花朵信箱，有柔和舒服的色調，人放鬆的手作也能有愉快的好心情呦！

| 講師：謝欣潔 | 7足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



01/13-03/31 (五) 19:00 ~ 20:30 兒童創意美術班

上課日期：1/13、2/3、2/24、3/3、3/10、3/17、3/24、3/31 共8堂

透過圖片觀察、故事引導或畫作賞析的方式，運用簡單的媒材享受邊畫邊玩的創作，讓想像力奔馳。

| 講師：許靜彤 | 7足歲至12足歲，每戶限報2名（限30名）



02/18 (六) 19:00 ~ 20:30 迎向陽光的小刺蝟

令人心情愉悅的小刺蝟變成實用可愛的小刺蝟針插，也是洗手後孩子們乖乖擦手的好幫手，還可以用牠圓滾滾的肚子來清潔桌面唷！快來一起體驗療癒的時光吧！

注意事項：1.請學員自備剪線用的小剪刀 2.小刺蝟顏色按現場課程預備為主

| 講師：沈韋彤 | 10足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



03/18 (六) 19:00 ~ 20:30 春日小花籃

來一場和春天的手作約會吧！在自己親手編織的小小花籃裏，裝滿各種繽紛盛開的花朵，頓時心情也跟著亮起來了！

| 講師：親子創意工坊團隊 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



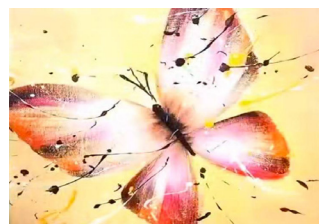
小巧花籃。繡框手作

榮耀之家 台中市大里區立德里自立路10號

01/07 (六) 19:00 ~ 20:30 油畫-春之舞

濃濃的春意，斑蝶翩翩，輕捷飄逸地跳起舞來，利用簡單素材，表現蝴蝶美！

| 講師：Minnie | 8足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



01/13-03/31 (五) 19:30 ~ 20:30 舞動有氧

上課日期：1/13、2/3、2/17、2/24、3/3、3/10、3/17、3/24、3/31 共9堂

配合音樂有節奏的活動身體大肌肉，達到心肺，肌肉，肌力適能的強化並提升基礎代謝率增加柔軟度，釋放壓力，幫助身體更健康。

| 講師：Yuri | 18足歲至成人，每戶限報2名（限12名）



02/18 (六) 19:00 ~ 20:30 馬賽克杯墊

馬賽克通常都是用於建築物、壁畫等等大型建設，也可以用於家中的小擺設，融入生活當中。簡簡單單的彩色水晶馬賽克，能拼出不同的圖形製作成獨一無二的馬賽克杯墊。

| 講師：簡美霞 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



03/25 (六) 19:00 ~ 20:30 小動物迴轉壽司車

奔跑吧！迴轉壽司迴力車！在迴轉台上的壽司每一個都好可口，一起捏出動物造型的美味壽司，小企鵝舒服的蓋著蝦壽司棉被，讓人好想吃一口！用黏土製作完盤子造型迴力車，在家也能咻咻咻跑起來，享受迴轉壽司啦！

| 講師：小魚 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限30名）



水滸浸信會 台中市西屯區中清路二段213號

01/06-03/24 (五) 19:00 ~ 20:00 親子桌遊趣

創造一個聽故事和體驗桌上遊戲的情境，幫助親子享受精選的繪本故事，一起化身故事主角，在精美桌遊中合作與冒險，留下寶貴的親子回憶。

注意事項：本次課程為親子桌遊，一位兒童需搭配一位家長進行活動，限報名學員參加，不提供幼兒照顧服務。

| 講師：伊歐數感故事桌遊團隊 | 3足歲至7足歲，每戶限報2名（限15名）



01/14 (六) 14:00 ~ 15:30 捲捲羊多肉盆栽收納盒

捲捲羊多肉收納盒來啦！

有三種多肉和蘑菇，還有膨鬆的捲捲小羊，讓我們用黏土來捏捏植物們！完成後是收藏文具的收納盒！可以夾上勵志及好心情便簽，放置桌前療癒自己吧！

| 講師：小魚 | 6足歲至成人，每戶限報2名（限40名）



02/11 (六) 14:00 ~ 15:30 花見團子組

除了超可愛的三色日式丸子，還多了黏土手作可以玩唷～

採用全天然食材作為顏色來源，靜岡抹茶的綠色，紅麴的粉色，寶貝們可以放心吃放心玩。

| 講師：Momo | 2足歲至12足歲，每戶限報2名（限40名）



03/18 (六) 14:00 ~ 15:30 兒童科學講堂－磁力小車

每塊磁鐵的周圍都會形成一個磁場，磁場會產生磁場力，磁場力可以是帶電粒子產生運動，變成了我們使用的電。

| 講師：大鵬老師 | 4足歲至7足歲，每戶限報2名（限40名）



台中聖教會

台中市中國區三民路二段42號

01/14-03/18 (六) 10:00 ~ 11:30 親子桌遊趣

上課日期：1/14、2/11、3/4、3/11、3/18 共5堂

創造一個聽故事和體驗桌上遊戲的情境，幫助親子享受精選的繪本故事，一起化身故事主角，在精美桌遊中合作與冒險，留下寶貴的親子回憶。

注意事項：1. 本次課程為親子桌遊，一位兒童需搭配一位家長進行活動，限報名學員參加，不提供幼兒照顧服務。

2. 課程將安排課前與課後15分鐘時間，有好玩的破冰遊戲與唱跳律動。(由台中聖教會主責進行)

| 講師：伊歐數感故事桌遊團隊 | 4足歲至10足歲，每戶限報2名(限15名)



其他活動專區

每週一~三 09:00 ~ 11:00 快樂的幸福樂齡據點

幸福樂齡據點 在大毅幸福館內！有寬廣明亮的場地、優質的設備、飄香的咖啡、健康的運動、懷舊的課程、親切的好友、多元的學習及成長、想要擁有最好人生的你，歡迎加入幸福樂齡據點。

活動內容：健康運動、舞蹈表演、手作課程、專題講座、音樂欣賞...等

服務項目：健康促進、電話問安、送餐服務、春秋季旅遊、預防失能及延緩課程



| 主辦單位：社團法人中華傳愛社區服務協會

| 服務對象：65歲以上松竹里的長輩(名額有限，額滿候補)

| 活動地點：台中市北屯區崇德路三段1號

| 連絡電話：04-2247-9300或04-2298-4774(#324)張督導、王老師

| 酌收費用：500元/月

幸福家庭練習曲

我們要推廣的是幸福家庭的理念、建造充滿愛的家，因為只有充滿愛的家才能帶給人幸福，為此，大毅建設自96年起委託古典音樂台製作一系列幸福家庭講座，邀請親子、夫妻、家庭關係領域之專家，每期收錄15則錄音，在好家庭廣播(FM97.7)定時播放，並集結製成專輯，贈送給客戶做為生日禮品，及提供給需要的民眾，透過分享與傳遞，把上帝的愛與幸福家庭的價值傳揚。

古典音樂台播放時間：每週一~五

07:56 日出印象 | 11:56 梵谷向日葵

17:56 舞蹈馬諦斯 | 21:56 焦點音樂



教會聚會時間

蒙 福 教 會 雙語主日崇拜 (日) 09:00-10:30 (日) 11:00-12:30 兒童主日學 (日) 09:00-10:30

幸 福 衛 理 堂 禱告會 (五) 20:00-21:00 主日崇拜 (日) 10:00-11:30 兒童主日學 (日) 10:00-11:30

卓 越 幸 福 行 道 會 禱告會 (三) 19:30-21:00 主日聚會 (日) 10:30-12:00 兒童主日學 (日) 10:30-12:00

北屯區樂齡學習中心

每週一~五 9:00-12:00 | 14:00-17:00

迎向55歲之後更精彩富饒的人生！由生活安全、運動保健、心靈成長、人際關係、社會參與加上貢獻服務等全方位課程開啓您全面的學習引擎～

學習中心以『健康樂齡』為主軸，讓55歲以上的您在輕鬆、活潑、有趣及學習的課程更年輕有活力～保持最佳學習力及腦力！跟你一起『快樂學習；忘記年齡』。

請加入學習中心相關網路好友以獲得更多不同的學習資訊及每次最新的報名課程。



招生電話：04-22468211 請電洽工作人員
上班時間：08:30～17:00；星期六、日及國定假日不上班。
官方Line：@492cqtql
臉書搜尋：臺中市北屯區樂齡學習中心

活在燦盛 熟齡時



「我對於退休的定義，就是離開工作的角色，而工作不是人生的全部，如果已達到一定的財務自由，為什麼還需要把全部的精力擺在工作上呢？」擁有30餘年行銷企劃經驗，55歲時退休，目前專攻中高齡相關社會心理與第三人生設計的卡姊這樣說道；慈善家歐普拉則說「年紀變大最棒的，就是能夠自由自在去做想要做的事，成為你想要的人。」這是她60歲的生日期許，是否也觸動著你？

退休後的下半場，何不趁這最燦盛的時光，實現口袋裡的夢想清單？

55+訪談

資深主播 製作人、閱讀推廣者、作家 —— 詹慶齡

華麗轉身，重整人生 此刻，即是最好的時刻

曾是台灣有線電視新聞台資深主播、製作人的詹慶齡，卸下主播身分、揮別電視新聞圈的她，寫專欄、寫書、教書、主持《名人書房》節目，也拓展至Podcast平台錄製《翻閱Bar》，蛻變成了作家、主持人、說書人，分享並推廣閱讀，持續鼓舞人心。

她的《秋葉落下之前：活在燦盛熟齡時》書中讓「初老未老時」有了新定義，「逝者已矣，如果人生是一條長河，過往皆成定格，但來者不可追，身處新聞業給我帶來的體悟是：很多人事物是留不住也追不到的，那何不把這一天、此時此刻活得很好呢？」她認為，人生比想像中短，不要蹉跎，即使身體不如以往，仍很美好。

友情之必要 —— 保持開放的心，珍惜留下來的人

詹慶齡擁有許多好友、貴人，對她而言「孤獨感很可怕，朋友是很重要的資產！」若沒有朋友相伴，難免落寞，自小和同儕相處融洽的她，喜歡與不同個性的人來往，總是能看到別人身上的優點，雖容易害羞但人緣很好，口齒清晰的她被舉薦參加演講比賽，不怯場的優異表現，奠定日後的職涯基礎，回首才發現一切皆有脈絡可循。

大學時期的室友、社團認識的朋友，即使分散各行各業，直到現在也會結伴出國旅遊、交換禮物，「珍惜當下相聚的時刻，不在乎高低起伏，只回到19歲那時」彼此陪伴，也排遣寂寞。言談幽默溫暖的她，在同事眼中是貼心的主管也是好友，相對晚婚的她總讓出年假，設身處地體諒他人需求，只要「保有單純的心，全世界都很美好！」

學習之必要 —— 做想做的，專注地做

不妨從有興趣的領域開始吧！詹慶齡的關鍵字是「閱讀」，書中總能帶給她實用的啟發，看展覽、觀賞影視、木工、爬山、社會大學…都算是廣義的閱讀，「人生匆匆數十載，拿掉『退休』的框架，把自己照顧好吧！只要選幾樣想做的、想學的，專注地做，會發現每天都活得充實，張開眼一切皆是美好！」認真、努力，但不要太用力，「停止你的強迫症，在需要時休息，把握時間去做就好，不做也不會怎樣。像我，就覺得自己一生中沒有拼命過」她謙虛地說。

「到世界各處旅遊」、「持續閱讀」、「學日文」、未完待續…

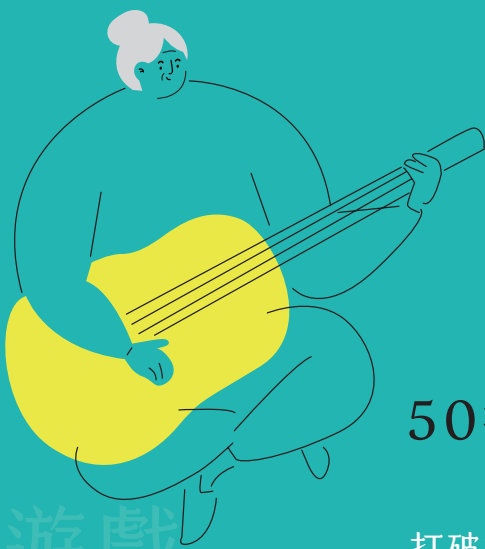
—— 這是詹慶齡的「待辦清單」，那你的呢？



美麗

青春

分享



50後的精彩，你想_____不休？

打破對退休生活的想像

人生下半場，變老變更好

大毅集團 2000 年創立「大毅建設」，2008 年成立「大毅幸福教育基金會」，一直以「蓋的不只是房子，而是家」為期許，為建構幸福家庭而努力！

【高年級聚樂部】是大毅集團繼台中大毅老爺行旅，又一跨界新作，座落於台中市中心——三民路、朝陽街口，結合建築規劃、幸福家庭理念、飯店管理經驗，並邀請前雙連安養中心執行長蔡芳文為顧問，「老爺管理顧問公司」擔任開幕前的技術顧問及營運期間品質顧問，打造一座理想居所。

融合了家的溫馨、飯店的享受、俱樂部的歡樂，並提供「生活管家、飯店設施、養生餐飲、健身管理、學院課程、醫療支援」…等全方位尊榮服務，這是專為 50+ 族群設計的

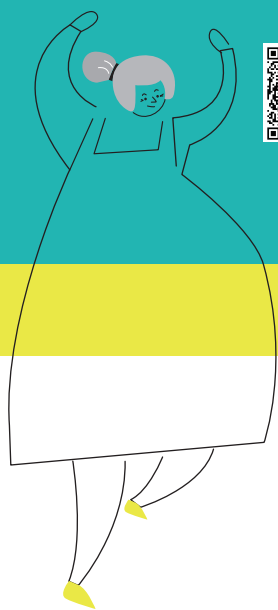
“HOME + HOTEL + CLUB”

完整呈現「聚樂，居也樂」的老後生活型態。

遊戲

美食

跳舞



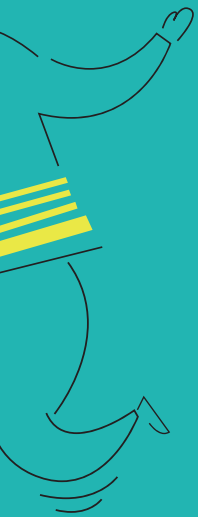
樂活長住 只租不賣的銀髮飯店

(04) 2241-0055

學習

旅行

戀愛



大毅集團

HOME
50+ 高年級聚樂部
HOTEL

板陶窯



交趾剪黏工藝園區

園區介紹：

2005年創辦人陳忠正、謝秋緞夫婦秉持對傳統工藝的熱忱，有鑑於廟宇交趾剪黏人才的逐漸流失，及因時代轉變而令學藝者產生斷層，為了延續這門傳統工藝，成立了板陶窯。將舊有廠房重新規劃五個區塊：

- 1.交趾陶剪黏工藝館：入口意象大廳、多媒體區、館主陳忠正作品個展室、交趾陶剪黏工序法。
- 2.體驗工坊：提供捏陶、剪黏馬克拼貼、手繪陶盤等適合親子一同體驗的DIY活動。
- 3.工藝產品販售區：販售交趾陶及剪黏的藝術品，有交趾陶媽祖吊飾、神明公仔吊飾等。
- 4.板陶屋餐廳：提供餐款服務，以陶板燒、火鍋為主，另外也提供下午茶、咖啡等。
- 5.戶外庭園區：以東方園林造景為主要特色，並融入交趾陶與剪黏工，像是交趾陶絲瓜牆、剪黏做成的牡丹及一些雕塑作品，除了欣賞工藝外也可以坐在庭園中喝下午茶，欣賞四周圍嘉南平原的景致，打造交趾剪黏的工藝殿堂。





為了讓遊客深入了解當地特色，不至於走馬看花，板陶窯推出一系列的套裝行程。騎乘協力車穿梭小道，經由導覽員的解說，探索社區營造的歷程；藉由DIY體驗活動，可以盡情發揮創意，製造屬於自己獨一無二的作品；亦可在餐廳休息，享用美味餐點，飲料、點心以及最具特色的陶板燒；更可參觀工藝館內最具特色的以剪黏與交趾陶技法構建而成的色彩絢麗藝術品。板陶窯園區與板頭藝術村，藉由社區營造，帶動地方觀光產業發展，產生經濟效益。社區藝術牆面的製作，讓工藝師能將傳統交趾、剪黏工法回饋於家鄉；進而提升環境美感，使居民生活品質改善並感到幸福快樂。透過在地工藝更可述說社區故事，讓居民增加交流溝通機會，促進感情提升。兩者合作提供青年返鄉工作機會，為永續經營注入一股新的能量。

參觀資訊：

- 地址：嘉義縣新港鄉板頭村42-3號
- 電話：05-781-0832
- 營業時間：週一至週日：09：00～17：30
- 入園費：100元／人（費用僅提供參考，請以現場公告為準）
- 交通方式：

【自行開車】

→嘉義交流道：沿縣道159線（媽祖大道）往北港方向，過新港遇高鐵高架橋（159線3公里處，164線20公里處），右轉直行。

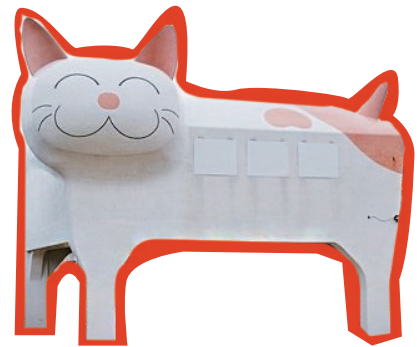
→民雄交流道：沿縣道164線往新港、北港方向，過新港遇高鐵高架橋（159線3公里處，164線20公里處），右轉直行。

→大林／溪口交流道：下溪口方向後，往新港方向，沿縣道157線，到達新港鄉後，轉164縣道。

【大眾運輸】

→從嘉義火車站或民雄火車站，可搭乘嘉義縣公車或嘉義客運搭往北港方向，搭至南港派出所站下車後，步行約15分鐘左右。

→搭乘「台灣好行—故宮南院線」，可直接抵達板陶窯。





ZEBRA義式餐廳 打造全新豐盛系菜單 意猶未盡的味蕾饗宴

「分享讓美味更有義思！」ZEBRA餐廳堅持挑選天然原味食材，新一季菜單中更是希望能藉由餐桌上的「分享」延續義大利熱愛以美食與親友家人建立緊密關係的精神。

將義式經典與台灣在地特色完整演譯，菜單中除了有義大利著名的麵點、燉飯及披薩外，更增加了許多的開胃菜及主餐選項。「ZEBRA義式精選開胃菜」除了有經典的火腿拼盤外，「爐烤野菇帕馬火腿」選用三種來自台中新社的蕈菇烘烤至表皮微焦，加上切成薄片的帕馬火腿，與芝麻葉一同入口散發多種層次風味。



還有「煙燻培根炒櫛瓜」清爽的櫛瓜與帶燻烤風味的培根加入特調的奶醬，香氣馥郁濃厚，更加順口。

還有老饕不會錯過的「爐烤32oz美國帶骨牛小排」，主廚先以低溫舒肥方式烹調，保留了肉質的軟嫩口感，再以恆溫慢火窯烤至表皮微酥，熟成後香氣四溢，一口咬下，滿溢的香甜肉汁挑動著味蕾。當然還有招牌的羅馬式披薩，在義大利披薩分為羅馬式與拿坡里式，而羅馬式的披薩經三百多度的爐烤後薄中帶脆，加上豐富的配料，大大增添滿足感。特別推薦「波隆納臘腸披薩」特選三款辣味香腸及主廚自製辣椒提味，配上薄脆羅馬式餅皮，濃郁的香氣於唇齒之間化散開，美味不言而喻！

凡於4月30日以前加入會員，即可獲得「瑪格麗特PIZZA兌換券」，邀請所有愛好美食的吃貨到ZEBRA義式餐廳來一場有義思的舌尖旅行。

ZEBRA

Opening Hours

午間 11:30 - 14:00

晚間 17:30 - 21:30

403台中市西區英才路601號

(台中大毅老爺行旅1樓)

Tel: +886-4-3702-8988

Fax: +886-4-2376-6836

E-Mail: hrtc.service@tc.hotelroyal.com.tw

www.hotelroyal.com.tw/taichung/



VIP優惠

請加入@ZEBRA

洋溢幸福的空間載體，由Building進化為Home

【植幸福-廖明誠】

植幸福社區為大毅建設所開發興建，位於台中市太平區新光重劃區，區內與周邊多為新建社區，於103年8月完工開始入住；全社區共有5棟地上15層，地下3層的大樓，共計285戶，住戶年齡層主要在21-64歲，約佔75%，社區進駐率達97%，並以自住戶為主(約85%)。社區於104年參加「台中市資源回收分級稽察管制計畫」，榮獲回收A+讚；105年申請「台中市社區低碳認證作業規定」，經評選為低碳認證社區；106年參與「台中市優良公寓大廈評選」，榮獲大型新生組第一名；110年參加「台中市太平區公民審議社區營造點計畫」，經評選為社區營造示範點；本(111)年度參加「台中樂居金獎雙年獎」，獲得年度精神總錦標金獎。



建築物的英文是Building，金碧輝煌而有屋頂的就叫Building，家的英文是Home，溫暖有人情味的地方就叫作家；要蓋出金碧輝煌的建築物很容易，要營造一個家卻很難。建築物本身只是個空間載體，而其填入的內容物不是只有硬體，而是包含內部洋溢的氛圍；我們希望良善的種子能夠在植幸福社區這個大家庭儲備能量，透過社區參與活動，讓它發芽，活出人們的對社區的凝聚力，處於這個高度壓力的現代社會，對於人心有撫慰療癒的效果，活化整個社區，讓家不再是冰冷的建築物，也讓大家有很多共同的回憶。

社區以強大的住戶凝聚力、友善的設施、完備的節能減碳以及優秀的社區營造能力，榮獲本年度樂居總錦標金獎，首要功臣是每一位願意走出家門，參與或是協助社區活動的好鄰居，你們就是最強的動員力量，沒有你們，社區什麼都做不了；再來就是執行能力最強的管委會，當決定了一件事，大家就會朝共同的方向前進，並把每件事做到極致；以及最強大的後勤支援力量，包含大毅建設、大毅幸福教育基金會與僑聯物業公司。



當台上傳來：「樂居年度金獎，大毅植幸福」的時候，代表我們所堅持的理念有被看見，也就是把「人」的因素發揮至極致，強大的社區凝聚力，遠勝過用錢疊出來的設施與空間，對於社區的熱情與用心，才是社區最可貴的財產。大毅植幸福，是一個充滿驕傲的社區。

「志明！志明啊！你竟然那麼早走……哈哈！」文雄趴在棺木旁，躺在棺木裡的則是他的學生。他模仿電視劇上的葬禮，一句話沒講完就笑不停。志明也跟著笑出淚：「我果然不要這種風格。請扶我起來。」

一口棺木橫亙在房間中央，旁邊放滿各種葬儀用具，不知情的人還以為來到葬儀社。但這裡原本是文雄的書房，要不是前陣子被詐騙，文雄不可能會丟掉珍藏一生的書籍，更想不到會籌辦別人的生前告別式。

沒想過的下半生

文雄家世顯赫，又曾是知名大學的教授，在地方上一直受到景仰。然而退休多年後，漸漸不諳世事，聽信了遠房親戚的話術，掉進靈骨塔詐騙的圈套。損失大筆錢財已經讓文雄十分難受，更慘的是旁人無法同理。妻小雖然不會當面數落文雄，卻對他的意見置若罔聞。當全家決議把因詐騙買來的物品，全放進文雄的書房時，他氣得大罵：「我是糊塗了一次！但可不是老糊塗！」最後仍然只能清理掉大部分的舊書。

被詐騙的事很快就傳遍鄉里，文雄根本不敢出門，怕極了鄰人不經意的關心。他乾脆把自己關在書房，整日與棺木為伍。即使是忘年之交的志明來電，文雄仍警戒得宛如又要面臨一場詐騙，受不了照三餐響起的鈴聲，文雄終於接起電話，另一頭的志明聲音微弱卻語氣爽朗：「老師，我生了場病，醫生說時間不多了。我想辦場生前告別式，因為十分信任您，希望您能幫忙……」

和過往告別

風和日麗的一天，文雄推著坐在輪椅上的志明，來到家裡的書房。志明就像逛市集，細細看過每個葬儀用具，還試躺了棺木，和文雄演起送終的戲。文雄許久沒笑得如此開懷，卻也好奇志明為何毫不忌諱。志明淡淡地回答，自從生病後，吃什麼、去哪裡，沒一件事能自己做主，「我需要點肯定，現在至少能決定要躺進哪副棺木，您知道這種感覺嗎？」

志明話鋒一轉，表示想去海邊，文雄只好招了台計程車。稍長的車程上，志明已經露出疲態，文雄卻沒有勸他回家休息，明瞭他忍著病痛也要任性一回的心情。

最初和最後的夢

輪椅會陷進沙灘裡，志明只能抓著文雄，緩慢前行，但文雄也不算強壯，一不小心，兩人一起跌在沙灘上。離海還有好一段距離，但他們不急著起身。文雄問：「你還記得駕駛帆船環遊世界的夢想嗎？」志明回答：「總是在工作與家庭奔波，我想起來時，已經在病床上了。那您呢？」文雄苦笑：「我錢都被騙光，身體也不好了……」

志明打斷文雄的話：「您並非走到絕路，仍有很多選擇。我也還沒，所以我要在這片沙灘，跟每個來看我的人說：『你可以的。』」

「躺在棺木裡，大家獻花時，突然抓住手說：『我有話跟你說』怎麼樣？」「你的生前告別式是專門要嚇人嗎？」「我是主角欸！」其他遊客發現倒下的兩人，紛紛趕來要扶起他們。他們的笑語卻不絕於耳，如同在沙灘上玩開的孩子，想像著有天會到達海的彼端。

祂使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路……我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。—《聖經》詩篇23篇2-3,6節

幸福留言板

幸福館－料理有義思

- 舌尖上的享受。(一遇·鄭秀麗)
- 幸福滿滿口福飽飽，身心健康快樂。(奇美·王教勝)
- 親切專業，美味留香。(奇美·何莉莉)

幸福館－熟齡，第二青春期

- 提升日常生活樂趣，家幸福樂融融。(奇美·王教勝)
- 成長的機會。(其他團體·鍾美如)

幸福館－扣環皮革鑰匙圈

- 拿著自己一針一線縫製的鑰匙圈，心中有種滿足的幸福感！(其他團體·趙勇任)
- 針針縫，細細拉，有特色的鑰匙圈！(奇美·廖婉伶)

幸福館－琴跟我動手做-居家簡易調酒

- 謝謝辦好活動，活動用心，學到相關知識。(其他團體·葉景文)
- 在調酒的微醺中又提升了品味人生的層次。(讚幸福·李香林)
- 活動很用心，可以學到酒類知識，動手實作，還可以認識新朋友很讚，謝謝辦活動的大家、講師、志工辛苦了～(中山先生一期·許子綾)
- 第一次參加，整體環境很好，上課品質也很好！工作人員也非常友善～(55 WAYS·吳紋瑩)



幸福館－韓式飯捲

- 滿足口慾暖心暖味。(一遇·鄭秀麗)
- 營養均衡韓式飯捲，讚！(奇美·廖婉伶)
- 為家人做一捲幸福的飯捲真幸福！(奇美·陳德昕)

幸福二館－絲線纏繞耳環

- 教學收穫多。(其他團體·吳丞凱)

幸福三館－巧智拼球大冒險

- 每次的活動，都會有不一樣的火花。(樹幸福·林樂宸)

幸福三館－貓咪吐司擠香石

- 謝謝幸福館讓一家人留下美好的親子手作回憶。(其他團體·黃玉凰)

客西馬尼－拼貼圍裙

- 別出心裁拼貼圍裙，做出屬於自己的花樣！(奇美·廖婉伶)

榮耀之家－小酒瓶浮游花

- 有幸福感。(其他團體·王董)
- 舒適自在。(其他團體·王淑鈴)



稅務行事曆

稅別	性質		開徵繳納期限
使用 牌照稅	汽車	營業用	上期 4月1日~4月30日
		下期 10月1日~10月31日	
	自用		4月1日~4月30日
	機車（151cc以上）		4月1日~4月30日
房屋稅	每年徵收1次		5月1日~5月31日
	房屋使用情形變更請於變更後30日內申報		
地價稅	每年徵收1次		11月1日~11月30日
	地價稅優惠稅率請於9月22日前提出申請		
繳款截止日遇假日順延至假日結束之翌日			

適用房地合一課徵所得稅的房屋、土地，請於完成所有權移轉登記日之次日起算30日內申報納稅



智慧e化 繳稅新招



行動裝置掃描繳款書上的QR-Code繳稅



下載行動支付繳稅業者APP繳稅



使用



- 至四大超商多媒體資訊機查繳稅
- 登入「地方稅網路申報作業網站」查繳稅

四大超商繳稅



繳稅限額提高至3萬元



開放「非現金支付工具繳稅」

✔ 實體信用卡 ✔ 行動支付 ✔ 電子票證

實際開放工具以各超商臨櫃收取為主



✔ 開放非本人信用卡繳稅

上網動動手 電子稅務文件就到手

網路可以完成的事，何須出門東奔西跑

使用健保卡、自然人/工商/組織及團體憑證、TW Fido，可到財政部稅務入口網(網址：<https://www.etax.nat.gov.tw> 首頁>線上服務>電子稅務文件)線上申請電子稅務文件。

- ◆ 民法成年年齡下修為18歲 自112年1月1日起施行
- ◆ 電動車免貨物稅及使用牌照稅延長至114年底
- ◆ 全民防制洗錢 國家金流透明 台灣幸福美好



中市稅輕鬆



臺中市政府 地方稅務局 廣告

TCLTB

財政部中區國稅局東山稽徵所稅務小叮嚀

遺產稅申報

財政部自111年1月1日起提供申請查詢被繼承人金融遺產、遺產稅申報稅額試算及延期申報服務，可就近至任一國稅局全功能櫃台辦理或至財政部稅務入口網線上申請 (<https://www.etax.nat.gov.tw/etwmain/etw109w>)，於30日取得試算書表後，可線上或臨櫃確認書表內容，完成遺產稅申報。



出售房屋、土地、預售屋等應於出售後30日內申報個人房屋土地交易所得稅

個人交易105年1月1日以後取得之房屋、土地及預售屋房屋等，其交易所得應課徵房地合一所得稅，不論有無應納稅額，應於所有權移轉登記日、預售屋讓渡簽約日之次日起算30日內自行填具申報書，檢附契約書影本及其他有關文件，向個人戶籍地所在稽徵機關辦理申報。持有期間在2年以內者稅率45%、超過2年未逾5年稅率35%、超過5年未逾10年稅率20%、超過10年稅率15%。

個人及其關係人境外關係企業營利所得之計算及規定(個人CFC制度)

個人及其關係人直接或間接持有在中華民國境外低稅負國家或地區之關係企業股份或資本額合計達50%以上或對該關係企業具有重大影響力，且該關係企業無所得稅法第43條之3第1項各款規定者，於個人或其與配偶及二親等以內親屬合計持有該關係企業股份或資本額10%以上之情形，該個人應將該關係企業當年度之盈餘，按其持有該關係企業股份或資本額之比率計算營利所得，與前條第1項第1款規定之所得合計，計入當年度個人之基本所得額。但一申報戶全年之合計數未達新臺幣100萬元者，免予計入。

個人CFC制度自112年1月1日起施行，營利事業CFC制度自112年度施行，相關規定及常見問答可至財政部 (<https://www.dot.gov.tw>) \主題專區\反避稅專區查詢利用。

使用統一發票營業人以自動販賣機銷售食品、飲料及收取停車費開立統一發票規定

財政部於110年10月22日修正統一發票使用辦法等相關規定，規範使用統一發票營業人以自動販賣機銷售食品、飲料及收取停車費者，原係於收款時彙總開立統一發票，應自111年1月1日起改採逐筆開立統一發票交付買受人，惟考量汰換設備或修改程式需要作業時間，併同發布令釋，依自動販賣機取得時點分別訂定1年及6年輔導期間，期間內未能符合規定者，免依加值型及非加值型營業稅法第48條、第52條及稅捐稽徵法第44條處罰。

提醒上開營業人，如自動販賣機是111年度始取得者，輔導期限至111年12月31日；如自動販賣機是110年12月底前取得者，則輔導期限至116年12月31日。至於以自動販賣機收取停車費者，輔導期限則至111年12月31日。

呼籲尚未符合規定之營業人，儘速使自動販賣機具備逐筆開立統一發票功能；開立電子發票業者，應安裝具備正確讀取共通性載具之條碼掃描機具或設備，以符合規定。

其他

- ◎111年度各類所得扣(免)繳憑單申報期間為112年1月1日起至112年2月6日。
- ◎小規模營業人導入行動支付適用租稅優惠相關法規及申請書可至稅務入口網/熱門連結/小規模營業人導入行動支付專區查詢或下載使用。
- ◎雲端發票存載具，兌獎APP好便利。
- ◎納稅權利受保護，徵納公平有保障。
- ◎性別平等幸福升等，尊重多元婚姻平權。
- ◎國稅局提供多項線上申辦服務，可至稅務入口網申辦，一起節能減紙愛地球。
- ◎歡迎新住民女性朋友加入本所志工行列，有意者請洽04-24225822分機504 黃小姐。

以上宣導事項，如有疑義，可撥打國稅局免付費服務專線0800-000321，我們將竭誠為您服務

CROSS-INDUSTRY ALLIANCE

異業結盟



餐飲美食

莫尼早餐店
義式屋古拉爵(文心、中友)
糖園複合式餐廳
酷皮脆燒肉潛艇堡
陶然左岸健康蔬食
雲鳥日式料理
酸奶大獅
森森燒肉
和牛涮台中文心崇德店
左岸巴黎香草人文咖啡館
歐客佬國際有限公司
蒙恩聽障烘焙坊
歐佬咖啡
不言
阿官火鍋
牛比蔥
寬心園精緻蔬食餐廳
梨子咖啡館/七個小日子
BOSKE咖啡麵包坊



至大毅幸福教育基金會的網站下載
列印券面或手機APP出示方可享有
其優惠。



居家生活

夏馬城市生活股份有限公司
澄心居家清潔行



休閒旅遊

21舞蹈教室
義大遊樂世界



醫療保健

林子巡診所
高堂中醫
新華牙醫診所

※異業結盟店家優惠不定期更新中