

蘇澳鎮社福大樓111年《五月份》活動行事曆

[蘇澳親子館公告]為考量嬰幼兒健康及安全，親子館自111年4月21日起，全面暫停入館及相關服務，包括：教玩具借閱、歸還；館內活動課程服務、社區玩具車外展等服務，造成不便尚祈見諒。

※休館期間將以影片、直播、群組會議室等方式進行親子互動。

※歡迎至宜蘭縣育兒資源網、宜蘭縣蘇澳親子館臉書查詢其相關資訊。

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
5/1 休：DOC數位機會中心	5/2 公休：社福大樓、親子館、數位機會中心 👶托嬰中心勞動節補休	5/3 4/20-5/13週一至週五 09:00-17:00 技藝教室 第二照顧服務勞動合作社 照顧服務員專班	5/4 13:00-17:00 技藝教室 第二照顧服務勞動合作社 照顧服務員專班	5/5 09:00-17:00 技藝教室 第二照顧服務勞動合作社 照顧服務員專班	5/6 🎹 09:30-11:30 技藝教室 社大-簡單彈電子琴 09:00-17:00 技藝教室 第二照顧服務勞動合作社 照顧服務員專班 13:00-16:00 Covid-19 第十四波 疫苗快打站	5/7 10:00-12:00 技藝教室 家庭教育中心-真愛·幸福旅程 🎤 09:00-11:00 交誼廳 社大-塑身肚皮舞(蘇澳) 14:00-16:30 交誼廳 福氣生活協會-婦女志工隊研習 休：DOC數位機會中心
5/8 5/8-5/31 聖賢長壽協會 書法藝文展覽 休：DOC數位機會中心	5/9 公休：社福大樓、親子館、數位機會中心 📱 09:00-11:00 永榮社區 DOC - 手機健康好幫手	5/10	5/11	5/12	5/13 🎹 09:30-11:30 技藝教室 社大-簡單彈電子琴 13:00-17:00 技藝教室 第二照顧服務勞動合作社 照顧服務員專班-結業式	5/14 10:00-12:00 技藝教室 家庭教育中心-真愛·幸福旅程 🎤 09:00-11:00 交誼廳 社大-塑身肚皮舞(蘇澳) 14:00-16:30 交誼廳 福氣生活協會-婦女志工隊研習 📱 09:00永榮；14:00頂寮社區 DOC - 手機健康好幫手 休：DOC數位機會中心(社區課)
5/15 📱 09:00-11:00 永榮社區 DOC - 手機健康好幫手 休：DOC數位機會中心	5/16 公休：社福大樓、親子館、數位機會中心 📱 09:00-11:00 永榮社區 DOC - 手機健康好幫手	5/17	5/18	5/19	5/20 🎹 09:30-11:30 技藝教室 社大-簡單彈電子琴	5/21 10:00-12:00 技藝教室 家庭教育中心-真愛·幸福旅程 🎤 09:00-11:00 交誼廳 社大-塑身肚皮舞(蘇澳) 14:00-16:30 交誼廳 福氣生活協會-婦女志工隊研習 📱 14:00-17:00 電腦教室 IoT 物聯網樂活 A 班
5/22 📱 14:00-16:00 電腦教室 雲端會議視訊教學	5/23 公休：社福大樓、親子館、數位機會中心	5/24 休：DOC數位機會中心	5/25	5/26	5/27 🎹 09:30-11:30 技藝教室 社大-簡單彈電子琴	5/28 🎤 09:00-11:00 交誼廳 社大-塑身肚皮舞(蘇澳) 📱 14:00-16:30 交誼廳 福氣生活協會-婦女志工隊研習 📱 09:00-11:00 永榮社區 DOC - 手機自拍 E 拍即印 休：DOC數位機會中心
5/29 休：DOC數位中心	5/30 公休：社福大樓、親子館、數位機會中心	5/31 社福大樓月底清潔日休館 休：DOC數位機會中心				

 各單位電話	社福大樓行政辦公室 03-9903421#201、105	 長青老人日托中心 03-9909166	 社會福利服務中心 03-9908116	 蘇澳親子館 03-9906316	 公共托嬰中心蘇澳家園 03-9909309	 數位機會中心(DOC) 03-9903421#203
---	---------------------------------	--	---	---	--	---

 活動報名資訊	 社福大樓租借辦法、 服務及設施介紹	 數位機會中心 9903421#203	 社會福利服務中心 03-9908116	 蘇澳親子館 03-9906316	 公共托嬰中心蘇澳家園 03-9909309	 羅東社區大學 03-9575919
--	--	---	---	---	--	--



日	一	二	三	四	五	六
01 休館	02 勞動節補假 休館	03 材料包領取 09:00-16:00	04 「美術創作」 母親節 AM10:00 LINE線上課程	05 清潔消毒日	06 員工教育訓練	07 休館
08 Happy Mother's Day	09 「育兒資源網」 愛馨玩具包申請	10	11 「繪本共讀」 Thank You MAMA AM10:00 LINE線上活動	12 清潔消毒日	13 「親職活動」 長輩老愛干涉教養 怎麼辦？ 09:30-11:00 Google Meet	14 休館
15 休館	16 「育兒資源網」 愛馨玩具包申請	17 材料包領取 09:00-16:00	18 「科學小遊戲」 傳聲筒 AM10:00 LINE線上課程	19 清潔消毒日	20 「多元文化」 異國美食+ PM03:00 粉專影片上架	21 休館
22 休館	23 「育兒資源網」 愛馨玩具包申請	24	25 「安全教育」 巧虎說故事 AM10:00 LINE線上課程	26 清潔消毒日	27 「育兒準備」 收涎小點 PM03:00 粉專影片上架	28 休館
29 休館	30 「育兒資源網」 愛馨玩具包申請	31 月末盤點日	外出戴口罩、肥皂勤洗手、保持安全社交距離～蘇澳親子館關心您～			

宜蘭縣蘇澳鎮隘丁路36號
(蘇澳鎮社會福利大樓2F)
TEL: 03-9906-316
週二至週日·08:30-17:30
午休時間: 12:00-13:00
承辦單位: 蘭馨婦幼中心

【重要公告】
為考量嬰幼兒健康及安全，宜蘭縣蘇澳親子館
自111年4月21日起，全面暫停入館及相關服務，包括：
教玩具借閱、歸還、館內活動課程務、社區及玩具車外展…等服務
造成不便尚祈見諒

宜蘭縣蘇澳親子館 宜蘭縣育兒資源網





蘇澳數位機會中心 111 年 05 月課程表

公告日期：111/4/25

項目	課程名稱	課程時間	課程內容	參加對象	上課地點	報名日期
1	手機健康好幫手 營運課程 鐘佳容 老師	5/9 星期一 9:00-11:00 (共 2 小時)	1.智慧穿戴量測、減重瘦身 2.健康存摺 APP 3.N-Switch 體感遊戲體驗	一般民眾 (12 人)	永榮社區	自即日起至 5/9(一)止
2	手機健康好幫手 營運課程 朱哲宏 老師	5/14 星期六 9:00-11:00 (共 2 小時)	1.智慧穿戴量測、減重瘦身 2.健康存摺 APP 3.N-Switch 體感遊戲體驗	一般民眾 (12 人)	頂寮社區	自即日起 5/14(六)止
3	手機健康好幫手 營運課程 謝欣宜 老師	5/14 星期六 14:00-16:00 (共 2 小時)	1.智慧穿戴量測、減重瘦身 2.健康存摺 APP 3.N-Switch 體感遊戲體驗	一般民眾 (12 人)	聖愛社區	自即日起至 5/14(六)止
4	手機健康好幫手 營運課程 羅玉合 老師	5/15 星期六 09:00-11:00 (共 2 小時)	1.智慧穿戴量測、減重瘦身 2.健康存摺 APP 3.N-Switch 體感遊戲體驗	一般民眾 (12 人)	新城社區	自即日起至 5/15(日)止
5	手機健康好幫手 營運課程 鐘佳容 老師	5/16 星期一 9:00-11:00 (共 2 小時)	1.智慧穿戴量測、減重瘦身 2.健康存摺 APP 3.N-Switch 體感遊戲體驗	一般民眾 (12 人)	南強社區	自即日起至 4/16(六)止

6	IoT 物聯網樂活 A 班 輔導團課程 孟崇惠 老師	5/21 星期六 14:00-17:00 (共 3 小時)	1.物聯網、人工智慧生活應用介紹 2.行動裝置語音助理功能利用 3.智慧家電體驗(智慧音箱、智能插座、智慧居家攝影機等)	一般民眾 (12 人)	蘇澳數位機會中心 (隘丁路 36 號)	自即日起至 5/21(六)止
7	雲端會議視訊教學 營運課程 張郁翎老師	5/22 星期日 14:00-16:00 (共 2 小時)	1.市面上常見視訊軟體介紹 2.軟體功能操作教學 3.視訊會議體驗	一般民眾 (12 人)	蘇澳數位機會中心 (隘丁路 36 號)	自即日起至 5/22(日)止
8	手機自拍 E 拍即印 營運課程 李佳潔 老師	5/28 星期六 14:00-16:00 (共 2 小時)	連接網路，下載 APP，APP 操作方式、拍照修圖、列印出來。	一般民眾 (12 人)	聖愛社區	自即日起至 5/28(六)止



 **蘇澳** 數位機會中心
Digital Opportunity Center