



社團法人新竹市腎友協會《107.03 會訊》

PS. 為節省資源，如有：收件人已遷移、
或住址變更或錯誤、停止寄發及
重複收到兩份等以上情形，
請您來電告知；謝謝您!!!

活動快報

<活動快報一>

☆本會訂於 107 年 5 月 27 日舉辦《心連心才藝展演》☆
☆詳細活動內容及報名表 請參閱附件~~~

<活動快報二>

~腎友舒壓歌唱班~

辦理時間：107 年 5 月 29 日至 10 月 9 日止。
每星期二/上午 9：30~11:30 [共 20 堂課 40H]。
上課地點：新竹市西門街 170 號 1 樓[新生醫院附近]

◆ 詳細內容請續閱附件~

<活動快報三>

~腎友體適能~舞動人生~

辦理時間：107 年 6 月 5 日至 10 月 16 日止。
每星期二/下午 2：00~4:00 [共 20 堂課 40H]。
上課地點：新竹市立體育館{B1/C 門}

◆ 詳細內容請續閱附件~

※以上有任何疑問請電：03-5253301 或 0937-137907 林小姐洽詢

本會電話：03-5253301 傳真：03-5253318

會 址：新竹市長和街 20 巷 3 號 1 樓

劃撥帳號：19359397 戶名：新竹市腎友協會

E-mail：ch.linabby@msa.hinet.net

新竹市腎友協會-網址：<http://www.hcrsfvac.artcom.tw> (請續閱附件)



社團法人新竹市腎友協會

身心障礙家庭~心連心才藝展演 {活動簡章}

- 一、活動目的：為鼓勵身心障礙者及其家庭成員勇於走出戶外面對社區，倡導健康休閒娛樂活動，並讓身心障礙者與其他障礙類別朋友聯絡情誼，增進團體相處適應能力，進而肯定自我、發揮潛能。
- 二、指導單位：新竹市政府
- 三、主辦單位：社團法人新竹市腎友協會
- 四、活動日期：107年5月27日[星期日]上午9:00~12:00
團體才藝展演時間：107年5月27日[星期日]上午9:00~12:00
聯歡歌唱~舞會時間：107年5月27日[星期日]下午12:00~16:00
- 五、活動地點：中埔集會所[中華路景觀大道高架橋下]。
- 六、活動對象：新竹市領有身心障礙手冊之身心障礙者及其家庭、親屬、愛心志工。
- 七、活動內容：
 - (一)邀請友會各身心障礙別之身心障礙者及其家庭成員才藝展演。
 - (二)邀請新竹市民及社區志工們到場為身心障礙表演者加油打氣。
 - (三)於輕鬆愉悅氛圍中穿插，分享生活感動、照顧者心路歷程，相互激勵見、賢思齊，揚棄灰色思想、建立積極向上的人生觀、迎向彩色人生。
- 八、活動效益：家庭成員共同才藝展演讓人放鬆身心；藉由障友和家屬共同才藝表演使各障礙類別的身心障礙者盡情的嘻笑同樂，在歡樂的氣氛中不僅解放羞澀也讓各障礙類別身心障礙者及家屬們、相互鼓勵，進而從中發掘自我肯定自我。

才藝表演報名表：

報名需知：請報名表演團體填妥報名表於5月10日前E-mail至本會

團體名稱：			連絡人：	電話：
表演項目/名稱：			表演預訂時間：	
編號	姓名	性別	電話	備註：[特別需求]
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

出席人員/團體報名表：

報名需知：請團體統一填妥報名表於5月14日前E-mail至本會

編號	姓名	性別	電話	備註：[特別需求]
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

1. 依據團體報名人數發送餐點、飲料礦泉水[不接受現場報名]。
2. (本表如不敷使用時請自行增加)(為免資源浪費,餐盒依報名人數訂定,現場不增加數量)謝謝合作!!

社團法人新竹市腎友協會

* 腎友舒壓歌唱班 *

一、目的：

透過專業歌唱老師教導學習唱歌，讓腎友擺脫每隔一天都需面對冷冰冰的透析儀器，暫時忘記扎針的痛，並且給予腎友另一種增強體力、訓練肺活量的活動，重拾歡樂，擴展身心，為迎向亮麗彩色的人生而儲備信心與能量，創造充滿希望的未來

二、參加對象：本會會員及陪同家屬。

三、上課日期：5月29日~10月9日(共20堂課)。

四、上課時間：星期二上午9:30~11:30。

五、上課地點：新竹市西門街170號{楊柳桂老師/歌唱教室}。

六、課程內容：請閱背頁上課時期及課程進度與大綱~~~~~

七、費用：1. 腎友會會員免費[保證金500元]。會員缺課以5次為限，活動結束後無息退還。[PS. 會員缺課5次以上者保證金則沒收，以鼓勵會員珍惜學習資源]。

2. 陪同學員1,000元。

八、報名日期:即日起至5月21日止(額滿提前截止)

* 腎臟病友舒壓歌唱班 *

*報名表

姓名		性別		身分證字號	
手機		電話		出生年月日	
地址					
簽名	※以上個人資料，除作為本次課程通知使用，本人同意新竹市腎友協會建檔，以利日後邀請參與辦理之各項課程、活動。 本人同意上述內容：_____ (簽名)				

※以上有任何疑問請電：03-5253301 或 0937-137907 林小姐洽詢

協會電話：03-5253301 傳真：03-5253318

協會會址：新竹市長和街20巷3號1樓

E-mail：ch.linabby@msa.hinet.net

網址：<http://www.hcersfvac.artcom.tw>

腎友舒壓歌唱班-上課時期及課程進度與大綱

NO	上課日期及課程主題	教學內容
1	05/29(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
2	06/05(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
3	06/12(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
4	06/19(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
5	06/26(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
6	07/03(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
7	07/10(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
8	07/17(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
9	07/24(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
10	07/31(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
11	08/07(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
12	08/14(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
13	08/21(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
14	08/28(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
15	09/04(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
16	09/11(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
17	09/18(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
18	09/25(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
19	10/02(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。
20	10/09(二)9:30~11:30 教唱一首歌	歌詞意境及發音解說、唸譜、唱歌技巧教學、電子琴伴奏教唱、卡拉OK配樂練習。

PS. 若遇颱風天, 新竹市政府宣布停止上課, 課程順延一週。

社團法人新竹市腎友協會

*** 腎友體適能~舞動人生~***

一、目的：

以簡單的舞蹈達到運動的效果,加強腎臟病友的體適能,舞蹈是最適合體質較弱及中高年齡層的運動,輕鬆學會恰恰,倫巴,探戈,華爾滋,體驗舞動樂趣。輕快吉倫巴、恰恰,柔美倫巴、華爾滋等淺顯易學,再增加技巧使舞姿更加曼妙讓每位學員都能增加舞藝。

二、參加對象：本會會員及陪同家屬。

三、上課日期：6月5日~10月16日(共20堂課)。

四、上課時間：星期二下午2:00~4:00。

五、上課地點：新竹市立體育館{B1/C門}。

六、課程內容：請閱背頁上課時期及課程進度與大綱~~~~~

七、費用：1. 腎友會會員免費[保證金500元]。會員缺課以5次為限,活動結束後無息退還,會員缺課5次以上者保證金則沒收,以鼓勵會員珍惜學習資源。

2. 陪同學員1,000元。

八、報名日期:即日起至5月28日止(額滿提前截止)

*** 腎友體適能~舞動人生***

***報名表**

姓名		性別		身分證字號	
手機		電話		出生年月日	
地址					
簽名	※以上個人資料,除作為本次課程通知使用,本人同意新竹市腎友協會建檔,以利日後邀請參與辦理之各項課程、活動。 本人同意上述內容: _____ (簽名)				

※以上有任何疑問請電:03-5253301 或 0937-137907 林小姐洽詢

協會電話:03-5253301 傳真:03-5253318

協會會址:新竹市長和街20巷3號1樓

E-mail: ch.linabby@msa.hinet.net

網址: <http://www.hcrsfvac.artcom.tw>

腎友體適能~舞蹈班

上課時程表

NO	日期	上課時間	時數	備註
1	06/05(二)	14:00~16:00	2小時	1:30~14:00/熱身時間
2	06/12(二)	14:00~16:00	2小時	
3	06/19(二)	14:00~16:00	2小時	
4	06/26(二)	14:00~16:00	2小時	
5	07/03(二)	14:00~16:00	2小時	
6	07/10(二)	14:00~16:00	2小時	
7	07/17(二)	14:00~16:00	2小時	
8	07/24(二)	14:00~16:00	2小時	
9	07/31(二)	14:00~16:00	2小時	
10	08/07(二)	14:00~16:00	2小時	
11	08/14(二)	14:00~16:00	2小時	
12	08/21(二)	14:00~16:00	2小時	
13	08/28(二)	14:00~16:00	2小時	
14	09/04(二)	14:00~16:00	2小時	
15	09/11(二)	14:00~16:00	2小時	
16	09/18(二)	14:00~16:00	2小時	
17	09/25(二)	14:00~16:00	2小時	
18	10/02(二)	14:00~16:00	2小時	
19	10/09(二)	14:00~16:00	2小時	
20	10/16(二)	14:00~16:00	2小時	

PS. 若遇颱風天, 新竹市政府宣佈停止上課, 課程順延一週。