

# 臺北市教師研習中心

## 115 年教師聯誼第 11-17 期實施計畫

一、活動依據：臺北市教師研習中心辦理教師聯誼活動要點。

二、活動目的：

(一)透過系列活動，讓教師放鬆工作壓力，促進身心健康。

(二)結合永續發展目標，透過聯誼活動開啟人與環境間美好的互動及相互共好的連結，關懷滋養身心及永續生命力。

三、活動對象及人數：臺北市所屬各級學校(含附設幼兒園)教師、教保服務人員。

四、活動及報名截止日期：

| 活動期別   | 活動日期                | 報名截止日期               |
|--------|---------------------|----------------------|
| 第 11 期 | 115 年 7 月 10 日(星期五) | 即日起至 7 月 2 日(星期四)截止  |
| 第 12 期 | 115 年 7 月 17 日(星期五) | 即日起至 7 月 03 日(星期四)截止 |
| 第 13 期 | 115 年 8 月 21 日(星期五) | 即日起至 8 月 6 日(星期四)截止  |
| 第 14 期 | 115 年 8 月 28 日(星期五) | 即日起至 8 月 13 日(星期四)截止 |
| 第 15 期 | 115 年 9 月 05 日(星期六) | 即日起至 8 月 20 日(星期四)截止 |
| 第 16 期 | 115 年 9 月 12 日(星期六) | 即日起至 8 月 27 日(星期四)截止 |
| 第 17 期 | 115 年 9 月 19 日(星期六) | 即日起至 9 月 3 日(星期四)截止  |

五、活動主題及簡要行程：(活動當日視實際狀況由帶隊講師調整)

(一)第 11 期：忠泰美術館 《燼光之城——文明之後的迴響》

| 集合地點         | 忠泰美術館(台北市大安區市民大道三段 178 號 2 樓) | 研習時數                                                          | 2 小時   | 人數       | 30 人 |
|--------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------|----------|------|
| 日期           | 時間                            | 活動內容                                                          | 講座     | 備註       |      |
| 7月10日<br>(五) | 10:00-12:00                   | 專人導覽「燼光之城」-經由錄像、影像、混合實境(MR)、大型現地裝置等媒材傳遞全球化下城市文明的崩解、挑戰與再生→自由參觀 | 館內導覽人員 | 自行集合、無供餐 |      |

(二)第 12 期：烘焙 DIY-濃情布朗尼

| 集合地點         | 自由作烘焙(臺北市大安區建國南路一段 354 號 1 樓) | 活動時數                                     | 3 小時                     | 人數       | 30 人 |
|--------------|-------------------------------|------------------------------------------|--------------------------|----------|------|
| 日期           | 時間                            | 活動內容                                     | 講座                       | 備註       |      |
| 7月17日<br>(五) | 09:30-12:30                   | 烘焙器具使用示範→DIY(布朗尼製作/烘烤/冷卻/裝飾/包裝)→品嘗/拍照/交流 | 徐伊瑾、饒世芬<br>糕點師傅<br>自由作烘焙 | 自行集合、無供餐 |      |

(三)第 13 期：編織小包-冰島毛線手編包

| 上課地點         | 小紅花 Café(臺北市北投區大同里豐年路一段 34 號 2 樓) | 活動時數                                                             | 3 小時                 | 人數       | 20 人 |
|--------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------|----------|------|
| 日期           | 時間                                | 活 動 內 容                                                          | 講 座                  | 備 註      |      |
| 8月21日<br>(五) | 09:00-12:00                       | 冰島毛線包（又稱粗冰條線包）是近年非常熱門的手作體驗，主打完全不需使用鉤針或棒針，僅靠雙手與手臂就能編織出柔軟、澎潤的時尚包款。 | 隋夢緣<br>劉晏妮<br>小紅花工作室 | 自行集合、無供餐 |      |

(四)第 14 期：陽明山新秘境-開箱猴硐水圳步道

| 集合地點         | 教師研習中心廣場(搭乘專車出發至小油坑) | 活動時數                                                       | 4 小時                        | 人數                                                                              | 30 人 |
|--------------|----------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------|
| 日 期          | 時間                   | 活 動 內 容                                                    | 講 座                         | 備 註                                                                             |      |
| 8月28日<br>(五) | 9:00-13:00           | 小油坑遊客服務站-陽明溪步道-竹子湖海芋步道-海芋環狀步道-猴硐水圳步道-草山觀瀑吊橋-陽明公園後門一公車站(解散) | 胡一刀講師<br>挺台灣<br>爬山去<br>社團領隊 | 1. 難度：依據臺北市府「親山步道」分級，本行程屬於勇腳級：有一定坡度或階梯，適合規律運動習慣的民眾。請衡量自我體能狀況後報名。<br>2. 提供專車、餐盒。 |      |

(五)第 15 期：茶學講座-焙出焙香型烏龍茶

| 上課地點        | 臺北市科教館 B1 團膳區 | 活動時數                      | 2 小時                          | 人數       | 30 人 |
|-------------|---------------|---------------------------|-------------------------------|----------|------|
| 日 期         | 時 間           | 預 定 行 程                   | 講 座                           | 備 註      |      |
| 9月5日<br>(六) | 14:00-16:00   | 凍頂烏龍、木柵鐵觀音介紹-DIY、品嚐、分享、交流 | 羅士凱<br>茶改場副研究員<br>李冠毅<br>百大青農 | 自行集合、無供餐 |      |

(六)第 16 期：城市故事-大龍峒小旅行

| 集合地點         | 台北市大同區大龍街 275 號—台北孔廟（哈密街萬仞宮牆前） | 活動時數                                              | 2 小時  | 人數       | 30 人 |
|--------------|--------------------------------|---------------------------------------------------|-------|----------|------|
| 日 期          | 時 間                            | 活 動 內 容                                           | 講 座   | 備 註      |      |
| 9月12日<br>(六) | 10:00-12:00                    | 台北市孔廟萬仞宮牆前（集合）→泮池→櫺星門→大成殿→隣聖苑→四十四坎舊址→保安宮→舉人豆花（賦歸） | 孫仁明講師 | 自行集合、無供餐 |      |

**(七)第 17 期：來找茶--如何在家做臺灣紅茶**

|             |               |                            |                                        |              |      |
|-------------|---------------|----------------------------|----------------------------------------|--------------|------|
| 上課地點        | 臺北市科教館 B1 團膳區 | 活動時數                       | 2 小時                                   | 人數           | 30 人 |
| 日期          | 時間            | 預定行程                       | 講座                                     | 備註           |      |
| 9月19<br>(六) | 14:00-16:00   | 日月潭紅玉與高香型紅茶介紹-DIY、品嚐、分享、交流 | 簡靖華<br>茶改場助理研<br>究員<br>游博森<br>2024 特等獎 | 自行集合<br>、無供餐 |      |

**六、報名方式：**

- (一)請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站(<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並經行政程序核准後，再由學校研習承辦人於報名截止日前完成薦派報名。
- (二)以各學員於教師在職研習網登錄之電子郵件信箱寄送錄取通知(相關注意事項等)，務請確認以上電子郵件信箱可正常收信，以免錯過重要資訊，並準時參加課程。
- (三)為提供更多教師有參與活動的機會，活絡活動之實用性，遴選順序如下：
  - 1.未參加過本中心教師聯誼活動者優先，額滿時依序以兩年內參加次數較少者、報名日期之順序遴選。

**七、注意事項：**

- (一)請留意活動備註欄位提醒事項，部分活動建議自備行動糧和飲水。
- (二)各期活動之遴選結果及相關訊息，本中心將以各研習員登錄於研習網之電子郵件信箱通知。
- (三)出/缺席：
  1. 請假原則：請準時出席，倘遲到或早退超過 20 分鐘以上者須請假 1 小時，如為活動當日突發事件無法事先請假，亦請於 3 日內完成補請假程序。
  2. 取消研習：各期遴選錄取之學員倘因故無法參加，請於教師在職研習網首頁最新公告免登入下載並填妥取消研習表(行前通知信件亦會附件夾帶)，經學校核章後掃描寄至本中心研習承辦人電子信箱，以利遞補備取者，逾期或程序未完成仍以無故缺席登記。
- (四)戶外活動倘受天候影響，本中心經考量學員安全及活動品質後，得取消、縮減或調整行程。

八、研習時數：全程參與活動者，依照活動規劃時數，核發研習時數，請假時數超過1小時者，不給予研習時數。

九、聯絡方式：陳佳琳老師，電話：(02)2861-6942轉223，電子信箱：ak9172@gov.taipei

十、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十一、其他：本活動實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同。