

## 臺北市教師研習中心

### 115 年教師聯誼第 1-4 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 1 期 | 115 年 1 月 29 日(星期四) | 即日起至 1 月 9 日(星期五)截止  |
| 第 2 期 | 115 年 2 月 6 日(星期六)  | 即日起至 1 月 19 日(星期一)截止 |
| 第 3 期 | 115 年 3 月 14 日(星期六) | 即日起至 2 月 23 日(星期一)截止 |
| 第 4 期 | 114 年 3 月 28 日(星期六) | 即日起至 3 月 6 日(星期五)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 1 期-藥裡行間-大稻埕中藥老鋪

| 集合地點                 | 德利泰中藥材(甘谷街 26 號 1 樓) |      | 研習時數                                           | 3 小時         | 人數                          | 20 人 |
|----------------------|----------------------|------|------------------------------------------------|--------------|-----------------------------|------|
| 日期                   | 時間                   | 節數   | 預定行程                                           | 講座           | 備註                          |      |
| 1月29日<br>(四)<br>寒假期間 | 10:00-13:00          | 3 小時 | 大稻埕德利泰中藥材互動體驗館(中草藥認識、冷倉參觀、中藥酒窖探索)→正元蔘藥(體驗 DIY) | 邱永鋒中藥師、李新約先生 | 全程步行。<br>(甘谷街-迪化街 1 段 97 號) |      |

(二)第 2 期：美味 DIY-草山三色芋圓

| 集合地點                | 教研中心-餐廳     |      | 活動時數                         | 3 小時     | 人數         | 30 人 |
|---------------------|-------------|------|------------------------------|----------|------------|------|
| 日期                  | 時間          | 節數   | 預定行程                         | 講座       | 備註         |      |
| 2月6日<br>(五)<br>寒假期間 | 13:30-16:30 | 3 小時 | 三色芋圓食譜介紹 →芋圓體驗(材料、方法、操作)→品嚐。 | 葉宏秀、中心廚師 | 學員自備湯碗、湯匙。 |      |

(三)第 3 期-走讀竹子湖-賞海芋

|              |                    |      |                      |      |                     |    |                    |
|--------------|--------------------|------|----------------------|------|---------------------|----|--------------------|
| 集合地點         | 竹子湖派出所公車站(公車站前觀景台) |      |                      | 活動時數 | 3 小時                | 人數 | 30 人               |
| 日期           | 時間                 | 節數   | 預定行程                 |      | 講座                  |    | 備註                 |
| 3月14日<br>(六) | 09:00-12:00        | 3 小時 | 竹子湖水車寮步道→青楓步道→海芋園採海芋 |      | 胡一刀講師<br>挺台灣爬山趣社團領隊 |    | 全程步行。請衡量自我體能狀況後報名。 |

(四) 第 4 期：北投-溫泉與古蹟走讀

|              |            |      |                                                                             |      |                  |    |       |
|--------------|------------|------|-----------------------------------------------------------------------------|------|------------------|----|-------|
| 集合地點         | 新北投捷運站     |      |                                                                             | 活動時數 | 3 小時             | 人數 | 30 人  |
| 日期           | 時間         | 節數   | 預定行程                                                                        |      | 講座               |    | 備註    |
| 3月28日<br>(六) | 9:30-12:30 | 3 小時 | 搭乘新北投文化公車(小39)北投文物館下車-張學良先生故居禪園-北投文物館-不動明王石窟寺-幽雅路-吟松閣-台灣銀行舊宿舍-地熱谷-向陽心苑-中心新村 |      | 朱孝慈專員<br>北投文化基金會 |    | 全程步行。 |

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，未額滿時依序以參加次數較少者、報名日期之順序遴選。

七、注意事項：

- (一)活動均無供餐，請學員自備行動糧和飲水。
- (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，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。