

# 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 动 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 (四) 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)→正元蓼藥(體驗 DIY)	邱永鋒中藥師、 李新約先生	全程步行。 (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 (五) 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)→品嘗。	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 (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 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 (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 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。