臺北市教師研習中心

105 年度 10 至 12 月份教師聯誼活動實施計畫

一、依據：本中心辦理教師聯誼活動要點。

二、目的：

（一）提倡正當休閒活動，增進教師情誼，促進身心健全發展。

（二）配合臺北市郊山景觀及大臺北地區人文休閒設施，進行自然生態及戶外健身體驗學習，豐富教學內容。

（三）透過環境教育的啟迪，認識和學習鄉土（生活周遭）的自然環境、社會文化、歷史、環境變遷與問題，激發珍惜及愛護我們生長環境的行動力。

三、對象：臺北市所屬各級學校各級學校正式合格教師。

四、遴選說明：

（一）為考量活動安全與解說效果，各次活動預定錄取 45 名，額滿即截止報名。

（二）每校限定 1 名為原則，並按照學校薦派順序依序錄取。建請貴校以未曾參加過本活動者優先辦理薦派。

（三）各次活動均不受理現場報名、自行隨隊或攜眷同行。提醒參加者請斟酌個人體能與健康狀況再行報名。

五、活動日期及時間：

（一）10 月份：105 年 10 月 22 日(星期六)上午 9 時至下午 3 時。

（二）11 月份(第一場)：105 年 11 月 19 日(星期六)上午 9 時至 12 時。

（三）11 月份(第二場)：105 年 11 月 19 日(星期六)下午 1 時 30 分至 4 時 30 分。

（四）12 月份(第一場)：105 年 12 月 3 日(星期六)上午 9 時至 12 時。

（五）12 月份(第二場)：105 年 12 月 3 日(星期六)下午 1 時 30 分至 4 時 30 分。

六、報名日期：

（一）10 月份：即日起至 105 年 10 月 7 日(星期五)截止。

（二）11 月份：即日起至 105 年 11 月 7 日(星期一)截止。

（三）12 月份：105 年 10 月 24 日(星期一)起至 105 年 11 月 21 日(星期一)截止。

七、研習時數：全程參與者核予 3 小時研習時數(10 月份場次核予 6 小時研習時數)。

八、活動方式：聘請專業解說員為學員進行導覽與解說。

九、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）

日期	活動主題	預定行程		備註
10/22 (六)	**秋芒迷蹤**	08:30~08:50	報到(本中心文康室)	◎全程步行，請衡量自我體能狀況後報名
		09:00~15:00	七星山站→小油坑→中湖→夢幻湖停車場→溫泉浴室→冷水坑	
		15:00~16:00	冷水坑(專車經中心)→劍潭捷運站	
11/19 (六)	(第一場次) **與齊東街老屋共鳴**	08:30~08:50	報到(**捷運忠孝新生站 2 號出口**)	◎邀請孫啟榕建築師(中國科技大學講師)導覽
		09:00~12:00	臨沂街→馥園餐廳(不入內)→齊東詩社→臺北琴道館→齊東街	
		12:00	賦歸	
	(第二場次) **中山雙連文創設計觀察小旅行**	13:00~13:20	報到(**捷運雙連站 1 號出口**)	◎邀請蔡豐琪副教授(銘傳大學)導覽
		13:30~16:30	中山北路文創商圈→蔡瑞月舞蹈教室→光點台北→赤峰街(打鐵街)文創商圈→日星鑄字行→台北當代藝術館→台北市衛生局舊址→中山市場	
		16:30	賦歸	

12/3 (六)	（第一場次） **萬華市場遊學**	08:30~08:50	報到(**捷運龍山寺站 3 號出口**)	◎邀請周育如設計師(水越設計創辦人)導覽
		09:00~12:00	東三水街新富市場→背包客旅店→直興市場→艋舺清水巖祖師廟	
		12:00	賦歸	
	（第二場次） **臺北府城北門線趴趴走**	13:00~13:20	報到(**臺北地下街 Y13 出口處**)	◎邀請吳智慶執行長(臺灣山水人文學會)導覽
		13:30~16:30	城基石介紹→北門(承恩門)→臺北郵局→撫臺街洋樓→中山堂→城隍廟→勸業銀行→228 公園牌坊→東門	
		16:30	賦歸	

十、報名方式：本研習採網路報名，各校欲報名之人員於**各期報名截止日前(如報名人數已達滿額狀況將提前截止報名)**，逕登入臺北市教師在職研習網站（http://insc.tp.edu.tw/index/DefBod.aspx）報名，並列印報名表經學校行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名，始完成報名手續。

十一、 注意事項：

（一）本研習錄取名單預定於報名截止日後 3 日於教師在職研習網公告，並以電子郵件通知錄取學員(請學員自行確認登錄於教師在職研習網之信箱是否正確)，請各研習人員盡量搭乘中心專車或大眾運輸交通工具與會；如自行開車者請自行處理停車事宜，並請於各活動報到時間內至指定地點集合。

（二）參與人員著寬鬆休閒服、防滑運動鞋參加本活動，並攜帶背包、水壺(至少 1000c.c.)、筆記本、筆、雨具【必備】；相機、望遠鏡、個人藥品【視個人而定】。

（三）活動期間須遵守相關人員安排與指導，垃圾帶下山，以維護自然生態與環境整潔。

（四）**活動當天如遇天候不佳(颱風)，將於本中心及教師在職研習網頁公告延期或通知取消；如照常舉行，本中心保有變更路線的權利。**

（五）為珍惜教育資源，經報名錄取人員不得無故缺席，如無故不出席亦未請假累計達三次者，將於「臺北市教師在職研習網」系統上暫停該員報名本中心各研習班之權利三個月。

（六）如需搭乘本中心研習專車者，請於網路報名時依需求登錄，惟當日搭車人數未達 15 人不派車(非每日均有專車)，相關專車發車資訊，請於研習前查詢教師在職研習網(http://insc.tp.edu.tw/)或本中心網站(http://www.tiec.gov.taipei/)最新公告。

十二、 聯絡方式：洪如杏輔導員，電話：(02)28616942 轉 226，
電子信箱：jhhung777@gmail.com。

十三、 本研習計畫陳奉主任核可後實施，修正時亦同。

※活動簡介

◎10 月份：秋芒迷蹤

深秋時節，芒花漫山遍野怒放，染白了陽明山山頭，帶來了屬於這個季節的秋色與蒼茫。在秋高氣爽之際，行遊草山，青綠原野與似雪白芒，交織出別具詩意的山間風情畫。不論是登高望遠，或是穿行山林小徑，芒花那鋪天蓋地而來的氣勢，是一年僅有一季的好風光。

芒花沒有春櫻、秋楓那樣絢麗的色彩，但所謂數大為美，當尋常的白背芒、五節芒彷彿一夕之間佔滿山頭，所到之處盡是芒花簇擁時，熟悉的景色，頓時有了截然不同的氣質與美感。此時的陽明山，正是如此。

(以上摘自 http://www.appledaily.com.tw/appledaily/article/supplement/20141115/36207504/)

您心動了嗎？且讓專業的導覽老師帶著我們遊走在芒花簇擁的陽明山步道上，一凜秋天獨特的季節風采吧！

※行程簡圖

(摘錄自陽管處 http://www.ymsnp.gov.tw/index.php?option=com_linemap&view=linemap&id=26&Itemid=134)

◎11 月份(第一場)：與齊東街老屋共鳴

齊東街舊稱三板橋街，二百多年前清朝康熙年間，這裡是艋舺經朱厝崙、錫口，然後渡船到基隆的「米道」，此路也供應者城內所需的煤與生活用品，熱鬧非凡，是當時連接艋舺、松山、基隆的重要幹道。齊東街因為呈弧線形狀，街頭看不到街尾，如同微笑標誌，加上屬於幸福里，所以有「微笑的街道」美譽。

城市中不同層次的歷史出現，可以成就一個偉大城市的廣度。台北城市的歷史過去遭到不等的破壞及變遷，齊東街有別於單點的文化保存，採用更大氣魄的整個街廓保存，是繼迪化街之後，第二個用特定區完整保存地方發展紋理。

日式老屋、老樹群多，官舍多是本區一大特色，包括：空軍總司令王叔銘將軍宿舍（今齊東詩舍），周邊還有馬紀壯故居、李國鼎故居。齊東詩社由台灣文學館經營，是文學基地，台灣琴道館由古琴協會經營，老屋內聽古琴讓人陶醉；周邊也有老樹咖啡、良友小吃店、勺勺客、阿財的店、巧之味手工水餃等，為散步行旅添美味記憶。

老屋、老樹不會發聲，因此我們要幫他說話。老屋就像長者，站在長者面前，我們要做的是牽扶他，而不是擋在他前面當主角……孫啟榕老師如是說。

就讓我們跟著孫老師來趟齊東街街區的老屋散步輕旅行，重啟老屋人文聚落新生活，讓人們與老屋快樂地生活吧！

(以上介紹摘錄自 http://www.urstaipei.net/article/19673)

◎11 月份(第二場)：中山雙連文創設計觀察小旅行

雙連地名的源由來自兩個相連的農業灌溉陂塘，周邊早期農田阡陌相連，
但是日治時期淡水河運開始逐漸衰退，自從開闢淡水線鐵路之後，
雙連車站便成為大稻埕貨運轉運車站之一，還有馬偕醫院、教會設立於雙連，
市街於是慢慢繁榮起來。另一方面，日本政府為了參拜台灣神社而開設勅使街道，
使得中山北路道路兩旁也慢慢形成日本人的住宅區域。
接著在戰後 50 年代、60 年代雙連、赤峰街地區大量湧入南部北上到台北打拼的人們，
再加上承德路拓寬後，許多五金零件業也紛紛遷入雙連、赤峰街地區，
使得雙連、赤峰街的街區呈現複雜、多樣化的面貌。
尤其近來多家百貨、特色商店林立的南西商圈，因為捷運交通的便捷性，
範圍不斷地擴大，臨近的雙連、赤峰街地區也注入了許多有特色的文創商店，
讓中山雙連更增添許多文創設計的氛圍。

你有多久沒有走過中山雙連地區的大街小巷了呢?歡迎跟我一起來一趟觀察中山雙連文創設計觀察小旅行吧!

~蔡豐琪(釋照勝)老師

◎12 月份(第一場)：萬華市場遊學

菜市場學問大，可教學生色彩學、英語、數學、營養學...

菜市場不必髒又亂，也可以變身「巷口劇場」

走進台北新富與東三水街市場，會發現鮮豔的蔬果旁掛上英文名牌，攤販桌前掛著解說牌，說明這一攤的歷史與特產，而老闆微笑看著你，等著為你「上課」。這是全台第一所「市場小學」，課程目標是「讓小學生愛上菜市場」。

新富與東三水街市場位於龍山寺旁，有 80 年歷史，是日據時代台北最繁華的菜市場。水越設計創辦人周育如在萬華長大，對這座傳統市場擁有深刻感情。她找來天晴等 5 組設計團隊，聯手將新富市場改造成兼具設計美感和生活味的「親子市場」，邀周圍 6 所小學的學生「來市場上課」。

「菜市場裏有 135 攤，就有超過 135 個創業故事與專業。」周育如表示，這裡的「市場課」包括重量學、色彩學、英語、營養學、數學等，不分老幼都可以一起來上課。

三代傳承的「石福菜鋪」，一盞盞帶著古典氣質的藤編吊燈打亮宛如調色盤的蔬菜，讓人眼睛一亮。不遠處的「馨都如您意花苑」招牌被拿下、多了許多素雅的收納盒，和一面讓客人「攬花自照」的小鏡，乍看宛如歐洲街角的花店。(摘自 http://theme.udn.com/theme/story/6774/1441745)

且讓在地人帶領探險菜市場新鮮事，瞭解百年的市場智慧，發掘更多隱藏在市場裡的生活寶藏~~~

◎12 月份(第二場)：臺北府城北門線趴趴走

希望透過這樣的慢行觀察，發現屬於臺北的過去、現在和未來，而對這塊土地有更深刻的認識與感受。

以前生活在臺北城外的人，久久才會為了重要的事進城，且覺得這是一件了不起的大事，必須小心謹慎，甚至是盛裝打扮。現在的人進城，隨手攔下公車，或是搭上捷運，咻一下就能進到城內。但每天為了工作、補習進出城界，卻不曉得正走在歷史的道路上。

清朝官員才一會兒快馬加鞭的從北門趕往台灣巡撫，另一頭的日本人正聚集在菊元百貨下歡慶著開幕；來自上海的外省幫正沿街叫賣著生意，穿制服的學生們則徘徊在書街上找著想要的參考書。

臺北城就像臺北人的日記，每天紀錄著這座城市人的生活軌跡，並一點一滴的刻劃在街頭，等著你抬起頭來看看，那些用日子堆積起來的故事。

從以前到現在，每一個人進城，都有一個目的。那麼這一回進城，我們要做些什麼呢？離我們生活這麼近的地方，其實就有很豐富的歷史文化。

從認識台北城開始，一步一步的找回只屬於這座城市的獨特魅力。

(摘錄自 http://www.taipei-walkingtour.tw/t-tours166)