

一. 宗旨：倡導正當休閒活動，提供教職員工各項教育探索及自我成長研習。

二. 指導單位：教育部、教育部國民及學前教育署

三. 主辦單位：財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

四. 協辦單位：各縣市政府教育處（局）

五. 報名日期：自 113 年 12 月 9 日上午 9 時起至 113 年 12 月 15 日止。

六. 報名資格：凡台灣區各公私立中小學校現職教職員工及退休教職員工均可報名參加。

（限身心健康、行動方便者；凡無法配合團體活動者，請勿報名）

七. 報名手續：本次活動統一採網路報名。（需為本會會員，本會網址：[www.ttbfbf.org.tw](http://www.ttbfbf.org.tw)）

備註：尚未加入本基金會會員者，請至本基金會網站首頁最底端-會員註冊網路教學依教學程序註冊，再至各項活動欄內報名。

八. 報名費用：

1. 各項研習活動歡迎攜眷參加。（限攜直系親屬 1 人為原則（含配偶），孩童限 8 歲以上。）

2. 各項活動報名人數未達 25 人以上之項目，取消辦理並全額退還所繳交之費用。

3. 退休教職員工比照現職人員收費，眷屬非教職員者費用全額自行負擔【詳各項次收費欄】，教職員工參加各項活動本基金會均酌予補助，因網路報名無法確認其身分，請於報到時備齊身分證件供核對。

九. 繳費手續：本次活動均採網路報名，※請完成網路報名作業後下載列印繳費帳單，並請於 3 日內至全省郵局、7-11、OK、全家、萊爾富等超商繳交。（無法列印帳單者，請記下個人虛擬帳號，採 ATM 或台銀臨櫃繳交）逾期繳款單即無效，報名資格併同取消，該名額由候補人員遞補。各項活動中之餐宿均統一安排，未用餐、宿者及不參加戶外活動者，均不予退費。報名後無故不繳費，本會將處以 1 年停權報名機會。

十. 各項活動參加人員，活動期間因故無法參加申請退費，自繳費後其原因係參加人員或直系親屬因病、亡情況者，每人扣抵行政事務費新臺幣（以下同）200 元，餘數退費（申請需附相關證明）；其餘於辦理活動 15 天前申請者扣除活動作業費百分之十；7 天前至 14 天前申請者扣除活動作業費百分之二十；7 天後至活動前一日申辦者扣除百分之五十；活動當日及辦理後申辦者不予受理。

十一. 本行程包含意外險 250 萬元、旅行傷害醫療險 20 萬元；未滿 15 歲眷屬為 61.5 萬元意外喪葬費用保險、旅行傷害醫療險 20 萬（若被保險人已有喪葬補助費保單，則無法加保）。

十二. 各項活動報到通知函，本基金會將於 113 年 12 月 30 日前通知。

十三. 參加專業研習活動人員，各學校請酌情核予公假登記。

十四. 各項活動行程表及課程表請至本基金會網站下載專區，點閱、下載。

十五. 活動項目如下：（時間地點於發給報到通知時載明）。

| 項次 | 活動項目            | 活動日期                     | 辦理地點  | 費用                            | 名額   | 備註                                                            |
|----|-----------------|--------------------------|-------|-------------------------------|------|---------------------------------------------------------------|
| 1  | 原住民文化<br>(東埔部落) | 114 年 1 月 21-23 日        | 南投    | 現職及退休人員費用 5300 元；眷屬 6200 元    | 80 人 | 1. 研習活動含材料、住宿、餐食。<br>2. 活動住宿均採 2 人房。<br>3. 各項研習課表請點閱本會網站下載檔案。 |
| 2  | 海洋生態            | 114 年 1 月 24 日至 1 月 27 日 | 高雄、屏東 | 現職及退休人員費用 7800 元；眷屬 9200 元    | 80 人 |                                                               |
| 3  | 環島環境教育探索活動      | 114 年 2 月 4 日至 2 月 8 日   | 環島    | 現職及退休人員費用 9,200 元；眷屬 10,800 元 | 80 人 |                                                               |

# 財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

## 114 年度教職員工原住民文化研習活動

### 一、簡介

配合教育部青年署青年壯遊點，規劃在地體驗行程，從原民文化及生態文化等不同角度，深度探索山林。

### 二、課程表

| 114 年 1 月 21 日(星期二)                |                                                                |                                                                                        |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 時間                                 | 行程                                                             | 地點                                                                                     |
| 09:40-10:00                        | 台中高鐵站報到                                                        | 台中                                                                                     |
| 10:00-11:00                        | 集合前往新社                                                         | <b>白鹿吊橋</b><br>橋頭白鹿意象裝置增添景緻，群山環繞且橫跨大甲溪之上，有「台中最長美橋」之名。                                  |
| 11:00-11:30                        | 參觀白鹿吊橋                                                         |                                                                                        |
| 11:30-11:50                        | 集合前往梅花森林                                                       | <b>新社梅花森林</b><br>共有 400 多顆梅樹，樹齡都已超過 50 年，梅花盛開時宛如下起白色的梅花雪。                              |
| 11:50-13:00                        | 享用午餐                                                           |                                                                                        |
| 13:00-14:00                        | 欣賞梅花森林<br>(每年 12 月-1 月梅花季節)                                    |                                                                                        |
| 14:00-14:30                        | 集合前往薰衣草森林<br>(薰衣草季：11 月-04 月底)                                 | <b>薰衣草森林新社店</b><br>被大自然氣息包圍的薰衣草森林，分為森林咖啡館、年輪郵局、森林島嶼、許願樹、香草園、香草鋪子等區域。                   |
| 14:30-16:30                        | 薰衣草森林參訪<br>(門票可抵消費 100 元)                                      |                                                                                        |
| 16:30 - 18:00                      | 集合前往日月潭                                                        |                                                                                        |
| 18:00 - 19:00                      | 享用晚餐                                                           |                                                                                        |
| 19:00 -                            | 住宿日月潭教師會館                                                      |                                                                                        |
| 114 年 1 月 22 日(星期三)                |                                                                |                                                                                        |
| 08：30 - 08：50                      | 集合前往貓囓山步道                                                      | <b>貓囓山步道</b><br>沿途環境清幽、視野展望極佳，可欣賞滿山遍谷的阿薩姆紅茶園、臺灣杉林及日月潭全景。健行路線：新井耕吉郎紀念亭-紅葉步道-日月潭氣象站(終點)。 |
| 08：50 - 10：30<br>(若步道未開放，改至日月潭文武廟) | 貓囓山步道健行<br>(約 1.3 公里，高度從 850 公尺至 1,005 公尺)<br>封閉中，預計 1 月 1 日開放 |                                                                                        |
| 10:30 - 10:50                      | 集合前往水蛙頭步道                                                      | <b>水蛙頭步道(九蛙)</b><br>步道長 500 公尺，潭邊設置「青蛙疊羅漢」銅雕，也成為水位升降的觀測指標。                             |
| 10:50 - 11:50                      | 水蛙頭步道<br>(九蛙疊羅漢是為了凸顯日月潭抽蓄發電，導致每天水位落差的有趣現象)                     |                                                                                        |
| 11:50 - 13:20                      | 享用午餐                                                           |                                                                                        |

|                     |                                                               |                                                              |
|---------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 13:20 - 14:40       | 參觀慈恩塔<br>(塔高 46 公尺，加上塔頂剛好海拔 1,000 公尺)<br>(慈恩塔上，可以完整的擁有日月潭的全貌) | 日月潭慈恩塔<br>從慈恩塔最高層往拉魯島瞭望，拉魯島、玄奘寺與慈恩塔，約在同一條中軸線上，地形宛若是龍頭伸入潭中取水。 |
| 14:40 - 16:00       | 參訪玄奘寺                                                         | 玄奘寺<br>仿唐式建築，前臨日月潭，後依青龍山，內供奉玄奘大師頂骨舍利。                        |
| 16:00 - 17:30       | 集合前往東埔                                                        |                                                              |
| 17:30 - 19:00       | 帝綸飯店享用晚餐                                                      |                                                              |
| 19:00 -             | 住宿帝綸飯店                                                        |                                                              |
| 114 年 1 月 23 日(星期四) |                                                               |                                                              |
| 08:30 - 10:30       | 彩虹瀑布參訪                                                        | 彩虹瀑布<br>東埔溫泉的源頭，瀑布清泉奔放地宣洩與太陽熱情地照射，會出現五彩繽紛的彩虹就，形成絢麗地彩虹瀑布。     |
| 10:30 - 11:30       | 東埔吊橋及部落解說                                                     | 東埔吊橋<br>採鏤空設計木質橋面可直望橋下的八項溪河谷，外觀狀似豎琴，又有豎琴吊橋之美名。               |
| 11:30-12:50         | 享用午餐                                                          |                                                              |
| 12:50-13:20         | 集合前往梅子夢工廠                                                     | 梅子夢工廠<br>了解青梅的生產製造、品嚐梅子美食、看梅樹園的迷人風光，把回憶與垂涎酸甜一起帶回。            |
| 13:20-14:00         | 參訪梅子夢工廠                                                       |                                                              |
| 14:00-15:30         | 賦歸 台中高鐵站解散                                                    |                                                              |

首日將搭乘 20 人座中巴進入薰衣草森林，請知悉。

# 財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

## 114 年度教職員工海洋生態保育研習課程表

### 壹、緣起

生態保育泛指野生動物的保育工作及自然生態之平衡、維護；而「自然保育」應指對自然資源和自然環境的保存、保護、利用、復育及改良，已成為當今文明世界之潮流和趨勢。

### 貳、課程表

| 114 年 1 月 24 日(星期五) |                               |                                                                                                                                            |
|---------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 時間                  | 行程                            | 地點                                                                                                                                         |
| 09:40-11:00         | 前往蒜頭糖廠蔗埕文化園區                  | 報到處台中高鐵站<br>(09：20 - 09：40)                                                                                                                |
| 11:00-12:00         | 參訪蒜頭糖廠蔗埕文化園區                  | <b>蒜頭糖廠蔗埕文化園區</b><br>1906 年成立，日治時代為<br>全台第三大廠，後轉型為<br>蔗埕文化園區。<br><br><b>糖廠五分車</b><br>復刻臺灣早期農忙時的載<br>客車廂，同時搭配符合現<br>代需求的冷氣空調，兼顧<br>安全性與舒適度。 |
| 12:00-13:30         | 享用午餐                          |                                                                                                                                            |
| 13:30-13:50         | 搭乘糖廠五分車至故宮南院<br>(如停駛則改搭乘遊覽車)) |                                                                                                                                            |
| 13:50-17:00         | 導覽故宮南院<br>(租用團體語音導覽設備)        |                                                                                                                                            |
| 17:00-18:00         | 集合前往台南                        | <b>故宮南院</b><br>展覽故宮典藏文物，並且<br>加入亞洲文化視野，以豐<br>富文物詮釋角度，戶外園<br>區寬闊舒適，讓觀眾從不<br>同的角度親近文化藝術。                                                     |
| 18:00-19:00         | 享用晚餐                          |                                                                                                                                            |
| 19:00-              | 住宿台南巨地花園度假莊園                  |                                                                                                                                            |
| 114 年 1 月 25 日(星期六) |                               |                                                                                                                                            |
| 08:20-09:00         | 集合前往田寮月世界                     | <b>田寮月世界</b><br>以珊瑚礁林形成的地形為<br>主，園內有鐘乳石、石筍<br>等石灰岩洞的精髓，並有<br>望海亭、一線天等據點。                                                                   |
| 09:00-10:30         | 田寮月世界遊覽                       |                                                                                                                                            |
| 10:30-12:00         | 集合前往雙流國家森林遊樂區                 |                                                                                                                                            |
| 12:00-13:30         | 享用午餐                          |                                                                                                                                            |
| 13:30-16:30         | 走瀑布步道前往雙流瀑布<br>(跳石過溪)         | <b>雙流國家森林遊樂區</b><br>瀑布步道是園區內最主要<br>的步道，過遊客中心後從<br>「雙流巨石地標」出發，<br>步道沿楓港溪一路向上，<br>途中會行經森林教室、彩<br>虹橋等，最後抵達終點「雙<br>流瀑布」。                       |
| 16:30-17:50         | 集合前往墾丁                        |                                                                                                                                            |
| 17:50-19:00         | 享用晚餐                          |                                                                                                                                            |
| 19:00-              | 住宿墾丁富麗敦                       |                                                                                                                                            |

|                     |                                                         |                                                                              |
|---------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|                     | (享用飯店設施)                                                |                                                                              |
| 114 年 1 月 26 日(星期日) |                                                         |                                                                              |
| 08:00-08:30         | 集合前往墾丁國家公園                                              | <b>墾丁國家公園</b><br>植被及林相為熱帶季風雨林，並展示特色的石灰岩地形及珊瑚礁海蝕景觀及生態園區。                      |
| 08:30-12:00         | 野外解說導覽<br>(墾丁國家公園)                                      |                                                                              |
| 12:00-13:30         | 享用午餐                                                    |                                                                              |
| 13:30-15:00         | 走遊鵝鑾鼻公園                                                 | <b>鵝鑾鼻公園</b><br>以燈塔馳名國內外，每 30 秒旋轉一周，見距 20 海裡，有東亞之光的美譽。                       |
| 15:00-15:30         | 集合前往龍鑾潭自然中心                                             | <b>龍鑾潭自然中心</b><br>著重於賞鳥設施，與自然環境連成一線，讓賞鳥人士得以龍鑾潭為中心，做一連續性的觀賞與調查。               |
| 15:30-17:00         | 賞鳥勝地生態導覽                                                |                                                                              |
| 17:00-18:20         | 關山欣賞日落<br>(時間約為 17:35)                                  | <b>關山夕照</b><br>為隆起珊瑚礁所形成，海岸線壯麗遼闊，夕陽西下，可見絢麗的晚霞光彩，曾被 CNN 選為世界十二大夕陽美景。          |
| 17:30-19:00         | 享用晚餐                                                    |                                                                              |
| 19:00-              | 住宿墾丁富麗敦<br>(可步行至恆春老街、恆春週日夜市)                            |                                                                              |
| 114 年 1 月 27 日(星期一) |                                                         |                                                                              |
| 08:20-10:20         | 前往美濃民俗村                                                 | <b>美濃民俗村</b><br>以高雄美濃區小鎮縮影打造，這裡容納了諸多美濃特色元素。                                  |
| 10:20-11:00         | 美濃民俗村區參訪                                                |                                                                              |
| 11:00-12:00         | 集合前往嘉義                                                  |                                                                              |
| 12:00-13:00         | 享用午餐                                                    |                                                                              |
| 13:00-15:00         | 曾文水庫風景區<br>乘坐觀光遊艇<br>觀景樓碼頭 → 山豬島 → 飛鷹峽谷 (視水位狀況) → 觀景樓碼頭 | <b>曾文水庫</b><br>全台最大水庫，觀景台上有如瑞士湖畔的絕美景觀，搭船近距離觀賞老鷹獵捕，欣賞山豬島上的野生山豬，體會到不一樣的水鄉山城之美。 |
| 15:00-17:00         | 賦歸(台中高鐵站解散)                                             |                                                                              |

# 財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

## 114 年度教職員工環島探索活動

### 一、簡介

114 年度全新知性探訪、深度體驗之行程，帶領教職員走訪各鄉鎮、山野、海洋，欣賞臺灣特色之美，從體驗中學習、從經驗中成長。

### 二、課程表

| 114 年 2 月 4 日(星期二) |                                                    |                                                                                                         |
|--------------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 時間                 | 行程                                                 | 地點/說明                                                                                                   |
| 07：40 - 10：50      | 前往芳苑濕地                                             | 第一車報到處台北車站<br>(07：20 - 07：40)                                                                           |
| 9：30 - 10：50       |                                                    | 第二車報到處台中高鐵<br>(09：10 - 09：30)<br>站再到彰化火車站<br>(09：40 - 10：00)                                            |
| 10：50 - 12：00      | 芳苑濕地紅樹林海空步道<br>(觀察萬歲大眼蟹、彈塗魚<br>與海茄苳、水筆仔組成的<br>紅樹林) | <b>芳苑濕地紅樹林</b><br>位於二林溪出海口，步道<br>擁有觀夕平台、賞鳥亭及<br>底棲環境觀察平台，沿著<br>步道走至芳苑海堤，為紅<br>樹林、潮間帶與濱海生態<br>環境的主要參觀路線。 |
| 12：00 - 13：00      | 午間休息及用餐                                            |                                                                                                         |
| 13：00 - 15：00      | 集合前往台南                                             |                                                                                                         |
| 15：00 - 16：30      | 臺南孔子廟導覽                                            | <b>臺南孔子廟</b><br>臺灣最早的文廟，建於西<br>元 1665 年，清初時曾是全<br>臺童生唯一入學之所，因<br>而稱「全臺首學」。                              |
| 16：30 -17：50       | 集合前往高雄                                             |                                                                                                         |
| 17：50 - 19：00      | 享用晚餐                                               |                                                                                                         |
| 19：00 -            | 住宿高雄富野渡假酒店                                         |                                                                                                         |
| 114 年 2 月 5 日(星期三) |                                                    |                                                                                                         |
| 08：20 - 10：00      | 集合前往雙流國家森林遊樂區                                      |                                                                                                         |
| 10：00 - 11：50      | 走白榕步道前往雙流瀑布                                        | <b>雙流國家森林遊樂區</b><br>終年水流不斷的瀑布來自<br>於牡丹溪山，由高處一頃<br>而下，是全台最低海拔的<br>瀑布。                                    |
| 11：50 - 13：30      | 享用午餐                                               |                                                                                                         |
| 13：30 - 14：00      | 集合前往大武金龍湖                                          |                                                                                                         |
| 14：00 - 16：00      | 漫步金龍湖                                              | <b>大武金龍湖</b><br>金龍湖位於雙峰夾峙的山<br>凹，湖面略呈葫蘆形，宛<br>如一塊靜臥山中的璞玉，<br>舊名為「大埤湖」。                                  |

|                    |                                       |                                                                                                          |
|--------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16：00 - 17：30      | 前往富野大飯店                               |                                                                                                          |
| 17：30 - 18：30      | 享用晚餐                                  |                                                                                                          |
| 18：30-             | 住宿富野大飯店<br>(含)泡湯券及自助早餐/自備泳衣 泳褲 泳帽     |                                                                                                          |
| 114 年 2 月 6 日(星期四) |                                       |                                                                                                          |
| 08：30 - 10：00      | 出發至三仙台                                | <b>三仙台攬勝</b><br>原本岬角建築了一座八拱跨海步橋銜接本島，特殊的波浪造型，有如伏臥海上的巨龍，氣勢壯觀，是東海岸著名的地標。                                    |
| 10：00 - 11：30      | 三仙台攬勝                                 |                                                                                                          |
| 11：30 - 13：00      | 午間休息及用餐                               |                                                                                                          |
| 13：00 - 14：00      | 集合前往馬太鞍欣綠農園                           |                                                                                                          |
| 14：00 - 17：00      | 馬太鞍休閒農業區<br>(生態導覽解說、搗麻糬(杜崙)、巴拉告生態捕魚法) | <b>馬太鞍休閒農業區</b><br>馬太鞍溼地是是一處湧泉不絕的天然沼澤濕地，並孕育出豐富的鳥類、蛙類、底棲性魚類等多樣化自然生態。                                      |
| 17：00 - 18：00      | 前往 F HOTEL 花蓮站前館                      |                                                                                                          |
| 18：00 - 19：00      | 享用晚餐                                  |                                                                                                          |
| 19：00-             | 住宿 F HOTEL 花蓮站前館                      |                                                                                                          |
| 114 年 2 月 7 日(星期五) |                                       |                                                                                                          |
| 08：30 - 08：50      | 前往撒固兒步道                               | <b>撒固兒步道</b><br>為花蓮市郊中最易親近的步道。沿途可眺望花蓮市美景，終點觀景台，能近距離觀賞撒固兒瀑布。                                              |
| 08：50 - 10：00      | 參訪撒固兒瀑布                               |                                                                                                          |
| 10：00 - 11：00      | 參訪臺灣原住民族文化館                           | <b>臺灣原住民族文化館</b><br>主要採雙斜屋頂蓋灰色平板瓦，以原住民的石板斜頂建築之意象設計。<br><b>阿勒飛斯文化藝術團</b><br>透過當代舞臺藝術表演形式，分享花蓮六大原民族群的傳統樂舞。 |
| 11：00 - 12：00      | 欣賞阿勒飛斯文化藝術團表演                         |                                                                                                          |
| 12：00 - 13：30      | 享用午餐                                  |                                                                                                          |
| 13：30 - 13：50      | 前往七星潭                                 | <b>七星潭</b><br>又稱月牙灣，斷層形成的海峽與優美的弧形海灣。                                                                     |
| 13：50 - 15：30      | 七星潭遊覽<br>(南濱公園、石雕博物館)                 |                                                                                                          |
| 15：30 - 18：00      | 前往宜蘭                                  |                                                                                                          |
| 18：00 - 19：30      | 享用晚餐                                  |                                                                                                          |
| 19：30-             | 住宿宜蘭山泉大飯店<br>(含)泡湯券及自助早餐/自備泳衣 泳褲 泳帽   |                                                                                                          |
| 114 年 2 月 8 日(星期六) |                                       |                                                                                                          |
| 08：30 - 09：00      | 前往北關海潮公園                              | <b>北關海潮公園</b><br>蘭陽八景中的「北關海                                                                              |

|               |                               |                                                                      |
|---------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 09：00 - 10：00 | 遊覽北關海潮公園                      | 潮」，有「蘭城鎖鑰扼山腰，雪浪飛騰響怒潮」之名句。                                            |
| 10：00 -10：30  | 前往三貂角燈塔                       | <b>三貂角燈塔</b><br>又被稱為台灣的眼睛，純白的燈塔建築、足球形的航路雷達，擁有居高臨下的位置及開闊的視野。          |
| 10：30 - 11：30 | 參訪三貂角燈塔                       |                                                                      |
| 11：30 - 12：00 | 前往水湳洞陰陽海                      |                                                                      |
| 12：00 - 13：30 | 午間休息及用餐                       |                                                                      |
| 13：30 - 14：00 | 南雅奇岩<br>(霜淇淋岩、竹筍岩、還有著名的海狗岩賞景) | <b>南雅奇岩</b><br>有臺灣 36 秘境之美名，呈現灣岬羅列、奇岩嶙峋的奇特景致，尤其神似彩繪的獨特紋路更是此地最特別的景色。  |
| 14：00 - 14：30 | 水湳洞陰陽海<br>(觀景台賞景、拍照)          | <b>水湳洞陰陽海</b><br>黃鐵礦風化後的銅、鐵離子融入水中形成氫氧化鐵吸附泥沙而成黃褐色懸浮物與外海方向的藍色海水形成獨特美景。 |
| 14：30-        | 搭乘遊覽車返抵各報到地點解散                |                                                                      |