

108年5月班期佈告欄

人權法制

1. 民法物權一點通-專題實務講座(B00381)
2. 公務人員退撫法規實務研習班(B00348)
3. 輕鬆瞭解個資法研習班(B00387)

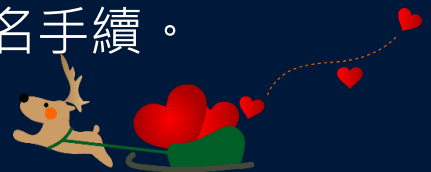
人文環境

1. 自然生態研習營(BD0321)
2. 環保藝術創作研習班(B00155)
3. 現代園藝體驗營(B00318)
4. 健康元氣養生研習班(AA2919)
5. 文化資產探索體驗營(B00064)

資訊應用

1. Word專業文書排版進階班(B00029) ----混成
2. Windows10就要這樣用基礎班(B00396)
3. 簡易修圖與海報文宣設計研習班(B00327)
4. OFFICE 自動化簡易程式基礎班(B00394)
5. Libre Office_試算表基礎班(B00399)
6. PowerPoint初階基礎班(B00402)

請於**108年4月15日(星期一)**前洽請所屬單位人事人員至本處「臺北e大」之「實體班期專區」完成報名手續。



民法物權一點通-專題實務講座

藉由專題講授方式，將講師多年實務經驗及法院判決相互結合，充實學員民法領域之應用常識，讓學員能活用民法物權相關法令於生活與工作領域，俾利保障自身財產權益，請別讓您的權利睡著了~



【課程大綱】

- 誰偷走我的財產?權益保護--民法物權相關法令探討

研習時間	5月22日 (星期三)	6 小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	鄭麗燕 前臺北地方法院法官	

【特色效益】

透過實務案例的探討與法院判決相互結合，點出問題解決途徑；輕鬆理解並應用增進學員對民法的認識廣度與觀念辨析能力。

終身學習類別 法制教育

聯繫窗口 黃小姐 02-29320212 分機572

公務人員退撫法規實務研習班

瞭解退撫法規最新令釋，增進退撫權益保障知能。

【課程大綱】

- 公務人員退休資遣撫卹法修法重點與實例解析。
- 優惠存款及退休所得調整說明。
- 退休條件、支給與所得試算說明
- 退撫給與相關規定

【課程內容以一般人員為主，非人事人員】

研習時間	5月22日 (星期三)	上午 3 小時
適合對象	各機關近年將退休或須瞭解退撫新制規定人員	
課程講師	銓敘部退撫司 專任講座	

【特色效益】

期透過本課程瞭解退撫年金改革重點，以及退休條件、年資、退休金與所得調整等方案，俾保障退撫相關權益。

終身學習類別 法治教育

聯繫窗口 藍小姐 02-29320212 分機555

輕鬆瞭解個資法研習班

瞭解公務個資運用之正確概念，增進執行公務之法
制知能。

【課程大綱】

- 個人資料保護法概論。
- 公務機關運用個人資料應注意事項、案例及問題探討。
 - 個人資料應如何蒐集、如何用才合法？
 - 違法蒐集或利用個資，會有哪些責任？
 - 個資當事人有哪些權利可以向機關主張？
- 個資蒐集、處理、利用流程檢視

研習時間	5月29日 (星期三)	7小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	劉后安 法務局資深法務專員	

【特色效益】

期透過本課程更瞭解個資蒐集、處理與利用的重要原則，俾於處
理公務時遵守個資保護規定，避免違法產生損害賠償責任。

終身學習類別 法治教育

聯繫窗口 藍小姐 02-29320212 分機555

自然生態研習營

藉由對鳥類的認知，提供欣賞與遊憩的機會，進而關懷鳥類的生存環境，學習如何詮釋鳥類所透露給人類訊息，達到人與環境和諧共存的目的。

【課程大綱】

- 鳥類與環境的關係與價值
- 人類活動對鳥類的影響
- 介紹台灣低海拔環境常見鳥類
- 野外賞鳥體驗(下午戶外研習地點：坪林茶博館附近，進行自然觀察，本班將租遊覽車前往，為往返車程喔)



研習時間	5月8日 (星期三)	6 小時
適合對象	各機關人員	
課程講師	王穎 臺灣師範大學生命科學專業學院教授	

【特色效益】

- 藉由深入淺出的解說，建構基礎的生態知識，再進一步實地觀察動植物樣貌，以提升本府公務員的環境教育素養
- 本班期結訓學員資料將另上傳時數至環境教育資訊系統。

終身學習類別 環境教育337

聯繫窗口 蔡小姐02-29320212 分機553

環保生活藝術創作坊

家中許多廢棄不用的物品，均可華麗變身成實用的生活物品。例如：白色紙質手提袋製作成漂亮的環保卡片；硬掉無法擦拭的橡皮擦，製作成有可愛圖案或藝術文字的實用印章。再者，可利用單面列印過的A4廢紙，以直尺、鉛筆、美工刀、切割墊就可以製作一本本專屬於自己風格的環保手工書喔~~

【課程大綱】

- 1.環保卡片製作
- 2.橡皮擦印章製作
- 3.環保手工書創作
(自付材料費用100元)



研習時間	5月22日 (星期三)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	陳彥宇/臺灣生態教育推廣協會講師	

【特色效益】

- 讓用不到的物品可以重新獲得新生命，只要透過一點技巧、巧思，生活處處可以充滿藝術氛圍，既環保也為生活帶來美的趣味！
- 班期結訓學員資料將另上傳時數至環保署環境教育資訊系統。

終身學習類別 環境教育-自然保育

聯繫窗口 蔡小姐 02-29320212 分機553

現代園藝體驗營

在低碳節能時代，植物在降低熱能與空氣淨化扮演相當重要的角色。以現代園藝創新思維，打造充滿綠意的新生活，同時亦能建立辦公室暨公共空間綠美化概念。

【課程大綱】

- 1.看懂植物的肢體語言-居家園藝基本功
 - 2.植物絞染與滾染DIY、瓶中草原DIY
 - 3.室內植物的空氣淨化效用
- (學員須自付材料費 200元)

研習時間	5月15日 (星期三)	全日6 小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	陳彥宇 台灣生態教育推廣協會 講師	

【特色效益】

- 藉由認識，提升學員在工作環境、居家環境的綠美化概念及能力。
- 班期結訓學員資料將另上傳時數至環保署環境教育資訊系統。

終身學習類別 環境教育

聯繫窗口 林先生 02-29320212 分機559

健康元氣養生研習班

日常姿勢與健康狀況密切相關，正確的姿勢能提升體力、改善體態，進而幫助你我增加生活品質與幸福感。

透過芳香療法帶領大家伸展肢體與按摩，期望讓大家在課堂所學運用到居家保養與照顧，進而達到放鬆、壓力管理、人際互動與健康促進等優良效果。

【課程大綱】

1.上班族正確的工作姿勢與鍛鍊放鬆小運動

不論久坐或久站都對身體有負面影響，調整到正確的姿勢加上簡單的日常鍛鍊，便能遠離各種身心不適的狀態。

2.芳香深呼吸~讓生活少點壓力多點快樂

- 芳香療法與精油簡介
- 芳香大師自己來~ DIY打造自己的專屬按摩油 (材料費100元/人)
- 來個spa按摩(自己按摩or兩兩互相按摩)

研習時間	5月30日 (星期四)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	1.黃彥鈞 國立台灣大學附設醫院北護分院 復健科生理/小兒職能治療師 2.崔儀珮 興萬隆國際開發有限公司教育訓練總監 美國國家芳療師協會NAHA高階芳療師暨講師	

終身學習類別 自我成長-養生保健

聯繫窗口 查小姐 02-29320212 分機556

文化資產探索體驗營

全臺最潮最貴的地區首推信義區，不僅有著臺灣地標101大樓，更有最密集的高級百貨公司，在它時尚的外表下，卻隱藏著鮮為人知的歷史文化資產，請跟著資深在地文化史蹟導覽講師的腳步，體驗它的往日風情。

【課程大綱】

上午(本處教室)：臺北市信義區的前世今生

下午(戶外走讀)：信義區午後巡禮

文昌街→光復南路信義路口→基隆路口天橋→國際會議中心(信義計畫區)→基隆路→吳興街→四四南村/信義公民會館→松勤路(信義國小)→信義之星→松智路→台北101→月亮公車→信義路五段→象山公園→三長廟→三張犁靶場舊址

研習時間	5月14日(星期二)	6小時
適合對象	各機關人員	
課程講師	鄭勝吉老師 信義社區大學文史與傳統建築課程講師	

【特色效益】

- 引領學員瞭解臺北信義區庶民生活智慧與文化資產。
- 走讀臺北市信義區生活時空故事與文化資產，讓學員們對它有更深的感情，進而思考如何運用在各自專業及業務上。
- 本班期結訓學員資料將另上傳時數至環境教育資訊系統。

終身學習類別 環境教育-文化保存

聯繫窗口 劉小姐 02-29320212 分機551

混成

Word專業文書排版進階班

學會各種編輯、排版、套板樣式等關鍵技術，讓您變身職場上最閃亮的專家！

【課程大綱】

1. Word基礎及加強
2. Word小技巧及表格的應用
3. Word樣式與範本應用及文件編排
4. Word長文件的處理及合併列印

線上課程	錄取者須於上課前至臺北e大 (http://elearning.taipei) 閱畢線上課程： <i>Word 2016文書排版</i>	
研習時間	5/22、30(星期三、四)	12 小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	林易民 台灣師範大學資訊教育所碩士、現任資訊專任教師	

【特色效益】

除了常見的簡單合併列印概念介紹，也教你如何利用功能變數，讓你可以套印出大量的名牌、開會通知單。本課程也會介紹處理長文件的技巧，讓你可以學會如何製作目錄，還有多份文件整合的技巧。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口

周先生 02-29320212 分機560



新班

Windows10就要 這樣用基礎班

一天的課程，經由Windows10這樣的設定，可以讓Windows10適合你操作。更介紹一些必用的操作功能，讓你辦事得心應手。

【課程大綱】

- Win10必要的設定
- 開始功能表和功能磚的操作
- 快速存取的操作
- 檔案的搜尋、行事曆的使用等等

研習時間	5/29 (星期三)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	蘇世榮 巨匠電腦 數位學院 內容發展師	

【特色效益】

透過逾二十年講師密集講解，讓你一天馬上輕鬆上手！

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口

周先生 02-29320212 分機560

簡易
修圖

與

海報
文宣
設計

108年度 第2期
研習班

使用簡易免費軟體做出兼具美感、專業水準的海報，提升公務海報文宣質感。

【課程大綱】

- 海報的基本要素
- 拍攝適合的照片素材
- 照片變成海報
- 照片編修
- 海報排版

【課程講師】

綜合口味-大軒&小莓
「摳摳子的綜合口味！」
LINE貼圖製作人
1000萬人氣部落格漫畫家

【研習時間】

2019/5/16、5/23，共12小時

【適合對象】

各機關人員

【終身學習類別】

資訊安全與管理

【特色效益】

本課程能讓你能在生活中簡單照出適宜的相片，以及使用輕易上手的軟體，製作出專業級的海報。

【注意事項】

請事先完成Google (Gmail) 帳號申請，已有帳號者請記得密碼。

【聯繫窗口】

臺北市政府公務人員訓練處 周先生

【聯絡電話】

02-29320212 分機560



dcasd

臺北市政府公務人員訓練處
<https://dcasd.gov.taipei/>

本海報由108年度第1期的38號學員製作

Office 自動化 簡易程式基礎班

Office的VBA不是只有Excel可以利用，還有Word、Outlook、Access！VBA以執行巨集的方式運作，可以把重複性的工作透過指令變成自動化，不只能把重複性的工作簡化，甚至能開發新的功能或整合其他工作項目，讓您事半功倍，**本課程透過Excel錄製巨集再加以修改？立刻可以讓您的工作由電腦自動完成。**

【課程大綱】

1. Excel VBA基礎
2. 資料整理匯入與匯出
3. 自訂函數
4. Excel VBA與Access整合
5. Excel VBA與OUTLOOK整合
6. Excel VBA與Word整合

研習時間	5/15、21、27 (星期三、二、一)	18 小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	孫在陽 講座從事電腦教育訓練工作長達二十年以上，擁有電腦著作超過五十餘本，電腦證照達三十餘張。	

【特色效益】

希望透過這堂課的學習，了解各種Office VBA的功能與操作方法，透過VBA自動化整合，應用各項OFFICE軟體，提升工作效率。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560



新班

Libre Office_試算表 基礎班

一天的課程，藉由實務案例方式導引學員學習試算表基本關鍵觀念，達成有效率的資料正確輸入、資料彙整、分析及展現，進而提升工作任務之效率。

【課程大綱】

- 熟悉Libreoffice_試算表 Calc
- 熟悉工作表編輯
- 熟悉工作表運算及管理

研習時間	5/28 (星期二)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	蘇世榮 巨匠電腦 數位學院 內容發展師	

【特色效益】

可學習試算表重要功能之應用，包含基本觀念、資料管理、樞紐分析、圖表製作等知識，了解有效的資料輸入、管理、分析及呈現等技巧。而Calc 是適合人人使用的試算表。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560

PowerPoint初階基礎班



新班

一天了解PowerPoint及簡報設計的關鍵技法與心法，讓你在公務應用上可以呈現最專業的簡報表達。

【課程大綱】

- PowerPoint快速上手與高效率操作術
- 跨版本與跨軟體的簡報基礎操作技法
- 雲端免費開放圖庫與範本的設計應用
- 圖表美化與動態式簡報的設計與表達

研習時間	5/17 (星期五)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	孫賜萍 國家發展委員會、各縣市政府ODF講師	

【特色效益】

明瞭不同平台的PowerPoint應用技能，還有平台之間的簡報應用技法，讓你學會不論是PowerPoint或是Google簡報，甚至是開放格式的ODF的簡報軟體Impress，輕鬆掌握簡報應用技巧。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560



公訓處
伴您成長
與有榮焉

