

109年10月份

班期佈告欄

人權法制

1. 刑事訴訟法專題實務研習班(B00389)
2. 民法繼承編專題實務研習班(B00458)
3. 常用稅法實務研習班(B00204)

人文環境

1. 樂在工作研習班-說話藝術與人際溝通(B00465)
2. 樂在工作研習班-品味文化與美學(B00467)
3. 低碳運具走讀研習班(B00319)
4. 現代園藝體驗營(B00318)
5. 樂在工作研習班-健康促進與抒壓(B00470)

資訊應用

1. 網頁設計基礎班(B00398)
2. Access 與 Excel公務整合應用研習班(B00321)
3. Excel高階函數與統計圖表研習班(B00261)
4. 雲端硬碟與Google文件協作公務應用實務班(B00258)---混成
5. 大數據分析應用進階班(B00294)



請於**9月14日(星期一)**前洽請機關人事人員逕至「實體班期人事登入系統」完成線上報名

刑事訴訟法專題實務研習班

瞭解「刑事訴訟法之傳聞法則」，建立正確觀念，以提升政府行政效能及服務品質。

【課程大綱】

- 刑事訴訟法之證據法
- 證據與證據能力？
- 傳聞法則與傳聞證據？
- 如何因應檢警之函調處分？

研習時間	10月19日(星期一)	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	周宜鋒 實踐大學法律講師、刑訴法專任講座	

【特色效益】

釐清刑事訴訟法傳聞法則之事實證據觀念，透過傳聞法則實務案例之導入掌握檢調詢問應對之道，提升公務處理涉及刑訴法相關知能。

終身學習類別 法治教育

聯繫窗口 藍小姐 02-29320212 分機555

民法繼承編專題實務研習班

建立民法繼承觀念基礎，提升民法實務應用能力。

【課程大綱】

- 繼承法要義
- 繼承法實例研討

研習時間	10月20日 (星期二)	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	賴淑玲 賴淑玲律師事務所 律師	

【特色效益】

瞭解民法繼承編實務上規定與流程，提升運用與執行民法之效能。

終身學習類別 法制

聯繫窗口 陳小姐 02-29320212 分機551

常用稅法實務研習班

瞭解稅務法規內涵，提升財稅規劃知能。

【課程大綱】

- 個人綜合所得稅
- 房地合一課稅與申報書運用
- 常見遺產稅、贈與稅案例與財產移轉規劃

實體課程 研習時間	10月26日 (星期一)	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	黃振國 政鼎地政士事務所負責人	

【特色效益】

年年繳稅，卻仍搞不懂稅制規定嗎？本課程將讓大家瞭解「綜所稅稅制規定、報稅注意事項、如何正確節稅，以及遺產贈與稅課稅規定節稅規劃」等內容，並輔以實例與圖解引述，讓您輕鬆瞭解難懂的概念，以節省稅負，維護權益。

終身學習類別 法治教育

聯繫窗口 周先生02-29320212 分機560

樂在工作研習班-說話藝術與人際溝通

《打動人心，提升溝通表達的說話藝術》

如何以舒服又專業的說話質感，傳達內心所思所想？
面對不同對象，如何臨臨危不亂，從容排解突發狀況，達到良好的溝通目標？

【課程大綱】

1.探索你的口語表達習慣

- 培養正確心態，建立好感度
- 影響溝通表達的三大面向
- 找出口語表達盲點，提升溝通成效

2.開啟良好對話，來一場美妙對談

- 身體不會說謊，慣性動作洩漏你的心
- 學員演練 & 講師點評
- O&A 交流時間

研習時間	10月7日(星期三)	6小時
適合對象	各機關人員(未上過潘老師之課程者) *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	潘月琪 (資深媒體主持人 / 口語表達訓練講師 / TEDx講者) 主持及教學資歷超過22年，廣播金鐘獎三度入圍。長期擔任記者會、座談論壇及頒獎典禮主持人；亦常受邀各企業機購、政府單位、大專院校講授人際溝通、質感表達、風格主持、公眾演說等領域。近年在知名美育機構學學(Xue Xue)開設「人物訪談力」課程，深受好評，最新著作《質感說話課》屢登博客來暢銷書榜。	

【特色效益】

本課程將透過聲調表情的調整校準、肢體語言的觀察解讀，不同案例的分享討論，帶領學員進行多層次的口語演練，營造如沐春風、得體合宜的談話溝通氛圍，以及見微知著、意在言外的攻心觀察力。

當「好感度」與「專業度」深植人心，除了達到自身在工作與生活中的人際關係滿足感，也將能進一步發揮更深更廣的社會影響力。

終身學習類別 自我成長-生活禮儀

聯繫窗口 查小姐 02-29320212 分機556

樂在工作研習班-品味文化與美學

藉由文學及音樂，習得人生智慧，充實內在人文涵養，再造工作動力。

【課程大綱】

1.書海拾珍—突破《情緒勒索》勇敢做自己-1-

●日常中，曾經不知不覺地落入情緒勒索圈套或成為情緒勒索者而不自知嗎？遇到利用恐懼、責任與罪惡感控制你的人，該怎麼辦？面對情緒勒索，需要很大的勇氣。本書透過邏輯分析、豐富案例，剖析情緒勒索樣貌、手段和解決對策，並提供檢核表、測驗、腳本、改變方法、溝通技巧，只要調整行為模式，可以突破情緒勒索的障礙，改變自己、改變關係，進而改善人生。

●書目：《情緒勒索》/ Susan Forward, Donna Frazier著/究竟。

2.感動心靈 - 音樂賞析

包裹在世界名曲當中的德布西 --幫助大家進一步理解具象與抽象關係。

研習時間	10月8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.鄭窈窕 / 國立臺中科技大學講師 2.鍾育恒 / 臺北市社區大學優良講師	

【特色效益】

- 以書為鏡，可有效提升自我的敏覺力、反思力與生命力，增能對人事境之關懷、影響與貢獻的生命價值觀。
- 藉由最接近我們生活的音樂型態，增加學員對精緻音樂的喜愛；好的歌曲是促進心靈SPA的極佳媒介。

終身學習類別

文學

聯繫窗口

查小姐 02-29320212 分機556

低碳運具走讀研習班

分享國際低碳運輸最新趨勢，搭乘電動公車與兼顧人文自然單車騎乘走讀設計，讓學員能從綠色生活與綠色交通角度，理解作為都市公民在「低碳交通」上的責任與使命。

【課程大綱】

1. 探討國際綠色交通發展趨勢與影片介紹
2. 讓低碳運具融入生活(臺北2020最新低碳運具介紹)
3. 下午-東區B.M.W.微笑單車與綠色交通低碳交通市政走讀->講師帶領走公訓處旁步道約12分抵達萬利街站搭66路電動公車前往信義區公所探索可食地景後開始單車走讀-參訪大安區信義新城社區公民電廠、瑠公圳、松山創意園區(學員須自付公車票15元;悠遊卡搭公車轉用youbike折5元, youbike費用4小時內, 每30分10元;於課前請先完成youbike會員註冊)
(講師以初學角度安排單車速緩騎乘及多景點休息解說人文與自然, 全程約長5公里, 請考量自身體能再行報名;如雨勢較大, 另有信區區與大安區與備行程)



研習時間	10月14日 (星期三)	全日6小時(上午公訓處室內課, 下午信義大安松山單車走讀)
適合對象	各機關人員	
課程講師	陳建志 臺灣綠色公民行動聯盟政策研究會召集人	

【特色效益】

- 認識低碳交通之國際趨勢並實際透過低碳運輸工具體驗臺北環保運輸
- 本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



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。種植香草植物除了能夠打造充滿綠意的環境，同時亦能運用其中所含的芳香精油，開創充滿香氣的美學生活。

【課程大綱】

1. 香草植物品種介紹與純露萃取
2. 肥皂製作DIY
3. 護唇膏製作DIY

(學員須自付材料費 200元)



研習時間	10月 20日 (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	陳彥宇 臺灣生態教育推廣協會 講師	

【特色效益】

- 藉由認識香草植物、實用精油肥皂及護唇膏製作，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 蔡小姐 02-29320212 分機553

樂在工作研習班-健康促進與抒壓

面對隨時都有可能捲土重來的疫情，你準備好了嗎？
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，進而增加生活品質與幸福感。

【課程大綱】

1.輕鬆吃營養 防疫好容易

學習用正確飲食、全面營養提升免疫力，讓身體的免疫機能發揮到極致，幫助我們用健康抵抗病毒。

2.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。

研習時間	10月29日 (星期四)	6小時
適合對象	各機關人員 (未上過本班期之課程者) *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	1.吳芃彧 台灣、美國雙執照註冊營養師 大安社區大學講師 / 多家雜誌、媒體、網站專欄作家 2.黃彥鈞 前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	

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

網頁設計基礎班

建立網站不需要會寫程式或設計，建立一個專案的網站，可讓您簡簡單單展示專案成果，還能輕鬆存取網站中的所有內容，無論是雲端硬碟資料夾、文件還是共用日曆，全部都唾手可得。

【課程大綱】

- 網站建立的流程
- 相關免費素材的收集
- 建立好網站的結構
- 將網站和同一小組的人共享
- 利用網站作資料的共同編輯

研習時間	10月28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	蘇世榮 巨匠電腦 數位學院 內容發展師	

【特色效益】

不需要有美工能力，也不需要網頁的經驗，一樣可以輕輕鬆鬆完成網站設計！

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

Access 與 Excel 公務整合應用研習班

利用Excel對資料來作計算與分析，而Access則作資料庫的查詢分析應用，讓同仁可在公務上的應用能夠得到非常有效率的處理。

【課程大綱】

Excel資料整理函數
關聯式資料庫
查詢設計
建立報表

研習時間	10月08、15日(星期四)	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	陳智揚 資策會講師 淡江大學資工系助理教授	

【特色效益】

讓同仁能活用Excel與Access的資料庫功能，將手邊的資料迅速整理成有用的資訊，在兩套軟體之間分享與共用資料，並且學習到如何善用Excel與Access的優點及功能。

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

Excel高階函數與 統計圖表研習班

混成

了解 Excel 函數使用的重點心法並進入 Excel 函數的核心應用密技，迅速製作專業的數據報表與分析圖表。

【課程大綱】

1. EXCEL基本概念介紹
2. Excel高階函數綜合說明
3. 樞紐分析核心觀念
4. 樞紐分析功能
5. 樞紐分析圖與一般圖表的差異
6. 自動化圖表的應用- 結合函數與圖表

線上課程	錄取者須於上課前至臺北e大 (http://elearning.tapei) 閱畢線上課程： <u>Excel 2013進階</u>	
研習時間	10月12、14、16日 (星期一、三、五)	18 小時
適合對象	各機關人員，須具備該軟體基礎操作能力 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	施文華 微軟特約講師	

【特色效益】

希望藉由這堂課的學習，讓您完整了解EXCEL的工具，應用於公務上達到事半功倍的效果。

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

雲端硬碟與Google文件 協作公務應用實務班

混成

認識雲端硬碟及Google文件協同作業。Google 雲端硬碟就如同檔案隨時隨地都跟著您。共用檔案、即時協作或獨自工作，一切由您作主。

【課程大綱】

認識Google雲端硬碟 / Google雲端硬碟的基本操作 / PC版Google雲端硬碟的安裝、設定及操作 / Google文件、試算表及簡報概觀 / Google檔案共用及協同合作 / Google表單的建立與發布

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： <u>Google文件與雲端硬碟應用</u>	
實體課程 研習時間	10月20、22日 (星期二、四)	12小時
適合對象	各機關人員，請事先完成Google(Gmail) 帳號申請。 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	江靜枝 社團法人台灣管理創新學會秘書長	

【特色效益】

雲端服務是未來的發展趨勢，它跟傳統電腦使用方式有極大的差異，透過這門課程的學習，可讓學員建立正確雲端時代一些基礎觀念。

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

大數據分析應用進階班

數據經由樞紐觀念整理成報表，缺點是無法掌握資訊、看了後面就忘了前面。數據資料可以經由大數據分析工具，使用高超技術、快速分析與結果超大容易的資料庫，將資料結果視覺化呈現。探索數據的秘密，發現數據的行為模式，進而擬訂策略，改善現況。

【課程大綱】

大數據
資料建模
行為模式

資料ETL
視覺化分析
智慧

研習時間	10月13、20、27日、11月3、10日 (星期二)	30小時
適合對象	各機關人員(對大數據分析有基礎者)	
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】

您將學會：分析策略、簡易ETL概念、數據分析、探索數據的行為模式、資料市集、視覺化分析技巧等。簡單、易學、易用，多學到一項技能，不止培養興趣，也能創造自己的未來。

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

打造
市政
人才



邁向
宜居

永續
城市的
市政
願景

