

## 臺中市立臺中第一高級中等學校 函

地址：40403臺中市北區育才街2號  
承辦人：教學組專任助理 蕭怡姿  
電話：(04)22226081#229  
電子信箱：t229@tcfsh. tc. edu. tw

受文者：彰化縣立田中高級中學

發文日期：中華民國115年4月13日  
發文字號：中一中教字第1150003315號  
速別：普通件  
密等及解密條件或保密期限：  
附件：如說明五 (387050400U\_1150003315\_ATTACH1. pdf、  
387050400U\_1150003315\_ATTACH2. pdf)

主旨：本校高中優質化前導計畫辦理「社會情緒學習研習  
(一)」，敬邀貴校教師踴躍報名參加，並請貴校惠允報名  
教師公(差)假前往參加，請查照。

說明：

- 一、藉由實作課程，引導參與者學習簡易芳香紓壓技巧，增進  
日常生活中的情緒穩定與身心放鬆，結合紓壓活動，探討  
紓壓與社會情緒學習 (SEL) 的核心連結，協助教師發展融  
入課程，並引導學生實踐社會情緒學習五大面向，舉辦  
「社會情緒學習研習(一)」活動，主題為「香氛Fun 輕鬆~  
精油紓壓體驗」。
- 二、本活動訂於115年04月24日(星期五)14時00分至17時10分假  
臺中一中敬業樓二樓資優教育數位教室辦理，邀請銖宥綦  
閃朔美學館李宛綦老師主講。
- 三、報名時間即日起至115年04月20日(星期)下午23:59止(逾  
時不候)，請自行至教育部全國教師在職進修資訊網報  
名，課程代碼：5559873。



四、參加研習人員請予以公(差)假出席，參加人員所需經費依規定由服務學校經費支應。

五、檢附實施計畫1份及臺中一中平面圖。

正本：國立和美實驗學校、國立員林高級中學、國立鹿港高級中學、國立溪湖高級中學、國立彰化女子高級中學、國立彰化高級中學、彰化縣立二林高級中學、彰化縣立田中高級中學、彰化縣立成功高級中學、彰化縣立和美高級中學、彰化縣立彰化藝術高級中學、彰化縣私立文興高級中學、彰化縣私立精誠高級中學、正德學校財團法人彰化縣正德高級中學、財團法人東海大學附屬高級中等學校、國立中興大學附屬高級中學、常春藤學校財團法人臺中市常春藤高級中學、葳格學校財團法人臺中市葳格高級中學、臺中市立大甲高級中等學校、臺中市立大里高級中學、臺中市立中港高級中學、臺中市立文華高級中等學校、臺中市立后綜高級中學、臺中市立西苑高級中學、臺中市立忠明高級中學、臺中市立東山高級中學、臺中市立長億高級中學、臺中市立清水高級中等學校、臺中市立臺中第二高級中等學校、臺中市立惠文高級中學、臺中市立新社高級中學、臺中市立臺中女子高級中等學校、臺中市立龍津高級中等學校、臺中市立豐原高級中等學校、臺中市私立弘文高級中學、臺中市私立立人高級中學、臺中市私立明道高級中學、臺中市私立衛道高級中學、臺中市私立曉明女子高級中學、臺中市華盛頓高級中學、南投縣立旭光高級中學、南投縣私立三育高級中學、國立中興高級中學、國立竹山高級中學、國立南投高級中學、國立暨南國際大學附屬高級中學、國立斗六高級中學、國立北港高級中學、國立虎尾高級中學、雲林縣立斗南高級中學、雲林縣立麥寮高級中學、雲林縣立蔦松藝術高級中等學校、雲林縣私立文生高級中學、雲林縣私立正心高級中學、雲林縣私立永年高級中學、揚子學校財團法人雲林縣揚子高級中等學校、維多利亞學校財團法人雲林縣維多利亞實驗高級中學、國立嘉義女子高級中學、國立嘉義高級中學、宏仁學校財團法人嘉義市宏仁高級中等學校、嘉義市私立嘉華高級中學、嘉義市私立輔仁高級中學、嘉義縣私立協同高級中學、國立新港藝術高級中學、嘉義縣立永慶高級中學、嘉義縣立竹崎高級中學、臺中市私立新民高級中學

副本：本校教務處教學組

電子公文  
2026/04/13  
15:29:54  
交換

