檔　　號:
保存年限:

臺灣一滴優教育協會 函

地址：100台北市中正區館前路2號12樓
承辦人：李芷蓋
電話：0965325535
電子信箱：nelly@edyouth.org

受文者：國立羅東高級中學

發文日期：中華民國115年11月25日
發文字號：一滴優字第11511250010號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：活動簡章暨報名表1份（文稿1_11250010A0C_ATTCH1.pdf）

裝

主旨：本會辦理「從心出發：壓力調適與AI的為與不為」線上講座，敬請貴校協助公告活動資訊，並鼓勵學生踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、為協助高中職學生因應課業、人際關係、家庭及未來生涯規劃等多重壓力，提升自我情緒調適與壓力管理能力，並建立正確且健康之人工智慧（AI）使用觀念，爰辦理旨揭講座。

訂

二、本次講座邀請光陰時繫心理治療所所長暨臨床心理師李弘毅擔任講師，透過貼近學生生活之案例，分享實用之壓力調適技巧，並介紹AI於學習規劃、時間管理及資訊整理等方面之應用，引導學生認識AI使用之限制及適時尋求專業心理協助之重要性。

線

三、活動相關資訊如下：

(一)活動時間：115年12月5日（星期六）下午7時30分至9時（下午7時20分開放進場）。

(二)活動方式：採Google Meet線上會議方式辦理，會議連結

將於活動前一日及活動開始前30分鐘寄送至報名者電子信箱。

(三)參加對象：全國高中職學生，另歡迎其他在學學生、教職員工、家長及有興趣之社會人士參加。

(四)報名方式：採線上報名，報名網址：https://forms.gle/ut9qLFg2YtqdgXp59 。

(五)活動聯絡人：本會李芷蓁小姐，電子信箱：nelly@edyouth.org。

四、敬請貴校協助將活動資訊轉知輔導室、學生事務處及相關處室，並透過校內公告、學校網站或其他適當管道廣為宣傳，鼓勵學生踴躍參與。

五、檢附活動簡章暨報名表1份，活動詳細資訊請參閱附件。

正本：臺中市立龍津高級中等學校、國立臺灣師範大學附屬高級中學、臺北市立第一女子高級中學、臺北市立建國高級中學、臺北市立中山女子高級中學、臺北市立景美女子高級中學、臺北市立成功高級中學、臺北市立復興高級中學、臺北市立中正高級中學、臺北市立內湖高級中學、臺北市立松山高級中學、臺北市立大同高級中學、臺北市立松山高級商業家事職業學校、臺北市立大安高級工業職業學校、臺北市立松山高級工農職業學校、臺北市立成淵高級中學、國立政治大學附屬高級中學、臺北市私立衛理女子高級中學、華興學校財團法人臺北市私立華興高級中等學校、臺北市私立景文高級中學、臺北市私立再興高級中學、臺北市私立大誠高級中學、臺北市私立延平高級中學、韻鏗學校財團法人臺北市協和祐德高級中等學校、臺北市私立滬江高級中學、臺北市私立強恕高級中學、臺北市私立方濟高級中學、臺北市私立薇閣高級中學、臺北市私立文德女子高級中學、臺北市私立泰北高級中學、臺北市私立開平餐飲職業學校、臺北市私立復興實驗高級中學、臺北市私立東方高級工商職業學校、臺北市私立喬治高級工商職業學校、臺北市私立東山高級中學、奎山學校財團法人臺北市奎山實驗高級中等學校、幼華學校財團法人臺北市幼華高級中等學校、開南學校財團法人臺北市開南高級中等學校、臺北市私立金甌女子高級中學、臺北市私立稻江高級商業職業學校、臺北市私立大同高級中學、臺北市私立稻江高級護理家事職業學校、臺北市私立華岡藝術學校、臺北市立南港高級工業職業學校、臺北市立士林高級商業職業學校、臺北市立木柵高級工業職業學校、臺北市立內湖高級工業職業學校、臺北市立明倫高級中學、臺北市立華江高級中學、臺北市立陽明高級中學、臺北市立永春高級中學、臺北市立和平高級中學、臺北市立西松高級中學、臺北市立大理高級中學、新北市立鶯歌高級工商職業學校、臺北市立大直高級中學、臺北市立萬芳高級中學、臺北市立百齡高級中學、臺北市立南港高級中學、臺北市立麗山高級中學、臺北市立育成高級中學、臺北市立中崙高級中學、臺北市立南湖高

級中學、國立華僑高級中等學校、新北市立樟樹國際實創高級中等學校、裕德學校財團法人新北市裕德高級中等學校、新北市立北大高級中學、新北市立新北高級中學、新北市立新莊高級中學、新北市立板橋高級中學、新北市立泰山高級中學、新北市立新店高級中學、新北市立中和高級中學、新北市立瑞芳高級工業職業學校、新北市立丹鳳高級中學、新北市立竹圍高級中學、時雨學校財團法人新北市私立時雨高級中學、新北市立光復高級中學、新北市立新北高級工業職業學校、新北市立三重高級商工職業學校、新北市立淡水高級商工職業學校、鄭義燕學校財團法人新北市私立格致高級中等學校、新北市私立南強高級工商職業學校、新北市私立竹林高級中學、新北市私立淡江高級中學、新北市私立醒吾高級中學、穀保學校財團法人新北市穀保高級家事商業職業學校、新北市私立聖心女子高級中學、新北市私立徐匯高級中學、新北市私立及人高級中學、東海中學學校財團法人新北市東海高級中學、新北市私立莊敬高級工業家事職業學校、天主教光仁學校財團法人新北市光仁高級中學、剛恆毅學校財團法人新北市天主教恆毅高級中學、崇義學校財團法人新北市崇義高級中學、新北市立永平高級中學、金陵學校財團法人新北市金陵女子高級中學、新北市私立樹人高級家事商業職業學校、辭修學校財團法人新北市私立辭修高級中學、能仁學校財團法人新北市能仁高級家事商業職業學校、新北市私立豫章高級工商職業學校、新北市私立復興高級商工職業學校、智光學校財團法人新北市智光高級商工職業學校、新北市立明德高級中學、清傳學校財團法人新北市清傳高級商業職業學校、新北市立樹林高級中學、新北市私立中華商業海事職業學校、南山學校財團法人新北市南山高級中學、新北市立雙溪高級中學、新北市立金山高級中學、新北市立清水高級中學、新北市立三民高級中學、新北市立海山高級中學、新北市立秀峰高級中學、國立基隆高級中學、國立基隆女子高級中學、新北市立三重高級中學、新北市立錦和高級中學、新北市立安康高級中學、國立基隆高級商工職業學校、國立臺灣海洋大學附屬基隆海事高級中等學校、輔仁大學學校財團法人基隆市輔大聖心高級中學、光隆學校財團法人基隆市光隆高級家事商業職業學校、新北市立石碇高級中學、基隆市立中山高級中學、二信學校財團法人基隆市二信高級中學、新北市立林口高級中學、康橋學校財團法人新北市康橋高級中學、國立宜蘭高級中學、國立蘭陽女子高級中學、國立宜蘭高級商業職業學校、中道學校財團法人宜蘭縣中道高級中學、宜蘭縣私立慧燈高級中學、宜蘭縣立南澳高級中學、基隆市立安樂高級中學、基隆市立暖暖高級中學、基隆市立八斗高級中學、宜蘭縣立慈心華德福教育實驗高級中等學校、國立羅東高級工業職業學校、國立蘇澳高級海事水產職業學校、國立頭城高級家事商業職業學校、國立羅東高級中學、國立羅東高級商業職業學校、桃園市立觀音高級中等學校、國立中央大學附屬中壢高級中學、桃園市立楊梅高級中等學校、桃園市立武陵高級中等學校、桃園市立大園國際高級中等學校、桃園市立桃園高級中等學校、桃園市立平鎮高級中等學校、臺灣大華學校財團法人桃園市私立大華高級中等學校、桃園市立內壢高級中等學校、桃園市立永豐高級中等學校、桃園市立南崁高級中等學校、桃園市立大溪高級中等學校、桃園市立壽山高級中等學校、國立新竹高級中學、國立新竹女子高級中學、國立竹東高級中學、國立竹南高級中學、桃園市立陽明高級中等學校、國立竹北高級中學、桃園市立中壢家事商業高級中等學校、國立卓蘭高級中等學校、國立苗栗高級中學、新竹市立成德高級中學、新竹市立香山高級中學、新竹縣立湖口高級中學、苗栗縣立興華高級中學、苗栗縣立苑裡高級中學、國立苑裡高級中學、國立新竹高級工業職業學校、國立新竹高級商業職業學校、桃園市立中壢商業高級中等學校、國立苗栗高級商業職業學校、國立關西高級中學、國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校、桃園市立龍潭高級中等學校、國立苗栗高級農工職業學校、國立大湖高級農工職業學校、苗栗縣私立建臺高級中學、

苗栗縣立三義高級中學、苗栗縣立大同高級中學、桃園市立新屋高級中等學校、新竹市立建功高級中學、新竹市私立光復高級中學、新竹市私立磐石高級中學、新竹市私立曙光女子高級中學、新竹縣私立義民高級中學、天主教振聲學校財團法人桃園市振聲高級中等學校、治平學校財團法人桃園市治平高級中等學校、復旦學校財團法人桃園市復旦高級中等學校、光啟學校財團法人桃園市光啟高級中等學校、苗栗縣私立大成高級中學、苗栗縣私立君毅高級中學、方曙學校財團法人桃園市方曙商工高級中等學校、新竹縣仰德高級中學、新竹縣立六家高級中學、新竹縣私立忠信高級中學、苗栗縣私立賢德高級工商職業學校、永平學校財團法人桃園市私立永平工商高級中等學校、新興學校財團法人桃園市新興高級中等學校、清華學校財團法人桃園市清華高級中等學校、大興學校財團法人桃園市大興高級中等學校、至善學校財團法人桃園市至善高級中等學校、苗栗縣私立育民高級工業家事職業學校、苗栗縣私立龍德家事商業職業學校、臺灣省新竹縣私立東泰高級中學、新竹市世界高級中學、苗栗縣私立中興高級商工職業學校、啟英學校財團法人桃園市啟英高級中等學校、六和學校財團法人桃園市六和高級中等學校、桃園育達學校財團法人桃園市育達高級中等學校、臺中市立臺中第一高級中等學校、臺中市立臺中第二高級中等學校、臺中市立臺中女子高級中等學校、臺中市立清水高級中等學校、臺中市立豐原高級中等學校、臺中市立大甲高級中等學校、臺中市立文華高級中等學校、臺中市立新社高級中學、臺中市立長億高級中學、臺中市立西苑高級中學、臺中市立忠明高級中學、國立中興大學附屬臺中高級農業職業學校、臺中市立臺中家事商業高級中等學校、臺中市立臺中工業高級中等學校、臺中市立豐原商業高級中等學校、臺中市立大甲工業高級中等學校、臺中市立沙鹿工業高級中等學校、臺中市立東勢工業高級中等學校、臺中市立霧峰農業工業高級中等學校、臺中市立惠文高級中學、國立中興大學附屬高級中學、臺中市立中港高級中學、臺中市立后綜高級中學、臺中市私立明道高級中學、臺中市明台高級中學、宜寧學校財團法人臺中市宜寧高級中學、臺中市私立曉明女子高級中學、臺中市私立衛道高級中學、臺中市青年高級中學、臺中市私立立人高級中學、臺中市私立弘文高級中學、臺中市私立慈明高級中學、臺中市華盛頓高級中學、嘉陽學校財團法人臺中市嘉陽高級中學、臺中市立大里高級中學、常春藤學校財團法人臺中市常春藤高級中學、明德學校財團法人臺中市明德高級中學、臺中市私立玉山高級中學、臺中市私立嶺東高級中學、臺中市私立僑泰高級中學、臺中市私立新民高級中學、臺中市私立致用高級中學、光華學校財團法人臺中市光華高級工業職業學校、臺中市立東山高級中學、國立中科實驗高級中學、葳格學校財團法人臺中市葳格高級中學、國立南投高級中學、國立暨南國際大學附屬高級中學、國立竹山高級中學、國立中興高級中學、南投縣私立三育高級中學、南投縣私立五育高級中學、國立仁愛高級農業職業學校、國立草屯高級商工職業學校、國立南投高級商業職業學校、國立埔里高級工業職業學校、國立水里高級商工職業學校、國立彰化師範大學附屬高級工業職業學校、南投縣立旭光高級中學、南投縣私立弘明實驗高級中學、南投縣私立普台高級中學、國立彰化高級中學、國立員林高級中學、國立彰化女子高級中學、國立員林高級家事商業職業學校、國立永靖高級工業職業學校、國立北斗高級家事商業職業學校、國立鹿港高級中學、國立員林崇實高級工業職業學校、彰化縣立二林高級中學、國立二林高級工商職業學校、國立彰化高級商業職業學校、國立秀水高級工業職業學校、國立員林高級農工職業學校、彰化縣私立達德高級商工職業學校、彰化縣私立大慶高級商工職業學校、正德學校財團法人彰化縣正德高級中學、彰化縣私立精誠高級中學、彰化縣私立文興高級中學、國立溪湖高級中學、彰化縣立彰化藝術高級中學、彰化縣立成功高級中學、彰化縣立田中高級中學、彰化縣立和美高級中學、國立嘉義高級中學、國立嘉義女子高級中學、國立民雄

高級農工職業學校、國立東石高級中學、國立嘉義高級工業職業學校、國立華南高級商業職業學校、國立嘉義高級商業職業學校、國立嘉義高級家事職業學校、嘉義縣私立萬能高級工商職業學校、嘉義縣立竹崎高級中學、嘉義縣立永慶高級中學、嘉義縣私立協同高級中學、嘉義縣私立同濟高級中學、嘉義市私立東吳高級工業家事職業學校、嘉義市私立興華高級中學、嘉義市私立輔仁高級中學、嘉義市私立嘉華高級中學、嘉義市私立仁義高級中學、國立新港藝術高級中學、國立西螺高級農工職業學校、國立虎尾高級中學、國立北港高級中學、國立斗六高級中學、國立土庫高級商工職業學校、國立北港高級農工職業學校、國立斗六高級家事商業職業學校、國立虎尾高級農工職業學校、雲林縣立麥寮高級中學、雲林縣立斗南高級中學、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、雲林縣立古坑華德福實驗高級中學、雲林縣私立巨人高級中學、雲林縣私立大成高級商工職業學校、雲林縣私立大德工業商業職業學校、義峰學校財團法人雲林縣義峰高級中學、福智學校財團法人雲林縣福智高級中等學校、雲林縣立蔦松藝術高級中等學校、國立臺南第一高級中學、國立臺南女子高級中學、國立臺南第二高級中學、國立臺南家齊高級中等學校、國立新營高級中學、國立後壁高級中學、國立善化高級中學、國立玉井高級工商職業學校、國立北門高級中學、國立曾文高級農工職業學校、國立新化高級中學、國立新豐高級中學、臺南市立大灣高級中學、臺南市立永仁高級中學、國立新化高級工業職業學校、國立北門高級農工職業學校、國立曾文高級家事商業職業學校、國立臺南高級海事水產職業學校、國立白河高級商工職業學校、國立新營高級工業職業學校、國立臺南高級商業職業學校、國立臺南大學附屬高級中學、臺南市立土城高級中學、臺南市立南寧高級中學、臺南市私立瀛海高級中學、天主教聖功學校財團法人臺南市天主教聖功女子高級中學、臺南市私立長榮高級中學、臺南市德光高級中學、崑山國際學校財團法人臺南市崑山高級中等學校、臺南市私立長榮女子高級中學、臺南光華學校財團法人臺南市光華高級中學、方濟會學校財團法人臺南市黎明高級中學、臺南市私立南光高級中學、興國學校財團法人臺南市興國高級中學、臺南市私立明達高級中學、臺南市私立港明高級中學、臺南市六信高級中學、臺南市私立慈幼高級工商職業學校、臺南市私立南英高級商工職業學校、陽明學校財團法人臺南市陽明高級工商職業學校、臺南市私立新榮高級中學、臺南市私立育德工業家事職業學校、臺南市亞洲高級餐旅職業學校、慈濟學校財團法人臺南市私立慈濟高級中學、國立南科國際實驗高級中學、國立馬公高級中學、國立澎湖高級海事水產職業學校、國立金門高級中學、國立金門高級農工職業學校、國立馬祖高級中學、國立高雄師範大學附屬高級中學、高雄市立高雄高級中學、高雄市立高雄女子高級中學、高雄市立左營高級中學、高雄市立前鎮高級中學、高雄市立高雄高級商業職業學校、高雄市立高雄高級工業職業學校、高雄市立中正高級工業職業學校、高雄市立海青高級工商職業學校、高雄市立中山高級中學、高雄市立小港高級中學、高雄市立新莊高級中學、國立鳳山高級中學、國立鳳新高級中學、國立旗美高級中學、國立岡山高級中學、高雄市立三民高級家事商業職業學校、國立岡山高級農工職業學校、國立旗山高級農工職業學校、國立鳳山高級商工職業學校、新光學校財團法人高雄市新光高級中學、高雄市私立樹德高級家事商業職業學校、國立中山大學附屬國光高級中學、高雄市私立復華高級中學、立志學校財團法人高雄市立志高級中學、天主教道明學校財團法人高雄市道明高級中學、天主教明誠學校財團法人高雄市明誠高級中學、高雄市私立中華高級藝術職業學校、佛光山學校財團法人高雄市普門高級中學、高雄市立瑞祥高級中學、高雄市立中正高級中學、高雄市立三民高級中學、高雄市立林園高級中學、高雄市立鼓山高級中學、華德學校

財團法人高雄市華德高級工業家事職業學校、高雄市私立大榮高級中學、高雄市私立三信高級家事商業職業學校、高雄縣私立旗美高級商工職業學校、高雄縣私立高英高級工商職業學校、中山學校財團法人高雄市中山高級工商職業學校、高雄縣私立高苑高級工商職業學校、高雄市私立正義高級中學、高雄市立仁武高級中學、高雄市立路竹高級中學、高雄市立文山高級中學、高雄市立新興高級中學、高雄市立福誠高級中學、高雄市立六龜高級中學、高雄市立楠梓高級中學、高雄市私立義大國際高級中學、國立高雄餐旅大學附屬餐旅高級中等學校、高雄市私立南海月光實驗教育學校、國立屏東女子高級中學、國立屏東高級中學、國立潮州高級中學、國立恆春高級工商職業學校、屏東縣立大同高級中學、國立屏北高級中學、國立東港高級海事水產職業學校、國立佳冬高級農業職業學校、國立內埔高級農工職業學校、國立屏東高級工業職業學校、屏東縣立枋寮高級中學、陸興學校財團法人屏東縣陸興高級中學、屏東縣私立美和高級中學、屏東縣立來義高級中學、屏東縣私立日新高級工商職業學校、屏東縣私立民生高級家事商業職業學校、屏榮學校財團法人屏東縣屏榮高級中學、屏東縣立東港高級中學、國立花蓮高級中學、國立花蓮女子高級中學、國立玉里高級中學、國立臺東高級中學、國立臺東女子高級中學、國立臺東大學附屬體育高級中學、臺東縣立蘭嶼高級中學、均一學校財團法人臺東縣均一國際教育實驗高級中等學校、國立花蓮高級農業職業學校、國立花蓮高級工業職業學校、國立花蓮高級商業職業學校、國立臺東高級商業職業學校、國立關山高級工商職業學校、國立成功商業水產職業學校、國立光復高級商工職業學校、花蓮縣立體育高級中等學校、四維學校財團法人花蓮縣四維高級中學、花蓮縣私立海星高級中學、未來學校財團法人臺東縣育仁高級中等學校、臺東縣私立公東高級工業職業學校、上騰學校財團法人花蓮縣上騰高級工商職業學校、慈濟學校財團法人慈濟大學附屬高級中學、臺北市私立南華高級中學職業進修學校、臺北市私立志仁高級中學職業進修學校、新北市私立光華高級商業職業進修學校、桃園市立羅浮高級中等學校、臺北市芳和實驗中學、財團法人東海大學附屬高級中等學校、花蓮縣立南平中學、國立新竹科學園區實驗高級中等學校、臺北市私立靜修高級中學、惇敘學校財團法人臺北市私立惇敘高級工商職業學校、臺北市私立達人高級中學、天主教崇光學校財團法人新北市崇光高級中學、中華學校財團法人、培德學校財團法人基隆市培德工業家事高級中等學校、內思學校財團法人新竹縣內思工業高級中等學校、永誠學校財團法人臺中市大明高級中等學校、同德學校財團法人南投縣同德高級中等學校、宏仁學校財團法人嘉義市宏仁高級中等學校、宏仁學校財團法人嘉義市立仁高級中等學校、私立光禾華德福實驗學校、新北市立豐珠中學、臺中市私立華德福大地實驗教育學校、臺中市立神岡工業高級中等中學、臺中市私立磊川華德福實驗教育學校、苗栗縣私立全人實驗高級中學、屏東縣私立崇華高級中學、臺北市數位實驗高級中等學校

副本：電子公文交換章 2026/11/26 07:54:13