

## 臺北市立民權國民中學公務出國(赴大陸地區)報告提要表

出國(赴大陸地區)報告名稱：臺日情牽大橋頭 權民見學樂翱遊		
出國(赴大陸地區)計畫主辦機關：臺北市立民權國民中學 聯絡人：王君鑫 電話：25931951分機113		
出國(赴大陸地區)人員姓名/服務機關/單位/職稱/電話 徐雅鐘/臺北市立民權國中/校長室/校長/25931951分機104 蔡聰暉/臺北市立民權國中/總務處/總務主任/25931951分機130 王君鑫/臺北市立民權國中/教務處/設備組長/25931951分機113 陳宜君/臺北市立民權國中/教務處/專任教師/25931951分機116		
出國(赴大陸地區)類別： (一)甲類： <input type="checkbox"/> 考察、 <input type="checkbox"/> 參訪、 <input type="checkbox"/> 觀摩、 <input type="checkbox"/> 進修、 <input type="checkbox"/> 實習、 <input type="checkbox"/> 訓練 (二)乙類： <input type="checkbox"/> 出席會議、 <input type="checkbox"/> 表演、 <input type="checkbox"/> 比賽、 <input type="checkbox"/> 競技、 <input type="checkbox"/> 洽展、 <input type="checkbox"/> 海外檢測、 <input type="checkbox"/> 研究、 <input type="checkbox"/> 率領學生出國、 <input checked="" type="checkbox"/> 其他活動(帶領學生進行國際交流教育旅行)		
出國(赴大陸地區)期間： 113.05.28~113.06.02  報告日期： 113.06.18	出國(赴大陸地區)地區： 日本國東京都、長野縣	知識分享日期： 113.06.18  分享形式：(述明公開分享形式，如業務會議報告或演講等) <input type="checkbox"/> 本機關業務會報或出國知識分享說明會提出 <input type="checkbox"/> 跨機關會議(會議名稱、場次)： <input checked="" type="checkbox"/> 其他：校內朝會活動與雙語活動辦理時分享
內容摘要：(300至500字)		
<p>一、計畫緣起</p> <p>臺日情牽大橋頭，權民見學樂翱遊」的國際交流活動與本校國際教育跨領域課程「風華再現大橋頭，權民共學樂翱遊」一脈相連，辦理國際交流活動，期能由在地化深耕出發進而國際化展能。</p> <p>二、過程</p> <p>第一天5/28(二)東京都 臺日機場出入境、東京豪德寺、溫泉飯店文化禮儀體驗</p> <p>第二天5/29(三)長野 諏訪湖參訪、蕎麥麵職人精神學習任務、松本城歷史探究</p> <p>第三天5/30(四)長野 長野中學校交流活動、Homestay住宿體驗</p> <p>第四天5/31(五)長野 長野中學校交流活動、輕井澤聖保羅教堂歷史文化探究、小江戶川越老街建築文化認識</p> <p>第五天6/01(六)東京 城市探索、電車體驗、全球化觀察，迪士尼樂園</p> <p>第六天6/02(日)東京 城市探索、臺場、未來科學館，日臺機場出入境</p>		

### 三、心得建議

#### (一) 師親生權心全力動員：

觀察到國際交流團的師生團隊，從集訓社團課初見面至出團前與交流中，不停地突破自我限制去完成團隊任務，不僅自我提升，也攜手隊員一起進步，出團前各個眼神發亮，交流中一起克服眾多變化與困難；這個歷程，同時鼓舞了繁忙業務中的自己，交流中每日凌晨近2:00就寢，而依舊信心滿滿晨起。來自民權國中所有親師生的支持與支援，鼓勵，共同成就這趟國際交流。

#### (二) 世界唯一不變的是分秒變化，自我心念與心態的調整，克服難關：

籌備過程及交流現場中，歷經無數次的臺日聯繫溝通，與旅行社的對話討論；產生變數的當下，臨機應變以及團隊相互支援很重要，自我心態上的調整與正向思維，與團隊師生正向以對，一起度過難關。

出國交流期間歷經數次突發狀況，透過這次經驗，自己的視野與心念調整更加進步，更能接受變化與也告訴自己破除掌控全局的迷思，生命多一些彈性，會更舒適。而事前前置與籌備過程的確認是正確方向，現場出現變數，屬於正常發生；當下調整心念與解決方式的多樣嘗試，進而減緩停損，接受另一個不同的結果，由不同角度去觀看都是好結果。無限思維，沒有壞事，包容力，永保初心。變數的發生不可視為挫折與打擊，而是一個相互理解的轉機。

### 四、照片或附錄資料



1. 出發



2. 諏訪湖



3. 松本城



4. 長野中學校參訪



5. 長野中學校參訪



6. Homestay 住宿體驗



7. Homestay 住宿體驗



8. 長野中學校交流



9. 城市探索，迪士尼



10. 返回溫暖的臺灣