

臺灣銀行信託部 函

地址：10044臺北市武昌街1段49號

承辦人：如說明六

電話：(02)29089899分機2244

電子信箱：mcutmindfulness@gmail.com

受文者：臺北市大安區仁愛國民小學

發文日期：中華民國114年5月27日

發文字號：信託二字第11400058251號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：1. 正念教育課程教材介紹、2. 正念教育種子教師培訓課程相關書表

(A07310100NU080000_11400058251GNC_ATTCH1.pdf、

A07310100NU080000_11400058251GNC_ATTCH2.pdf)

主旨：本行受託公益信託王長庚社會福利基金(以下簡稱本公益信託)暨明志科技大學正念靜觀中心敬邀貴校教師申請參與「正念教育校園推廣計畫」(以下簡稱本計畫)，敬請公告轉知貴校教師，相關培訓課程申請方式詳如說明三，敬請查照。

說明：

- 一、本計畫推動「種子教師培訓課程」，協助教師提升身心健康與自我照顧能力，學習靜心、專注、覺察，進而提升工作效率、師生關係及班級經營，並融入正念的教學實務運用，使參與教師日後能在自己的教學場域發揮更大的影響力，奠定種子教師正念教學能力的基礎。
- 二、本計畫於2021年5月起，已在32所學校推動843節/場次之教師培訓活動，累計七千多人次參加，並於2025年2月由「明志科大正念靜觀中心」林立仁主任正式發表在



「Frontiers in Psychology」（為216個心理學國際學術期刊中，排名第47名），實證研究成果顯示：本正念課程教材確實有助學生覺察情緒、提升專注力與人際關係。

- 三、本計畫歡迎對正念教育有興趣的老師們，於113~114學年度及暑假，可由教務/學務/輔導組或教師個人，報名參加種子教師培訓「課程說明會」、「初階研習」、「進階研習」及「班級示範教學」（申請截止日2025/6/30，說明影片：<https://reurl.cc/GnlvEA>），申請方式請參閱附件。
- 四、完成初階/進階種子教師培訓課程後，本公益信託暨明志科大正念靜觀中心將核發種子教師研習證書。
- 五、本計畫經費由本公益信託全額贊助，委託明志科技大學正念靜觀中心執行，因名額有限，明志科大保留接受申請與否之最終權力。
- 六、提交申請後將有專人聯繫相關事宜；如有任何問題，敬請洽本計畫蔡雅婷專案助理，電話(02)29089899分機2244、電子信箱mcutmindfulness@gmail.com。

正本：新北市永和區私立育才國民小學、新北市私立聖心國民小學、新北市私立及人國民小學、新北市私立竹林國民小學、新北市私立種籽親子實驗國民小學、新北市三峽區北大國民小學、新北市林口區新林國民小學、新北市林口區東湖國民小學、新北市板橋區板橋國民小學、新北市板橋區國光國民小學、新北市板橋區新埔國民小學、新北市板橋區埔墘國民小學、新北市板橋區莒光國民小學、新北市板橋區後埔國民小學、新北市板橋區海山國民小學、新北市板橋區江翠國民小學、新北市板橋區文聖國民小學、新北市板橋區沙崙國民小學、新北市板橋區文德國民小學、新北市樹林區樹林國民小學、新北市樹林區文林國民小學、新北市樹林區大同國民小學、新北市樹林區武林國民小學、新北市樹林區山佳國民小學、新北市樹林區育德國民小學、新北市樹林區柑園國民小學、新北市鶯歌區鶯歌國民小學、新北市鶯歌區二橋國民小學、新北市鶯歌區中湖國民小學、新北市鶯歌區鳳鳴國民小學、新北市三峽區三峽國民小學、新北市三峽區大埔國民小學、新北市三峽區民義國民小學、新北市三峽區成福國民小學、新北市三峽區大成國民小學、新北市三峽區建安國民小學、新北市三峽區插角國民小學、新北市三峽區有木國民小學、新北市三峽區五寮國民小學、新北市中和區中和國民小

學、新北市中和區復興國民小學、新北市中和區興南國民小學、新北市中和區秀山國民小學、新北市中和區積穗國民小學、新北市中和區自強國民小學、新北市中和區錦和國民小學、新北市中和區景新國民小學、新北市永和區永和國民小學、新北市永和區秀朗國民小學、新北市永和區頂溪國民小學、新北市永和區網溪國民小學、新北市永和區永平國民小學、新北市土城區土城國民小學、新北市土城區清水國民小學、新北市土城區頂埔國民小學、新北市土城區廣福國民小學、新北市汐止區汐止國民小學、新北市汐止區長安國民小學、新北市汐止區保長國民小學、新北市汐止區崇德國民小學、新北市汐止區北港國民小學、新北市汐止區北峰國民小學、新北市汐止區東山國民小學、新北市汐止區白雲國民小學、新北市萬里區萬里國民小學、新北市萬里區野柳國民小學、新北市萬里區大鵬國民小學、新北市萬里區大坪國民小學、新北市萬里區坎腳國民小學、新北市金山區金山國民小學、新北市金山區中角國民小學、新北市金山區三和國民小學、新北市新店區新店國民小學、新北市新店區直潭國民小學、新北市新店區青潭國民小學、新北市新店區雙峰國民小學、新北市新店區大豐國民小學、新北市新店區中正國民小學、新北市新店區安坑國民小學、新北市新店區雙城國民小學、新北市新店區屈尺國民小學、新北市新店區龜山國民小學、新北市深坑區深坑國民小學、新北市石碇區石碇國民小學、新北市石碇區和平國民小學、新北市石碇區永定國民小學、新北市石碇區雲海國民小學、新北市坪林區坪林國民小學、新北市立烏來國民中小學、新北市立德拉楠民族實驗小學、新北市瑞芳區瑞芳國民小學、新北市瑞芳區義方國民小學、新北市瑞芳區瑞柑國民小學、新北市瑞芳區瑞濱國民小學、新北市瑞芳區九份國民小學、新北市瑞芳區瓜山國民小學、新北市瑞芳區濂洞國民小學、新北市立猴硐-蒙特梭利實驗小學、新北市瑞芳區瑞亭國民小學、新北市瑞芳區吉慶國民小學、新北市瑞芳區鼻頭國民小學、新北市雙溪區雙溪國民小學、新北市雙溪區柑林國民小學、新北市雙溪區上林國民小學、新北市雙溪區牡丹國民小學、新北市貢寮區貢寮國民小學、新北市貢寮區福隆國民小學、新北市貢寮區澳底國民小學、新北市貢寮區和美國民小學、新北市貢寮區福連國民小學、新北市平溪區平溪國民小學、新北市平溪區菁桐國民小學、新北市平溪區十分國民小學、新北市淡水區淡水國民小學、新北市淡水區育英國民小學、新北市淡水區文化國民小學、新北市淡水區天生國民小學、新北市淡水區水源國民小學、新北市淡水區興仁國民小學、新北市立忠山實驗小學、新北市淡水區屯山國民小學、新北市淡水區中泰國民小學、新北市淡水區坪頂國民小學、新北市淡水區竹圍國民小學、新北市石門區石門國民小學、新北市石門區乾華國民小學、新北市立老梅實驗小學、新北市三芝區三芝國民小學、新北市三芝區橫山國民小學、新北市三芝區興華國民小學、新北市新莊區新莊國民小學、新北市新莊區中港國民小學、新北市新莊區思賢國民小學、新北市新莊區頭前國民小學、新北市新莊區國泰國民小學、新北市新莊區豐年國民小學、新北市新莊區丹鳳國民小學、新北市新莊區光華國民小學、新北市新莊區民安國民小學、新北市新莊區昌隆國民小學、新北市泰山區泰山國民小學、新北市泰山區明志國民小學、新北市五股區成州國民小學、新北市五股區更寮國民小學、新北市五股區五股國民小學、新北市蘆洲區蘆洲國民小學、新北市蘆洲區鷺江國民小學、新北市八里區八里國民小學、新北市八里區長坑國民小學、新北市八里區米倉國民小學、新北市林口區林口國民小學、新北市林口區南勢國民小學、新北市林口區嘉寶國民小學、新北市林口區瑞平國民小學、新北市林口區興福國民小學、新北市三重區三重國民小學、新北市三重區永福國民小學、新北市三重區光榮國民小學、新北市三重區厚德國民小學、新北市三重區碧華國民小學、新北市三重區三光國民小學、新北市三重區光興國民小學、新北市三重區正義國民小學、新北市三重區修德國民小學、新北市三重區二重國民小學、新北市三重區興

穀國民小學、新北市新莊區興化國民小學、新北市板橋區中山國民小學、新北市樹林區三多國民小學、新北市板橋區實踐國民小學、新北市板橋區大觀國民小學、新北市板橋區溪洲國民小學、新北市板橋區信義國民小學、新北市板橋區重慶國民小學、新北市土城區樂利國民小學、新北市土城區安和國民小學、新北市樹林區彭福國民小學、新北市樹林區育林國民小學、新北市鶯歌區建國國民小學、新北市三峽區安溪國民小學、新北市汐止區樟樹國民小學、新北市金山區金美國國民小學、新北市新店區新和國民小學、新北市淡水區鄧公國民小學、新北市淡水區新興國民小學、新北市三重區重陽國民小學、新北市三重區五華國民小學、新北市蘆洲區成功國民小學、新北市蘆洲區仁愛國民小學、新北市新莊區榮富國民小學、新北市新莊區裕民國民小學、新北市新莊區新泰國民小學、新北市新莊區中信國民小學、新北市五股區德音國民小學、新北市林口區麗園國民小學、新北市新店區北新國民小學、新北市泰山區同榮國民小學、新北市中和區光復國民小學、新北市汐止區秀峰國民小學、新北市汐止區金龍國民小學、新北市三峽區介壽國民小學、新北市新莊區昌平國民小學、新北市林口區麗林國民小學、新北市三重區集美國國民小學、新北市鶯歌區永吉國民小學、新北市八里區大崁國民小學、新北市三峽區中園國民小學、新北市鶯歌區昌福國民小學、新北市蘆洲區忠義國民小學、新北市立青山國民中小學、新北市泰山區義學國民小學、新北市立達觀國中小、新北市樹林區桃子腳國(中)小、新北市三峽區龍埔國民小學、新北市林口區頭湖國民小學、新北市淡水區新市國民小學、臺北市松山區松山國民小學、臺北市松山區西松國民小學、臺北市松山區敦化國民小學、臺北市松山區民生國民小學、臺北市松山區民權國民小學、臺北市松山區民族國民小學、臺北市松山區三民國民小學、臺北市松山區健康國民小學、臺北市信義區興雅國民小學、臺北市信義區光復國民小學、臺北市信義區三興國民小學、臺北市信義區信義國民小學、臺北市信義區吳興國民小學、臺北市信義區福德國民小學、臺北市信義區博愛國民小學、臺北市信義區雙永國民小學、國立臺北教育大學附設實驗國民小學、臺北市私立立人國際國民中小學、臺北市私立新民國民小學、臺北市大安區龍安國民小學、臺北市大安區大安國民小學、臺北市大安區幸安國民小學、臺北市大安區建安國民小學、臺北市大安區仁愛國民小學、臺北市大安區金華國民小學、臺北市大安區古亭國民小學、臺北市大安區銘傳國民小學、臺北市大安區公館國民小學、臺北市大安區新生國民小學、臺北市和平實驗國民小學、臺北市中山區中山國民小學、臺北市中山區中正國民小學、臺北市中山區長安國民小學、臺北市中山區長春國民小學、臺北市中山區大直國民小學、臺北市中山區大佳國民小學、臺北市中山區五常國民小學、臺北市中山區吉林國民小學、臺北市中山區懷生國民小學、臺北市中山區永安國民小學、臺北市中山區濱江國民小學、臺北市中正區螢橋國民小學、臺北市中正區河堤國民小學、臺北市忠義實驗國民小學、臺北市國語實驗國民小學、臺北市中正區南門國民小學、臺北市中正區東門國民小學、臺北市中正區忠孝國民小學、臺北市立大學附設實驗國民小學、臺北市大同區蓬萊國民小學、臺北市大同區日新國民小學、臺北市大同區太平國民小學、臺北市大同區永樂國民小學、臺北市大同區雙蓮國民小學、臺北市大同區大同國民小學、臺北市大同區大龍國民小學、臺北市大同區延平國民小學、臺北市大同區大橋國民小學、臺北市私立光仁國民小學、臺北市萬華區新和國民小學、臺北市萬華區雙園國民小學、臺北市萬華區東園國民小學、臺北市萬華區大理國民小學、臺北市萬華區西園國民小學、臺北市萬華區萬大國民小學、臺北市萬華區華江國民小學、臺北市萬華區西門國民小學、臺北市萬華區老松國民小學、臺北市萬華區龍山國民小學、臺北市萬華區福星國民小學、國立政治大學附設實驗國民小學、臺北市私立中山國民小學、臺北市私立再興國民小學、臺北市文山區景美國國民小學、臺北市文山區武功國民小學、臺北市

文山區興德國民小學、臺北市文山區溪口國民小學、臺北市文山區興隆國民小學、臺北市文山區志清國民小學、臺北市文山區景興國民小學、臺北市文山區木柵國民小學、臺北市文山區永建國民小學、臺北市文山區實踐國民小學、臺北市博嘉實驗國民小學、臺北市指南實驗國民小學、臺北市文山區明道國民小學、臺北市文山區萬芳國民小學、臺北市文山區力行國民小學、臺北市文山區萬興國民小學、臺北市文山區萬福國民小學、臺北市文山區興華國民小學、臺北市文山區辛亥國民小學、臺北市南港區南港國民小學、臺北市南港區舊莊國民小學、臺北市南港區玉成國民小學、臺北市南港區成德國民小學、臺北市南港區胡適國民小學、臺北市南港區東新國民小學、臺北市南港區修德國民小學、臺北市內湖區內湖國民小學、臺北市內湖區碧湖國民小學、臺北市內湖區潭美國民小學、臺北市內湖區東湖國民小學、臺北市內湖區西湖國民小學、臺北市內湖區康寧國民小學、臺北市內湖區明湖國民小學、臺北市內湖區麗山國民小學、臺北市內湖區新湖國民小學、臺北市內湖區文湖國民小學、臺北市內湖區大湖國民小學、臺北市內湖區南湖國民小學、臺北市內湖區麗湖國民小學、臺北市士林區士林國民小學、臺北市士林區士東國民小學、臺北市士林區福林國民小學、臺北市士林區陽明山國民小學、臺北市士林區社子國民小學、臺北市士林區雨聲國民小學、臺北市士林區富安國民小學、臺北市士林區劍潭國民小學、臺北市溪山實驗國民小學、臺北市士林區平等國民小學、臺北市士林區百齡國民小學、臺北市士林區雙溪國民小學、臺北市士林區葫蘆國民小學、臺北市士林區雨農國民小學、臺北市士林區天母國民小學、臺北市士林區文昌國民小學、臺北市士林區芝山國民小學、臺北市士林區蘭雅國民小學、臺北市士林區三玉國民小學、臺北市私立薇閣國民小學、臺北市北投區北投國民小學、臺北市北投區逸仙國民小學、臺北市北投區石碑國民小學、臺北市北投區關渡國民小學、臺北市湖田實驗國民小學、臺北市北投區清江國民小學、臺北市泉源實驗國民小學、臺北市北投區大屯國民小學、臺北市北投區湖山國民小學、臺北市北投區桃源國民小學、臺北市北投區文林國民小學、臺北市北投區義方國民小學、臺北市北投區立農國民小學、臺北市北投區明德國民小學、臺北市北投區文化國民小學、新北市私立淡江高級中學附設國小、康橋學校財團法人新北市康橋高級中學附設國小、裕德學校財團法人新北市裕德高級中等學校、中華中學學校財團法人新北市福瑞斯特高級中學附設國小、康橋學校財團法人新北市康橋(林口)高級中學附設國小、臺北市私立育達高級中學、臺北市私立復興實驗高級中學附設國小、靜心學校財團法人臺北市私立靜心高級中等學校附設國小部、國立臺灣戲曲學院附設國小、臺北市私立泰北高級中學附設國小、臺北市私立華興中學附設國小、臺北市私立奎山實驗高級中學附設國小

副本：公益信託王長庚社會福利基金諮詢委員會、衛生福利部心理健康司一科、臺北市政府教育局、新北市政府教育局

