

福利委員會

114年文康活動總覽



新北市建築師公會

社團法人新北市建築師公會 福利委員會 114年文康活動一覽表

序號	社團名稱	隊長	管理	活動時間	活動地點	繳交費用
1	建築師樂園	吳元興：0938-118365	高樹哲：0937-018120	每個月或兩個月舉辦一次	依年度活動計畫	1,000元
2	易經社	陳彥祥：0910-027352	劉奕權：0928-230685	每星期三晚上7:00~9:00	台北市松江路3號5樓會議室	依年度活動計畫
3	太極拳社	黃裕欽：0910-191074	羅明峰：0932-387882	每星期六上午 9:00-11:30	新北市政府後廣場西側二樓迴廊	500元
4	高爾夫球隊	江南震：0955-333002	簡志聰：0932-908669	每月第一週星期三上午10:30-19:30	依年度活動計畫	男生12,000元/ 女生7,000元
5	籃球隊	李肇基：0936-060215	廖達輝：0913-081105	每週二晚上6:30-8:30	信義國中體育館	3,000元
6	古蹟小組	江式鴻：0910-195901	吳龍飛：0931-080997	每月第二週或第四週	依年度活動計畫	500元
7	攝影隊	劉武昌：0988-274786	傅靜涵：0928-556232	每月第二、四週星期一晚上或週末假日	依年度活動計畫	500元
8	登山隊	歐金定：0921-855772	楊志宏：0935-186233	依年度活動計畫	依年度活動計畫	600元
9	單車社	潘逢時：0937-520096	王明勝：0920-996323	依年度活動計畫	依年度活動計畫	1,000元
10	重機隊	謝家銘：0953-324678	黃森田：0919-563371	每月至少一次視天候安排星期六或星期日	依年度活動計畫 (眷屬、會務人員或從業人員1,000元)	會員3,000元
11	桌球隊	林政賢：0952-918468	陳建祥：0910-522634 許世偉：0930-910119	依年度活動計畫	台北市中正區金山南路一段17號B1媽祖桌球教室	1,000元
12	薩克斯風樂團	蔣武東：0975-932886	張政遠：0932-056799	依年度活動計畫	依年度活動計畫	依年度活動計畫
13	樂活樂園	廖信祥：0918-400653	楊劍芬：0937-834352	依年度活動計畫	依年度活動計畫	依年度活動計畫
14	歡唱樂園	林建廷：0935-702827	林建智：0921-508680 陳世軒：0988-328206	每月最終假日	錢櫃KTV或星聚點	1,000元
15	羽球隊	陳明宏：0937-058206	朱有為：0920-269322	每週星期日晚上8:00-10:00	永和區永和國中體育館	會員3,000元 (眷屬、會務人員4,500元)

社團法人新北市建築師公會 福利委員會 114年文康活動一覽表

序號	社團名稱	隊長	管理	活動時間	活動地點	繳交費用
16	園藝隊	王讚宗：0921-354179	陳瑞貞：0912-002997	依年度活動計畫	依年度活動計畫	依年度活動計畫
17	烘焙社	孫文騏：0931-991038	唐弘雄：0937-468666	每月第三週星期五(逢假日或公會活動時另於前月群組通知)	公會第一會議室	會員1,000元 (未交年費單次參加者200元/堂/人)
18	壘球隊	彭康祐：0911-390903	陳世軒：0988-328206	每月隔週星期六上午8:00~12:00	樹林鹿角溪B球場	會員1,000元 (會員眷屬會費無)
19	網球隊	林史和：0921-079713	王志中：0928-123212	依年度活動計畫	樹林網球場	1,000元
20	保齡球社	游慶宗：0919-996154	蔣武東：0975-932886	每月(第一週)星期六	中和新喬福保齡球館	依年度活動計畫
21	醫學氣功隊	翁清源：0910-186799	王月華：0958-135776	每週星期一、星期四晚上7時至8時。	新北市政府北一門樓上3F或2F迴廊	依年度活動計畫
22	瑜伽核心超慢跑	陳朱平：0937-982220	陳朱平：0937-982220	每週星期日 9:00-10:30	南港高工活動中心3樓禮堂(台北市南港區興中路29號)	180元/單堂，600元/4堂(月結)
23	撞球隊	呂城璋：0933-378938	劉奕權：0928-230685	每月第二、四週星期三晚上7-10時	朋友撞球場 (台北市大安區通化街47號B1)	會員、眷屬及會務人員500元 外賓1,000元
24	慢跑社	張騰槐：0935-554930	黃偉致：0928-535877	依年度活動計畫	依年度活動計畫	500元
25	書法六藝會	連宏基：0935-545380	黃文生：0910-338562	依年度活動計畫	依年度活動計畫	1,000元

※說明：一、各文康活動小組於年度活動中得視實際需要自行投保意外險。

二、各文康活動小組辦理活動時之簽名冊使用A4統一格式，且必須於申請補助款之同時送交承辦會務人員。

三、各文康活動小組辦理國內外之活動時，除由理事會交辦事項外，由各文康隊(組)自行通知處理，不需經由公會發文。

社團法人新北市建築師公會

01. 【建築師樂園】114 年度活動計畫

一、社團名稱：建築師樂園

二、成立宗旨：建立老中青會員共同學習、相互交流聯誼、共同追求真善美人生的樂園。

三、活動內容：建築、景觀、空間、藝術、文化、生活美學之探討及參訪。

四、活動特色：精緻、優質、自然、逸趣、輕鬆。

五、參加方式：會員繳交一千元會費及與眷屬一名為該年度會員。

六、活動時間：每個月或兩個月舉辦一次。

七、年度預算：配合本會規定辦理。

八、費用收支：以年度會費收入做為籌辦雜支及活動費用補助。每次活動費用由參加者分攤，以使用者付費為原則。

九、參加資格：公會會員、會員眷屬及公會會務人員。

十、年度活動參考計劃：

月份	活動主題	活動內容
1、2 月	知性之旅	北美館雙年展「小世界」導覽&歲末聯誼
3 月	植物鑑賞	新北景觀植物走讀
4 月	公共建設	基隆山海城串聯再造計畫參訪
5 月	藝文之旅	大稻埕歷史人文建築導覽
6 月	歷史建築	台中歷史建築走讀
7 月	消暑之旅	老街漫步&遇見島嶼美景
8 月	消暑之旅	浪漫純白燈塔&海景咖啡館建築參訪
9 月	藝文之旅	藝術家工作室體驗
10 月	秋收之旅	秋季雲海賞楓泡湯行旅
11、12 月	鄉土之旅	離島風土建築考察

十一、隊長：吳元興 手機：0938-118365

管理：高樹哲 手機：0937-018120

執行長：李魁相 名譽園長：翁清源

社團法人新北市建築師公會

02. 【易經社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：易經社

二、活動內容：聘請對易學有專精之學者、業師，講習授課輔以投影片、圖表、戶外考察及操作羅盤。

三、參加方式：公會會員及會員眷屬報名並繳交 114 年度會費或季費。

四、活動時間：每周三下午 7:00-9:00

五、活動地點：臺北市松江路 3 號 5 樓會議室為主。

六、年度預算：新台幣 12 萬-14 萬元。(包含 30 堂講師費及會議室租金)

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員。

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	3/5-4/2	名情財生肖姓名學	松江路會議室
2	4/9-5/7	天德八字系統	松江路會議室
3	5/14-6/11	名情財生肖姓名學	松江路會議室
4	6/18-7/16	天德八字系統	松江路會議室
5	9/3-10/1	名情財生肖姓名學	松江路會議室
6	10/8-11/5	天德八字系統	松江路會議室

九、社長：陳彥祥 手機：0910-027352 辦公室：02-87123809

管理：劉奕權 手機：0928-230685

社團法人新北市建築師公會

03. 【太極拳社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：太極拳社

二、活動內容：(活動呈現方式)

(1)舒筋健身 24 式

(2)八段錦

(3)太極拳 13 式

(4)鄭子太極拳 37 式

(5)鄭子太極劍 54 式

(6)顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)：顧問教練(吳建忠、余玲瑛)

三、參加方式：公會會員、會員眷屬及會務人員、事務所從業人員報名並繳交
114 年度會費。

四、活動時間：每周六上午 9：00~11：30 共 2.5 小時。

五、活動地點：新北市政府後廣場西側二樓迴廊。

六、年度預算：學員繳交 114 年度會費每人酌收 500 元，年度預算約 11,000 元。

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員、事務所從業人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
2	3 月/每周六 9：00~11：30	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦	新北市政府後廣場西側二樓迴廊

	共 2.5 小時	3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	
3	4 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
4	5 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
5	6 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
6	7 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
7	9 月/每周六 9：00~11：30	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦	新北市政府後廣場西側二樓迴廊

	共 2.5 小時	3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	
8	10 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
9	11 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊
10	12 月/每周六 9：00~11：30 共 2.5 小時	1. 舒筋健身 24 式 2. 八段錦 3. 太極拳 13 式 4. 鄭子太極拳 37 式 5. 鄭子太極劍 54 式 6. 顧問教練講授拳理、拳論(每個月 1 次)	新北市政府後廣場西側二樓迴廊

九、隊長：黃裕欽 連絡電話：(02)2363-4131 手機：0910-191074

管理：羅明峰 連絡電話：(02)2571-3657 手機：0932-387882

社團法人新北市建築師公會

04. 【高爾夫球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：高爾夫球隊

二、活動內容：會員球場球敘、會員專業工廠參訪

三、參加方式：公會會員報名並繳交114年度會費；男生一年12,000元；女生一年7,000元。

四、活動時間：每月第一周星期三上午10:30~19:30

五、活動地點：詳計劃表

六、年度預算：480,000元

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員、廠商

八、年度活動計畫：

項次	預定時間	預定活動地點	報到時間	開球時間
1	1月8日	林口球場	11:00	11:30
2	2月5日	旭陽球場	11:00	11:30
3	3月5日	再興球場	11:00	11:30
4	4月2日	桃園球場	11:00	11:30
5	5月7日	林口第一球場	11:00	11:30
6	6月4日	東華球場	11:30	12:00
7	7月1日~5日 (二)~(六)	國外賽\日本關西COCOPA	11:30	12:00
8	8月6日	立益球場	11:30	12:00
9	9月3日	老爺球場	11:00	11:30
10	10月1日	淡水大屯球場	11:00	11:00
11	11月5日	長庚球場	11:00	11:00
12	12月4日	台北球場/公會盃	10:00	10:30

九、隊長：江南震 手機：0955-333002

管理：簡志聰 手機：0932-908669

社團法人新北市建築師公會

05.【籃球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：籃球隊

二、參加資格：建築師本人及眷屬及各縣市政府人員。

三、參加費用：每位新台幣叁仟元整。

四、本表如有變更，由隊長於活動前3~10天發電子郵件給隊員，不另行通知。

五、活動日期：每週二晚上 6:30-8:30

六、年度預算：配合本會規定辦理

七、年度活動計畫：

項次	日期	活動內容	球場地點
1	1月7日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
2	1月14日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
3	1月21日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
	1月28日	農曆過年(暫停一次)	
4	2月4日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
5	2月11日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
6	2月18日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
7	2月25日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
8	3月4日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
9	3月11日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
10	3月18日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
11	3月25日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
12	4月1日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
13	4月8日	隊員聯誼賽	信義國中體育館

14	4月 15 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
15	4月 22 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
16	4月 29 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
17	5月 6 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
18	5月 13 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
19	5月 20 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
20	5月 27 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
21	6月 3 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
22	6月 10 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
23	6月 17 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
24	6月 24 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
25	7月 1 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
26	7月 8 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
27	7月 15 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
28	7月 22 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
29	7月 29 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
30	8月 5 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
31	8月 12 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
32	8月 19 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
33	8月 26 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
34	9月 2 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
35	9月 9 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
36	9月 16 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
37	9月 23 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
38	9月 30 日	隊員聯誼賽	信義國中體育館

39	10月7日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
40	10月14日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
41	10月21日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
42	10月28日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
43	11月4日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
44	11月11日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
45	11月18日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
46	11月25日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
47	12月2日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
48	12月9日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
49	12月16日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
50	12月23日	隊員聯誼賽	信義國中體育館
51	12月30日	隊員聯誼賽	信義國中體育館

八、隊長：李肇基 電話：02-25796333 手機：0936-060215

管理：廖蓮輝 電話：02-22002679 手機：0913-081105

社團法人新北市建築師公會

06.【古蹟小組】114 年度活動計畫

一、社團名稱：古蹟小組

二、活動內容：舉辦各類演講、導覽與參訪活動，以深度認識古蹟、歷史建築、聚落、文化及自然景觀和其再利用

三、參加方式：報名並繳交年度會費每人新臺幣伍佰元整

四、活動時間：每月第二週或第四週

五、活動地點：公告之集合地點或公會會議室

六、年度預算：新臺幣壹拾萬元整

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員及事務所從業人員

八、年度活動計畫：(預定)

項次	月份	活動內容	活動地點
1	元月	古廟+老街之旅	新北市新莊區
2	二月	阿里山貴賓館之建築特色（演講）	新北市建築師公會
3	三月	空軍三重一村的修復及再利用	新北市三重區
4	四月	糖廠鐵道文化地景之旅	雲林縣北港鎮
5	五月	林本源園邸之旅	新北市板橋區
6	六月	竹創森林療育之旅	雲林縣古坑鄉
7	七月	林田山林業文化之旅	花蓮縣鳳林鄉
8	八月	熱蘭遮城、稜堡與大員市鎮（演講）	新北市建築師公會
9	九月	水道設施與神社之旅	新北市中和區
10	十月	古道縱走越嶺之旅	臺東縣長濱鄉

項次	月份	活動內容	活動地點
11	十一月	熊野古道朝聖之旅	日本和歌山縣
12	十二月	150 年燈塔之旅	澎湖縣西嶼鄉

* 確定活動內容概以每次活動前 1-2 個月 LINE 群組公布為準。

九、隊長：江式鴻 連絡電話：02-2722-0259 手機：0910-195901

管理：吳龍飛 連絡電話：02-2247-1937 手機：0928-556232

社團法人新北市建築師公會

07.【攝影隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：攝影隊

二、活動內容：攝影講座、參訪外拍、作品分享及攝影比賽

三、參加方式：報名並繳交年度會費新臺幣伍佰元整

四、活動時間：每月第二、四週星期一晚上或周末假日

五、活動地點：建築師公會或公告之集合地點

六、年度預算：新臺幣七萬元整

七、參加資格：公會會員、眷屬及會務人員

八、年度活動計畫：(預定)

項次	時間	活動內容 (預定)	活動地點
1	1 月 20 日	建築攝影技巧與作品分享／楊仁江	台北市建築師公會
2	2 月 3 日	極光及建築攝影作品分享／王政平	台北市建築師公會
3	3 月 8 日	攝影外拍／建築物／楊仁江	地點另訂
4	3 月 17 日	建築攝影技巧與作品分享／楊仁江	台北市建築師公會
5	4 月 14 日	攝影作品分享／簡榮泰	台北市建築師公會
6	4 月 26 日	攝影外拍／簡榮泰	地點另訂
7	5 月 12 日	攝影作品分享／外拍檢討／簡榮泰	台北市建築師公會
8	5 月 26 日	建築攝影技巧與作品分享／陳春福	台北市建築師公會
9	6 月 7 日	建築攝影外拍／陳春福	地點另訂
10	6 月 16 日	作品分享／外拍檢討／陳春福	台北市建築師公會

11	7 月 14 日	攝影修圖(一)／賴吉欽	台北市建築師公會
12	7 月 26 日	昆蟲微拍／賴吉欽	台北市建築師公會
13	7 月 28 日	攝影修圖(二)／賴吉欽	外租專業教室
14	8 月 4 日	攝影修圖(三)／外拍檢討／賴吉欽	台北市建築師公會
15	8 月 18 日	雲海晨昏及火舞攝影／翁富美	台北市建築師公會
16	9 月 6 日	北海火舞攝外拍／翁富美	新北市中角灣
17	10 月 13 日	作品分享／外拍檢討／翁富美	台北市建築師公會
18	11 月	114 年度攝影比賽 評審	台北市建築師公會
19	12 月	114 年度攝影比賽 頒獎與獎評	台北市建築師公會

*確定活動內容概以每次活動前 2~3 星期 LINE 群組公布為準。

九、隊長：劉武昌 連絡電話：02-2709-3033 手機：0988-274786

管理：傅靜涵 連絡電話：02-2247-1937 手機：0928-556232

社團法人新北市建築師公會

08. 【登山隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：登山隊

二、活動內容：登山健行

三、活動地點：詳附件

四、年度預算：配合本會規定辦理

五、年度活動計畫：詳附件

六、本會會員、眷屬及會務人員

七、年度活動計畫：

編號	日期	活動名稱	交通	集合地點	嚮導	分級	里程參考
A2501	2025-01-04	得恩亞納	台鐵+專車	另行公告	秀貞 聖芝	另行公告	另行公告
A2502	2025-01-18	內洞林道環狀健行	公車	烏來公車站	江式鴻	另行公告	另行公告
A2503	2025-02-01	農曆春節連假	-	-	-	-	-
A2504	2025-02-15	十八份賞櫻	公車	另行公告	廖國誠	另行公告	另行公告
A2505	2025-03-01	十八灣古道、楓樹湖	公車	另行公告	歐金定	另行公告	另行公告
A2506	2025-03-15	鵝子山 跑馬古道	專車	另行公告	連宏基	另行公告	另行公告
A2507	2025-04-05	清明連假	-	-	-	-	-
A2508	2025-04-19	陽明公園大屯瀑布	公車	另行公告	馬康俊	另行公告	另行公告
A2509	2025-05-03	登山安全講座-手機地圖與應用演練		台北市公會 +富陽公園	隊職人員	另行公告	另行公告
A2510	2025-05-17	瑞芳四秀	台鐵	另行公告	郭國慶	另行公告	另行公告
A2511	2025-06-07	鹿角坑溪、楓林瀑布	專車	另行公告	楊勝德	另行公告	另行公告
A2512	2025-06-21	波津加	專車	另行公告	許梓揚	另行公告	另行公告
A2513	2025-07-05	三貂嶺瀑布群中坑古道 柴寮古道猴硐	台鐵	另行公告	馬康俊	另行公告	另行公告
A2514	2025-07-19	登山安全講座-登山教學 影片觀賞、經驗交流		台北市公會第一會議室	隊職人員	-	-
A2515	2025-08-02	塔曼山・拉拉山	專車	另行公告	歐金定 楊志宏	另行公告	另行公告

A2516	2025-08-16	夜行陽明山	另行公告	另行公告	歐金定	另行公告	另行公告
A2517	2025-09-06	金字碑古道、不厭亭、牡丹	台鐵	另行公告	趙世榮	另行公告	另行公告
A2518	2025-09-20	台北大縱走第三段小油坑到風櫃嘴	公車	另行公告	李宏堅	另行公告	另行公告
A2519	2025-10-04	面天山	公車	另行公告	廖國誠	另行公告	另行公告
A2520	2025-10-18	安通越嶺道	台鐵+專車	另行公告	江式鴻	另行公告	另行公告
A2521	2025-11-01	新店五峰連走越嶺待老坑山下政大醉夢溪	捷運	另行公告	劉憲宗	另行公告	另行公告
A2522	2025-11-15	浸水營古道・知本森林遊樂區	台鐵+專車	另行公告	聖芝秀貞	另行公告	另行公告
A2523	2025-12-06	野柳絕壁・駱駝岩	專車	另行公告	趙世榮	另行公告	另行公告
A2524	2025-12-20	七星山	公車	另行公告	楊勝德 黃文生	另行公告	另行公告

1. 登山隊歡迎建築師及眷屬加入，隊費 600 元/人・年，於參加活動時繳交。
 2. 登山健行係於野外從事山林活動，非等同郊遊遠足，具有一定的活動強度與風險，參加者請自行審酌體適能狀態及風險承受能力。
 3. 郊山活動於活動當週在群組公告行程細節，專車活動於活動一個半月前公告接受報名。
 4. 分級說明：A 級 8-10Km B 級 12-15Km C 級：中級山、遠程專車

八、隊長：歐金定 手機：0921-855772

管理：楊志宏 手機：0935-186233

台北市建築師公會登山隊

隊長：楊勝德 手機：0912-902560

管理：黃文生 手機：0910-338562

新北市建築師公會

09.【單車社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：單車社

二、活動內容：詳年度活動計畫

三、參加費用：每位新台幣壹千元整。

四、參加資格：會員本人及眷屬，會務人員比照辦理。

五、活動時間：詳年度活動計畫

六、活動地點：詳年度活動計畫

七、年度活動計畫：

次別	日 期	活 動 內 容(路線)	活 動 時 間	集 合 地 點
1	1 月 04 日(六)	社子島 島頭公園 迎接 2025 逍遙遊	半 天	景福租借站
2	1 月 18 日(六)	動物園、石碇老街	半 天	景福租借站
3	1 月 25 日(六)	台北環狀線(順時針) 自行車道逍遙遊	半 天	大直橋畔
4	2 月 01 日(六)	大漢溪左岸 鶯歌陶瓷博物館	全 天	捷運永寧站 二號出口
5	2 月 15 日(六)	社子島巡禮 雙河自行車道逍遙遊	半 天	大稻埕 租借站
6	3 月 01 日(六)	二重河濱車道逍遙遊	全 天	景福租借站
7	3 月 15 日(六)	大漢溪兩岸 新月橋	半 天	景福租借站
8	3 月 29 日(六)	社子島、大稻埕 公館水岸廣場	半 天	捷運圓山站
9	4 月 12 日(六)	爬坡耐力訓練 福德坑復育公園	半 天	景福租借站
10	4 月 19 日(六)	新月橋輕鬆騎	半 天	景福租借站
11	5 月 03 日(六)	新竹頭前溪、南寮 17K 、苗栗綠光海風	全 天	高鐵台北站 高鐵新竹站
12	5 月 17 日(六)	基隆河左岸、淡水河、 新店溪右岸 河濱車道	半 天	捷運松山站
13	5 月 31 日(六)	八里、十三行、 台北港逍遙遊	半 天	關渡租借站

14	6月07日(六)	景美溪畔逍遙遊	半天	景福租借站
15	6月21日(六)	新竹新豐自行車道 自行車道逍遙遊	全天	台北火車站
16	7月05日(六)	爬坡耐力訓練 石碇、坪林、千島湖	半天	捷運 動物園站
17	7月19日(六)	木柵、深坑、石碇 公路自行車體驗	全天	景福租借站
18	8月02日(六)	關渡、八里逍遙遊	半天	捷運圓山站
19	8月23日(六)	宜蘭冬山河 自行車道逍遙遊	全天	宜蘭 冬山火車站
20	9月06日(六)	參加全國建築師公會 單車聯誼活動	半天	(未定)
21	9月20日(六)	木柵、深坑、石碇 公路自行車體驗	全天	景福租借站
22	10月04日(六)	新竹新豐自行車道 自行車道逍遙遊	全天	台北火車站
23	10月25日(六)	汐止星光橋 自行車道逍遙遊	全天	基隆河右岸彩 虹橋
24	11月08日(六)	社子島島頭公園	半天	景福租借站
25	11月22日(六)	二重河濱車道逍遙遊	半天	景福租借站
26	12月06日(六)	八里左岸+淡水金色 水岸車道逍遙遊	全天	關渡租借站
27	12月20日(六)	新店溪畔逍遙遊	半天	景福租借站
28	12月27日(六)	河濱車道輕鬆騎 年終快樂逍遙遊	半天	景福租借站

說明：年度活動計劃行程僅供參考，依天候或臨時狀況有可能變更活動行程，
每次實際活動行程，於活動前5天由隊長或管理以Line通知，突發狀況
時以Line電話通知，新參加隊員繳費後才能加入Line群組。

※參加活動者請自備單車，無單車者請自行租借單車，欲知台北市及新北市之
單車租借站詳情請上網查詢。

八、隊長：潘逢時 手機：0937-520096

管理：王明勝 手機：0920-996323

社團法人新北市建築師公會

10.【重機隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：重機隊

二、活動內容：騎乘 250CC 以上大型重型機車，依計畫安排好的路線，至觀光景點及餐飲商店聚會，主要以車會友，與喜歡重機兜風的同好互相交流。

三、參加方式：公會會員報名並繳交年度會費 3,000 元，會員眷屬、會務人員或從業人員繳交年度會費 1,000 元。

四、活動時間：每月至少一次視天候安排週六或週日。

五、活動地點：按原訂年度活動計畫視天候狀況及參與人數彈性調整。

六、年度預算：估計有會員 40 人 120,000 元，非會員 10 人 10,000 元，
共計 130,000 元，公會補助 50,000 元，合計 180,000 元。

七、參加資格：公會會員、會員眷屬、會務人員、從業人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1 月 / 0700-1800	早餐盃(半日遊)	平溪
2	2 月 / 0700-1800	春酒之旅(一日遊)	桃園
3	3 月 / 0700-1800	水庫之旅(一日遊)	苗栗
4	4 月 / 0700-1800	雙北之旅(一日遊)	桃園、宜蘭
5	5 月 / 0700-1800	賞桐之旅(一日遊)	台三線
6	6 月 / 0700-1800	武嶺之旅(二日遊)	南投
7	7 月 / 0700-1100	燈塔之旅(半日遊)	新北石門-瑞芳
8	8 月 / 0700-1100	海鮮之旅(半日遊)	新北龜吼漁港
9	9 月 / 0700-1800	北橫之旅(一日遊)	桃園、宜蘭
10	10 月 / 0700-1800	桃源之旅(一日遊)	新北雙溪
11	11 月 / 0700-1200	尾牙之旅(二日遊)	花蓮
12	12 月 / 0700-1800	北海岸之旅(一日遊)	北海岸

九、隊長：謝家銘 手機：0953-324678

管理：黃森田 手機：0919-563371

社團法人新北市建築師公會

11. 【桌球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：桌球隊

二、活動內容：(活動呈現方式)

三、參加方式：公會會員及直系眷屬各繳交 1000 元。

每週以使用二次為限(超過為自付)。

四、活動時間：依年度計畫表

五、活動地點：台北市中正區金山南路一段 17 號 B1 媽媽桌球教室

六、年度預算：60,000 元

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	日期	時間	地點	內容
一	每周一、四	18:30~23:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊交流練習
二	114.01.16	08:00~13:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊年終友誼賽
三	114.03.20	08:00~14:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊月例賽
四	時間未定	08:00~14:00	台北市運動中心	北北基桃園友誼賽賽
五	114.05.23	08:00~14:00	媽媽桌球教室	與公有機關聯隊單雙打友誼賽
六	114.07.25	08:00~14:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊月例賽
七	114.09.25	08:00~14:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊月例賽
八	114.11.10	08:00~14:00	媽媽桌球教室(台北市中正區金山南路一段 17 號)	雙北球隊月例賽
九	114.11.25 (日期待定)	08:00~17:00	場地位置待定	北北基桃園友誼賽賽

九、隊長：林政賢 手機：0952-918468

管理：陳建祥 手機：0910-522634、許世偉 手機：0930-910119

社團法人新北市建築師公會

12.【薩克斯風樂團】114 年度活動計畫

一、社團名稱：新北市建築師公會薩克斯風樂團

二、活動內容：薩克斯風樂團學習與發表及公益表演

三、參加方式：公會會員、眷屬、會務人員報名並繳交 114 年度會費。

四、活動時間：1. 每月最少一次公益表演，活動地點：老人機構

2. 每月會員上課 2 次，活動地點：非比藝術教室

3. 配合新北市建築師公會舉辦活動(健行、晚會等活動)表演

五、年度預算：新台幣 90000~100000 元整

六、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

七、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	2025.1	公益表演	千人捐血活動
2	2025.7	公益表演	千人捐血活動
3	2025.2~2025.12	公益表演	老人機構義演
4	2025.1~2025.12 (隔週上課共 24 次)	薩克斯風樂團會員學習與發表	非比藝術教室
5	2024.12~2025.12	配合新北市建築師公會舉辦活動	依新北市建築師公會舉辦活動場地

八、隊長：蔣武東 手機：0975-932886

管理：張政逸 手機：0932-056799

社團法人新北市建築師公會

13. 【樂活樂園】114 年度活動計畫

一、社團名稱：樂活樂園

二、活動內容：基於提昇本會會員對於建築或室內的深度認識，辦理各項參訪。

三、參加方式：公會會員及眷屬報名並繳交 114 年度團費。

四、活動時間：每隔月

五、活動地點：定點

六、年度預算：\$50,000

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	一月	舉辦建築參訪，請導覽或講師評析。	規劃中
2	三月	舉辦建築參訪，請導覽或講師評析。	規劃中
3	五月	舉辦宜蘭建築參訪，請導覽或講師評析。	(宜蘭)規劃中
4	七月	舉辦台中建築參訪，請導覽或講師評析。	(台中)規劃中
5	九月	舉辦建築參訪，請導覽或講師評析。	規劃中
6	十一月	舉辦建築參訪，請導覽或講師評析。	規劃中

九、隊長：廖信祥建築師 0918-400653

管理：楊劍芬建築師 0937-834352

顧問：陳輝煌建築師 0932-300249、呂漢崗建築師 0925-549588

副團長兼活動組長：杜國源建築師 0934-042931

財務長：陳瑞貞建築師 0930-905865

副執行長：張紘聞建築師 0935-182-577、謝家銘建築師 02-2921-1315

社團法人新北市建築師公會

14. 【歡唱樂園】114 年度活動計畫

一、社團名稱：歡唱樂園

二、活動內容：會員聚會歡唱

三、參加方式：公會會員、會務人員或眷屬報名並繳交 1000 元年度會費。

四、活動時間：原則每月最終假日(春節當月除外)

五、活動地點：大台北錢櫃 KTV 或星聚點 KTV 或好歌喉 KTV 等

六、年度預算：如公會提列依使用者付費原則，會費酌予補助。

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：樂樂歡唱樂團 114 年度活動計畫

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1 月份第一週假日	辦理聚餐並歡唱	另訂
2	2 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
3	3 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
4	4 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
5	5 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
6	6 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或好歌喉
7	7 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或好歌喉
8	8 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或好歌喉
9	9 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
10	10 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
11	11 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點
12	12 月份第四週假日	KTV 歡唱活動 4~5 小時	錢櫃 KTV 或星聚點

註：1. 原則為每月第四週六，日中午亦配合調整於平日晚上，月中將提醒並提供報名。

2. 將視公會活動撞期或天候因素提前或順延一周。

九、隊長：林建廷 手機：0935-702827

管理：林建智 手機：0988-328206 陳世軒 手機：0988-328206

社團法人新北市建築師公會

15.【羽球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：羽球隊

二、活動內容：羽球運動聯誼

三、參加方式：公會會員繳交會費新台幣參仟元整、眷屬繳交會費新台幣四千五百元整，會務人員繳交會費新台幣四仟伍佰元整，報名即可。

四、活動時間：每週星期日 PM8:00-10:00

五、活動地點：永和區永和國中體育館

六、年度預算：新台幣柒萬元整

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	每週日 PM8:00-10:00	羽球運動	永和區永和國中體育館
2	5 月	新北市七師聯誼賽	依主辦之公會地點
3	10 月	全國建築師杯	依主辦之公會地點
4	12 月	牙醫六師邀請賽	依主辦之公會地點
5	依主辦單位	其他社團邀請賽	依主辦單位

九、隊長：陳明宏 手機：0937-058206

管理：朱有為 手機：0920-269322

社團法人新北市建築師公會

16.【園藝隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：新北市建築師公會園藝隊

二、活動內容：(活動呈現方式)

三、參加方式：現有會員、會務人員、前會員配偶及以上眷屬或親友一名，並繳交 114 年度隊費。

四、活動時間：每 1.5 個月計畫 1 次活動。

五、活動地點：室內教學利用公會會議室或租借園藝專業教室；戶外教學或參觀活動則另訂活動地點。

六、年度預算：估計新台幣六萬元整。

七、參加資格：現有會員、會務人員、前會員配偶及以上眷屬或親友一名。

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1/24	年節插花組合	公會會議室
2	3/7	宜蘭參訪(一日)	戶外教學
3	4/25	陽明山參訪(一日)	戶外教學
4	6/6	澎湖參訪(三日)	戶外教學
5	7/25	竹苗參訪(一日)	戶外教學
6	9/5	桃園參訪(一日)	戶外教學
7	10/24	彰化參訪(二日)	戶外教學
8	12/5	北海岸參訪(一日)	戶外教學

九、隊長：王讚宗 連絡電話：(02)29137170 手機：0921354179

管理：陳瑞貞 連絡電話：(02)26324336 手機：0912-002997

社團法人新北市建築師公會

17. 【烘焙社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：新北烘焙社

二、活動內容：公會提供烘焙材料，學員親手實作。

三、參加方式：會員年費 1000.-/人，未交年費單次參加者繳交 200.-/堂/人

四、活動時間：每月第三週的週五(逢假日或公會活動時另於前月群組通知)

五、活動地點：新北市建築師公會第一會議，部分活動配合展覽參訪舉行。

六、年度預算：配合本會規定辦理

七、參加資格：公會會員、眷屬親友與會務人員。

八、活動方式：公會提供烘焙材料，學員親手實作。

九、年度活動計畫：預計各月份教學內容科目如下

項次	月份	烘焙科目	活動地點
1	1 月	迎春納福歡慶新年活動	另公布
2	2 月	澳門杏仁餅	本會第一會議室
3	3 月	抹茶菊花酥	本會第一會議室
4	4 月	咖哩餃	本會第一會議室
5	5 月	椰子塔	本會第一會議室
6	6 月	竽頭酥	本會第一會議室
7	7 月	核桃巧克力餅	本會第一會議室
8	8 月	滷肉綠豆椪	本會第一會議室
9	9 月	鳳梨酥	本會第一會議室
10	10 月	紅糖肉桂餅乾	本會第一會議室
11	11 月	優格鬆餅	本會第一會議室
12	12 月	慶祝建築師節活動	另公布

十、隊長：孫文騏建築師 0931-991038

管理：唐弘雄建築師 0937-468666

社團法人新北市建築師公會

18. 【壘球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：壘球隊

二、活動內容：8:30 點名熱身傳球，9:00 滾地球傳接，9:30 接高飛練習，10:00 打擊練習，10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家。

三、參加方式：公會會員報名並繳交 114 年度會費 1,000 元。會員眷屬會費無。

四、活動時間：每月隔週星期六早上 8:00~12:00 集合練球比賽，每周與鄰近場地隊伍對外友誼賽，增加『新北市建築師公會』曝光度。

五、活動地點：樹林鹿角溪 B 球場。

六、年度預算：新台幣 110,000 元

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1 月份 1/11 , 1/25	8:30 點名熱身傳球，9:00 滾地球傳接，9:30 接高飛練習，10:00 打擊練習，10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家。	樹林鹿角溪 B 球場
2	2 月份 2/8 , 2/22	8:30 點名熱身傳球，9:00 滾地球傳接，9:30 接高飛練習，10:00 打擊練習，10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家。	樹林鹿角溪 B 球場
3	3 月份 3/8 , 3/22	8:30 點名熱身傳球，9:00 滾地球傳接，9:30 接高飛練習，10:00 打擊練習，10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家。	樹林鹿角溪 B 球場
4	4 月份 4/12 , 4/26	8:30 點名熱身傳球，9:00 滾地球傳接，9:30 接高飛練習，10:00 打擊練習，10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家。	樹林鹿角溪 B 球場

5	5 月份 5/10 , 5/24	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
6	6 月份 6/7 , 6/21	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
7	7 月份 7/5 , 7/19	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
8	8 月份 8/2 , 8/16	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
9	9 月份 9/6 , 9/20	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
10	10 月份 10/4 , 10/18	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
11	11 月份 11/1 , 11/15	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場
12	12 月份 12/6 , 12/20	8:30 點名熱身傳球, 9:00 滾地球傳接, 9:30 接高飛練習, 10:00 打擊練習, 10:30 與鄰近球隊進行友誼賽比賽。12:00 回到溫暖的家.	樹林鹿角溪 B 球場

九、隊長：彭康祐 連絡電話：02-29664366 手機：0911-390903

管理：陳世軒 連絡電話：02-89434172 手機：0988-328206

社團法人新北市建築師公會

19.【網球隊】114 年度活動計畫

一、參加資格：會員本人及眷屬，會務人員比照辦理。

二、參加費用：每位新台幣壹仟元整。

三、活動日期：如下表所列，依實際狀況調整。

次別	時 間(下午)	活 動 內 容	球 場 地 點
01	1 月 12 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
02	1 月 26 日(日)	隊內排名賽	樹林網球場
03	2 月 09 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
04	2 月 23 日(日)	友誼賽	樹林網球場
05	3 月 09 日(日)	友誼賽	樹林網球場
06	3 月 23 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
07	4 月 13 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
08	4 月 27 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
09	5 月 11 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
10	5 月 25 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
11	6 月 15 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
12	6 月 29 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
13	7 月 13 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
14	7 月 27 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
15	8 月 10 日(日)	隊內排名賽	樹林網球場
16	8 月 24 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
17	9 月 14 日(日)	隊內賽	樹林網球場
18	9 月 28 日(日)	隊內排名賽	樹林網球場
19	10 月 12 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
20	10 月 26 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
21	11 月 09 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場

22	11 月 23 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場
23	12 月 14 日(日)	隊內賽	樹林網球場
24	12 月 28 日(日)	隊際聯誼賽	樹林網球場

1. 本表如有變更，由隊長或管理於活動前 7 天以 EMAIL 通知，特殊狀況以 Line 通知。

2. 進入各球場請務必遵守球場規定(尤其是公共使用球場)，教練教球時請注意禮儀。

四、隊長：林史和 手機：0921-079713

管理：王志中 手機：0928-123212

社團法人新北市建築師公會

20. 【保齡球社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：保齡球社

二、活動內容：(活動呈現方式)

三、參加方式：公會會員報名並繳交 114 年度會費。

四、活動時間：每月(第一周星期六)

五、活動地點：新北市中和區新喬福保齡球館

六、年度預算：50,000

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	0104/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
2	0208/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
3	0301/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
4	0405/14:00	保齡球比賽	新喬福保齡球館
5	0503/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
6	0607/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
7	0705/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
8	0802/14:00	保齡球比賽	新喬福保齡球館
9	0906/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
10	1004/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
11	1101/14:00	保齡球團練	新喬福保齡球館
12	1206/14:00	保齡球比賽	新喬福保齡球館

九、隊長：游慶宗 連絡電話：02-22420448 手機：0919-996154

管理：蔣武東 連絡電話：02-89531500 手機：0975-932886

社團法人新北市建築師公會

21.【醫學氣功隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：新北市建築師公會醫學氣功隊

二、活動內容：氣功團體教學。

三、參加方式：公會會員報名並繳交 114 年度會費。會員眷屬 114 年度會費。

四、活動時間：全年度 1 月至 12 月每週一、四晚上 7 時至 8 時。

（風雨無阻，氣溫 12°C 以下（含）停止團練。）

五、活動地點：新北市政府北一門樓上 3F 或 2F 迴廊

六、年度預算：1. 醫學氣功演講一次 NT 7,500 元。

2. 醫學氣功課本每本 NT 200 元。

3. 團體制服：白短上衣 NT280 元，長褲 NT490 元，皮帶 NT300 元，運動鞋 NT1,800 元。

七、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
1	1、2 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F
2	3、4 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F
3	5、6 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F
4	7、8 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F
5	9、10 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F
6	11、12 月份/每週一、四 晚上 7 時~8 時	醫學氣功十七式	新北市政府北一門 樓上 3F 或 2F

九、隊長：翁清源 連絡電話：02-2257-2676 手機：0910-186-799

管理：王月華 連絡電話：0958-135-776 手機：0958-135-776

社團法人新北市建築師公會

22.【瑜珈核心超慢跑】114年度活動計畫

一、社團名稱：瑜珈核心超慢跑

二、活動內容：三種運動交替訓練

三、參加方式：報名，180元/單堂，600元/4堂(月結)。

四、活動時間：每週禮拜日09:00-10:30，共計1.5小時。

五、活動地點：南港高工活動中心3樓禮堂(台北市南港區興中路29號，南港車站北出口步行3分鐘)。

六、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員、從業人員、相關行業。

七、補助對象：公會會員、眷屬、會務人員(2025)。

120元/單堂，400元/4堂。

八、自備用品：需自備瑜珈墊、毛巾、飲用水。

新北市建築師公會

瑜珈核心超慢跑

買一部車，多久洗一次，用幾年
買間房子，多久掃一次，住幾年
身體，陪伴我們幾年，照顧過認識過嗎
車用八年，房子住三十年，身體用超過五十年
這不是一堂課，是一個與身體對話的過程
這不是要做多難動作，動一點身體好一些
啟動最難，一起運動，瑜珈核心超慢跑

2025第一週開始

時間:星期日 09:00-10:30

地點:南港高工活動中心3樓禮堂

地址:新北市南港區興中路29號3樓

(南港車站北出口)步行3分鐘

收費:180元/單堂，600元/4堂

補助對象:120/單堂，400元/4堂

遇國定假日不收費不補課

報名請洽: 隊長 陳朱平0937982220 Line: ccp22



九、年度活動計畫：

	月份	週日				
		5	12	19	26	
第一期	一	5	12	19	26	
第二期	二	2	9	16	23	
第三期	三	2	9	16	23	30
第四期	四	6	13	20	27	
第五期	五	4	11	18	25	
第六期	六	1	8	15	22	29
第七期	七	6	13	20	27	
第八期	八	3	10	17	24	31
第九期	九	7	14	21	28	
第十期	十	5	12	19	26	
第十一期	十一	2	9	16	23	30
第十二期	十二	7	14	21	28	

九、隊長：陳朱平 電話：02-2283-5622 手機：0937-982220

管理：陳朱平 電話：02-2283-5622 手機：0937-982220

李小姐 電話：02-2283-5622 手機：0919-915622

社團法人新北市建築師公會

23.【撞球隊】114 年度活動計畫

一、社團名稱：撞球隊

二、活動意義：

- 1、助於練腦、練身、練體、練氣、連續思考和預判能力。
- 2、助於全身的協調能力及放鬆眼睛
- 3、透過撞球聯誼促進會員彼此親和力及熟悉度。

三、活動方式及內容：

(一)、辦理方式：

新北市會員會籍幅員廣闊，擇定好朋友撞球場辦理主場撞球活動，當隊員因距離太遠或因故無法參加主場活動時，可召集三人（含）隊友以上，可就近選擇他處或主場撞球地點辦理撞球活動。（出席活動隊員需配合簽到、拍照及選擇可以開立發票或收據之撞球場）。

(二)、辦理內容：

1、每月第二、四週固定星期三下午 19 時至 22 時分止（三小時為限）等兩次主要撞球活動（如上述主要活動時間因故無法參與，另可邀集三人以上另擇時間活動），現場活動開始簽到後先開桌練習。

2、打球之費用已含在隊費裡，不需額外再付費，超過三小時或超過次數請自付差額或隊員自行的撞球活動時，僅好朋友撞球館球場可以會員價收取）。

(三)、不定期舉辦邀請活動及會員聯誼賽。

(四)、LINE 群組名稱「新北市建築師撞球隊」，請加入群組，以利發佈訊息及統計活動人數（球館須預留桌數，請隊員儘早報名確認人數）。

(五)、每年度隊費收費金額會依新北市建築師公會文康活動補助款多寡作調整。

四、參加方式：公會會員、眷屬及會務人員每人繳交年度隊費 500 元，外賓 1000 元（逕向隊長或管理報名）。

五、活動時間：每月雙週二次。

六、活動地點：朋友撞球場(臺北市大安區通化街 47 號 B1)電話:02-27065133

七、年度預算：預計六萬元

八、參加資格：公會會員、眷屬、會務人員、推薦建管相關人士。

九、114 年度活動計劃：

項次	時間	活動內容（預定）	活動地點
1	114-01-15	自由練習及分組對打	朋友撞球場
2	114-01-29	自由練習及分組對打	朋友撞球場
3	114-02-12	自由練習及分組對打	朋友撞球場
4	114-02-26	自由練習及分組對打	朋友撞球場
5	114-03-12	自由練習及分組對打	朋友撞球場
6	114-03-26	自由練習及分組對打	朋友撞球場
7	114-04-09	自由練習及分組對打	朋友撞球場
8	114-04-23	自由練習及分組對打	朋友撞球場
9	114-05-14	自由練習及分組對打	朋友撞球場
10	114-05-28	自由練習及分組對打	朋友撞球場
11	114-06-11	自由練習及分組對打	朋友撞球場
12	114-06-25	自由練習及分組對打	朋友撞球場
13	114-07-09	自由練習及分組對打	朋友撞球場
14	114-07-23	自由練習及分組對打	朋友撞球場
15	114-08-13	自由練習及分組對打	朋友撞球場
16	114-08-27	自由練習及分組對打	朋友撞球場
17	114-09-10	自由練習及分組對打	朋友撞球場
18	114-09-24	自由練習及分組對打	朋友撞球場
19	114-10-08	自由練習及分組對打	朋友撞球場
20	114-10-22	自由練習及分組對打	朋友撞球場
21	114-11-12	自由練習及分組對打	朋友撞球場
22	114-11-26	自由練習及分組對打	朋友撞球場
23	114-12-10	自由練習及分組對打	朋友撞球場
24	114-12-24	自由練習及分組對打	朋友撞球場

(如遇暫停活動或更改日期活動，將依所留通訊資料另行通知。)

十、隊長：呂城璋 手機：0933-378938

管理：劉奕權 手機：0928-230685

社團法人新北市建築師公會

24. 【慢跑社】114 年度活動計畫

一、社團名稱：慢跑社

二、活動內容：提倡推廣慢跑運動，建築師工作久坐高壓力，平時缺乏運動影響健康，透過成本最低最單純的慢跑運動提升體能促進健康並匯集同好互相交流，及提供正確運動觀念及運動傷害防護，固定時間團體練習準備賽事。

三、參加方式：報名並繳交年度會費 500 元。

四、活動時間：固定團練每週三台大田徑場短距離節奏或間歇練習，每週日福和橋長距離練習。

五、活動地點：台大田徑場及福和橋下(依賽事而定)。

六、年度預算： 5,000 元。

七、參加資格：公會會員、會員眷屬、會務人員、從業人員

八、年度活動計畫：

項次	月份/時間	活動內容	活動地點
固定團練	週三 18:00 週日 5:00	短距離、節奏跑、間歇跑、長距離 LSD	週三/台大田徑場 週日/福和橋或山徑
預計賽事			
1	1 月 11 日	高雄馬拉松	世運主場館
2	2 月 16 日	台南府城馬拉松	台南觀夕平台
3	3 月 2 日	德之寶馬拉松	蘇澳鎮蘇澳港
4	4 月/日期未定	台灣戶外風櫃嘴馬拉松	士林至善國中
5	5 月/日期未定	台北星光馬拉松	大佳河濱
6	6 月/日期未定	最強市民飆 5K	板橋第一運動場
7	7 月/日期未定	教練講座練習	台大田徑場
8	8 月/日期未定	父親節公益路跑	新北明志科大

9	9 月 / 日期未定	苗栗山城星光馬拉松	苗栗田徑場
10	10 月 / 日期未定	蘆洲觀音山馬拉松	新北蘆洲微風運河
11	11 月 / 日期未定	花蓮太平洋馬拉松(二日遊)	花蓮美崙田徑場
12	12 月 / 日期未定	台北馬拉松	台北市府前廣場

九、隊長：張騰巍 手機：0935-554930

管理：黃偉致 手機：0928-535877

社團法人新北市建築師公會

25.【書法六藝會】114 年度活動計畫

一、社團名稱：慢跑社書法六藝會

二、活動內容：書藝會以書法、現代生活藝術，邀請相關領域講師，講習生活六藝、實景體驗，並安排每月自我練習，擇期交流，書法展覽參觀、座談，作品製作展覽。熱烈歡迎加入書法六藝會，擁有身、心、靈、藝之多重饗宴與成長。

三、參加資格：本會會員及會員配偶與親友，本會會務人員比照辦理。

四、活動架構：如下圖。



五、參加方式：新舊會員每人繳年費 1000 元（併入公會福利款並依本會文康活動實施要點規定運用），可參加全年度各項演講觀摩或研習活動。

六、年度活動計畫：

日期	時間	項目	活動內容	備註
1 月 8(三)	19:00~21:00	迎春揮毫 春聯創作	新春揮毫 林東明老師+全體	會員迎新 地點另訂
2 月 19(三)	19:00~21:00	花道迎新春一	柯青雲 老師	地點另訂
3 月 19(三)	19:00~21:00	花道迎新春二	柯青雲 老師	地點另訂
4 月 (日期另訂)	另訂	書法展參觀	橫山書藝館或藝廊	另行通知
5 月 15(三)	19:00~21:00	書法創作 一	張宏樸 老師	地點另訂

6月18(三)	19:00~21:00	書法創作二	張宏樸老師	地點另訂
7月16(三)	19:00~21:00	篆刻一	張宏樸老師	地點另訂
8月20(三)	19:00~21:00	篆刻二	張宏樸老師	地點另訂
9月17(三)	19:00~21:00	秋之花道一	黃金立老師	地點另訂
10月15(三)	19:00~21:00	秋之花道二	黃金立老師	地點另訂
11月	展期另訂	書法會 全體師生	書畫聯展 書法會+畫會	依展場調整時間 -地點另覓
12月	時程另訂	聚餐	年末書法會聚會	地點另行通知

註：

- 一、全年歡迎新舊會員隨時加入。
- 二、活動計劃內容得由書法會討論修正調整後即時通告。
- 三、2025 續約定每月月中、月末各完成約 50 字以上自我練習，上傳網路群組，也俾利進行實體交流，進步可期。
- 四、如共同參加正式展出，費用得視經費狀況適度補助。

Line 群組，QR Code 如圖所示，請加入獲得最新訊息。

書法文化推廣



七、隊長：連宏基 手機：0935-545380

管理：黃文生 手機：0910-338562

