

# 臺北市立圖書館 2025年市民生活講座場次一覽表

場次	日期/時間	主題	講題	主講人	講師職稱	辦理分館	辦理方式	實體講座地址/線上講座網址	電話
1	1月25日(六) 10:00-12:00	寒假閱讀節	品味義大利：暢遊迷人的靴子國	盧韻竹	自由接案領隊、旅遊企劃	稻香分館	實體講座	臺北市北投區稻香路81號9樓 多功能活動室	(02)2894-0662
2	1月26日(日) 14:00-16:00	寒假閱讀節	義大利童話《木偶奇遇記》繪本故事分享與手作	余心亭	新北市國際藝術村駐村藝術家	親子美育	實體講座	臺北市南港區研究院路2段61巷15號2樓多功能放映室	(02)2651-8163
3	2月9日(日) 10:00-12:00	寒假閱讀節	文藝復興巨匠達文西手稿-四通道液壓挖掘機	林易璵	阡陌職涯顧問公司-職涯顧問、104人力銀行人資市集-特約講師	永春分館	實體講座	臺北市信義區松山路294號4樓多功能活動室	(02)2760-9730
4	2月15日(六) 14:00-16:00	公共藝術	跟著公共藝術去旅行	黃浩德	財團法人台北市開放空間文教基金會 執行長	廣慈分館	實體講座	臺北市信義區福德街86號4樓多功能活動室	(02)2727-7872
5	2月22日(六) 14:00-16:00	親子理財	孩子的財富未來，父母必備的理財技巧:親子理財講座	陳重銘	財經作家	清江分館	實體講座	臺北市北投區公館路198號3樓多功能活動室	(02)2896-0315
6	2月23日(日) 14:00-16:00	生活應用	植感生活好Chill	張琦雯	社區大學講師	永春分館	實體講座	臺北市信義區松山路294號4樓多功能活動室	(02)2760-9730
7	3月8日(六) 14:00-16:00	生活法律	車禍事件、消費糾紛處理與自我保護	羅健新	淡水社區大學講師	葫蘆堵分館	實體講座	臺北市士林區延平北路五段136巷1號9樓視聽室	(02)2812-6513
8	3月15日(六) 14:00-16:00	鄉土文化	大稻埕的另一章：大橋頭之旅	蔡伯淵	信義社區大學講師、伊甸基金會視障戶外生活重建課程講師	延平分館	實體講座	臺北市大同區保安街47號10樓多功能活動室	(02)2552-8534
9	3月16日(日) 1400-1600	中醫健康	筋膜疼痛自療法	陳麒文	臺北雙連新悅中醫診所院長	稻香分館	實體講座	臺北市北投區稻香路81號9樓多功能活動室	(02)2894-0662
10	3月22日(六) 14:00-16:00	芳香舒壓	親子精油舒壓DIY	林芷萱	芳療講師/工作坊負責人	民生分館	實體講座	臺北市松山區敦化北路199巷5號5樓視聽室	(02)2713-8083



場次	日期/時間	主題	講題	主講人	講師職稱	辦理分館	辦理方式	實體講座地址/線上講座網址	電話
11	3月29日(六) 14:00-16:00	飲食文化	養生健康吃	巢佳苓	松山社大，內湖社 大烹飪講師	大同分館	實體講座	臺北市大同區重慶北路3段 318號B1樂齡中心	(02)2594-3236
12	4月12日(六) 14:00-16:00	天文	一起去追星：認識星星與 星座	王寶勳	滬尾天文台(王老 師科學教育工作 室)負責人	東園分館	實體講座	臺北市萬華區東園街199號3 樓多功能活動室	(02)2307-0460
13	4月13日(日) 14:00-16:00	中醫養生	吃得對，病不來！中醫食 療的健康密碼	歐乃慈	育揚中醫診所主治 醫師	木柵分館	實體講座	臺北市文山區保儀路13巷3號 4樓視聽室	(02)2939-7520
14	4月19日(六) 14:00-16:00	文化保存	認識臺灣傳統建築	廖志中	國立雲林科技大學 文化資產維護系退 休教授	景新分館	實體講座	臺北市文山區景後街151號10 樓視聽室	(02)2933-1244
15	4月20日(日) 14:00-16:00	壓力管理	正向情緒與職場壓力調適	洪長安	幫助教育訓練專職 講師	啟明分館	實體講座	臺北市松山區敦化北路155巷 76號4樓音樂廳	(02)2514-8443
16	4月26日(六) 14:00-16:00	文化古蹟	臺北城之西門-榮町文化 史蹟走遊趣	鄭勝吉	傳統建築研究員、 臺北市史蹟導覽活 動講師	萬華分館	實體講座	臺北市萬華區東園街19號7樓 多功能活動室	(02)2339-1056
17	5月4日(日) 10:00-12:00	勞動權益	化被動為主動：職場勞動 權益面面觀講座	張巧儒	勵馨基金會新北分 所-督導/社工師 擺 渡人生設計-特約生 涯諮詢師	長安分館	實體講座	臺北市中山區長安西路3號4 樓多功能活動室	(02)2562-5540
18	5月10日(六) 14:00-16:00	親職教育	親親寶貝～談嬰幼兒保育 與自我照顧	許陳玉玟	青少年兒童福利學 會秘書長兼理事	城中分館	線上講座 Google Meet	城中龍安_臺北市立圖書館粉 絲專頁	(02)2393-8274
19	5月17日(六) 14:00-16:00	自我探索	人類圖生活頻道：我與世 界的連結	劉晏蓉	人類圖分析師	東湖分館	實體講座	臺北市內湖區五分街6號4樓 視聽室	(02)2632-3378
20	5月18日(日) 14:00-16:00	手機應用	Line動畫貼圖製作	吳采玲	臺北市婦女會電腦講 師、臺北市樂活學電 腦電腦講師	三興分館	實體講座	臺北市信義區松仁路240巷19 號5樓視聽室(六合分館)	(02)8732-1063



場次	日期/時間	主題	講題	主講人	講師職稱	辦理分館	辦理方式	實體講座地址/線上講座網址	電話
21	5月25日(日) 14:00-16:00	表演藝術	我們這一家-花媽聲優成長史	王瑞芹	口語表達、聲音訓練講師、齊聲創藝有限公司負責人	中山分館	實體講座	臺北市中山區松江路367號8樓視聽室	(02)2502-6442
22	6月7日(六) 14:30-16:30	飲食文化	從飲品到甜食：風靡全球的巧克力	許嘉麟	國立臺灣師範大學地理學系助理教授	天母分館	實體講座	臺北市士林區中山北路七段154巷6號4樓視聽室	(02)2873-6203
23	6月8日(日) 14:00-16:00	生活手作	花現美麗：手作毛根花	賴宣妤	FunkyMake 手作工作坊主理人	中崙分館	實體講座	臺北市松山區長安東路2段229號7樓視聽室	(02)8773-6858
24	6月14日(六) 1400-1600	大眾生活	在現代社會開租書店，臭臉老闆有點傷腦筋啊	解永華	師大白鹿洞租書店老闆	文山分館	實體講座	臺北市文山區興隆路二段160號9樓多功能活動室	(02)2931-5339
25	6月15日(日) 14:00-16:00	性別平等	不一樣，又怎樣	郭淑君	國立臺灣海洋大學諮商輔導組諮商心理師	總館	實體講座	臺北市大安區建國南路2段125號9樓多功能活動室	(02)2755-3554
26	6月22日(日) 14:00-16:00	藝術	藝術好好玩	凌春玉	國立臺灣藝術大學書畫藝術學系博士	西湖分館	實體講座	臺北市內湖區內湖路一段594號4樓音樂廳	(02)2797-3183
27	6月28日(六) 14:00-16:00	生活科技	AI人工智慧應用360°面面觀	張大明	巨匠電腦資深兼任講師	清江分館	實體講座	臺北市北投區公館路198號3樓3樓多功能活動室	(02)2896-0315
28	7月2日(三) 19:30-20:30 、7月9日(三) 19:30-20:30	大眾傳播	從心播映—那些年，我們一起追的影劇	蔡宇哲	哇賽心理學總編輯	大直分館	線上講座— podcast	<a href="https://open.firstory.me/user/dazhilibrary/">https://open.firstory.me/user/dazhilibrary/</a> <a href="https://open.firstory.me/user/dazhilibrary/">platforms</a>	(02)2533-6535
29	7月9日(三) 19:30-20:30	臺灣史	臺北記憶·回首三市街	高傳棋	繆思林文化創意有限公司負責人、臺北水窗口執行長	建成分館	實體講座	臺北市大同區民生西路198-20號4樓多功能活動室	(02)2558-2320
30	7月20日(日) 14:00-16:00	在地文史	@北投#閱讀~今昔·北投	楊燁	北投文史專家	北投分館	實體講座	臺北市北投區光明路251號B1視聽室	(02)2897-7682



場次	日期/時間	主題	講題	主講人	講師職稱	辦理分館	辦理方式	實體講座地址/線上講座網址	電話
31	8月2日(六) 14:00-16:00	藝術	畫師們的牆壁~淺談文藝復興壁畫	范子翔	社區大學美術繪畫類講師、專業畫家	三民分館	實體講座	臺北市松山區民生東路五段163-1號5樓	(02)2760-0408
32	8月9日(六) 14:00-16:00	館藏特色-大陸資料	細數大明王朝往事	林墾	台北市社區大學老師、文史職人	萬興分館	實體講座	臺北市文山區萬壽路27號5樓多功能活動室	(02)2234-5501
33	8月23日(六) 10:00-12:00	綠繪本	《花豹公車失業了》綠繪本節能減碳增好氣	林玉珮	主婦聯盟環境保護基金會董事長	石牌分館	實體講座	臺北市北投區明德路208巷5號10樓(請由4樓入口進場)	(02)2823-9634
34	8月30日(六) 09:30-11:30	AI 生活	AI 手機應用趨勢	蘇正文	資策會電腦講師	力行分館	實體講座	臺北市文山區一壽街22號8樓多功能活動室	(02)8661-2196
35	8月31日(日) 14:00-16:00	性別平等	我與性騷擾的距離-談性騷擾防治	郭育吟	勵馨基金會公民對話處處長	總館	實體講座	臺北市大安區建國南路2段125號11F研習教室	(02)2755-3554
36	9月6日(六) 14:00-16:00	醫療保健	「照顧者壓力調適—正念小撇步，減壓輕鬆做」	陳詩珊	職能治療師	文山分館	實體講座	臺北市文山區興隆路二段160號9樓多功能活動室	(02)2931-5339
37	9月7日(日) 14:00-16:00	中醫養生	白露養生·健康更加分	黃詩茵	台南歸元堂中藥行負責人	西園分館	實體講座	臺北市萬華區興寧街6號3樓多功能活動室	(02)2306-9046
38	9月14日(日) 14:00-16:00	親職教育	打造孩子專注力	吳佩穎	兒童職能治療師	景美分館	實體講座	臺北市文山區羅斯福路5段176巷50號4樓視聽室	(02)2932-8457
39	9月20日(六) 14:00-16:00	多元文化	夏威夷原住民族樹皮布印花-印花圖案設計篇	余心婷	新北市國際藝術村駐村藝術家	南港分館	實體講座	臺北市南港區南港路一段350號3樓多功能活動室	(02)2782-5232
40	9月28日(日) 14:00-16:00	性別平等	性別平等教育-提升性別意識	林秀珊	新北市性平分團國小組專任輔導員	總館	實體講座	臺北市大安區建國南路2段125號9樓多功能活動室	(02)2755-3554



場次	日期/時間	主題	講題	主講人	講師職稱	辦理分館	辦理方式	實體講座地址/線上講座網址	電話
41	10月18日(六) 14:00-16:00	職涯規劃	探索你的職涯「人格密碼」：興趣、志業與DISC的完美配對	楊致中	活動夢想家有限公司營運總監	道藩分館	實體講座	臺北市大安區辛亥路三段11號3樓多功能活動室	(02)2733-4031
42	10月19日(日) 14:00-16:00	飲食文化	健康養生輕鬆吃	巢佳苓	松山社大、內湖社大烹飪講師	六合分館	實體講座	臺北市信義區松仁路240巷19號5樓視聽室	(02)2729-2485
43	10月25日(六) 14:00-16:00	健康醫療	聰明飲食·輕鬆防癌	簡銘儒	勤攢企業有限公司營養主任	城中分館	線上講座 Google Meet	城中龍安 臺北市立圖書館粉絲專頁	(02)23938274
44	10月26日(日) 14:00-16:00	旅遊觀光	從羅馬假期到永恆城市的探索	嚴銀英	台北社大講師	王貫英分館	實體講座	臺北市中正區汀州路二段265號3樓多功能活動室	(02)2367-8734
45	11月1日(六) 14:00-16:00	生命教育	認識導盲犬及遇到導盲犬該怎麼做	黃靖茹	宣導講師	吉利分館	實體講座	臺北市北投區立農街一段366號7樓多功能活動室	(02)2820-1633
46	11月2日(日) 14:00-16:00	生活應用	手機與生活攝影	陳敏明	文化大學兼任教師	李科永紀念圖書館	實體講座	臺北市士林區中正路15號B2樓會議廳	(02)2883-3453
47	11月8日(六) 14:00-16:00	臺北史蹟	漫遊臺北-日治時期大型產業建築群	釋照勝	史蹟導覽課程講師	萬華分館	實體講座	臺北市萬華區東園街19號7樓多功能活動室	(02)2339-1056
48	11月9日(日) 14:00-16:00	清潔DIY	家事達人指南：清潔DIY打造無毒家園	陳映如	家事達人	內湖分館	實體講座	臺北市內湖區民權東路六段99號6樓視聽室	(02)2791-8772
49	11月16日(日) 14:00-16:00	藝術鑑賞	觀看之道-中國篇	凌春玉	臺北市樂齡學習示範中心繪畫班研習課程教師	景美分館	實體講座	臺北市文山區羅斯福路五段176巷50號4樓視聽室	(02)2932-8457
50	12月6日(六) 14:00-16:00	整理收納	再也不會亂！能夠輕易保持的收納心法	王若喻	整理師	舊莊分館	實體講座	臺北市南港區舊莊街1段91巷11號5樓多功能活動室	(02)2783-7212

備註：2月22日與6月28日清江分館場次訂於活動前 1 個月開放報名，請洽分館詢問報名事宜。