

## 2026織布公會第26屆第6次活力成長營 活動報導



本會於今(115)年5月6日至5月7日辦理2026「織布公會第26屆第6次(第29期)活力成長營」，地點假苗栗-尚順君樂飯店舉辦，會員廠報名參加人數為北區9位、中區65位、南區6位，共計80人。

本次活力成長營主要活動內容為：第一天上午參訪台中精機廠股份有限公司；下午研討會邀請國際青年商會中華民國總會林信良講師講述「手機+AI，讓生活更輕鬆」；次日上午遊覽「飛牛牧場」結合日本牧場設計與美國的景觀設計，具有生態教育、休閒住宿與酪農產業的觀光牧場，下午走訪「華陶窯」，台灣首座「台灣式人文園林」，該園區融合紅磚、黑瓦、閩南式與原住民建築特色，是體驗傳統相思柴燒、陶藝創作、享用古早味割稻飯及感受濃厚在地文化的生活美學園場。



## 台中精機廠股份有限公司參訪紀要



本次「2026織布公會第26屆第6次(第29期)活力成長營」安排台中精機廠股份有限公司參訪，首先由台中精機廠許文治副總經理熱情的接待下開場，之後由台中精機同仁介紹精彩的公司簡介，對於台中精機的創業發展歷程、願景與使命、全球市場策略布局、智慧製造的發展以及企業永續經營的理念。自2006年起，台中精機廠積極進行內部管理改善，推動VPS活動，融合6S、TPM、TPS及TQM系統，在製程、品質及管理方面同步，希望建構屬於台中精機特有的生產模式。歷經多年的努力，台中精機通過日本JIPM協會審查，並榮獲TPM優秀賞。台中精機廠在不斷的改造下，經營體質已再次蛻變而上提升，靈活而具備接受挑戰的能力，大幅提高公司在同業間的競爭力。



過後就由台中精機的蕭淑芳專員分組後續進入到實現工業4.0的精密機械智慧工廠參觀，透過專員的生動解說介紹工具機業如何進行多種少量生產及運用一條龍的生產方式和目視化管理應用將物的流動轉化順流運作方式，台中精機也特別將榮獲TPM優秀賞推動之具體成果與之分享，更讓人對其高度自動化和數位化的生產印象深刻。感受到台中精機這企業從傳統的賣產品，轉型至賣客製化整體服務的成功商模，並且在智慧製造、綠色永續和人才培育方面有著卓越的成就。台中精機不僅展示了強大的技術實力和創新能力，也展示了對社會責任和環境保護的高度重視，值得台灣其他企業的學習和效仿。

回到簡報室後，會員廠商代表們提出許多有關於工具機業要如何將精實生產系統導入公司內部推行展開，其所遇到的困難或疑問時又是用什麼方法去排除問題，台中精機許副總也不吝分享其心路歷程與改善經驗。呂慶忠理事長也代表公會及與會來賓贈送感謝狀，最後便在眾人合影留念下結束此次精彩且豐富的觀摩活動。



◆台中精機廠股份有限公司參訪照



## 研討會紀要

第26屆第6次(第29期)活力成長營研討會邀請國際青年商會中華民國總會林信良講師講述「手機+AI，讓生活更輕鬆」。

### 一、手機+AI，讓生活更輕鬆

隨著人工智慧技術快速發展，ChatGPT已逐漸走入日常生活。為了協助長者跨越數位門檻、提升科技應用能力，本次特別舉辦「ChatGPT生活應用」專題講座，以淺顯易懂的方式介紹近年最受矚目的人工智慧工具——ChatGPT，吸引許多會員熱情參與，現場互動熱絡。

講座從「什麼是ChatGPT」開始，講師以生活化的比喻說明其運作原理，讓原本對人工智慧感到陌生的長輩，也能快速理解這項科技如何成為生活中的貼心助手。透過手機實際操作示範，講師一步步帶領會員輸入問題及閱讀回覆內容，讓大家發現，原來與人工智慧對話就像與朋友聊天一樣簡單。

在健康保健方面，講師示範如何利用ChatGPT查詢日常保健知識，例如適合銀髮族的運動建議、均衡飲食原則，以及常見慢性疾病的照護注意事項，提醒長輩可將其作為健康資訊的參考工具，但若涉及個人病況與用藥問題，仍應諮詢專業醫師意見，以確保資訊正確與安全。

此外，許多長輩對料理充滿興趣，講師也分享如何透過ChatGPT詢問食譜。只要輸入家中現有食材，例如「冰箱裡有高麗菜、雞蛋和豆腐，可以做什麼料理？」系統便能快速提供多種做法與步驟，讓準備三餐更加便利，也增添烹飪樂趣。



旅遊規劃同樣引起會員高度關注。講師示範輸入旅遊目的地、天數與需求後，ChatGPT便能協助安排建議行程、交通方式及景點特色介紹，成為出遊前的好幫手。無論是家庭旅遊、好友同遊，或是退休後的圓夢旅行，都能藉由人工智慧獲得更多靈感與便利。

講座中最令人印象深刻的，莫過於利用ChatGPT協助撰寫訊息。講師現場示範輸入需求後，ChatGPT便能協助整理思緒、調整語氣，寫出溫暖且得體訊息，讓科技不只是冰冷的工具，更是促進情感交流的橋梁。

透過一個個貼近日常的實際案例，會員們不僅體驗到人工智慧帶來的便利，也逐漸建立使用新科技的信心。許多學員在課程結束後仍意猶未盡，紛紛表示未來將嘗試把ChatGPT運用於生活之中，讓科技成為學習新知、解決問題與豐富退休生活的得力助手。

本次講座不僅推廣人工智慧應用，更展現數位共融的精神。當科技以友善且容易理解的方式走進長者生活，人人都能享受智慧時代帶來的便利與美好，也為活躍老化與終身學習開啟更多可能。



◆研討會照



## 會員聯誼活動紀錄

第26屆第6次(第29期)活力營會員聯誼活動安排第二天上午遊覽「飛牛牧場」，下午走訪「華陶窯」，此次行程不僅是戶外休閒，更希望透過自然、生態與傳統工藝的深度體驗，引導會員在繁忙工作之餘放慢腳步，重新感受土地、人文與生活美學所帶來的啟發，飛牛牧場位於苗栗通霄，占地廣闊，長年致力於推廣酪農教育與自然生態體驗。牧場不僅是一處休憩空間，更是一座兼具教育功能的戶外教室。透過導覽解說，會員可深入了解乳牛飼養、畜牧管理、乳品生產等知識，認識從牧場到餐桌的產業鏈，以及友善飼養與永續農業的重要性。

實地走訪牧場，能讓會員理解食物得來不易，進而培養珍惜資源與尊重生命的態度。同時，牧場保留豐富的自然景觀與生態環境，漫步其間，不僅有助於舒緩身心壓力，也讓人重新體會與自然共存的價值。對長期投入工作、肩負家庭與事業責任的會員而言，這樣的體驗有助於調整生活步調，提升身心平衡與生活品質。



另一處參訪地點華陶窯，則是臺灣深具代表性的人文藝術園區。華陶窯以傳統陶藝文化為根基，融合閩南建築、庭園景觀及在地生活美學，展現臺灣土地深厚的人文底蘊。園區長年投入柴燒陶藝創作與文化保存，讓傳統技藝得以延續，也成為推廣美感教育的重要場域。

在華陶窯的參訪過程中，會員除了認識陶藝製作與柴燒技法外，更能從職人的堅持中體會「慢工出細活」的精神。每件陶作皆須經歷揉土、塑形、修整、燒製等繁複程序，無法急於求成，正如人生與事業的經營，需要耐心、專注與沉澱。透過觀察與體驗，會員得以反思工作與生活的節奏，學習以更從容的心境面對挑戰。

此次活動的價值，不僅在於走出戶外，更在於透過實地觀察與親身體驗，拓展知識視野，深化對環境永續、產業教育及傳統文化的理解。會員彼此之間也能藉由共同參與、交流互動，增進情誼、凝聚向心力，建立更緊密的夥伴關係。



◆飛牛牧場活動照



◆華陶窯活動照

