

花蓮縣立國風國民中學 函

地址：970花蓮縣花蓮市林政街7號
承辦人：楊千慧
電話：03-8323847#47
電子信箱：ponyfee@gmail.com

受文者：花蓮縣立自強國民中學

發文日期：中華民國112年5月19日
發文字號：風中人字第1120003116號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：

主旨：本校與他校聯合辦理112年員工協助方案「員工關懷與健康促進：身心健康的預防」講座，請踴躍報名參加。

說明：

一、為落實教職員工關懷，發現及協助同仁解決可能影響工作效能之相關問題，使其以健康的身心投入工作，提升其工作士氣及服務效能，藉由辦理講座，即時傳遞醫療預防知識與直接回應保健疑問，強化自我對於身心之認知，維持同仁們的健康狀態，特與花蓮縣立美崙國民中學、花蓮縣花蓮市明廉國民小學、花蓮縣花蓮市明聰國民小學、花蓮縣花蓮市鑄強國民小學共同合作辦理本次講座。

二、本次講座相關資訊如下：

(一)主題一：工作身心壓力調適及如何察覺他人有身心壓力的問題、怎麼幫助他人。

1、講師：花蓮門諾醫院臨床心理師溫勇勝。

2、時間：112年5月31日（星期三）下午2時至3時。

3、地點：明聰國小階梯教室。

(二)主題二：辦公室常見身體疼痛及復健姿勢、有關泌尿道

112/05/22



1120002514



的復健(憋尿)。

- 1、講師：花蓮門諾醫院物理治療師辜維秀。
- 2、時間：112年5月31日(星期三)下午3時至4時。
- 3、地點：明聰國小階梯教室。

(三)報名方式：採網路報名，請參加人員自即日起至112年5月30日(星期二)止逕至行政院人事行政總處人事服務網(<http://ecpa.dgpa.gov.tw>)之終身學習入口網進行線上報名；全程參加人員覈實核予公務人員終身學習時數2小時。教師請至全國教師在職進修資訊網(<https://www4.inservice.edu.tw/index2-3.aspx>)報名，課程代碼3870308。

三、為確保研習秩序，請參加人員於講座開始前10分鐘報到就座完畢；另為響應環保政策，請自行攜帶環保杯與會。

正本：花蓮縣立體育高級中等學校、花蓮縣立花崗國民中學、花蓮縣立自強國民中學、花蓮縣花蓮市明禮國民小學、花蓮縣花蓮市明義國民小學、花蓮縣花蓮市中正國民小學、花蓮縣花蓮市中華國民小學、花蓮縣花蓮市忠孝國民小學、花蓮縣花蓮市中原國民小學、花蓮縣花蓮市信義國民小學、花蓮縣花蓮市北濱國民小學、花蓮縣花蓮市復興國民小學、花蓮縣花蓮市國福國民小學

副本：本校人事室

