

高雄市政府經濟發展局 113 年度「幸福高雄 宜居城市」學習列車
員工協助方案(EAP)-專題講座「健康管理，腹腔情緒釋放」研習實施計畫

- 一、依據：高雄市政府公務人力發展中心本(113)年度「幸福高雄 宜居城市」學習列車實施計畫辦理。
- 二、目的：藉著身體情緒了解以達身心平衡健康。
- 三、主辦機關：高雄市政府公務人力發展中心。
- 四、承辦機關：高雄市政府經濟發展局。
- 五、協辦機關：高雄政府捷運工程局、高雄市政府地政局、高雄市政府都市發展局、高雄市政府財政局、高雄市政府社會局、高雄市政府主計處、高雄市政府工務局及行政暨國際處。
- 六、活動日期：本年 3 月 29 日（星期五）下午 2 時至 5 時。
- 七、活動地點：市府四維行政中心 9 樓經濟發展局局會議室。
- 八、活動程序表：

時 間	內 容	備 註
13：40-13：50	報到	
13：50-14：00	重要人事法令宣導	
14：00-14：50	陰陽五行學說，臟腑與心身症的相關性	
14：50-15：40	腹部經絡圖、消化系統生理學	
15：40-15：50	中場休息	
15：50-16：30	精油能量 腹腔情緒釋放 自我保養按摩	
16：30-17：00	Q&A	
17：00~	賦歸	

九、參加對象及人數：本府各機關學校教職員工，計 40 人。請協辦機關依分配表派員參訓：

機關	分配名額	備註
高雄市政府經濟發展局	15 人	
高雄市政府捷運工程局	1 人	
高雄市政府地政局	3 人	
高雄市政府都發局	1 人	
高雄市政府財政局	5 人	
高雄市政府社會局	3 人	
高雄市政府主計處	1 人	
高雄市政府工務局	5 人	
行政暨國際處	1 人	
自由報名	5 人	
合計	40 人	

十、參加人員得依「行政院及所屬機關學校推動公務人員終身學習實施要點」規定，登錄公務人員終身學習時數 3 小時。

十一、交通費、講師鐘點費由本府公務人力發展中心本年度「教育訓練研習-業務費」項下支應。

十二、本計畫如有未盡事宜，得隨時修正之。