

新竹市東區三民國民小學 108 年度推動員工協助方案 保健養身—原始點研習實施計畫

壹、依據：新竹市東區三民國民小學 108 年度推動員工協助方案實施計畫。

貳、目的：為加強員工健康意識，重視保健養身之道、藉由原始點之基本概念介紹，認識人體開關按摩位置，緩解全身痠痛，徹底舒壓，營造出健康美滿人生。

參、主辦機關：新竹市東區三民國民小學(以下簡稱本校)

肆、研習日期：108 年 10 月 30 日(星期三) 13 時 30 分至 15 時 30 分，全程參與者核給終身學習時數 2 小時。

伍、地點：本校彩虹館視聽教室。

陸、研習主題：如程序表。

柒、師資：王禎鈺講師(教育部新竹市東區樂齡學習中心講師)。

捌、參加對象：無限制。

玖、報名方式：請自即日起至 108 年 10 月 25 日(星期五)下班前，逕至公務人員終身學習入口網、新竹市教師研習護照登記報名。

壹拾、研習經費：無。

壹拾壹、本計畫奉核定後實施，修正時亦同。

新竹市東區三民國民小學 108 年度推動員工協助方案

保健養身—原始點研習程序表

日期：108 年 10 月 30 日（星期三）13 時 30 分至 15 時 30 分

地點：本校彩虹館 2 樓

時 間	活動內容	主講人
13:15-13:30	報到	
13:30-15:30	原始點由來及相關資訊介紹	講師王禎鈺
15:30	賦歸	