

臺南市政府 函

地址：708201臺南市安平區永華路2段6號
承辦人：林郁庭
電話：06-2991111#7733
電子信箱：branda8128@mail.tainan.gov.tw



受文者：臺南市立山上國民中學

發文日期：中華民國113年7月31日

發文字號：府人給字第1130941877號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明 (0941877A00_ATTCH1.pdf、0941877A00_ATTCH3.ods)

主旨：為落實本府友善職場環境，訂於本（113）年8月26日（星期一）辦理「寶『背』！『腰』幸福唷！」研習案，請查照並鼓勵所屬機關同仁踴躍報名參加。

說明：

- 一、本研習係針對上班族因長期久坐或姿勢不良，導致腰痛背酸等情形，提供腰部及背部保健之正確觀念與保護技巧之主題講座，期本府同仁透過本研習學習自我腰背防護保健之基礎概念，善用於日常生活以提升身體健康度。
- 二、本研習內容說明如下（詳如附件1）：
 - （一）研習時間：本年8月26日（星期一）下午2時至5時。
 - （二）研習地點：永華市政中心11樓訓練教室。
 - （三）研習講師：臺南醫院物理治療師王蕾雅。
 - （四）研習對象：
 - 1、本府暨所屬各級機關學校公教人員，採機關薦送報名參加；研習人數上限為60人。
 - 2、為維護課程品質，本課程不得現場報名，本府人事處



將於113年8月20日(星期二)公告參訓人員名單於
iShare行動知識網，請人事單位確認參訓名單(本府部
分將另以電話通知各單位聯繫窗口)並務必轉知所屬同
仁報名結果。

三、報名方式：

(一)府內單位：請依附件格式填寫參訓名單，並於8月6日前
將參訓報名表(如附件2)以電子郵件e-mail至
susan1011@mail.tainan.gov.tw(無人員參訓即無需寄
送)，統一由承辦人辦理薦送報名。

(二)各機關(學校)：由人事人員至公務人員終身學習入口網
辦理薦送報名(課程代碼：TN1130826)。

(三)報名期限：自113年8月2日上午9時開始，至同年月14日
或額滿為止。

四、參加本課程人員准予公假登記；全程參與者，並核予公務
人員終身學習時數3小時。

五、本課程參訓人員請著輕便服裝參訓，並為配合本府環保減
碳政策，請自備飲水杯。

正本：臺南市政府各處會(臺南市政府人事處除外)、臺南市政府所屬各級機關學校(臺
南市立新市幼兒園除外)、臺南市立新市幼兒園

副本：臺南市政府人事處

