

簽

民國114年3月20日

於環保暨職安衛生組

主旨：為建立教職員工之生活型態醫學，擬與羅東博愛醫院合作辦理「生活型態醫學工作坊」，請核示。

說明：

- 一、生活型態醫學是一門新興醫學領域，藉由改變生活方式作為逆轉疾病的重要治療，以改善和維護自己的健康。
- 二、活動目的：建立國立宜蘭大學教職員工「生活型態醫學」概念，透過六大支柱：營養、身體活動、壓力管理、恢復睡眠、避免危害物質及正向連結等健康促進方案，提昇教職員工健康自主管理能力。
- 三、參加對象：本校教職員工20名同仁。
- 四、活動時間：114年4月16日至114年7月16日止。
- 五、活動經費20,000元，由114年環境保護暨職業安全衛生中心業務費（114TIK-0），詳如附件一。
- 六、生活型態醫學工作坊系列活動，詳如附件二。
- 七、請准予參與活動之教職員工公假出席活動，擬申請公假共計13小時，詳如附件三。
- 八、此為專案活動，參與率需至少達百分七十，將使活動效益較顯著，為鼓勵同仁參與，建請准予全程參與者，核予教師知能及公務人員終身學習時數13小時認證。
- 九、本次活動由環安中心主辦，邀請人事室共同協辦拓展宜大員工協助方案（EAP）。

擬辦：奉核可後依說明事項辦理活動相關事宜。

會辦單位：教學發展中心、人事室、出納組、主計室
第一層決行



承辦單位

環境保護暨職業安全衛生中心

護理師簡伶玲

114/03/20 17:05:45

副教授安衛生組組長 陳翠瑤

114/03/24 10:43:54

教授兼環境保護暨職業安全中心中心主任 王修璇

114/03/26 19:06:07

會辦單位

人事室

人事室組員 蔡美琳

114/03/27 08:55:29

為維持行政業務正常運作，本校職員擬參加者，請先徵得各單位主管同意後始得參加，並請貴單位於活動辦理完竣，將本簽影本、各單位薦送職員名單(經單位主管核章)及參加之公務人員簽到表逕送本室，俾憑辦理時數登錄。

人事室組員 陳志偉

114/03/27 09:58:16

人事室秘書 黃秋桂

114/03/27 10:29:44代

總務處

組長 翁儷甄

114/03/27 09:42:06

教授兼總務長 王宜達(甲)

114/03/27 10:56:16

主計室

參考附件一經費預估表便當單價誤植，經與業務單位確認經費預估表變更為會辦附件一。

約用行政員 吳文寧

114/03/27 10:04:22代

主計室組長 劉曉芳

114/03/27 11:39:24

主計室主任 邱聰祥

114/03/27 16:14:44

決行

一併如擬

校長陳威戎(乙)

114/04/01 13:24:00

教學發展中心

請於活動辦理完竣，提供本簽及參加教師名單電子檔至教學發展中心，俾憑登錄研習時數。

專任行政助理 **李孟捷**

114/03/28 09:05:46

教授兼教師教學發展組組長 **陳博彥**

114/03/31 16:07:46

副教授兼教學發展中心中心主任 **許惠貞**

114/04/01 13:07:34