

新竹市東區東門國民小學 書函

地址：300004新竹市東區育賢里民族路33號

承辦人：徐子涵

電話：03-5222109*8801

電子信箱：personnel@tmps.hc.edu.tw

受文者：新竹市東區關東國民小學

發文日期：中華民國115年3月16日

發文字號：新東國人字第1150001341號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：新竹市東區東門國民小學115年員工協助方案活動計畫公告、宣傳海報
(376589733Y_1150001341_ATTACH1.pdf、376589733Y_1150001341_ATTACH2.png)

主旨：本校謹訂於115(本)年4月29日(星期三)下午辦理「115年度推動員工協助方案(EAP)『活力躍動·紓壓淨心』拳擊有氧與皮拉提斯健康促進活動」，請轉知所屬踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、依據新竹市政府115年度推動員工協助方案實施計畫辦理。

二、研習目的：

(一)為促進教職員工身心健康，特規劃辦理本次健康促進活動。透過拳擊有氧、皮拉提斯與流動瑜珈之結合，協助同仁於公務繁忙之餘釋放工作壓力、增強心肺功能與核心肌力，進而提升職場活力與身心平衡。

(二)宣導新竹市政府員工協助方案，鼓勵同仁善用多元支持資源，共同營造關懷、互助的溫馨職場環境。

三、辦理單位：新竹市東區東門國民小學及新竹市教育會。



四、活動相關資訊：

- (一)活動日期：115年4月29日（三）下午2時30分至4時。
- (二)活動地點：新竹市東區東門國小信義樓1樓C111韻律教室
（新竹市民族路一段33號）
- (三)活動主題：詳如實施計畫、程序表。
- (四)參加對象：新竹市政府所屬機關學校教職員及新竹市教育會會員，參加人數以30人為限，依報名先後順序額滿為止。
- (五)師資：角鬥士俱樂部Sharon老師。
- (六)參加人員覈實辦理公假登記（教師課務自理），全程參與者核給公務人員終身學習時數或教師研習時數2小時。

五、報名方式：自即日起至115年4月24日（星期五）前完成線上報名，報名網址：<https://forms.gle/FmZmnVmNhTbgxLdu9>

正本：國立新竹女子高級中學、國立新竹科學園區實驗高級中等學校、國立新竹高級中學、新竹市教育會、新竹市政府交通處、新竹市政府人事處、新竹市政府工務處、新竹市政府主計處、新竹市政府民政處、新竹市政府地政處、新竹市政府行政處、新竹市政府社會處、新竹市政府城市行銷處、新竹市政府政風處、新竹市政府財政處、新竹市政府教育處、新竹市政府產業發展處、新竹市政府都市發展處、新竹市政府勞工及青年處、新竹市政府數位發展處、新竹市政府養護工程處、新竹市警察局、新竹市衛生局、新竹市稅務局、新竹市環境保護局、新竹市消防局、新竹市文化局、新竹市北區區公所、新竹市東區區公所、新竹市香山區公所、新竹市北區戶政事務所、新竹市東區戶政事務所、新竹市香山戶政事務所、新竹市北區衛生所、新竹市東區衛生所、新竹市香山衛生所、新竹市地政事務所、新竹市殯葬管理所、新竹市動物保護及防疫所、新竹市立動物園、新竹市立體育場、新竹市家庭教育中心、新竹市長期照顧管理中心、新竹市青年發展中心、新竹市立數位實驗高級中等學校、新竹市立成德高級中學、新竹市立建功高級中學、新竹市立香山高級中學、新竹市立三民國民中學、新竹市立內湖國民中學、新竹市立光武國民中學、新竹市立光華國民中學、新竹市立竹光國民中學、新竹市立育賢國民中學、新竹市立虎林國民中學、新竹市立南華國民中學、新竹市立建華國民中學、新竹市立培英國民中學、新竹市立富禮國民中學、新竹市立新科國民中學、新竹市北區北門國民小學、新竹市北區民富國民小學、新竹市北



區西門國民小學、新竹市北區南寮國民小學、新竹市北區載熙國民小學、新竹市北區舊社國民小學、新竹市東區三民國民小學、新竹市東區水源國民小學、新竹市東區竹蓮國民小學、新竹市東區東園國民小學、新竹市東區青草湖國民小學、新竹市東區建功國民小學、新竹市東區科園國民小學、新竹市東區高峰國民小學、新竹市東區陽光國民小學、新竹市東區新竹國民小學、新竹市東區龍山國民小學、新竹市東區關東國民小學、新竹市東區關埔國民小學、新竹市東區東門國民小學、新竹市香山區大庄國民小學、新竹市香山區大湖國民小學、新竹市香山區內湖國民小學、新竹市香山區虎林國民小學、新竹市香山區南隘國民小學、新竹市香山區茄苳國民小學、新竹市香山區香山國民小學、新竹市香山區頂埔國民小學、新竹市香山區朝山國民小學、新竹市香山區港南國民小學、新竹市華德福實驗學校、新竹市立新竹幼兒園

副本：本校人事室

2026/03/16
17:18:03
電交 子(公)文 換章

公換章

裝

訂

17

線