

檔 號：

保存年限：

臺南市政府 書函

地址：70801臺南市安平區永華路2段6號
承辦人：林佩蓉
電話：(06)2991111#8494
傳真：06-2982507
電子信箱：justlemon33@mail.tainan.gov.tw

受文者：臺南市立佳里國民中學

發文日期：中華民國114年10月1日

發文字號：府人給字第1141374897號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明三

主旨：為協助將退同仁順利適應人生新階段，瞭解退休權益，透過多元照護主題講座維持身心健康並提升生活品質，訂於本（114）年10月31日辦理「114年度擬退人員關懷講座（永華場次）」，請查照並鼓勵擬退同仁踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、本次講座相關訊息如下：

（一）辦理時間：114年10月31日（星期五）上午10時00至16時00分。

（二）辦理地點：臺南市政府永華市政中心11樓訓練教室。

二、參加人員：以登記114-115年度擬退人員為優先，歡迎有興趣參加者，經服務機關學校薦送報名參加；參加人數上限為70人，額滿截止。

三、檢送課程表如附件1。

四、報名期限：自114年10月3日至同年10月15日或額滿為止。

五、報名方式：

（一）府內單位：請依附件2格式填寫參加名單，並於10月15日前以電子郵件寄至承辦人信箱（無人員參訓即無需寄送），由承辦人協助薦送報名。

（二）各機關（學校）：請人事人員至終身學習入口網辦理薦送報名（課程代碼：TN71141031），並請註記餐點葷素。



裝

訂

線

- 六、為維護講座品質，本講座不開放現場報名，本府人事處將於114年10月17日（星期五）公告參加人員名單於iShare行動知識網，請人事單位上網確認名單（本府及議會部分，將另以電話通知錄取情形）。
- 七、參加本講座人員准予公假登記；全程參與者，並核予公務人員終身學習時數5小時；另為配合本府環保減碳政策，請自備飲水杯。

正本：臺南市議會、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

副本：臺南市政府人事處

來文



114 年臺南市政府擬退人員關懷講座(永華場次)

課程表

- 一、目的：為協助將退同仁順利適應人生新階段，瞭解退休權益，俾以規劃退休生涯；同時透過多元照護主題講座，提供實用資訊及技能，以維持身心健康並提升生活品質。
- 二、時間：114 年 10 月 31 日(五)，10 時-16 時。
- 三、地點：永華市政中心 11 樓訓練教室。
- 四、對象：本府暨所屬各級機關學校將屆退休之公教人員(114-115 年)。
- 五、參加人數：70 人。
- 六、課程表：

時間	講座內容	講師
09：30-09：55	報到	
09：55-10：00	長官致詞	
10：00-10：50	退休公務人員照護及權益	臺南市政府人事處 給與科林佩蓉科員
10：50-11：00	休息	
11：00-12：00	你吃對了嗎？健康餐盤聰明吃	衛生局國民健康科 陳怡靜營養師
12：00-13：30	午休用餐	
13:30-14:20	話術滿天飛，理智不受騙-防詐騙宣導	警察局犯罪預防科 李尚儒警務員
14:20-14:30	休息	
14:30-16:00	擺脫肌少症，一起動滋動	成功大學醫學系生理學科暨 研究所 蔡美玲副教授 成大醫院 薛孟怡物理治療師
16:00	賦歸	