宜蘭縣政府健康活力心組織-建構健康職場幸福團隊推動計畫

～熱愛生命親近自然體驗－林美石磐步道健行與活力幸福動一動～活動實施計畫

1. 實施依據：宜蘭縣政府105年5月6日府人福字第1050073773號 函頒之「宜蘭縣政府健康活力心組織-建構健康職場幸福團隊推動計畫」辦理。

二、實施目的：

(一)為紓解本縣公教員工工作壓力，建構健康職場及傳達熱愛生命觀念。

(二)培養團隊精神，激勵工作士氣，倡導正當休閒活動並增進彼此情誼，營造擴散幸福團隊。

(三)藉由林美石磐步道健行活動，增進環境教育瞭解。

(四)活力幸福動一動以維護員工身心健康。

三、實施地點：宜蘭縣礁溪鄉林美石磐步道。(宜蘭縣礁溪鄉林美村，高爾夫球場鄰，聯絡電話：03-9889041)

四、實施時間：105年6月8日(星期三)下午1:00至4:00。

五、實施對象：宜蘭縣政府所屬各機關學校及各鄉鎮市公所員工。

六、主辦單位：宜蘭縣政府。

七、協辦單位：羅東鎮公所、大同鄉公所、頭城鎮公所、冬山鄉公所、宜蘭縣政府地方稅務局、宜蘭縣頭城鎮二城國民小學、宜蘭縣員山鄉員山國民小學。

八、承辦單位：宜蘭縣宜蘭市南屏國民小學、宜蘭縣宜蘭市光復國民小學。

九、活動資訊：詳見[http://www.lanyangnet.com.tw/ilpoint/jc11/林美石磐步](http://www.lanyangnet.com.tw/ilpoint/jc11/%E6%9E%97%E7%BE%8E%E7%9F%B3%E7%A3%90%E6%AD%A5)道網站資訊。

十、報名費用：免費。

十一、報名日期：即日起至105年6月7日（星期二）止。

十二、報名方式：

1. 教師請至全國教師進修網環境教育網報名。
2. 公務人員請至人事服務網-應用系統-D6終身學習入口網站完成報名手續。

十三、報名人數：參加人數上限100人，報名從速，額滿為止。

十四、學習成效：參與之同仁，請於105年6月7日（星期二）前至上述網站完成報名手續，全程參加活動人員核予學習時數3小時。

十五、實施內容：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **時間** | **活動名稱** | **地點** | **活動內容** |
| 12:40 | 自行前往逍遙遊 | 欣賞礁溪鄉沿途風光 | 為嚮應節能減碳，儘可能實施集體共乘方式，團隊自行前往，並喚醒共同參與本活動之熱誠。 |
| 13:00~13:20 | 報到集合相見歡 | 林美石磐步道入口處廣場(化妝室對面) | 報到簽名。 |
| 13:20~16:00 | 活力幸福動一動健行活動 | 同上林美石磐步道 | 活力幸福動一動由宜蘭縣宜蘭市衛生局協助辦理。 |
| 16:00~ | 賦歸 | 温暖の家 | 放鬆您的心情，減輕生活帶來的壓力。 |

十六、參加人員請機關學校核予公假登記。

十七、參與活動之同仁，若事逢颱風時，另擇期補辦理。

十八、請著輕便服裝，攜帶雨具、遮陽用品、防蚊藥品等。

十九、本計畫奉校長核定後實施，計畫如有變更及其他未盡事宜，得隨時修正之。