

行政院衛生署 函

地址：10341台北市大同區塔城街36號
聯絡人：林虹均
聯絡電話：02-29978616#132
電子信箱：e543832@bhp.doh.gov.tw

受文者：教育部

發文日期：中華民國102年6月26日

發文字號：署授國字第1020200846號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：(10202008461-1.doc, 共1個電子檔案)

主旨：檢送本(102)年度全國性職場「樓梯美化創意競賽活動方案」乙份(如附件1)，惠請轉知所屬單位踴躍報名，敬請查照。

說明：

- 一、為提供職場員工健康、友善之工作環境，提升職場員工之健康體能，本署國民健康局於本(102)年度辦理全國性職場「樓梯美化創意競賽活動」，期藉由樓梯的美化帶動職場員工爬樓梯之意願、改變坐式之生活型態及提昇運動風氣。
- 二、為鼓勵全國職場參與上述活動，國民健康局委託南區職場健康推動中心(財團法人私立高雄醫學大學附設中和紀念醫院)統籌辦理全國性職場「樓梯美化創意競賽活動」，凡依法設立及正式營運之公民營事業單位、機關(構)團體、工(公)會組織，皆可申請(必須同意接受現場訪查)。申請之事業單位必須至「健康職場資訊網」(網址：<http://health.bhp.doh.gov.tw/>)下載「報名表」填列資料，並將填列完成之檔案以電子郵件寄至3135660@gmail.com，完成申請作業。
- 三、本方案於即日起開始接受報名，報名截止日為102年8月31



日，最終佐證成果資料提供截止日為102年9月7日，並於102年9月14日開始進行優勝職場之現場評選活動。

四、優勝職場名單將透過公文及電子郵件方式通知職場，並公布於健康職場資訊網，於102年12月31日前寄發獎勵品，本方案獎項為：

(一)優勝職場：北、中、南三區各取前三名，可獲得10,000元禮券，並加以表揚。

(二)佳作：北、中、南三區各取三名佳作，可獲得5,000元禮券，並加以表揚。

五、本活動相關問題之諮詢，請洽南區健康職場推動中心陳弘峻先生(電話：07-3135660#17)，或以電子郵件寄至3135660@gmail.com詢問。

正本：行政院人事行政總處、行政院勞工委員會、臺北市政府衛生局、新北市政府衛生局、臺中市政府衛生局、臺南市政府衛生局、高雄市政府衛生局、基隆市衛生局、新竹市衛生局、嘉義市政府衛生局、宜蘭縣政府衛生局、桃園縣政府衛生局、新竹縣政府衛生局、苗栗縣政府衛生局、彰化縣衛生局、南投縣政府衛生局、雲林縣衛生局、嘉義縣衛生局、屏東縣政府衛生局、臺東縣衛生局、花蓮縣衛生局、澎湖縣政府衛生局、金門縣衛生局、福建省連江縣衛生局、公務人員保障暨培訓委員會、經濟部、經濟部工業局、法務部矯正署、經濟部國營事業委員會、中華民國全國工業總會、全國產業總工會、內政部、外交部、國防部、財政部、教育部、法務部、交通部、蒙藏委員會、僑務委員會、行政院新聞局、行政院環境保護署、行政院海岸巡防署、行政院大陸委員會、行政院經濟建設委員會、行政院金融監督管理委員會、行政院國軍退除役官兵輔導委員會、行政院原子能委員會、行政院國家科學委員會、行政院研究發展考核委員會、行政院農業委員會、行政院公共工程委員會、行政院原住民族委員會、教育部體育署、行政院飛航安全委員會、客家委員會、中央選舉委員會、公平交易委員會、國家通訊傳播委員會、行政院主計總處

副本：社團法人台灣健康生產力管理學會、財團法人彰化基督教醫院、財團法人私立高雄醫學大學附設中和紀念醫院、本署國民健康局(社區健康組)

102/06/27
09:28:46



102 年度「台灣 102，邀您愛健康」 全國職場樓梯美化創意競賽活動方案

壹、前言

一、緣由

Brunges、Avigne 與 Wasik(2006) 一篇針對坐式生活女性的之健康促進研究指出，為員工製造出健康且正向的職場環境，更可提昇員工健康及體能、減少醫療及失能治療的支出、降低健康照護支出、減少曠班及工作人員壓力，增加工作滿意度、產能、提昇員工品德、生產力及提高生活品質。王等(2006)更發現生活型態較佳者，較不易感到疲勞及較具活力，所以，鼓勵員工在一至五樓層內以爬樓梯增加運動是較可行的（中華人民共和國香港特別行政區政府，2004）；甚至更進一步有研究指出，樓梯接受美化之後，樓梯的使用率都有了明顯的增加：如英國的某商場樓梯使用率由 8.1%提昇至 18.3% (Kerr, Eves, and Carroll, 2001)、美國某大學圖書館樓梯使用率由 39.7%提昇至 41.9% (Russell, Dzewaltowski, and Ryan, 1999)、以及蘇格蘭某地鐵站樓梯使用率 8%上昇至 15- 17% (Blamey, Mutrie, and Aitchison, 1995)，由此可見樓梯美化的益處與重要性。

二、辦理單位

主辦單位：行政院衛生署國民健康局

執行單位：健康職場推動中心

協辦單位：各縣市衛生局、行政院勞工委員會、各縣市勞工局

貳、實施目的

- 一、 鼓勵及協助公營事業單位落實國民健康局「健康體重管理」計畫，提供職場員工健康的工作環境，擔負應有之企業社會責任。
- 二、 透過職場的團體力量建立健康支持性環境及提升職場健康促進之效能。
- 三、 建立職場員工選擇健康生活型態及工作環境之觀念，以降低肥胖相關罹病率及提升生活水平。

參、申請資格

不分行業別，凡依法設立及正式營運之公營事業單位、機關〈構〉團體、工（公）會組織，皆可申請（必須同意現場訪查）。

肆、申請方式及執行期程

一、申請方式

1. 報名

- (1) 請上「健康職場資訊網」(網址：<http://health.bhp.doh.gov.tw/>) 下載「報名表」填列資料。
- (2) 再將填列完成之「報名表」檔案 e-mail 到 3135660@gmail.com，方可完成申請作業。

2. 成果繳交

- (1) 成果資料可提供活動照片、樓梯美化標語海報照片、樓梯使用紀錄相關佐證、員工使用樓梯後的益處比較、減重改善紀錄...等，建議以光碟方式較佳。
- (2) 成果光碟或書面成果資料，請寄至南區健康職場推動中心(高雄市 807 三民區自由一路 100 號)，電子檔則 e-mail 到 3135660@gmail.com，以完成評選之初步條件。

二、執行期程

1. 全國性職場樓梯美化創意競賽活動推動期程

- (1) 本方案公布日起開始接受報名，報名截止日為即日起至 102 年 8 月 31 日。
- (2) 最終佐證成果資料提供截止日為 102 年 09 月 7 日。
- (3) 102 年 9 月 14 日開始進行優勝職場之現場評選活動。
- (4) 優勝職場(請見本方案 伍、獎勵及表揚)，名單透過公文及電子郵件通知職場，並公布在健康職場資訊網(網址：<http://health.bhp.doh.gov.tw/>)，於 102 年 12 月 31 日前寄發獎勵品。
- (5) 優勝職場須同意配合國民健康局進行媒體露出。

伍、獎勵及表揚

一、全國性職場樓梯美化創意競賽活動優勝良好獎勵：

表一、各區優勝職場良好獎勵規劃

全國分區	分區排名	獎勵品
北區	第一名	10000 元禮券

	第二名	10000 元禮券
	第三名	10000 元禮券
中區	第一名	10000 元禮券
	第二名	10000 元禮券
	第三名	10000 元禮券
南區	第一名	10000 元禮券
	第二名	10000 元禮券
	第三名	10000 元禮券

表二、各區職場佳作獎勵規劃

全國分區	分區佳作(不分名次)	獎勵品
北區	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券
中區	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券
南區	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券
	佳作	5000 元禮券

二、競賽優勝職場表揚活動之評選

1. 以職場提供之成果資料先行評選，選出北中南各區 6 家職場進入複選審查；最後複選之現場審查完，北中南各區選出 3 名優勝職場 (共九名)與各區 3 名佳作 (共九名)，並加以表揚。
2. 若無適當作品入選，經評審委員決議得予從缺。

陸、附件

附件 1：職場健康體重推動競賽—現場評鑑表

附件 2：各區推動中心及各縣市衛生局諮詢窗口

附件 3：報名表

102 年度全國職場樓梯美化創意競賽—現場評鑑表

職場名稱：_____

評估指標	相關策略與作法	做到程度	
		有完成	無達到
爬樓梯支持性環境	1. 雇主/主管/關鍵人員支持		
	2. 員工主動參與		
	3. 多元化健康體重管理宣導管道(單張、海報、跑馬燈、公司內部網路.等)		
	4. 明亮、安全且符合「建築無障礙設施設計規範 第三章—樓梯」規定之爬樓梯支持性環境		
	5. 提供員工健康飲食、相關措施及諮詢		
		分數	備註
主題發揮(40%)	1. 內容聚焦於競賽主題程度		
	2. 內容正確且具深度之程度		
	3. 內容讓人容易理解之程度		
	4. 內容對於員工的健康促進有助益		
	5. 職場樓梯使用頻率之確實記錄 (需提供佐證)		
創意發揮(30%)	1. 整體作品的創意展現		
	2. 營造情境具巧思且吸引人之程度		
	3. 創意的表達方式能有效傳達健康理念		
	4. 職場樓梯使用頻率之登記或記錄方式		
參與程度(25%)	1. 使用樓梯的員工是否有效增加(可提供佐證)		
	2. 員工對於爬樓梯的喜愛明顯提高		
	3. 員工減重改善紀錄(可提供佐證, 如可利用國民健康局健康體重管理活動上傳資料)		
設計方式(5%)	1. 作品的美編色彩之質感呈現		
	2. 作品的視覺傳達		
總分			

各區健康職場推動中心

分區中心	聯絡人	電話	分機	傳真	E-mail	分區轄區
北區	彭又文	02-27361661	6521	02-27384831	rueyyu715@yahoo.com.tw	基隆市、台北市、新北市、桃園縣、宜蘭縣、花蓮縣、金門縣、連江縣
中區	陳玉玲	04-7238595	4131	04-7270910	396185@cch.org.tw	新竹市、新竹縣、苗栗縣、台中市、彰化縣、南投縣、雲林縣
南區	陳弘峻	07-3135660	17	07-3153170	3135660@gmail.com	嘉義市、嘉義縣、台南市、高雄市、屏東縣、台東縣、澎湖縣

全國性職場樓梯美化創意競賽活動報名表

事業單位名稱			
公司地址			
員工人數		男：_____人；女：_____人；合計：_____人	
公司負責人		產業別	
聯絡人姓名		聯絡人部門	
連絡人電話		連絡人傳真	
E-mail			
主要樓梯數目		主要樓梯層數	
電梯/電扶梯數目		檢查日期	
請選擇職場內使用者於一般時間內使用之樓梯作以下檢查，但不包含緊急逃生梯：			
檢查項目 (符合項目請勾選)		1.樓梯與電梯/電扶梯距離不遠	
		2.梯級及地面防滑	
		3.樓梯有扶手設施	
		4.光線充足 (每層設有燈泡/管)	
		5.空氣流通	
		6.清潔衛生	
		7.通道沒有阻塞	
		8.梯間沒有隱蔽的角落	
		9.職場內 24 小時有管理員當值	
		10 電梯門/電扶梯及樓梯有足夠位置貼上海報、標語、標籤	
		11.明亮、安全且符合「建築無障礙設施設計規範第三章—樓梯」之規定	
申請人	(申請人簽章)		
	報名日期：		

參考來源：行樓梯運動推廣指引(無日期)。行樓梯運動籌辦錦囊 8.附錄，取自：
http://www.cheu.gov.hk/files/professional/stair_climbing/big5_txt/ch4.html。

衛生署國民健康局 南區健康職場推動中心(可參照健康職場資訊網址 <http://health.bhp.doh.gov.tw/>)
 南區 Tel：07-3135660 Fax：07-3153170

