

112年臺灣港務股份有限公司

全國職場安全健康週(含多元健康促進)活動成果彙整表

類別		名 稱	辦理 場次	參與 人數	活動特殊績效說明	附件 編號
職場安全健康週主要活動	大型宣示活動（高階主管宣示／宣導）	ISO/CNS45001職業安全衛生管理系統總分公司外部稽核	5	2050	稽核係以系統化、客觀判斷方式查驗所推動職業安全衛生管理系統之適切性、適用性及有效性，確保達成本公司職業安全衛生政策之承諾事項及推動職業安全衛生管理系統之預期結果。辦理本案訓練課程，使各單位能具有適當且足夠能力之人員來規劃及執行內部稽核，並藉由稽核來達成持續改進職業安全衛生管理系統及管理績效之必要	1
	減災宣導、健康促進活動	轄屬港區在建工程進行履約查核及防災宣導	400	1000	本分公司善盡業主責任，針對港區在建工程進行職安衛履約查核作業，並進行安全衛生宣導	2
		主管百岳登頂挑戰	18	228	透過專業嚮導帶領挑戰臺灣百岳，持續強健本公司主管群體能及凝聚團隊向心力，實踐本公司職場健康指標及落實 ESG 理念	3
		員工玉山圓夢計畫	7	96	本公司協助員工登頂玉山主峰，完成臺灣人一生中必完成的三件事之一	4
		一日登山訓練活動	4	137	協助員工鍛鍊心肺功能和肌耐力外，同時透過專業登山教練帶領同仁進入大自然，體驗山林之美	5
		玉山主峰登頂挑戰行前訓練	1	35	為響應「112 年度玉山主峰登頂挑戰案」，規劃抽中玉山挑戰案之同仁登宜蘭抹茶山，開啟行前自主訓練模式，期望達到登玉山的體能外，並能養成良好運動習慣。參加夥伴們發揮互助合作及堅持到底的精神，順利攻頂成功	6
		登七星小臺北挑戰（主管百岳登頂挑戰行前訓練）	1	43	為響應「主管百岳登頂挑戰案」，規劃自願報名主管百岳登頂挑戰案之主管們登七星小臺北，激勵勇於報名百岳挑戰之主管開啟行前自主訓練模式，期望達到登百岳的體能外，也能提供一個健康有意義的休閒活動	7

		全齡層健促活動-【柴山阿朗依登山訓練】	2	65	透過戶外登山健走，強健身體，減低焦慮；沿著海線，感受心靈放鬆與大自然結合的滋味	8
		全齡層健促活動-【雙流森林園區登山訓練】	1	50	來到雙流國家森林遊樂區，可以欣賞一樹成林的白榕、徜徉在美麗的人造林內、登上帽子山遠眺，又或者沿著楓港溪上溯，抵達曾被票選為台灣第二美瀑的雙流瀑布，感受不一樣的恆春半島風情	9
		宜蘭冬山河自行車及健行活動	1	47	為增進附屬港同仁健康，提升自主運動素養，辦理「冬山河河畔類鐵人三項健康促進運動暨生態綠舟環境教育體驗」，同仁們於盛夏中齊聚宜蘭冬山河，一起嗨起來揮汗騎乘自行車、健行並遊船，充分體驗類鐵人三項運動	10
		福隆舊草嶺環狀線自行車騎乘活動	1	46	由高總經理率幕僚長群及同仁們共46位齊聚福隆，挑戰稍具難度（陡坡多，鍛鍊自己的心肺功能）的舊草嶺環狀線。該日騎乘約20公里，每人消耗熱量約740大卡，雖秋高氣爽，海風徐徐，但上上下下的坡道考驗同仁們的體力與耐力，在高總的勉勵下，同仁們順利平安完成騎乘體驗，並實踐SDGs第3項「良好的健康與福祉」、及第17項「夥伴關係」的目標	11
		這樣吃最健康，DIY減醣（健康）菜單大公開	1	15	教導員工如何自行在家製作減醣料理，減少攝取不健康外食機會	12
		健康外食完美提案！把握原則放心吃	1	45	帶領員工去超市購買健康食材，增加對健康食材之知識，進而應用在日常生活料理	13
		減重及健身課程	6	116	由專業教練帶領同仁階段性減重與教導如何維持體態	14
		JS有氧健身活動	20	400	協助員工鍛鍊心肺功能、肌耐力，透過規律運動課程進而協助員工養成運動習慣	15
		久坐辦公室腰椎和肩頸的天敵	1	40	教導員工如何利用工作空暇時間舒展久坐所造成之不適	16

	抱石自主外訓活動	28	28	解除員工工作壓力及緩解因辦公室工作久坐帶來之痠痛等促進員工健康之目的	17
	正念幸福力系列課程	2	40	運用沙遊治療法及表達性藝術等方法，協助員工達到緩解壓力、提升睡眠品質、增進情緒覺察與調解能力、提升專注力與工作效能等目標	18
	女性保健(以中醫角度出發)	1	30	以中醫保健角度出發，教導員工女性各階段保養方式，如：生產前後調理，讓媽媽寶寶都健康；如何緩解更年期不適及其他保養祕訣，最後將會帶領員工進行藥膳製作，將身體保養融入在日常生活中	19
	孕期/產後身心調適及正向冥想/動態紓壓	1	17	促進本分公司孕產婦/產後員工基本心理健康意識及減緩情緒壓力	20
	紓壓咖啡體驗	1	36	增進員工間情誼，藉由活動體驗，讓同仁達到身心靈放鬆之效果	21
	芳療舒壓講座：芳療喚起健康復原力與身心靈	1	63	藉由芳香療法教導學員簡易的舒壓排除身心壓力得到優質睡眠、提升復原力、使身體更健康，生活與工作更加愉快有效率，安心工作，開心快樂	22
	魔鏡健身坊-【呼吸療癒瑜珈】	2	20	透過魔鏡專屬線上課程，由專業瑜珈的老師帶領大家的肢體動作並結合呼吸，進入身心靈都能夠好好放鬆的瑜珈世界	23
	身心跨域企劃-【心念結合記憶障礙預防】	1	30	身心跨域企劃由專業的講師帶領大家認識不同的情境認識自我，並透過簡易的練習來達到身心的治癒	24
	身心跨域企劃-【內心療癒】	2	30	身心跨域企劃由專業的講師帶領大家認識不同的情境認識自我，並透過簡易的練習來達到身心的治癒	25
	中高齡及高齡肌力/體態保健	1	34	使中高齡員工瞭解何謂肌少症、骨質疏鬆，膝關節炎預防及正確的運動方式	26
	中高齡及高齡肌力/體態保健	1	15	使中高齡員工瞭解何謂肌少症、骨質疏鬆，膝關節炎預防及正確的運動方式	27
	魔鏡健身坊-【肌力訓練】	1	10	透過魔鏡專屬線上課程，由專業的肌力訓練老師帶領大家鍛鍊肌肉、強健身體，讓鍛鍊不受時間及地點的限制	28

	健康日常保健企劃-【動物流健身】	13	210	也稱為「野獸流」，要模仿、像動物一樣活動，能夠鍛鍊到身體很多不同的肌肉群，看似簡單的動作，也能達到超高效的雕塑身材效果	29
	桌球專業訓練	24	288	讓更多人體驗桌球運動樂趣，並精進桌球技術、反應力、靈敏力、專注力及協調能力	30
	羽球基礎及進階班教學訓練	20	192	讓同仁樂在羽球，並多元發展提升羽球能力，促進同仁交流、合作與分享，增進身心靈健康	31
	撞籃球社課程活動	2	95	讓更多人體驗撞球運動樂趣，經由休閒運動達到身心靈放鬆，並增進員工間之情誼	32
	徒手肌力訓練	6	141	訓練全面且具功能性，可增進肌力和肌肉量，住家、辦公室或自然環境中的任何素材，都能拿來利用，隨時隨地都可健身，維持健康的身體	33
	體適能檢測活動	2	123	瞭解目前員工體適能狀況，藉由技體適能檢測方法，提升員工對自我體適能的認知與重視，並強化運動健身之實際功效	34
	體適能檢測活動	1	35	瞭解目前員工體適能狀況，藉由技體適能檢測方法，提升員工對自我體適能的認知與重視，並強化運動健身之實際功效	35
	健康路跑-花蓮港開放國際商港 60 週年路跑活動	1	150	促進員工健康，強化肌耐力，維持良好運動習慣	36
	職場心理健康講座及桌遊體驗紓壓	1	23	使員工瞭解當面臨心理壓力時應如何調適，以增進身心健康	37
教育訓練與宣導活動	執行職務遭受不法侵害教育訓練課程	2	70	為使本公司對於預防不法侵害管理及訓練危害預防的技能，達到預防之目標及確保工作者之工作安全及身心健康	38
	執行職務遭受不法侵害教育訓練課程	1	20	使本分公司不法侵害處理小組成員，達到預防之目標及確保工作者之工作安全及身心健康	39
	執行職務遭受不法侵害教育訓練課程	2	40	為強化本分公司處理相關申訴案件之專業能力，特規劃邀請具勞動法及不法侵害申訴實務經驗之外部專家辦理工作坊	40
	CPR+AED 訓練	1	31	教導員工如何進行基礎 CPR 及使用 AED，提高辦公場所急救知識普及率	41

	CPR+AED 訓練	5	176	以實務操作強化同仁緊急傷患之初步應變及處理能力	42
	CPR+AED 訓練	2	139	強化人員對 AED 及 CPR 的操作訓練加強員工職業衛生安全	43
	CPR+AED 訓練	6	200	依公共場所必要緊急救護設備管理辦法，強化職場同仁及港區相關利害關係人之緊急救護知能，得使 AED 操作技能更臻熟稔，定期辦理相關課程及實地操作訓練	44
	ISO/CNS45001 管理系統教育訓練暨承攬廠商宣導	1	25	主題：「風險評估(管理)暨 GRI 403職業健康與安全準則」 課程大綱：為何要運用系統推行 ESG 績效、運用管理系統推動 ESG、GRI 403還要求組織報告與職業健康與安全相關的指標和目標，並說明組織如何評估和管理職業健康與安全風險	45
	多體感延伸實境(XR)防災模擬訓練場域觀摩活動虛擬實境體驗	1	30	觀摩活動區分靜、動態上課方式： 靜態講授：由該中心(中華民國工業安全衛生協會-專任講師，講授「場域系統簡介及相關作業危害與認知」課程 動態分組體驗：採以分組體驗課程實際操作，局限空間作業、施工架、高空工作車等體感設備	46
	認識傳染性疾病-漢他病毒教育宣導會	1	31	對漢他病毒更瞭解臨床症狀及傳播方式、如何預防	47
	戒菸遠離代謝症候群宣導會	1	17	降低菸害對本分公司人員健康造成危害	48
	堆高機在職教育訓練	1	19	促進員工專業訓練	49
	堆高機在職教育訓練	1	6	為增進職場同仁職業安全衛生觀念及知識，從根本預防職業災害之發生，邀請高雄市政府勞工局及業界資深講師辦理	50
	危險性機械操作人員在職教育訓練	2	26	依職業安全衛生教育訓練規則第 18 條及第 19 條規定，具有危險性之機械及設備操作人員應使其接受安全衛生在職教育訓練(每 3 年至少 3 小時)	51

	危險性機械操作人員在職教育訓練	2	17	依職業安全衛生教育訓練規則第18條及第19條規定，具有危險性之機械及設備操作人員應使其接受安全衛生在職教育訓練(每3年至少3小時)	52
	一般員工在職安全衛生教育訓練	3	76	持續加強一般員工安全衛生觀念	53
	一般員工在職安全衛生教育訓練	2	162	持續加強一般員工安全衛生觀念	54
	新進員工一般安全衛生教育訓練	2	40	為一般新進員工開始作業前之安全衛生教育訓練	55
	新進員工一般安全衛生教育訓練	1	8	為一般新進員工開始作業前之安全衛生教育訓練	56
	碼頭裝卸作業一般教育訓練	1	80	碼頭安全衛生教育宣導	57
	「碼頭裝卸安全職業災害預防暨交通安全」宣導會	1	50	宣導港區碼頭裝卸作業相關業者遵守職業安全衛生法、碼頭裝卸安全衛生設施標準等相關法令規定，並以碼頭裝卸之勞動檢查實務，常見作業安全缺失態樣，預防職業災害發生及港區交通安全宣導主題，共同維護商港區域碼頭裝卸作業安全	58
	花蓮國際商港職災防止說明會	1	40	宣導港區碼頭裝卸作業相關業者遵守職業安全衛生法、碼頭裝卸安全衛生設施標準等相關法令規定，並以碼頭裝卸之勞動檢查實務，常見作業安全缺失態樣，預防職業災害發生及港區交通安全宣導主題，共同維護商港區域碼頭裝卸作業安全	59
	施工風險評估	2	31	強化本分公司工程主辦人員之施工工程風險評估知能，藉由整體工程及分項工程作業拆解，落實執行自辦監造或督促委辦廠商落實施工風險評估，以防止職業災害發生	60
	急救人員安全衛生在職教育訓練	1	11	以實務操作強化本分公司急救人員緊急傷患之初步應變及處理能力	61
	承攬商安全衛生宣導會	3	76	強化本分公司承攬商對港區危害認知及作業安全步驟	62

	改善事業單位安全衛生設施與勞工安全作業環境研習會	1	80	職災預防法規宣導	63
	VR 教育訓練	3	22	預防職災教育訓練	64
技術輔導	ISO/CNS45001 職安衛管理系統教育訓練課程－組織環境議題分析暨法規鑑別、風險評估課程	1	25	為增進職場同仁職業安全衛生觀念及知識，從根本預防職業災害之發生，邀請高雄市政府勞工局及業界資深講師辦理	65
媒體廣宣	臺灣港群榮獲 BSI『永續韌性 ESG 實踐獎』展現永續發展目標之決心	1	6	臺灣港務股份有限公司一直以來努力提供並維護安全、衛生的友善職場，於今(112)年5月9日展開臺灣港群的 ISO 45001及 TOSHMS 雙系統驗證，再次以亮麗成績全數順利通過，更因此從超過3000家事業中評選榮獲英國標準協會頒發的2023年「永續韌性 ESG 實踐獎」港務公司於112年11月14日於台北圓山飯店由盧展猷行政副總經理代表受獎	66
	112 年推動 職場健康服務績優人員/運動企業認證	2	11	1. 本分公司參加勞動部職業安全衛生署之「112年推動職場健康服務選拔」活動，獲評為傑出人員 2. 本分公司參加本(112)年度教育部體育署辦理之「運動企業認證」榮獲「112年度運動企業認證標章」	67
	職安園地文章分享	1	2050	透由每季職安衛相關文章於外部網站分享工安經驗及新訊趨勢，宣導本公司工安文化推行與交流各業	68
建置專屬工安網頁(含對外)	網站名稱	臺灣港務公司職安園地			
	網址	https://www.twport.com.tw/LS/			
	網站描述	1. 職安衛最新消息 2. 職災案例分享 3. 安全衛生管理 4. 全國港區職場安全健康週系列活動 5. 相關連結			

工安公益		「港快來捐血捐血揪港心」	2	500	鼓勵同仁與社區民眾積極參與後續愛心捐血活動，讓各善心人士救助更多需要幫助的人，共創更美好慈善的社會	69
		「港務傳愛」愛心~公益捐血活動	1	600	為延續「港務傳愛」的企業精神，邀請港區各機關共同響應舉辦公益愛心捐血活動，大家一同捲起衣袖發揮愛心，幫助更多需要幫助的人，打造疫情傳愛的幸福臺中港	70
		真愛熱血情~「捐熱血、郵愛心」	3	350	鼓勵同仁與社區民眾積極參與後續愛心捐血活動，讓各善心人士救助更多需要幫助的人，共創更美好慈善的社會	71
其他活動	發送關懷簡訊郵件	發布給全體員工健康信及安全信	1	650	週知全體同仁	72
	創新活動	海陸雙棲企劃-【海上秘境SUP+獨木舟】	2	50	SUP 及獨木舟能夠訓練同仁們在水上的核心肌群及四肢的平衡感，循序漸進地從坐姿、跪姿再到站姿，都是不同的挑戰	73
		海陸雙棲企劃-【山野學堂戶外攀岩】	2	55	除了在海上的平衡感，攀岩能夠訓練到全身的肌肉，同時也要克服心理對「高」的恐懼，攀岩並非一次就能成功登頂，反覆克服及燃燒肌肉，才能享受在巔峰最美的風景	74
	其 他	員工健康檢查報告結果諮詢	4	13	特定延請健檢醫院醫師，替員工解說健檢報告，使員工若有異常結果，知道如何進行後續追蹤	75
		辦理 COVID-19 疫苗暨流感疫苗接種站	2	218	藉由辦理雙疫苗接種站，維護港區基礎設施正常運作	76
		流感暨默德納疫苗設站	5	2272	1. 針對冬季好發流行病，提供大型接種站，讓員工及 CIQS 人員接種疫苗，加強照顧員工的健康 2. 配合基隆市衛生局設大型疫苗接種站，促使民眾儘早完成接種，降低感染及重症風險	77
		臨場健康服務	32	297	安排臨場服務醫師提供健康檢查結果分析與評估、適性配工、高風險員工評估及個案管理、母性健康保護、工作相關疾病預防等提供員工保護計畫服務	78
		臨場健康服務	15	650	定期辦理特約醫師臨場健康服務，另會同本分公司職安師、職場護理師前往各工作場域進行健康風險評估	79

大型宣示活動（高階主管宣示/宣導）

成果剪輯

編號：1

- 一、活動名稱：ISO/CNS 45001職業安全衛生管理系統外部稽核活動
- 二、辦理單位：總公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/5/9-5/17
- 四、辦理地點：總公司暨各分公司會議室

照片1：由本公司行政副總主持112年外部(BSI) 職業安全衛生管理系統驗證活動啟始會議



照片2：外部驗證於施工現場稽核情形



減災宣導、健康促進活動

成果剪輯

編號：2

一、活動名稱：轄屬港區在建工程進行履約查核及防災宣導

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/1/1-12/31

四、辦理地點：高雄港務分公司轄屬工程案

照片1：工程工地稽核



照片2：外部驗證於施工現場稽核情形



一、活動名稱：主管百岳登頂挑戰

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/1~12/1

四、辦理地點：合歡群峰、玉山、嘉明湖、武陵二秀、大小霸

照片1：合歡群峰、玉山、嘉明湖



照片2：武陵二秀、大小霸



一、活動名稱：員工玉山圓夢計畫

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/5/21-23、6/6-8、6/19-21、6/27-29、8/15-17、
10/17-19、11/7-9

四、辦理地點：玉山主峰

照片1：行前說明會，讓參與同仁瞭解如何事前準備



照片2：同仁登上玉山最高點



一、活動名稱：一日登山訓練活動

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/28、6/2、10/13、12/14

四、辦理地點：高雄市觀音山、台南大凍山(雞籠山)、藤枝國家公園

照片1：訓練員工體能及肌耐力



照片2：訓練員工體能及肌耐力



一、活動名稱：玉山主峰登頂挑戰行前訓練

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/17

四、辦理地點：抹茶山

照片1：登山行前合影



照片2：登山行前合影



成果剪輯

編號：7

一、活動名稱：登七星小臺北挑戰（主管百岳登頂挑戰行前訓練）

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/28

四、辦理地點：七星山

照片1：登山行前合照



照片2：登頂合照



一、活動名稱：全齡層健促活動-【柴山阿朗依登山訓練】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/23、3/31

四、辦理地點：柴山阿朗依登山步道

照片1：活動合照



照片2：活動實況



一、活動名稱：全齡層健促活動-【雙流森林園區登山訓練】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/9/22

四、辦理地點：雙流森林園區

照片1：活動合照



照片2：活動實況



- 一、活動名稱：宜蘭冬山河自行車及健行活動
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/7/5
- 四、辦理地點：冬山河環線自行車道及生態綠舟

照片1：行前合照



照片2：活動實況



一、活動名稱：福隆舊草嶺環狀線自行車騎乘活動

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/10/12

四、辦理地點：福隆舊草嶺環狀線自行車道

照片1：登山活動合照



照片2：登山活動合照



一、活動名稱：這樣吃最健康，DIY 減醣（健康）菜單大公開

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/26

四、辦理地點：鹽埕區專門廚房場地

照片1：以團體講授方式，讓學員瞭解公司之通報流程



照片2：聘請專家學者宣導預防職場不法侵害之精神



一、活動名稱：健康外食完美提案!把握原則放心吃

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/19

四、辦理地點：高雄分公司員工訓練教室

照片1：員工分組活動，體驗如何挑選及計算熱量



照片2：食材挑選及計算熱量方法



一、活動名稱：減重及健身課程

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/26

四、辦理地點：租賃專門廚房場地

照片1：健身課程實際操作



照片2：健身課程實際操作



一、活動名稱：JS 有氧健身活動

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/6/2-8/25、10/2-12/4，共計20堂課程

四、辦理地點：有氧運動場地

照片1：訓練員工體能及維持體態



照片2：訓練員工體能及維持體態



一、活動名稱：久坐辦公室腰椎和肩頸的天敵

二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/24

四、辦理地點：花蓮分公司3樓簡報室

照片1：訓練課程實況



照片2：訓練課程實況

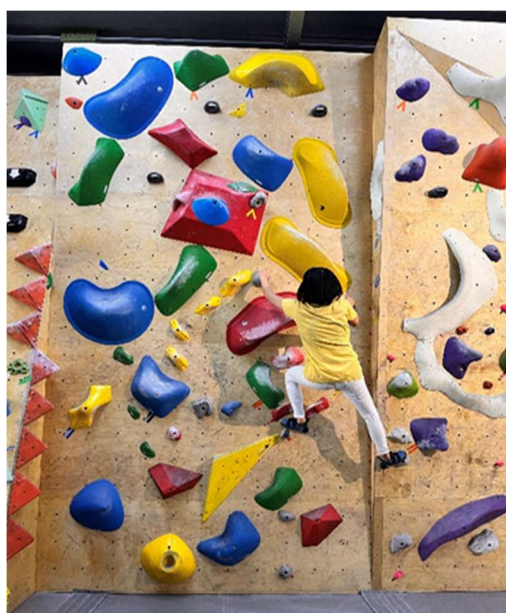


- 一、活動名稱：抱石自主外訓活動
- 二、辦理單位：總公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：同仁自行前往
- 四、辦理地點：抱石運動場地

照片1：讓員工多方體驗運動項目，發覺個人興趣



照片2：讓員工多方體驗運動項目，發覺個人興趣



- 一、活動名稱：正念幸福力系列課程
- 二、辦理單位：總公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/10/4、11/16
- 四、辦理地點：高分多功能教室

照片1：員工藉由沙遊之過程，呈現出內心世界，紓解工作壓力



照片2：藉由藝術治療抒發員工工作壓力



一、活動名稱：女性保健(以中醫角度出發)

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/10/18

四、辦理地點：高分員訓教室

照片1：教導員工熬煮養生藥膳



照片2：藥膳知識教育訓練



一、活動名稱：孕期/產後身心調適及正向冥想/動態紓壓

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/5/10

四、辦理地點：基港大樓後棟3樓 KEE 厝會議室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：紓壓咖啡體驗

二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/5/24

四、辦理地點：震大國際會議中心

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：芳療舒壓講座：芳療喚起健康復原力與身心靈
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/4
- 四、辦理地點：港務大樓6樓大禮堂

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：魔鏡健身坊-【呼吸療癒瑜珈】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/30、7/18

四、辦理地點：高分第一辦公廳

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：身心跨域企劃-【心念結合記憶障礙預防】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/11

四、辦理地點：高分第一辦公廳

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：身心跨域企劃-【內心療癒】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/15、9/5

四、辦理地點：高分第一辦公廳

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：中高齡及高齡肌力/體態保健
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/10/23
- 四、辦理地點：基港大樓後棟3樓 KEE 厝會議室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：中高齡及高齡肌力/體態保健

二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/6/29

四、辦理地點：花蓮分公司5樓無名小棧

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：魔鏡健身坊-【肌力訓練】
- 二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/3/28
- 四、辦理地點：高分第一辦公廳

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：健康日常保健企劃-【動物流健身】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/1-9/30

四、辦理地點：高分第一辦公廳

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：桌球專業訓練
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/2-9/20
- 四、辦理地點：立體停車場5樓活動中心

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：羽球基礎及進階訓練
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/22-11/14
- 四、辦理地點：立體停車場5樓活動中心

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：撞籃球社訓練活動
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處、撞籃球社
- 三、辦理日期：112/8/21、10/1
- 四、辦理地點：頭好撞撞休閒撞球館、清水橋下籃球場

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：徒手肌力訓練
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/5/23-6/27
- 四、辦理地點：港務大樓6樓大禮堂

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：體適能檢測活動
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/7/7
- 四、辦理地點：立體停車場5樓活動中心

照片1：上課情形



照片2：上課情形



- 一、活動名稱：體適能檢測活動
- 二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/3
- 四、辦理地點：花蓮分公司3樓簡報室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：健康路跑-花蓮港開放國際商港60週年路跑活動

二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/5/5

四、辦理地點：行政大樓廣場、自行車步道、親水遊憩區

照片1：路跑辦理實況



照片2：路跑辦理實況



一、活動名稱：職場心理健康講座及桌遊體驗紓壓活動

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/21

四、辦理地點：基港大樓後棟3樓 KEE 厝會議室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



教育訓練與宣導活動

成果剪輯

編號：38

一、活動名稱：執行職務遭受不法侵害教育訓練

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/16、5/21

四、辦理地點：總公司3樓第1會議室

照片1：以團體講授方式，讓學員瞭解公司之通報流程



照片2：聘請專家學者宣導預防職場不法侵害之精神



一、活動名稱：執行職務遭受不法侵害教育訓練

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/5/29

四、辦理地點：基港大樓5樓第一會議室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：執行職務遭受不法侵害教育訓練

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/10/30

四、辦理地點：第一辦公廳二樓多功能教室

照片1：上課情形



照片2：上課情形



一、活動名稱：CPR+AED 訓練

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/11/22

四、辦理地點：3樓1會議室

照片1：講師指導員工執行急救流程



照片2：讓學員分組實際執行 CPR+AED 流程



- 一、活動名稱：CPR+AED 訓練
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/2/16、2/23、7/20、9/4、10/6
- 四、辦理地點：基港大樓2樓候船室

照片1：教育訓練實況



照片2：教育訓練實況



- 一、活動名稱：CPR+AED 訓練
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/7/25、7/28
- 四、辦理地點：港務大樓6樓大禮堂

照片1：教育訓練實況



照片2：教育訓練實況



一、活動名稱：CPR+AED 訓練

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/1-10/31

四、辦理地點：高雄港港區

照片1：教育訓練實況



照片2：教育訓練實況



一、活動名稱：ISO/CNS 45001管理系統教育訓練暨承攬廠商宣導

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/14

四、辦理地點：員工訓練教室

照片1：總公司、高雄分公司及港勤公司另請高雄分公司邀請承攬廠商共同參與本次宣導會，共計25人



照片2：宣導會課程表

臺灣港務股份有限公司
ISO45001管理系統教育訓練暨承攬廠商宣導會
課程表

課程日期	112年7月14日（星期五）
課程時間	13:30-16:30
1330-1630	■主題： 「風險評估(管理)暨 GR1 403職業健康與安全準則」 ■課程大綱： 為何要運用系統推行 ESG 績效、運用管理系統推動 ESG、GR1 403還要求組織報告與職業健康與安全相關的指標和目標，並說明組織如何評估和管理職業健康與安全風險。
16:30	賦歸
講師	科建管理顧問公司 陳俊宏顧問師
地點	高雄分公司員工訓練教室(高雄市鹽埕區大勇路底)
備註	一、課程期間，若有出現發燒、身體不適、呼吸道等症狀者，請儘速就醫及停止參訓。 二、參加宣導會人員如因故無法出席上課，應依規定辦理請假。 三、參加宣導會人員請「響應環保，請自備環保杯」。

報名連結：<https://forus.gle/fEncTuUhMgh3HaBr8>。(名額上限為30名)

一、活動名稱：多體感延伸實境（XR）防災模擬訓練場域觀摩活動虛擬實境體驗

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

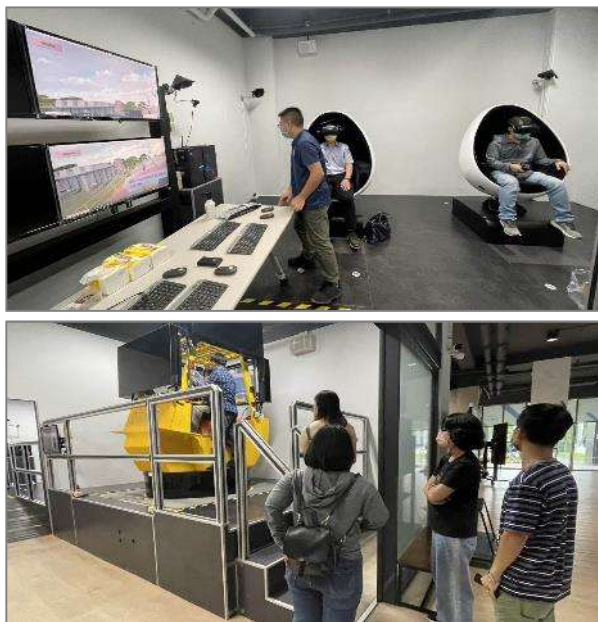
三、辦理日期：112/9/7

四、辦理地點：南科管理中心-XR 職業安全防災模擬訓練中心

照片1：XR 中心專任講師 XR 防災中心簡介



照片2：分組體驗局限空間作業、堆高機、高空工作車…等體感設備



一、活動名稱：認識傳染性疾病-漢他病毒教育宣導會

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/20

四、辦理地點：海港大樓5樓會議室

照片1：漢他病毒教育宣導會



照片2：漢他病毒教育宣導會



一、活動名稱：戒菸遠離代謝症候群宣導會

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/13

四、辦理地點：海港大樓5樓會議室

照片1：宣導會上課情形



照片2：宣導會上課情形



- 一、活動名稱：堆高機在職教育訓練
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/7/21
- 四、辦理地點：基隆市中山區中山二路64號4樓

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



- 一、活動名稱：堆高機在職教育訓練
- 二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/25
- 四、辦理地點：高分員訓教室

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：危險性機械操作人員在職教育訓練

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/24、7/31

四、辦理地點：基隆市中山區中山二路64號4樓

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：危險性機械操作人員在職教育訓練

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/21、7/24

四、辦理地點：高分員訓教室

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



- 一、活動名稱：一般員工在職安全衛生教育訓練
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/8/4、9/12、9/18
- 四、辦理地點：基隆市中山區中山二路64號4樓

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：一般員工在職安全衛生教育訓練

二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/10/11-13

四、辦理地點：震大國際教育中心

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：新進員工一般安全衛生教育訓練

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/5、9/27

四、辦理地點：員工訓練教室、高分多功能會議室

照片1：112年度新進人員工讀生、實習生安全衛生教育訓練 VR
虛擬實境體驗高風險作業安全注意事項及危險點排除作
法



照片2：上課情形



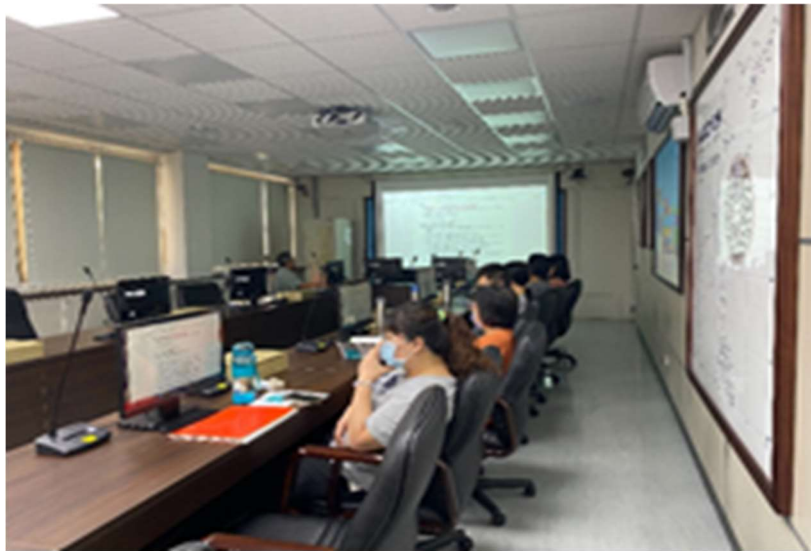
一、活動名稱：新進員工一般安全衛生教育訓練

二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/9/7

四、辦理地點：港務大樓3樓緊急應變中心

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



- 一、活動名稱：碼頭裝卸作業宣導會
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/2/22、10/20
- 四、辦理地點：港務大樓3樓第1會議室

照片1：宣導會辦理情形



照片2：宣導會辦理情形



一、活動名稱：「碼頭裝卸安全職業災害預防暨交通安全」宣導會

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/19

四、辦理地點：高分員訓教室

照片1：宣導會辦理情形



照片2：宣導會辦理情形



一、活動名稱：花蓮國際商港職災防止說明會

二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/6/6

四、辦理地點：花蓮分公司3樓簡報室

照片1：宣導會辦理情形



照片2：宣導會辦理情形



一、活動名稱：施工風險評估

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/8、8/10

四、辦理地點：基隆市中山區中山二路64號4樓

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：急救人員安全衛生在職教育訓練

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/28

四、辦理地點：西七倉庫四樓職安處訓練教室

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：承攬商安全衛生宣導會

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/31、9/5、9/12

四、辦理地點：基港大樓後棟3樓第二會議室、宜蘭縣蘇澳鎮蘇東里港區1號4樓、新北市八里區商港路123號6樓

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



一、活動名稱：改善事業單位安全衛生設施與勞工安全作業環境研習會

二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/29

四、辦理地點：港務大樓6樓大禮堂

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



- 一、活動名稱：VR 教育訓練
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/5/17、5/24、5/31
- 四、辦理地點：港務大樓603會議室

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



技術輔導

成果剪輯

編號：65

一、活動名稱：ISO/CNS 45001職安衛管理系統教育訓練

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/7/14

四、辦理地點：高分員訓教室

照片1：課程上課情形



照片2：課程上課情形



媒體廣宣

編號：66

- 一、活動名稱：臺灣港群榮獲 BSI『永續韌性 ESG 實踐獎』展現永續發展目標之決心
- 二、辦理單位：BSI
- 三、辦理日期：112/11/15
- 四、辦理地點：台北圓山大飯店

臺灣港務榮獲BSI『永續韌性 ESG 實踐獎』



自立晚報
2023年11月15日



【記者卓羽樓台北報導】臺灣港務股份有限公司一直以來努力提供並維護安全、衛生的友善職場，於今年5月9日展開臺灣港群的ISO 45001及 TOSHMS雙系統驗證，再次以亮麗成績全數順利通過，更因此從超過3000家事業中評選榮獲英國標準協會頒發的2023年「永續韌性 ESG實踐獎」。

港務公司由盧展猷行政副總經理代表受獎，盧副總經理表示自108年首次獲得職業安全衛生系統認證，迄今已逾四年。在這段時期間裡，港務公司持續精進，高階主管們積極參與職業安全衛生管理系統的各項會議和活動，並發揮領導帶頭作用，鼓勵參與政府機關和民間企業各類職安衛交流與評鑑活動，關心同仁安全與健康並採以「預防為先」之安全理念，舉辦多樣化的健康促進活動（如登山活動、大型健行、體適能檢測、拳擊有氧、瑜珈課程等），以及與作業安全相關的宣導活動（如安全伙伴培訓、安全衛生座談會、工安觀摩等）。

一、活動名稱：112年推動職場健康服務績優人員/112年度運動企業認證

二、辦理單位：勞動部/教育部體育署

三、辦理日期：112/10/3、10/31

四、辦理地點：臺大醫院國際會議中心/福華文教會館

照片1：112年度新進人員工讀生、實習生安全衛生教育訓練 VR 虛擬實境體驗高風險作業安全注意事項及危險點排除作法



一、活動名稱：職安園地文章分享

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/1/1-12/31

四、辦理地點：本公司外部網站

職安園地職業安全衛生管理系統文章分享

<https://www.twport.com.tw/LS/cp.aspx?n=B12FDA01303E844E&s=58DFA543ACECE64A>



- 一、活動名稱：「港快來捐血 捐血揪港心」
- 二、辦理單位：總公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/6/15、8/22
- 四、辦理地點：飛鳶廣場、基港大樓東2倉間

照片1：捐血活動實況



照片2：捐血活動實況



2023.08.22「港快來捐血 捐血揪港心」捐血活動
4. 報名捐血人潮踴躍

2023年8月22日 09:28:08

- 一、活動名稱：「港務傳愛」愛心~公益捐血活動
- 二、辦理單位：臺中分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/3/8、10/4
- 四、辦理地點：港務大樓1樓廣場

照片1：捐血活動實況



照片2：捐血活動實況



一、活動名稱：真愛熱血情～「捐熱血、郵愛心」

二、辦理單位：花蓮分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/3/3、6/12、8/7

四、辦理地點：國安郵局前廣場

照片1：全體合影



照片2：全體合影



發送關懷簡訊郵件

成果剪輯

編號：72

一、活動名稱：發布給全體員工健康信及安全信

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/4/20

四、辦理地點：電郵週知全體同仁

照片1：電郵發送



照片2：發布內容



創新活動

成果剪輯

編號：73

一、活動名稱：海陸雙棲企劃-【海上秘境 SUP+獨木舟】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/9/20

四、辦理地點：高雄愛河

照片1：活動實況



照片2：活動實況



一、活動名稱：海陸雙棲企劃-【山野學堂戶外攀岩】

二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/29

四、辦理地點：柴山攀岩場

照片1：上課情形



照片2：上課情形



其他

成果剪輯

編號：75

一、活動名稱：員工健康檢查報告結果諮詢

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/8/2、8/14、8/23、9/26

四、辦理地點：總公司第三辦公廳世界咖啡

照片1：健檢醫院提供同仁一對一健檢報告諮詢



照片2：健檢醫院醫師及護理師提供同仁一對一健檢報告諮詢



一、活動名稱：辦理 COVID-19疫苗暨流感疫苗接種站

二、辦理單位：總公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/11/1~2

四、辦理地點：棧9-2庫

照片1：辦理 COVID-19疫苗接種站，首長帶領接種



照片2：流感疫苗暨次世代疫苗接種站，港區工作人員踴躍接種疫苗，建立港區群體免疫力



一、活動名稱：流感暨默德納疫苗設站

二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處

三、辦理日期：112/2/11-12、10/4、10/21、10/28

四、辦理地點：基港大樓東2倉間

照片1：疫苗接種站現場



照片2：本分公司總經理帶領疫苗接種



- 一、活動名稱：臨場健康服務
- 二、辦理單位：基隆分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/1/10-10/27
- 四、辦理地點：各港會議室

照片1：臨場健康服務活動實況



照片2：臨場健康服務活動實況



- 一、活動名稱：臨場健康服務
- 二、辦理單位：高雄分公司職業安全衛生處
- 三、辦理日期：112/1/1/12/31
- 四、辦理地點：高雄分公司各港區

照片1：臨場健康服務活動實況



照片2：臨場健康服務活動實況

