

臺北市政府 111 年員工休閒隊社氣機導引保健養生社活動實施計畫

- 一、依據：臺北市政府員工休閒隊社活動實施計畫。
- 二、目的：為提倡本府員工從事正當運動，促進身心健康。
- 三、主辦單位：臺北市政府
- 四、承辦單位：臺北市政府秘書處
- 五、參加對象：本府現職員工、退休人員。
- 六、活動日期：週五。
- 七、活動時間：17 時 30 分至 19 時 10 分。
- 八、活動地點：本府市政大樓地下二樓員工健康教室或其他地點。
- 九、活動內容：聘請專業老師指導氣機導引活絡筋骨養生功法。
- 十、年度目標：提升員工保健養生習慣，維護健康形象。
- 十一、預期績效[可量化之數據(指標)]：開辦 1 班共 1 期，每月上課 2 次計 10 堂(20 小時)。
- 十二、報名方式：指定期限內採網路或現場報名。
- 十三、活動經費：由本府補助款經費 21,000 元及社員自費支應，預估講座鐘點費及租賃費 50,000 元。
- 十四、本計畫奉核定後，自 111 年 1 月 1 日起實施；如有未盡事宜，得隨時修正之。