


臺灣港務股份有限公司114年全國職場安全健康週系列活動成果提報表

單位		臺灣港務股份有限公司臺中港務分公司				地址	臺中市梧棲區台灣大道二段十號		
聯絡人		李岱瑩		職稱	助理管理師	連絡電話	04-26642413	E-MAIL	Joyceli@twport.com.tw
類型	活動名稱	執行單位	日期	地點	與會對象	參加人數	活動類型 (宣示、研討、宣導…簽署儀式、頒獎活動、表揚大會減災宣導、健康促進活動)	成果概述	
活動	臺中港區安衛家族系列活動	職業安全衛生處	02/20 05/28 08/27 12/08	震大國際會議中心107階教室、華城公司、臺中港工作船渠、臺中海洋館	港區業者	320	宣導、宣示、教育訓練	 <p>第一次辦理成立大會組成臺中港安衛家族</p>	


--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



第二次參訪華城重電公司




第三次參訪臺中港工作船渠工程

								
								第四次邀請中國醫藥大學老師講述AI 發展應用與 參訪臺中海洋館
公益	捐血活動	職業安全衛生處	03/15 09/10	海港大樓廣長	港區業者	512	公益活動	



								 <p>捐血不只是最直接的公益行動，更是一份生命間的連結讓我們一起讓愛延續，永不止息。</p>
教育訓練	港區在建工程全生命週期職安衛總健檢教育訓練	職業安全衛生處	03/20	本分公司3樓第1會議室	本分公司及總公司員工暨各分公司同仁及承攬廠商	50	教育訓練	

								
								辦理在建工程全生命週期職安衛總健檢教育訓練活動
教育訓練	員工 VR 體驗活動(第1日)	職業安全衛生處	04/09	本分公司601視訊會議室603、605會議室	本分公司員工	63	教育訓練	

								
								以沉浸式 VR 情境提升員工安全意識，使同仁能於模擬危害場景中建立正確作業行為，降低實務作業風險。
教育訓練	員工 VR 體驗活動(第2日)	職業安全衛生處	04/10	本分公司601視訊會議室603、605會議室	本分公司員工	63	教育訓練	


								 <p>持續以 VR 情境訓練協助員工強化危害辨識能力，提升安全作業態度。</p>
活動	114年多元健康促進活動-桌球社課程及活動	桌球社	05/05~08/07 06/02~07/31	本分公司5樓球場	本分公司員工	117	實體訓練課程及競賽活動	



								 <p>1. 藉由課程訓練員工反應、靈敏及協調能力,增進桌球技巧。 2. 鼓勵員工參與桌球活動,並增進團體和諧並培養運動精神。</p>
活動	ISO45001外部稽核	職業安全衛生處	0512~0513	臺中分公司	高階主管	30	大型宣示活動(高階主管宣示/宣導)	 <p>由總經理主持 ISO45001年度外部機核驗證,獲得 BSI 英國標準協會第三方驗證機構肯定。</p>



活動	114年多元健康促進活動－排舞、有氧運動+肌力訓練、瑜珈	職業安全衛生處	05/19~07/11	本分公司6樓大禮堂	本分公司員工	186	實體訓練課程	 <p>2025年5月26日 16:11:42 安仁里 格特居 035 台藝</p>
----	------------------------------	---------	-------------	-----------	--------	-----	--------	--



								 <p>2025年6月13日 16:10:00 安仁里 梧棲區 435 台醫</p>
活動	自律神經講座暨 檢測活動	職業安 全衛生 處	05/23	本分公 司6樓 大禮堂	本分 公司 員工	61	健康講座及實務教學	<p>1. 跳舞時，人體內會分泌讓我們心情舒暢感到快樂，也可以活動腦筋 提升手、腦靈活度。</p> <p>2. 有氧運動+肌力訓練，通過增強心臟功能、提高有氧能力、促進全身血液循環等，肌力訓練可以在任何年齡段幫助保持並增強肌肉量。</p> <p>3. 瑜珈，藉著收縮與伸展肌肉使肌肉強化並增加柔軟度。</p>



健康講座：邀請專業的醫療人員或健康顧問進行健康知識分享，介紹自律神經與日常生活的關聯，並教導員工如何保持身心健康，減少工作壓力，提升生活品質。





自律神經檢查：提供員工進行自律神經健康檢測，及早發現身體可能出現的健康問題，如壓力

								過大、疲勞過度等，並透過專業醫療設備進行簡單、快速且準確的檢查。
活動	CPR+AED 訓練	職業安全衛生處	07/02 07/09	本分公司 6 樓大禮堂	本分公司員工	111	實體教育訓練	 <p>2025年7月9日</p>  <p>教導同仁 CPR 技巧及 AED 使用方式並進行實作。</p>



活動	114年多元健康促進活動-羽球社課程及活動	羽球社	07/10~10/07 11/13	本分公司5樓球場	本分公司員工	62	實體訓練課程	  <p>1. 藉由課程訓練培養同仁羽球基礎及進階練習，以達同仁身心健康目標。</p> <p>2. 鼓勵員工參與羽球活動，培養運動精神，促進</p>
----	-----------------------	-----	----------------------	----------	--------	----	--------	--


								身體健康。
活動	114年多元健康 促進活動-笑傲 山林露營社課程 活動	露營社	07/18 09/05	7/18拿 哥的秘 密基地 浪漫露 營區  9/5 中 正露營 區	本分 公司 員 工、 家屬	62	實體露營場	  <p>1. 放鬆, 慢走步道親近大自然, 呼吸新鮮空氣。 2. 增進同仁關係、增加活動量, 眼睛遠離螢幕。</p>

								3. 促進社交、學習與人相處進退應對之禮節。
活動	員工體適能檢測及教學	職業安全衛生處	07/18	本分公司5樓球場	本分公司員工、風電業者	130	實體體能檢測	 <p>2025年7月18日 10:13:39 安仁里, 梧棲區 435 台灣</p> <p>認識及檢測體適能4大元素：身體組成、心肺適能、肌肉適能、柔軟度等。</p>  <p>2025年7月18日 13:53:00 安仁里, 梧棲區 435</p>



								依據個人缺點，找出保養保健及促進健康方法。
教育訓練	離岸風電業者健康與職安守護行動論壇(第1場)	職業安全衛生處	07/18	本分公司6樓大禮堂	離岸風電業者	25	教育訓練	 





								促進風電業者建立健康與安全治理思維，透過論壇交流強化風險管理與健康促進作法。
教育訓練	臺中港區職安卡課程暨員工在職安全衛生教育訓練	職業安全衛生處	07/22	震大國際會議中心107階教室	本公司員工及承攬廠商、臺中港區業者	160	教育訓練	  <p>加強港區人員職安衛識能與危害通識，促進承攬</p>

								商及業者自主管理能力，提升現場作業安全。
活動	114年多元健康促進活動-戶外登山踏青課程活動	登山社	07/25 、 08/15 、 09/19 、 10/17 、 10/31	7/25大坑9、10號登山步道 8/15大肚環保運動公園步道 9/19咬人狗坑生態景觀步道 10/17竹坑南寮古道 10/31大肚環保運動公園	本分公司員工	289	實體活動	  <p>接近戶外山林，減輕工作壓力，強健身體，提升免疫力。</p>


教育訓練	離岸風電業者健康與職安守護行動論壇(第2場)	職業安全衛生處	08/08	本分公司6樓大禮堂	離岸風電業者	45	教育訓練	  <p data-bbox="1422 1262 2110 1337">促進離岸風電產業安全交流與知識共享，強化業者風險辨識與控制能力。</p>
------	------------------------	---------	-------	-----------	--------	----	------	---



教育訓練	臺中港工作人員傳染病認識、感染管制實務訓練	職業安全衛生處	08/21	本分公司6樓大禮堂	本公司及子公司員工、臺中港區CIQS成員	50	教育訓練	  <p data-bbox="1417 1262 2107 1334">提升港區同仁對傳染病特性與防治措施的掌握度，強化健康風險管理能力。</p>
------	-----------------------	---------	-------	-----------	----------------------	----	------	--





教育訓練	口罩密合度檢測	職業安全衛生處	08/21	本分公司6樓大禮堂	港埠第一線作業人員	9	教育訓練	  <p>辦理密合度檢測課程，讓港埠第一線作業人員更了解防護具使用。</p>
教育訓練	離岸風電業者健康與職安守護行	職業安全衛生處	09/01	本分公司6樓大禮堂	離岸風電業者	45	教育訓練	

	動論壇(第3場)							 <p>深化風電產業安全文化，提升業者風險辨識能力與職安衛治理水平。</p>
--	----------	--	--	--	--	--	--	--

教育訓練	新進員工一般安全衛生教育訓練	職業安全衛生處	09/15	本分公司601視訊會議室603、605會議室	本分公司新進員工	15	教育訓練	  <p>協助新進人員熟悉作業環境及安全規範，建立正確職安衛觀念。</p>
------	----------------	---------	-------	------------------------	----------	----	------	---

活動	114年多元健康促進活動-保齡球社課程活動	保齡球設	9/26、10/3	東京保齡球館	本公司員工	101	實體活動	  <p>1. 藉由活動促進同仁釋放壓力。</p> <p>2. 可達到運動及人際關係互動。</p>
教育訓練	港區在建工程風險評估文件檢核暨現場查核實務	職業安全衛生處	10/03	本分公司6樓大禮堂	本分公司員工	79	教育訓練	



	教育訓練專班				及承攬廠商			  <p>強化同仁於工程查核中之風險辨識技術與改善建議能力，提升整體工程安全品質。</p>
教育訓練	承攬廠商及港區業者 VR 體驗活動	職業安全衛生處	10/09	本分公司 603、605會議室	承攬廠商及港區業者	53	教育訓練	

								  <p>透過 VR 體驗協助承攬商提升危害辨識能力，促進正確安全行為與自主管理文化。</p>
活動	114 年多元健康促進活動-撞籃球	撞籃球社	10/23撞球	1. 頭好撞撞無菸休閒撞球館	本分公司員工	86	實體活動	

	球社之撞籃球競賽活動		10/29籃球	2. 清水橋下籃球場				<div><p>POCO X6 5G 2025.10.23 13:48</p></div> <p>增進員工間情誼，球技精進</p> <div><p>114 年度多元健康促進活動-3 對 3 籃球趣味競賽</p></div> <p>藉由趣味帶動， 能持續維持運動習慣</p>
教育訓練	員工在職安衛教育訓練	職業安全衛生處	12/15	震大國際會議中心	本分公司員工	85	教育訓練	

107階  
梯教室



提升員工法規遵循、危害預防與風險管理能力，  
持續推動職場安全文化。