

# 104年職場健康促進活動

No.	時間	活動名稱	地點
1	104.01.08	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
2	104.01.14	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
3	104.01.15	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
4	104.01.16	BLS	第35會議室
5	104.01.21	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
6	104.01.24	社區癌症篩檢	吉鴻電子
7	104.01.27	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
8	104.01.28	六大類食物與代換	世曦公司
9	104.01.29	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	國際會議廳
10	104.02.16	健康飲食	愛普科斯股份有限公司
11	104.03.09	BLS	第35會議室
12	104.03.16	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	新莊服務中心二
13	104.03.18	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	永和服務中心二
14	104.03.19	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	敦化服務中心二
15	104.03.20	青少年飲食面面觀	內湖高中教師研習營
16	104.03.20	BLS	第35會議室
17	104.03.23	吞嚥障礙病人飲食製備食物	敏盛醫院
18	104.04.08	BLS+AED	第33會議室
19	104.04.12	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
20	104.04.14	腸道保健-認識大腸癌	台北市內湖區陽光街288號
21	104.04.15	婦女癌症	台北市大安區敦化南路二段99號9樓
22	104.04.19	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
23	104.04.26	晚期癌症病人營養照護的角色	台大醫院兒童醫療大樓B1講堂
24	104.04.26	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
25	104.04.27	擁抱健康公益有愛	光寶科技-中和廠
26	104.04.28	擁抱健康公益有愛	光寶科技-內湖廠
27	104.05.03	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
28	104.05.08	壓力測量與紓壓	臺北市松山區八德路四段101號
29	104.05.08	健康飲食這樣吃	和椿科技
30	104.05.08	BLS+AED	第35會議室
31	104.05.11	減重飲食相見歡	光寶科技-中和廠
32	104.05.13	減重飲食相見歡	光寶科技-內湖廠
33	104.05.17	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
34	104.05.18	食物營養與代換	光寶科技-中和廠
35	104.05.19	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	內湖區陽光街288號7樓
36	104.05.19	BLS+AED	國泰健康管理中心
37	104.05.20	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	內湖區陽光街288號7樓
38	104.05.21	重症營養	35會議室
39	104.05.21	開心手術後營養	Osce room
40	104.05.21	代謝症候群與飲食	友訊科技
41	104.05.21	食物營養與代換	光寶科技-內湖廠
42	104.05.22	護眼飲食-吃出明亮好眼力、護眼小點心-彩虹沙拉搖搖杯	
43	104.05.24	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
44	104.05.25	食物營養與代換	光寶科技-中和廠
45	104.05.26	BLS+AED	國泰健康管理中心
46	104.05.27	高鈣飲食	東元電機
47	104.05.29	菸害防制宣導及一氧化碳檢測	康健人壽
48	104.05.31	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
49	104.06.01	食物熱量標示	光寶科技
50	104.06.02	地中海飲食	力麗建設
51	104.06.02	BLS+AED	國泰健康管理中心
52	104.06.03	健康當個老外	DHL
53	104.06.03	食物營養與代換	光寶科技
54	104.06.07	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
55	104.06.08	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	台北市中山區南京東路二段2號10樓
56	104.06.08	外食族這樣吃	光寶科技-中和廠
57	104.06.08	健康當個老外	DHL(建國廠)
58	104.06.09	外食享瘦吃	國泰世華銀行
59	104.06.10	食物熱量標示	光寶科技-內湖廠
60	104.06.11	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	台北市萬華區中華路一段88號5樓華區
61	104.06.11	肥胖與健康	中華電信行通分公司
62	104.06.11	認識六大類食物	中華電信行通分公司
63	104.06.11	大家一起來運動1	中華電信行通分公司
64	104.06.11	健康飲食相見歡	中華電信
65	104.06.12	外食享瘦吃	建騰創達
66	104.06.13	BLS+AED	第35會議室
67	104.06.14	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳

# 104年職場健康促進活動

No.	時間	活動名稱	地點
68	104.06.15	菸檳酒防制宣導及一氧化碳檢測	中華電信北區分公司
69	104.06.17	外食享瘦吃	富驛酒店
70	104.06.17	外食族這樣吃	光寶科技-內湖廠
71	104.06.18	食物代換	中華電信行通分公司
72	104.06.18	食物運用	中華電信行通分公司
73	104.06.18	大家一起來運動2	中華電信行通分公司
74	104.06.18	食物營養與代換	中華電信
75	104.06.22	我已學會這樣吃	光寶科技-中和廠
76	104.06.23	食品安全與包裝	神通科技
77	104.06.24	外食享瘦吃	DHL(新竹廠)
78	104.06.24	我已學會這樣吃	光寶科技-內湖廠
79	104.06.25	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	台北市大安區忠孝東路四段230號9樓
80	104.06.25	了解減重迷思	中華電信行通分公司
81	104.06.25	了解減重陷阱	中華電信行通分公司
82	104.06.25	大家一起來運動3	中華電信行通分公司
83	104.06.25	食物熱量標示	中華電信
84	104.06.28	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
85	104.06.29	BLS+AED	第33會議室
86	104.07.01	健康飲食相見歡	仁寶公司
87	104.07.02	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	新北市中和區中正路279號6樓
88	104.07.02	認識飲食標示	中華電信行通分公司
89	104.07.02	飲食代換與應用	中華電信行通分公司
90	104.07.02	大家一起來運動4	中華電信行通分公司
91	104.07.02	減重的迷思	中華電信
92	104.07.02	BLS+AED	第33會議室
93	104.07.05	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
94	104.07.06	BLS+AED	第35會議室
95	104.07.08	菸檳酒防制宣導及一氧化碳檢測	富邦銀行
96	104.07.08	食物代換與營養	仁寶公司
97	104.07.09	減重外食技巧	中華電信
98	104.07.09	霖園關係企業健診暨四癌篩檢	台北市松山區光復南路35號3樓
99	104.07.09	避免高熱量食物與運用低熱量食物	中華電信行通分公司
100	104.07.09	食物的處理方式、市售食品熱量介紹	中華電信行通分公司
101	104.07.09	大家一起來運動5	中華電信行通分公司
102	104.07.14	菸害防制宣導	MOMO購物台
103	104.07.14AM10:30~11:30	下背痛預防	中日合成化學股份有限公司
104	104.07.14AM9:30~10:30	下背痛預防	中日合成化學股份有限公司
105	104.07.15	食物熱量標示	仁寶公司
106	104.07.16	市售食品熱量估算	中華電信行通分公司
107	104.07.16	健康飲食小學堂	中華電信行通分公司
108	104.07.16	大家一起來運動6	中華電信行通分公司
109	104.07.16	我的健康餐盤	統一資訊
110	104.07.16	不要成為溜溜球	中華電信
111	104.07.19	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
112	104.07.20	壓力測量與紓壓	台北市內湖區洲子街65號3樓
113	104.07.21	健康飲食相見歡	精英電腦
114	104.07.23	健康飲食相見歡	中華票卷
115	104.07.26	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
116	104.07.28	1.當個開心的老外.	國泰人壽.國泰金控
117	104.07.28	認識飲食標示	國泰人壽.國泰金控
118	104.07.28	健康飲食相見歡	momo購物台
119	104.07.28	減重與健康飲食	國泰金控
120	104.07.30	銀髮族的飲食	三總
121	104.08.02	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
122	104.08.03	食在安心-如何選擇對健康有益的飲食	德式馬企業股份有限公司
123	104.08.03	健康飲食	台北市內湖區洲子街65號3樓
124	104.08.04	大家一起來運動1	國泰人壽.國泰金控
125	104.08.05	健康飲食相見歡	仁寶電腦
126	104.08.05	BLS+AED	第33會議室
127	104.08.06	不要成為溜溜球	中華票卷
128	104.08.11	大家一起來運動1	均仁坊
129	104.08.11	大家一起來運動2	國泰人壽.國泰金控
130	104.08.11	食物熱量與營養	momo購物台
131	104.08.12	食物熱量與營養	仁寶電腦
132	104.08.13	BLS+AED	第33會議室
133	104.08.14	健康飲食相見歡	遠傳電信
134	104.08.15	BLS+AED	第33會議室

# 104年職場健康促進活動

No.	時間	活動名稱	地點
135	104.08.16	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
136	104.08.17	預防脂肪肝-撥油見肝飲食法、健康小點心-油切滷味	
137	104.08.18	大家一起來運動3	國泰人壽.國泰金控
138	104.08.18	減重迷思	精英電腦
139	104.08.18	BLS+AED	第33會議室
140	104.08.20	大家一起來運動2	均仁坊
141	104.08.21	食物熱量與營養	遠傳電信
142	104.08.24	BLS+AED	第35會議室
143	104.08.25	大家一起來運動4	國泰人壽.國泰金控
144	104.08.25	減重迷思	momo購物台
145	104.08.25	BLS+AED	第35會議室
146	104.08.26	我已學會這樣吃	仁寶電腦
147	104.08.26	BLS+AED	第33會議室
148	104.08.28	減重迷思	遠傳電信
149	104.08.30	國泰世華銀行健診暨四癌篩檢	1樓大廳
150	104.09.02	健康減重飲食	國泰人壽
151	104.09.04	減重迷思	遠傳電信
152	104.09.04	BLS+AED	第35會議室
153	104.09.07	肥胖與健康	世曦工程
154	104.09.07	大家一起來運動1	世曦工程
155	104.09.07	健康飲食相見歡	世曦公司
156	104.09.07	BLS+AED	第35會議室
157	104.09.08	減重迷思	momo購物台
158	104.09.08	BLS+AED	第35會議室
159	104.09.10	BLS+AED	第35會議室
160	104.09.14	飲食代換與應用	世曦工程
161	104.09.14	大家一起來運動2	世曦工程
162	104.09.14	食物熱量與營養	世曦公司
163	104.09.17	BLS+AED	第33會議室
164	104.09.18	我已學會這樣吃	遠傳電信
165	104.09.21	營養篩選及流程簡介	ICU會議室
166	104.09.21	市售食品的熱量之介紹	世曦工程
167	104.09.21	大家一起來運動3	世曦工程
168	104.09.21	減重迷思	世曦公司
169	104.09.24	創意教學影片分享	新竹國泰
170	104.09.29	BLS+AED	第33會議室
171	104.09.30	BLS+AED	第35會議室
172	104.10.05	體內體外減脂大作戰	世曦工程
173	104.10.05	大家一起來運動4	世曦工程
174	104.10.05	我已學會這樣吃	世曦公司
175	104.10.06	BLS+AED	第33會議室
176	104.10.12	我已學會這樣吃	精英電腦
177	104.10.13	外食迷思	中國信託
178	104.10.16	外食技巧	安富利公司
179	104.10.17	BLS+AED	第35會議室
180	104.10.19	BLS+AED	第33會議室
181	104.10.22	糖尿病飲食	友訊公司
182	104.10.22	飲食與代謝症候群	新湖坊
183	104.11.04	低GI減重	大金公司
184	104.11.05	BLS+AED	第33會議室
185	104.11.12	重症病人營養需求與處置	33會議室
186	104.11.13	健康飲食相見歡	全錄公司
187	104.11.16	肥胖防治與營養	護理師公會
188	104.11.18PM1:00~5:00	BLS+AED	第33會議室
189	104.11.24	BLS+AED	多功能教室
190	104.11.27	代謝症候群-高纖維飲食	多功能教室1
191	104.11.27	員工代謝症候群-不油不膩	多功能教室1
192	104.11.27	甜蜜生活 鈉麼重要	多功能教室1
193	104.11.27	當個稱職的老外	多功能教室1
194	104.11.27	低油飲食	多功能教室1
195	104.11.27	食物與營養	全錄公司
196	104.11.29	達文西治療案例分享	臺北市大安區仁愛路四段66號B1
197	104.11.29	人工耳蝸介紹	臺北市大安區仁愛路四段66號B1
198	104.12.04	外於大剖析	全錄公司
199	104.12.09	我已學會這樣吃	全錄公司
200	104.12.11	BLS+AED	第33會議室
201	104.12.12AM10:30~11:30	三高的風險	中日合成化學股份有限公司

## 104年職場健康促進活動

No.	時間	活動名稱	地點
202	104.12.12AM9:30~10:30	三高的風險	中日合成化學股份有限公司
203	104.12.17	代謝症候群-高纖維飲食	35會議室
204	104.12.17	員工代謝症候群-不油不膩	35會議室
205	104.12.17	甜蜜生活 鈉麼重	35會議室
206	104.12.17	當個稱職的老外	35會議室
207	104.12.17	低油飲食	35會議室
208	104.12.22	代謝症候群篩檢-中日化學公司	中日化學辦公室