

<p><b>員工協助方案源起—</b></p> <p>每個人的成長背景、生活環境和工作體認不同，有的人可以輕鬆應對，有的人卻常適應不良，精神上容易陷入低潮、身心失衡。依據世界衛生組織統計，21世紀3大疾病，第一癌症、第二愛滋病、第三就是憂鬱症，經研究發現，平均每100人中就有3人罹患憂鬱症。可見如何維護身心均衡與健康，如何克服生活與工作的困難，已經成為當前政府機關不能不重視的問題。</p> <p>根據醫學界的研究，當外在壓力超過個人的負荷範圍，將會直接反映在身體狀況上，個人較容易有高血壓、心臟病、失眠等疾病，而這些心理健康及生理方面的影響，不但會降低個人的工作表現，對家庭氣氛、同事關係、人際相處也會產生不良的影響，勢必會對整個行政組織的運作與績效造成衝擊。世界先進國家已經注意到這方面的問題，在美國，每一個聯邦政府機構都有員工協助方案，由專業的諮商師，提供每位員工短期、免費的諮商，幫員工界定及解決問題，以恢復員工的生產力；台灣的企業界，如台積電、台灣應用材料公司，也有提供這方面的員工協助措施，員工如遭遇工作瓶頸、家庭或個人問題、生涯規劃壓力等均可向人力資源部門尋求協助。行政院人事行政總處為回應環境壓力對公務員工身心健康帶來的影響，亦於102年4月研訂「行政院所屬及地方機關學校員工協助方案」，期待營造一個人性關懷、互動良好的組織文化，強化團隊的競爭力。</p>	<p><b>員工協助方案依據—</b></p> <p>行政院民國102年4月2日院授人綜字第1020029524號函核定之「行政院所屬及地方機關學校員工協助方案」及民國105年2月22日府授人給字第1050027668號函修正之「臺中市政府所屬各機關學校員工協助方案實施計畫」及臺中市外埔區公所105.3.23外區人事字第1050004432號函訂「臺中市外埔區公所員工關懷協助方案實施計畫」辦理。</p> <p><b>員工協助方案目的—</b></p> <p>一、落實人性關懷，增進同仁生理、心理健康，並協助解決其所遭遇的問題。</p> <p>二、發現並協助同仁解決可能影響工作效能之相關問題，使其能以健康的身心工作，提升其工作士氣及服務效能。</p> <p>三、藉由多樣化的協助性措施，建立溫馨關懷的工作環境，營造互動良好之組文化，提升組織競爭力。</p> <p><b>員工協助方案服務對象—</b></p> <p>臺中市府所屬各機關學校員工。</p>
---	--

### 臺中市政府人事處員工協助方案

<p><b>一、心理健康服務：</b></p>	<p><b>四、醫療保健服務</b></p>
<p>* <b>「心事講給你知」聊天室：</b> 市府外聘專業輔導人員提供免費諮詢：</p> <p>(一)地點：臺灣大道市政大樓惠中樓10樓晤談／諮商室。 (二)諮詢時間：星期一或星期五下午，每次50分鐘。 (三)諮詢專線：04-22289111 分機17406。 (四)預約申請：人事處首頁&gt;員工協助方案專區&gt;心理健康服務&gt;附件下載&gt;預約申請表。</p> <p>* <b>員工交流意見信箱：</b> suggestion@taichung.gov.tw(人事處考訓科) * <b>員工權益諮詢中心</b> 「臺中市政府員工權益諮詢中心」謹訂於102年8月20日開始運作，有關人事權益相關問題歡迎於每週二、四下午14-17時洽詢，諮詢地點為臺灣大道市政大樓惠中樓十樓，諮詢專線04-22289111分機18301、18302，歡迎同仁踴躍使用(人事處給與科)。</p> <p>* <b>員工溫馨關懷小組</b> 為落實人性關懷，發現並協助同仁解決影響身心健康相關問題，藉由多樣化的協助性措施，建立溫馨關懷的工作環境，特設本府員工溫馨關懷小組任務包含：別世安息、員工救助、安全維護、健康達人、法律扶助等)。</p> <p>* <b>臺中市生命線協會及張老師基金會</b> 臺中市生命線協會：直接撥打「1995」免付費諮詢專線；「面對面」預約專線：04-22229595。張老師基金會：直接撥打「1980」免付費諮詢專線；「面對面」預約專線：04-22033050。 市府員工專用專線:04-22033050 分機137</p>	<p>* <b>員工健康操：</b>每天上午8時及下午16時各播放15分鐘身心健康操。 * <b>員工免費巡迴健檢：</b>與醫療院所合作辦理多場次免費員工健康巡迴檢查。 * <b>員工健身中心：</b>於市府臺灣大道市政大樓及陽明市政大樓設置本府員工健康休閒中心，提供多項運動器材。本所於4樓設有員工休閒室，同仁可多加使用。 * <b>簽訂診療服務優惠合約</b> 為照顧市府所屬機關學校員工、員工眷屬及公教退休人員身體健康，同仁至與市府訂定醫療保健服務合約之51家醫療院所就醫時，請出示身分證明，俾享優惠： 一、臺中市政府所屬機關學校員工：請出示員工服務證；未製發服務證者，由各機關學校人事單位出具身分證明書。 二、臺中市政府所屬機關學校公教退休人員、臺中市公教退休人員協會：請出示退休證或退休協會會員證。 三、臺中市政府所屬機關學校員工眷屬及公教退休人員眷屬：由各機關學校人事單位出具身分證明書。 四、員工離職時人事單位請將身分證明書予以收回。 五、必要時，請配合醫院要求出具其他身分證明文件。未出示或不配合醫院要求出示相關證明文件者，醫院得不給予相關醫療優惠。</p>
<p><b>二、稅務諮詢服務</b></p>	<p><b>五、員工福利服務</b></p>
<p>* <b>地方稅務局申請稅務諮詢服務</b> 與臺中市政府地方稅務局合作，提供各種資訊平台管道之稅務問題諮詢服務(如下) (1)Facebook：中市稅輕鬆 (2)Line：taichungtax(3)APP：中稅有go讚 (4)Skype：tctax_service</p>	<p>* <b>員工子女托育服務：</b>優惠資訊：目前已與671家優質托育機構簽訂優惠合約，相關資訊及優惠內容刊載於本府人事處/優惠e店園專區 (<a href="https://permisrv.taichung.gov.tw/ego123/index_good.htm">https://permisrv.taichung.gov.tw/ego123/index_good.htm</a>)，歡迎同多多參考利用。 * <b>優惠e店園：</b>為謀市府所屬機關學校員工之福利，市府與臺中市知名或好評之廠商簽訂優惠消費契約，並於本處網站建置優惠e店園專區，計有食、衣、住、行、育樂及醫療6大類特約優惠商店。 * <b>公教員工別世安息服務：</b>為體恤市府所屬各機關學校員工終身奉獻，公教員工本人及其配偶、直系血親(含配偶直系血親)往生，由各機關學校人事單位視情況專案報府核准後，准予減半收取臺中市生命禮儀管理處相關殯葬費用。 * <b>員工暨眷屬自費團保：</b>(1)行政院人事行政總處經公開徵選由南山人壽保險股份有限公司獲選承作104年至106年「闔家安康」公教員工團體意外保險方案。請參考「闔家安康」公教員工團體意外保險專區。(2)本府與中國人壽保險股份有限公司簽訂本府所屬機關學校員工暨眷屬自費團體保險方案，員工(含配偶、子女)繳付低廉的保費，即可獲得意外險、重大燒燙傷保險、傷害醫療險、意外傷害住院保險及加護病房日額保險等多種保障。</p>
<p><b>三、法律扶助服務</b></p>	
<p>* <b>法制局受理法律諮詢服務</b> 協調法制局敦聘具法學素養、熱心服務之律師為同仁法律扶助顧問，受理法律諮詢。每周一至周五上午(9:00到12:00)及下午(14:00到17:00)於市府法制局「法律諮詢處」設置法律諮詢。</p>	

# 臺中市外埔區公所-員工協助方案宣導卡

## 臺中市外埔區公所員工協助方案

### 一、心理健康服務

#### (一)員工關懷專案小組

由區長、主任秘書及各課室主管組成，並由區長擔任召集人，人事室主任擔任執行秘書，不定期就相關議題進行討論，辦理推動事宜，提供各項服務並主動關懷同仁，並結合機關現有福利措施及相關資源，在同仁遇有婚、喪喜、慶等人生重大變化時，主動提供本方案相關服務資訊，俾利其尋求相關協助。

#### (二)心靈雞湯書箱

為舒解本所員工身心壓力，本所人事室以有限預算購置身心健康有關書籍，另每月以公所名義至外埔區圖書館借出心理健康相關書籍，供同仁利用公餘時間借閱，以提升員工身心健康。

#### (三) 人事室設置心靈聊天室

為協助員工解決生活、人際及職場問題所引起的心理困擾，本所人事室設置心靈聊天室，並利用中午時間供同仁藉以聊天方式舒發內心壓力，人事人員先擔任傾聽者角色，再從中觀察同仁須協助之處。

#### (四)建立機關與公務員溝通協調機制

辦理員工溝通座談會並設置員工交流意見箱-mi7659@gmail.com(人事室電子信箱)，建立起機關與公務員溝通協調之機制，以協助同仁解決工作上的問題。

#### (五) 辦理員工心理健康相關講座

藉由辦理員工心理健康相關講座，提升心理健康、工作效能與生活幸福感，建立溫馨關懷的工作環境，以提升工作效能。

#### (六) 提供心理諮商服務

(1)各單位主管轉介之個案並經評估需要安排協談者，由本所轉介特約心理諮商所或轉介至市府特約醫療院所或民間輔導機構接受專業輔導，免費提供心理諮商。

(2)本所員工依需求自行申請心理諮商服務者，經評估需要安排協談者，本所轉介特約心理諮商所並免費提供心理諮商。

##### 特約諮商所:

晴朗心理諮商所 04-22542238 連絡人:吳佳穎小姐

(3)與心理諮商醫療機構簽訂特約，以優惠價格提供員工自費心理諮商服務。

(4)於本所網站-員工專區設立員工協助方案專區，提供臺中市生命線協會及張老師基金會協談專線，  
臺中市生命線協會：直接撥打「1995」免付費協談專線；  
「面對面」預約專線：04-22229595。

張老師基金會：直接撥打「1980」免付費協談專線；  
「面對面」預約專線：04-22033050。

市府員工專用專線:04-22033050 分機 137

#### (七)建立網站專區

於本所網站-員工專區設立員工協助方案專區，與有關機關團體(如張老師、生命線、相關大專院校及醫院等)建立網路連結，以提供同仁員工協助相關訊息。

### 二、提供法律扶助服務

運用本區之法律諮詢顧問資源，提供本所員工公務上面臨的法律問題及生活法律問題之協助。

### 三、提供稅務諮詢服務

與本府地方稅務局合作，提供各種資訊平台管道之稅務問題諮詢服務，並不定期辦理稅務講座，邀請稅務專家至本所演講，透過教育訓練課程提供員工節稅及各項稅務諮詢服務，包括節稅建議、網路申報事宜等。

### 四、提供醫療保健服務

(一)本所編列 40 歲以上員工 2 年 1 次之健檢費，保健同仁之身體健康。

(二)配合市府與醫療院所合作辦理多場次免費員工健康巡迴檢查。

(三)運用本區衛生所之醫療資源，不定期與衛生所聯合辦理衛教宣導，提供員工正確良好的衛生健康知識。

(四)於本所人事室網頁「員工協助方案專區」提供市府與特約醫院簽訂特約之診療服務優惠對象及內容。

### 五、員工福利服務

#### (一)協助家屬別世安息服務

1.落實「臺中市政府結合社會資源別世安息實施計畫」並協助本所員工申請減免殯收費降低經濟負擔，實質照護員工福利。

2.針對喪親員工(眷屬)提供悲傷輔導，協助本所員工能在短時間內回復平靜的生活，使其能專心致力於公務，勇於任事，達成組織目標。

3.提供相關法律、遺產稅等事項諮詢服務，使員工在喪親後生活上獲得協助，以安定其生活，提昇工作效能。

(二)員工子女托育服務於本所網站-員工專區設立特約商店專區，連結市府簽訂 671 家優質托育機構簽訂優惠合約及相關資訊、優惠內容之優惠 e 店園專區

([https://permissrv.taichung.gov.tw/ego123/index\\_good.htm](https://permissrv.taichung.gov.tw/ego123/index_good.htm))，歡迎同仁多多參考利用。

#### (三) 員工之長者長照關懷服務

市府正陸續與優質長照安養機構簽訂優惠合約，相關資訊及優惠內容刊載於市府人事處/優惠 e 店園專區，本所特於本所網站-員工專區建立特約商店專區並予連結，提供家中有長者之同仁參考利用。

#### (四)連結優惠 e 店園

建立本所網站-員工專區/特約商店專區，連結市府人事處網站建置優惠 e 店區，計有食、衣、住、行、育樂及醫療 6 大類特約優惠商店，供本所員工參考利用。

#### (五)連結公務福利 E 化平台

本所網站-員工專區/特約商店專區，連結行政院人事行政總處網站建置公務福利 E 化平台專區，有各項公務福利措施，提供同仁參考利用。



## 行政院人事行政總處公教員工福利服務措施

### 築巢優利貸—全國公教員工房屋貸款

- 一、目的：協助各機關、學校及公營事業機構員工解決購置房屋資金之需求。
- 二、辦理方式：徵選最優惠貸款條件之金融機構承作，貸款資金由承作金融機構自行籌措，利息則由借款人全額負擔，行政院人事行政總處不負貼補之責。
- 三、適用對象：全國各機關、公立學校及公營事業機構所屬編制內員工（不含試用人員及約聘僱人員）。
- 四、本期承作金融機構：由中國信託商業銀行獲選承作，辦理期間自 104.1.1 至 105.12.31，為期 2 年。

### 貼心相貸—全國公教員工消費性貸款

- 一、目的：協助各機關、學校及公營事業機構員工解決日常生活各項資金需求。
- 二、適用對象：全國各機關、公立學校編制內員工及公營事業機構編制內員工（含育嬰留職停薪人員、連續服務滿 1 年之約聘僱人員）。
- 三、本期承作金融機構：由臺灣土地銀行獲選承作，辦理期間自 104.7.1 至 107.06.30，為期 3 年。

### 闔家安康—公教員工團體意外保險

- 一、目的：協助各機關、公私立學校及公營事業機構員工解決自費團體保險之需求。
- 二、適用對象：全國各機關、公私立學校及公營事業機構編制內現職員工（含各機關派駐海外人員、依「聘用人員聘用條例」及「行政院暨所屬機關約僱人員僱用辦法」進用之約、聘僱人員）及其配偶、父母、子女。
- 三、承作保險公司：由南山人壽保險公司獲選承作，辦理期間自 104.4.1 至 106.3.31，為期 2 年。

### 全國公教員工旅遊平安卡

- 一、目的：協助各機關、公私立學校及公營事業機構員工解決國內、外旅遊投保之需求。
- 二、適用對象：全國各級機關、公私立學校及公營事業機構員工(含約聘僱人員及駐衛警)、退休人員及上述人員眷屬。
- 三、承作保險公司：由富邦產物保險公司獲選承作，辦理期間自 102.7.1 至 105.6.30，為期 3 年。

### 健康 99—全國公教健檢方案

- 一、目的：為關心公教人員身體健康，邀請符合資格之醫療院所，提供以新臺幣 3,500 元進行多項基本檢查項目之健康檢查方案，作為現職員工、退休人員及其眷屬健康檢查時之選擇參考。
- 二、適用對象：全國各級政府機關、公私立學校暨公營事業機構現職員工（含約聘僱人員及技工、工友）、退休人員及前開人員之眷屬。
- 三、辦理期間：自 104.1.1 起至 105.12.31 止。
- 四、申請方式：可跨縣市利用，請事先洽向各特約醫院預約，並攜帶健保卡、現職服務證或退休證明或眷屬關係證明文件（如身分證件或戶口名簿等）前往健檢，洽詢電話：(02)23979298\*653 侯順耀先生。

### 全國公教員工網路購書方案

- 一、目的：為鼓勵終身學習，提倡公教員工閱讀風氣。
- 二、適用對象：全國各級機關、公私立學校及公營事業機構員工(含約聘僱人員及駐衛警)、退休人員及上述人員眷屬。
- 三、辦理期間：自民國 104 年 1 月 1 日起至民國 105 年 12 月 31 日止。
- 四、承作廠商：由 TAAZE 讀冊生活、灰熊愛讀書等 2 家網路書店獲選，辦理期間自民國 104 年 8 月 1 日起至民國 107 年 7 月 31 日止，為期 3 年。

### 全國公教員工優惠商店

- 一、目的：為增進全國公教員工福利，鼓勵承辦單位接洽優惠商店，辦理消費優惠合作措施，提供全國公教員工參考運用。
- 二、優惠對象應注意事項：至優惠商店消費時，應出示足資識別優惠對象身分之相關證明文件，如職員證、教師證、退休證、志願服務紀錄冊或公務人員協會會員證等。
- 三、優惠資訊：目前已與 1471 家特約商店簽訂優惠合約，商店資訊及優惠內容刊載於行政院人事行政總處/公務福利 E 化平台/優惠商店內 (<https://eserver.dgpa.gov.tw/>)。另本府亦與 1987 家優質商店簽訂專屬本府同仁之優惠合約，相關資訊請至本府人事處/優惠 e 店園專區 [https://permissrv.taichung.gov.tw/ego123/index\\_good.htm](https://permissrv.taichung.gov.tw/ego123/index_good.htm)查詢，歡迎同仁多多參考利用。

### 守護公教團體長期照顧健康保險及守護公教長期照顧健康保險方案

- 一、目的：為提供公教員工及其親屬合適的高齡保險方案
- 二、辦理期間：自 105 年 2 月 22 日 0 時起，至 108 年 2 月 21 日 24 時止，期間 3 年。
- 三、適用對象：中央及地方各機關、公私立學校及公營事業機構員工及其配偶、父母(含配偶之父母)。
- 四、優惠資訊：旨揭 2 方案相關資訊，登載於本總處公務福利 e 化平台(<http://eserver.dgpa.gov.tw>)及國泰人壽服務網站專區 (<https://www.cathaylife.com.tw/life/web/ext/pages/product/insurance/insuranceProduct/publicEmployee/index.html>)，如需進一步瞭解方案相關內容，請電洽國泰人壽，洽詢電話 0800-036599。

臺中市外埔區公所人事室關心您

