

請轉呈：

謝謝 \*\*\* (公益宣導主題) \*\*\*

## 健康職場幸福生活促進課程

☆活動時間：20-60 分鐘皆可 < 重點說明請勾選您想聽的主題(每一項大約 20 分鐘)回傳，謝謝您

### 1、何謂肺腺癌？生活飲食正常、沒煙沒酒、還是罹患肺腺癌。世界衛生組織已公布~PM2.5 為一級致癌物！！

去年(2016 年)台灣肺癌死亡人數超過 9 千人，首度比肝癌死亡人數還多出逾千人，更是健保支出最多的癌症，儼然已成為台灣「新國病」。

### 2、我國大腸癌率冠全球、上班族九成腸胃異常 逾四成染上惡「瘧」~

衛福部統計，國人大腸癌罹患率全球第一，也是國內癌症罹患率第一名，甚至病患不限肉食族，連茹素 20 年的老師也罹患大腸癌。現代人精緻飲食多，又少運動，導致罹患率高，到底如何才能及早發現預防！

### 3、如何提升人體抵抗力、免疫系統，預防感冒、流行疾病。如何利用工作之餘、休息時間，簡單輕鬆提升抵抗力及自我免疫系統，預防層出不窮的新世紀流行疾病。

### 4、國內十大死因之一「癌症」的預防及檢視方法？

因食安的問題造成國人的健康亮出紅燈；目前台灣連續 34 年十大死因第一名為癌症；以台灣的總人口數平均每 3.2 個人當就會有一人死於癌；根據衛生署統計國人平均每 5 分 06 秒就有一人罹癌；每 11 分 31 秒就有一人死於癌症！！

### 5、預防辦公室症候群—舒壓 DIY (職場壓力之舒解與提升工作效率)。

工作上常見腰酸背痛、手指肌腱炎、腕隧道症候群、骨質疏鬆症、視覺疲勞、五十肩…等辦公室症候群~職業病！

### 6、無聲殺手食道癌……如何預防及檢視……? 食道癌去年已奪走 1797 名國人性命，過去 20 年來發生率也增加 1 倍。藝人安迪與裕隆董座嚴凱泰近日陸續因食道癌去世，2 人分別僅 57 歲與 54 歲就英年早逝，引發外界對食道癌這項疾病的關注。

★★★也可依單位的需求安排其它課程：

※目的：課程主要宣導疾病的預防及保健；提昇醫院知名度；如有任何保健之相關問題，歡迎諮詢。

回覆單位：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 參加人數：\_\_\_\_\_

宣導時間：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 \_\_\_\_\_ 至 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 \_\_\_\_\_ 止 \_\_\_\_\_ 講習地點：\_\_\_\_\_

聯絡人：\_\_\_\_\_ 代理人：\_\_\_\_\_ 上課方式：簡報分享  口述方式

住址：\_\_\_\_\_

服務專線：02-8792-2072 傳真 02-8792-1062 辦人員：劉朱珠小姐

康寧守護您的健康 ● ● 快樂工作 ● ●

宣導部 諮詢電話：(02) 02-8792-2272

