金門消防
健康促進與職業健康管理成果

守護身心健康 強化勤務韌性

促進重點

- 重量訓練專業指導
- 營養師健康飲食輔導
- 運動防護與疲勞恢復
- 物理治療巡迴服務
- 身心健康支持服務
- 職業醫學諮詢照護

職業醫學科諮詢服務



促進情形



重量訓練專業指導



營養師健康飲食輔導



物理治療巡迴服務



運動防護與疲勞恢復

身心科及職醫科講座-金城分隊



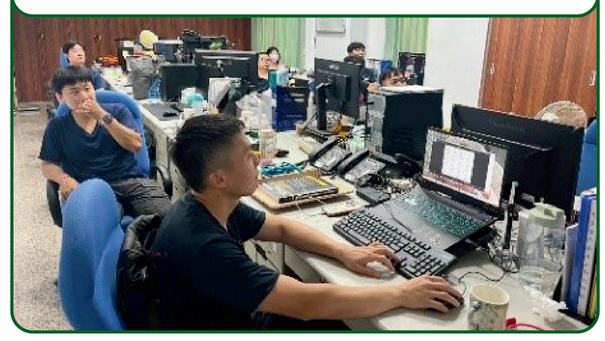
身心科及職醫科講座-金湖分隊



身心科及職醫科講座-金沙分隊



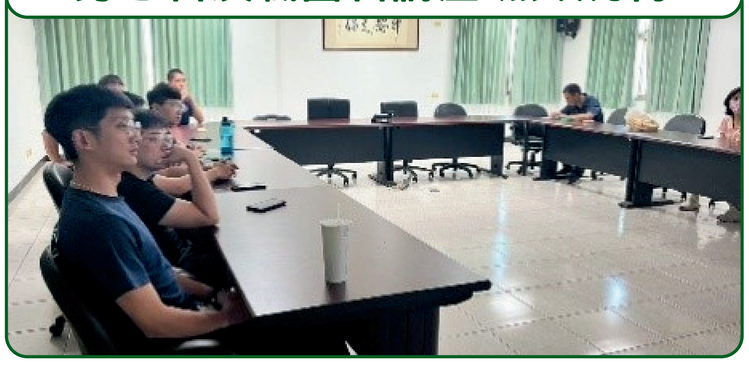
身心科及職醫科講座-金沙分隊



身心科及職醫科講座-金寧分隊



身心科及職醫科講座-烈嶼分隊



促進成果效益

- 提升體能與勤務負荷能力
- 建立健康飲食與生活習慣
- 降低運動傷害與職業傷病風險
- 強化心理韌性與身心健康
- 促進勤務恢復與工作效能
- 建構全方位健康照護機制

金門縣消防局 X LPMO北科大黃中和老師團隊