

國立東華大學員工協助方案資源一覽表

諮詢項目	服務內容	提供服務機關（單位）及諮詢專線
心理諮詢	壓力調適、人際關係、情緒管理、生涯各階段重大危機之因應與管理等	<ul style="list-style-type: none"> ● 簡易心情檢測工具—「心情溫度計」，網址：https://www.tsos.org.tw/web/page/bsrs ● 本校員工個別諮詢服務 同仁如有個別諮詢需求得以電子郵件方式逕寄員工協助方案專屬信箱：jackchen168@gms.ndhu.edu.tw，將以密件方式送請心理諮商輔導中心安排協談，並依本校教職員工協談服務作業規定辦理。 ● 衛生福利部24小時免付費心理諮詢服務專線：1925(依舊愛我) ● 花蓮縣衛生局社區心理衛生中心 【北區】諮詢專線：03-8351885；地址：花蓮市林森路391號(花蓮市公所斜對面) 【南區】諮詢專線：03-8760208；地址：花蓮縣鳳林鎮光復路94號(鳳仁國小羽球館) 線上預約「心理諮詢」服務，網址：https://dapc.hlshb.gov.tw/mentalHealth/contactUs ● 生命線：1995（要救救我）網址：http://www.life1995.org.tw/ 花蓮縣生命線協會 服務電話：038-339595；E-mail：service@hllife.tw ● 張老師：1980（依舊幫您）網址：http://www.1980.org.tw/ ● 男性關懷專線：0800-013-999；簡介：https://www.mohw.gov.tw/cp-16-36734-1.html ● 花蓮縣婦女福利服務中心—婦女心理諮商服務 服務方式：採電話預約報名，03-8246385分機13 網址：http://www.hualienwomen.org.tw/p6-3.php

<p>法律諮詢</p>	<p>公務上面 臨的法律 問題、車 禍、債 務、遺 產、婚 姻、衝突 等</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 本校兼任法律顧問李蒼棟律師 電話:03-9320660；電子郵件信箱:iu6922@yahoo.com.tw ● 花蓮縣政府免費法律諮詢服務 <ul style="list-style-type: none"> 一、北區：現場排隊(採總量管制，原則以12人次為限，可於當日上午8:30先至馬上辦中心登記)。 時間：每星期三上午10時至12時 地點：縣府馬上辦中心(花蓮市府前路17號) 電話：03-8232050(民政處自治行政科) 二、中區：電話預約 時間：每月第三個星期三上午10時至12時 地點：中區服務中心(花蓮縣鳳林鎮光復路94號) 電話：03-8760089 三、南區：電話預約(與法律扶助基金會花蓮分會合作辦理) 時間：每星期五下午2時至5時 地點：南區服務中心(花蓮縣玉里鎮莊敬路8號) 電話：03-8980561 ● 法律扶助基金會花蓮分會免費法律諮詢服務 <ul style="list-style-type: none"> ➤ 電話：(03)822-2128；地址：花蓮市順興路12之1號 網址：https://www.laf.org.tw/index.php?action=location&Sn=457 ➤ 現場法律諮詢駐點一覽表(含無障礙資訊)，網址：https://docs.google.com/spreadsheets/d/e/2PACX-1vQY0npT-2-AwagUNSLyw5T18TGBve2OZ7rDaOV92_dvoIdy9fxNT-UaZ3vQQIvNg/pub?output=xlxs ● 花蓮律師公會 時間：每週二上午9:00~12:00、每週四下午2:00~5:00 地點：花蓮市府前路15號(花蓮地方法院內) 預約電話：03-8222128 ● 臺灣花蓮地方法院免費法律諮詢服務 <ul style="list-style-type: none"> 一、現場諮詢(抽號碼牌)： 時間：上班日，上午8:00~12:00、下午13:30~15:30 地點：地方法院服務窗口 電話：03-8225144分機240、241(訴訟輔導科) 二、視訊諮詢服務，網址：https://hld.judicial.gov.tw/tw/np-4973-311.html ● 花蓮縣婦女福利服務中心—婦女法律諮詢服務 服務方式：採電話預約，03-8246385分機13 網址：http://www.hualienwomen.org.tw/p6-4.php
<p>財務諮詢</p>	<p>稅務處理、債務處理、保險規劃等諮詢服務</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 國民旅遊卡特約銀行(玉山銀行)諮詢服務電話：02-55781383 ● 提供稅務問題諮詢服務 <ul style="list-style-type: none"> ➤ 地方稅免付費電話：0800-386969 ➤ 花蓮縣地方稅務局 電話：03-8226121；地址：花蓮市府前路19號 ➤ 國地稅免付費電話：0800-000321 ➤ 財政部北區國稅局 花蓮分局(轄區：玉里稽徵所以外地區) 電話：(03)8311860；地址：花蓮市明禮路131號 玉里稽徵所(轄區：玉里、瑞穗、富里、卓溪) 電話：(03)8881070；地址：花蓮縣玉里鎮光復路52號

<p>醫療保健諮詢</p>	<p>飲食營養、運動保健、用藥安全、健康檢查評估建議、各項衛教等諮詢服務</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 本校113年度特約醫院，網址：https://rb005.ndhu.edu.tw/p/406-1005-217232,r358.php ● 衛生福利部國民健康署「健康九九」—「健康檢測」，網址：https://health99.hpa.gov.tw/onlineQuiz 檢測項目：簡式健康表、壓力指數、身體質量指數、飲食行為、尼古丁成癮、阿姆斯特勒方格表(老年黃斑部病變)、主要慢性疾病(冠心病、糖尿病、高血壓、腦中風、心血管不良事件)風險…等 ● 花蓮縣衛生局提供母乳哺育(婦幼照護)、癌症防治、長者健康促進、食品安全、防疫…等諮詢 電話：03-8227141(說明諮詢項目後由總機轉專人) ● 本校教職員工運動班，課程相關資訊依體育中心公告辦理。
<p>其他諮詢</p>	<p>子女托育</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 本校附設實驗國民小學附設幼兒園： http://ndhukids.tw.class.uschoolnet.com/ 有關小學一年級新生暨附設幼兒園新生登記入學、轉學就讀二到六年級或幼兒園等相關事宜，依人事室公告辦理。 ● 本校附設花蓮縣私立實驗幼兒園： https://ndhuk.com/
	<p>家庭教育</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 全國家庭教育諮詢專線：412-8185 (幫一幫我) (手機請加02) 服務項目：親職教養、親子關係、情感交往、婚前與婚後關係經營、家庭資源與管理、家庭生活調適等諮詢 服務時間：週一至週六上午9點至12點，下午2點至5點，週一至週五晚間6點至9點 ● 花蓮縣家庭教育中心 服務項目：各項家庭教育活動，辦理親職教育、婚姻教育、性別教育、倫理教育、學校家庭教育、增能課程、優先接受家庭教育服務等。 電話：03-8569692；地址：花蓮市達固湖灣大路1號2樓