

公務員及勞工體育及休閒活動實況調查研究

摘 要

本調查目的在瞭解我國職工體育及休閒活動實況，並蒐集有關資料加以分析研究，作為改進的參考。

經抽樣調查中央有關部會及公民營事業機構 74 單位，全部職工人數約八萬餘名，計職工千人以上者 13 單位，500～999 人者 13 單位，100～499 人者 27 單位，100 人以下者 15 單位約佔全國職工人數 5%，茲將調查資料統計分析後獲得之結果分述如下：

一、組織行政方面

(1) 接受調查 74 個單位中，祇有 14% 的單位有專人主管職工體育。

(2) 半數以上單位均有成立職工體育或康樂活動組織。

(3) 各單位體育康樂活動經費來源：60% 單位列有固定預算；24% 無固定預算，在單位內經費中撥支；8% 單位由職工定期繳納；8% 單位從其他財源提供。

列有固定預算的單位，47% 每人每年有 200 元以下的預算，44% 單位預算在 200～400 元之間，9% 單位在 400 元以上，由職工定期繳納者，83% 每人每年繳交 200 元以下，17% 為 200～400 之間。

二、活動與指導

(1) 所調查的 74 單位中，職工參與的體育及休閒活動項目多達 33 種，最流行的十種項目依次為桌球、羽球、籃球、網球、排球、太極拳、土風舞、游泳、撞球及團體操。女職工大致與男職工相同，而土風舞列為第三，登山活動列第九取代男職工的撞球。

(2) 各項活動有人指導的單位佔 31%。

(3) 各項活動 95% 以上單位職工係自由選擇，5% 以下單位對團體操及健行等活動規定職工必須參加。

三、運動設備

(1) 所調查的 74 單位中，僅有 54% 單位有戶外運動場地，其中中央部會及所屬機關僅 30% 有戶外運動場地。

(2) 擁有戶外運動場地的單位，其場地面積平均為 1650 平方公尺，其中以 1000 以上職工的單位場地最大。

(3) 所調查的 74 單位中，僅 3 個單位擁有游泳池，二個單位擁有 25 × 17 m 泳池，另一個單位擁有 50 × 21 m 泳池。

(4) 擁有室內運動場地者，三單位有專用體育館，一單位有專用風雨操場。另二單位有兼用體育館，一單位有兼用健身房，四單位有兼用風雨操場，二單位有兼用室內羽球場。其中一單位體育館中且擁有宿舍供運動員使用。

(5) 45% 單位擁有保健室，內部設備齊全者佔 58%，尚可者佔 36%，設備差者佔 9%。

四、體育指導人員

(1) 所調查的 74 單位中，47% 單位聘有專任及兼任體育指導員，其中僅二民營機構（千人職工

以上)聘有專任指導員。

(2) 74 % 單位所聘任的體育指導員共 150 名，僅七人曾受體育專業訓練，佔 5 %。

五、測量與評價

(1) 佔 41 % 單位有定期為職工舉行健康檢查。

(2) 無一單位對職工會實施體能測驗。

六、運動比賽

(1) 各單位舉辦單位內運動競賽項目達 25 種，半數單位有舉辦桌球賽，1 / 3 單位有辦籃、排球賽、1 / 4 單位有辦羽毛球及網球賽。

(2) 有參加對外比賽的 41 單位中，62 % 單位認為經費尚可應付，25 % 單位表示不足，13 % 單位表示充裕，彼等平均每年參加一次對外比賽。

(3) 57 % 單位組有運動代表隊，平均每單位組有 5.5 隊男女代表隊，男隊數遠超過女隊。

七、20 % 單位表示願意接納體育系科學校學生寒暑假前往實習，並協助各單位推行職工體育活動，不願接納的單位所提理由是場地設備不足，經費困難，職工時間及人數不易控制，職工平日工作忙錄，參加運動熱忱不夠等。

八、各單位推行職工體育所遭遇困難大致與上述(七)相同，其中並包括上級單位推動不夠積極、無專人指導及專責機構等。

參考資料

1. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十一年版。

2. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十二年版。

3. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十三年版。

4. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十四年版。

5. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十五年版。

6. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十六年版。

7. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十七年版。

8. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十八年版。

9. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國三十九年版。

10. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十年版。

11. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十一年版。

12. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十二年版。

13. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十三年版。

14. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十四年版。

15. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十五年版。

16. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十六年版。

17. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十七年版。

18. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十八年版。

19. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國四十九年版。

20. 中華民國體育學會編，*中華民國體育年報*，民國五十年版。

A SURVEY ON THE STATUS OF PHYSICAL EDUCATION AND RECREATION FOR OFFICE AND MANUFACTORY WORKERS

--ABSTRACT--

The purpose of this survey is to realize the status of physical education and recreation for office and manufactory workers and to study how to improve it. According to a random survey on 74 government departments and factories which have more than 80 thousands workers. They include: 13 units having more than 1000 workers, 13 units having 500-999 workers, 27 units having 100-499 workers and 15 units having less than 100 works. It is almost 5% of total number of the workers in our country. Statistics and analysis have been made, and the results have been obtained as follows:

I. Organization and Administration

1. Among the 74 units investigated, there are only 14% of units have full-time persons in charge of physical education and recreation for the workers.
2. More than a half of the units investigated have set up an organization to practice physical education and recreation for the workers.
3. The financial sources for physical education and recreation:
 - (1) 60% of the units have set a regular budget.
 - (2) 34% of the units have none, but are paid by the unit's budget.
 - (3) 8% of the units are paid by the workers themselves.
 - (4) 8% of the units stated that it comes from another sources.

In those units which have set a regular budget, the sum of the money for each worker annually is as follows: (1) 47% of the units are under NT\$200. (2) 44% of the units are NT\$200-400 (3) 9% of the units are over NT\$400.

II. Activity and Guidance

1. The worker of the units investigated have taken part in some 33 types of activities, the top popular events among which in order as follows: table tennis, badminton, basketball, tennis, volleyball, tai-chi, folk dance, swimming, billiards, calisthenics. As for the female workers, folk dance is the third and mountain climbing is the ninth in stead of billiards for the male workers. In general, female is less interested to take part in the activities than the male.
2. 31% of the units have provided instructors to direct all activities.
3. 95% of the workers of the units select their favor activities while 5% of the units requires their workers to take part in calisthenics and hike.

III. Facilities

1. 54% of the units own their outdoor playground, but only 30% of the government departments have outdoor playground.

2. The average of area of the playground for each unit which have their own playground is only 1650 square meters. All the private enterprises investigated have more playground than others, because the enterprises investigated belong to large-size factories which have more than 1000 workers.
3. Among 74 units investigated, only 3 units have their own swimming pool, 2 pools are 25 x 17 m. and one is 50 x 21 m. in size.
4. Among 74 units investigated, 3 units have one-purpose-used gymnasium, 1 unit has indoor playground, the 2 other units have big gymnasium, and 1 unit has small gymnasium; 4 units have indoor playground for many-purpose-used; 2 units have indoor badminton court.
5. 45% of the units have health center of which 58% have good equipment, 36% fair, 9% poor.

IV. Instructor

1. 47% of the units have employed full-time or part-time instructors. Among those units, only 2 employ 1 full-time instructor, the rest only have employed the part-time ones.
2. The total units investigated have employed 150 instructors in which only 7(5%) majored in physical education in the college.

V. Measurement and Evaluation

1. 41% of the units have a physical examination for the workers each year.
2. None of the units have carried out the physical fitness test for the workers.

VI. Competition

1. 25 types of tournaments are held by the units, half of the units hold table tennis match, 1/3 of the units hold interesting games, tug of war and track and field contests.
2. 62% of the units whose workers take part in the contests outside said, that their financial problems are not so serious, 25% complained of less financial support, while 13% are satisfied with their financial support.
3. Among those units having organized sport teams, the average of each has 5.5 teams.

VII. Whether they need students of physical education college to help or not in the vacation ?

20% of the units expressed their necessity of students of physical education college to help their unit to promote physical education and recreation for the workers. Those units which refused to accept, stated their reasons as follows: (1) There are no facilities and equipment in the unit. (2) They have not such budget to entertain the students. (3) Because of shortage of workers in the

unit, everybody is very busy daily, they have no time to take part in the activities. (4) They have already engaged instructors. (5) During the summer or winter vacation, the factory has to increase its products to fit the necessity of the market, therefore all the workers work hard day and night. They have no time to take part in the activities. (6) During summer or winter vacation, the workers in the unit will be busy to repair their facilities. Some factories will extent their facilities or equipment, and all their playgrounds will be used to store building materials, so there are no places for workers to join the activities.

VIII. The difficulties of promoting physical education and recreation for workers are almost the same mentioned in the VII. Besides, the management promotes inactively, luck of adequate organization and nobody takes care of it etc.

政目表刊：新

信附信文：季

公務員及勞工體育及休閒活動

實況調查研究

陳在頤

壹、前言

公務員是人民的公僕，勞工是國家經濟建設的命脈，他們要有良好的身心健康才能為人民服務，為國家効勞。目前我國已自農業社會轉變為工業社會，人們日常生活及工作均使用自動機械，很少運用體力，整日過着戶內生活，勞心多於勞力。每個人參予這種毫無變化的機械化工作，精神上必不感滿足。更嚴重的是因為缺乏身體活動，招致各種疾病的產生。一般職工多數身體適應能力欠佳，中年以上職工，因肥胖而患糖尿病，因患心臟血管疾病而高血壓或中風，因患關節及肌肉疾病而腰酸背痛，因精神疲勞而發生意外等事例不勝枚舉。從公保、勞保機構所公佈的歷年醫療費用劇增的情況可見一斑。衛生當局公佈的十大死亡病症中，半數係由於缺乏適當運動所引起，因而影響工作效率、缺席率高、工作情緒低落、異動率高等。不少研究顯示，職工因缺乏正當休閒活動而產生各種問題，故推展職工體育及休閒活動實刻不容緩。為瞭解中央各有關部會及公民營事業機構辦理職工體育及休閒活動實況，及已開發各國發展職工體育及休閒活動的趨勢，特進行本調查，以研究我國推展職工體育及休閒活動之途徑。

貳、研究目的

瞭解中央部會及公民營事業機構推展體育及休閒活動的情況，包括：一、組織行政；二、活動與指導；三、運動設備；四、指導人員；五、測量與評價；六、運動比賽；七、是否需要體育系科畢業生之支援；八、推行職工體育及休閒活動面臨的困難；九、推行職工體育及休閒活動的建議。

參、文獻探討

一、目前我國的勞工問題

(一)工業社會，勞工問題不斷發生。

1. 根據我國內政部統計，三十年來我國受僱人口自民國三十八年的百分之三激升至去年的百分之四十二，民三十八年從事農林漁業的人口佔全部受僱人口的百分之六十六，而目前祇剩下百分之二十一·四。67年受僱於各民營企業職工人數達一百九十餘萬人，68年更高達四百萬人以上（註一）。可見目前我國已從農業社會轉變為工業社會。因此很多勞工問題因而產生。茲僅將影響勞工身心健康的問題臚列如下：

2. 台大張曉春教授在「工廠青年工人的職業異動」論文結論中指出，青年工人在生活方面，休閒生活是否得到滿足以及一般生活的滿足程度，都與離職相關，滿足低則離職潛在

性高。(註二)

- 3 中研院民族學研究所文學一所長在「青年工人的休閒問題」一文結論中指出：(註三)「青年工人目前的休閒活動並不能完全滿足心理上的需要，急於要增加的便是“玩樂”活動，也可以說是娛樂方面；其次是“技藝性活動方面」。
- 4 中研院民族學研究所徐正光先生在“工廠青年工人的工作滿足”一文中提及(註四)「娛樂滿足與工作滿足在三個群體中(男作業員、女作業員、全體作業員)都達到了顯著的相關，即對於本廠或工廠附近的娛樂措施愈滿足者，他們的工作滿足的程度都比較高。娛樂是解決工作中的單調與厭煩的一個方法，所以娛樂可以促進工作的滿足」。
- 5 台灣省政府社會處於68年6月完成的勞工生活狀況調查報告(第一期)中，對7046個勞工調查彼等在生活上最感不便的問題時，發現38.51%認為娛樂問題最感不便，其次為居住及交通問題各為23.2%及23.6%，再次為膳食問題佔11.29%，(註五)其他佔3.63%。在同一報告中調查6597名勞工在精神上常感苦惱的問題時，認為沒有正當娛樂活動的佔67.38%，其次為恐怕感染職業病的佔12.49%，工作時間太長者佔7.85%，工廠不按規定時間放假者佔5.54%，其他原因佔6.73%。
- 6 根據中國時報報導(註六)由於加工出口區作業員欠缺社交活動，心態趨於異常，年前發現「鑰匙俱樂部」、「奶罩、三角褲俱樂部」的產生，女工們基於尋求刺激的心理，紛紛參加由陌生男性舉辦的狂熱活動。之後，這些黃色俱樂部經警方取締後，今年復發現部分女作業員流行穿舊衣及吃素的情事。可見女工們在工餘之暇的正常活動亟待提倡。

(二)勞工亟需休閒活動。

由上述可見，我國職工對休閒活動的需求十分殷切。國內外為數頗多的研究，實驗性論文，均強調勞工休閒活動的重要，茲列舉十篇於后：

- 1 英國工業心理學家佛爾能(註七)(H. M. Venon)認為工人連續工作一定時間之後，如不給予適當之休息，將導致發生「工業上的疲勞」、「工業疲勞即工作能力之轉弱，以致產量減少或品質降低」。他曾做過兩組不同的試驗：甲組的工人，每天的實際工作時間為十小時，其分配為「五小時工作，一小時休息，五小時工作」。2組的工人，每天實際工作時間為九小時，其分配為「四小時工作，一小時休息，二小時四十五分工作，十五分鐘休息，二小時十五分鐘工作」，試驗的結果，後者的生產較前者超過百分之五。雖然工作時間減少一小時，增加了休息的時間及次數，反能提高工作效率，足見工作中的休息時間，是必不可少的，而且休息時間的安排是否得宜，更將發生關鍵性的作用。
- 2 美國心理學家隆尼(Romney)(註八)曾經對人類行為做過一番研究，他認為人類最基本需要之一是需要活動。他們有一種強烈的活動衝動存在，因為人是一個活動的有機體，他又說：「人為了快樂，必須滿足的五種願望有：(1)要求讚許的願望，(2)創造的願望。(3)競爭的衝動是強烈的。(4)渴望冒險。(5)作戰的願望。(或稱進取的願望)渴求與對

手比較力量、技巧和敏捷的願望。

3 美國安德生 (Anderson) (註九) 教授曾說, 勞工特別需要休閒活動的原因有:

- (1) 工作日縮短。1840 年以前工時是 12 小時, 七天中有一日休息, 每週約有 12 小時遊戲。1890 年以後工時縮短為 10 小時, 每週工作 6 天, 遊戲時間有 12 小時。1940 年工時 8 小時, 每週工作 5 日, 每週遊戲時間增至 48 小時, 百年中增加三倍。
- (2) 工作單調。機器取代人工、職工一天工作中很少做不同的工作, 大部分的工作既不刺激心智, 亦不能滿足情緒, 沒有足夠的體力活動, 職工對他的工作單調感到煩厭, 結果必須在閒暇中尋求滿足。
- (3) 講求速度。隨著科技發展, 現代生活節奏已逐漸增加中, 結果職工要放鬆一下, 追求真正的快樂是很困難的, 很多神經崩潰者, 心理狀態不良者增加, 故需要娛樂放鬆。
- (4) 促進社交。大工廠冷落而排斥新進職工, 可藉各種娛樂結交朋友, 增加友誼。
- (5) 退休職工精神有寄託。參加娛樂節目可避免職工退休後精神頹喪, 藉娛樂調節漫無目的生活。
- (6) 避免年輕職工挫折、無家累、空暇時間多, 特別需要娛樂。
- (7) 已結婚職工家庭快樂, 亦即其本身快樂。提供職工眷屬娛樂活動可促使職工家庭快樂。
- (8) 犯罪率增加。賭博、酗酒、吸毒等犯罪行為增加。

4 戴爾和伊斯特渥 (Diehl and Eastwood) (註十) 在一項 245 家公司的研究中, 發現和這項研究合作的 70 % 工業界領袖們, 一致承認職工參加休閒活動, 在勞資中間建立了一個良好友誼的感覺, 僅有 4 % 公司認為它不能改善勞資問題。

5 美國全國工業會議委員會 (註十一), 曾做過一項調查, 確定 264 家公司中「職工休閒活動的價值」。一致被這些公司老闆認為它的最高價值之一, 乃是休閒活動可以增進勞資雙方的了解。

6 吉斯里和布朗 (Ghiselli and Brown) 指出, 照一般人士意見, 他們認為每個人心理和情緒的不安, 是造成意外的重要因素。(註十二)

7 赫爾塞 (Hersey) (註十三) 在「職工態度和他們失事」一文中, 認為 50 % 的失事是職工情緒低落時發生, 這種情緒低落時間約佔工作時間 20 %。這表示在減低所謂職工的情緒低落, 以促使失事率的減少這一點上, 休閒活動扮演了一個重要的角色。

8 埃威 (Erwee) (註十四) 曾把 90 名職工參加休閒活動者和同數目的另一群未參加活動者作一比較, 發現這兩組職工的工作效率有很大差異, 參加活動者的工作效率優於未參加者, 證明休閒活動為職工的共同願望。

9 大不列顛勞工健康局 (註十五) 曾於 1953 年做過一項研究, 報告中指出, 缺乏足夠

的休閒活動，也許是 20 % 職工曠工的主要原因。這項費時兩年的研究，目的在找出英國機械工廠三千名技術與非技術男職工曠工的原因所在。

10. 艾契 (Acher) (註十六) 曾作過一項為數 197 家企業的人事服務研究，這些企業遍佈美國全國，均雇用 500 名職工以上，他發現每個企業的人事服務，38 % 偏重於「安全及衛生」，其次便是「職工的休閒活動」。這些企業中 92 % 單位在職工活動中包括休閒活動的服務在內。

三) 休閒活動與體育活動

有些人認為工作就是遊戲，工作就是運動，它對健康亦有裨益。不錯，工作可能較「靜而不動」對身體更有益，不過，兩者截然不同的。同時休閒活動和體育活動亦有不同處，在此有必要加以論述。

1. 工作—它是某一種活動，個人選擇參加的結果，可以獲得某種外在的賞賜，作為其原始的參加酬報，而非直接的歡樂。(註十七)
2. 遊戲—它是一種活動，由個人自由意志的選擇，以獲得直接的歡樂，作為其參加活動的原始酬報。
3. 休閒活動—亦有人稱之謂娛樂，它有多種不同的定義，有的認為是一種生活方式，有的認為是一種活動。(註十八)

(1) 桂理斐氏 (Ernest s. Griffith) 認為，它是「業餘生活中 (Off The job living) 使人愉快、輕鬆、滿足的活動」。

(2) 安德生氏 (Anderson) 認為：「凡是個人志願選擇，而且可以從實行中獲得直接歡樂，作為其參加原始的報酬，並有機會造成其完整而豐富的，經驗的各種活動，都包括在娛樂之內」。

(3) 社會學辭典中的解釋：「當閒暇的時候，不論個人或團體所作的任何活動，以尋求其舒緩與愉快」同時說明「這些活動不是由於某種需要或謀求報酬所驅使，而是由於其本身的興趣，所以它包括了遊戲、競賽、運動、健身、消遣、藝術活動和嗜好等」。

4. 體育活動—有關體育的定義，迄今尚無定論，見仁見智，莫衷一是，茲綜合各人的看法列舉數例以供參考。

(1) 體育是一種正宗的教育，是以運動、遊戲、和比賽為方法的教育。(註十九)

(2) 體育是從精選過和對人類生長、發育、以及行為有價值的身體活動中施以教育的一種教育方法。(註二十)

(3) 體育乃是以人體活動為方法，工具或手段的教育方式。(註二十一)

(4) 體育活動乃是體育專業人員，用以直接達成體育目標的方法，也是體育達成教育目標的間接方法。(註二十二)

(5) 體育乃是人類表達生命現象，完成生命需要的活動。這種活動的主要任務，為人類在生物進化過程中，學習及完成人類適應自然法則及環境的主要技能和方式。(註二十

三)。

5 運動—它是一種人體活動，包括游、爬、跳、跑、行的動作。運動不是體育，它祇是為達到教育目的所採取的一種方式而已。(註二十四)

由上吾人可清楚地知道遊戲、工作、運動、體育、娛樂(休閒活動)的不同，而休閒活動却包括了動態的，(包括體育活動在內)和靜態的兩種活動方式，不過若干研究顯示，動態的休息要較靜態的休息效果為大。(註二十五)美日生理學家均曾以血液中乳酸之除去率，研究消除疲勞方法中，認為動態休息的效果為最顯著。因此，推行職工休閒活動，以鼓勵職工從事體育活動為優先，茲再以學者專家認為體育活動對人類生理及心理的益處縷述如後。

四體育活動對人體生理及心理的影響

1 莫約(moyo)在「工業文明形成的人類問題」一書中說：(註二十六)在工廠中，工人卡羅里的消耗率要較一般人在休息時多三至五倍。經常坐着工作的人，則平均要較休息時多二倍以下。祇要健康良好、飲食適當、睡眠充足，以及情緒穩定平衡，其疲勞的經驗是可輕而易舉地從事工作。反之，當一日的工作完畢，其精力(能量)的消耗率恰為開始時一樣。在工廠工作完畢的人經常從事園藝、劇烈的運動比賽或舞蹈。在一日工作中如果產生了身體疲勞，那麼工廠對鼓勵員工從事運動很可能獲得很少的支持。對於身體活動分級方法的研究，目前尚未十分有成果。工廠工人的疲勞不限定是乳酸的增加，鹼性的儲藏、氫離子的集中，血紅素或毒素所致。這個問題太微妙了，所以很多生理學家用量脈搏、血壓、呼吸及血液循環的方法，亦有些心理學家用感覺測驗的方法去研究，結果均未能獲得令人完全滿意。莫約(Moyo)曾經以從事輕鬆工作的工人為對象，研究社會環境對動作的影響。

2 杜爾(Dill D. B.)曾在「個人在工作中的反應」一文中這樣說：(註二十七)根據能量的消耗，將工作分為若干等級的工作，已經有人做過。杜爾提出所謂中度的工作定義如下：消耗氧氣率較一般人高出三倍時屬之。重度工作則較正常高3—8倍。這二等級的工作量多半屬於工廠的工作。他認為在重度工作及極大工作量之間存在一個中間區域，它導致心臟及呼吸系統的最大工作。在沒有接受過訓練的人有十個 W. M. R. / B. M. R.，而受訓練的人其比率則為 20。很少例外，從事運動量大的活動，其精力的需要將超過新陳代謝率 8 以上，而一般工廠工人的工作，其比率多半在 8 以下。事實上，目下美國工廠工人的工作，所消耗的能量，其新陳代謝作用率均在 3 以下」。

3 路勝(Lucien Brouha)在“訓練”一文中曾作過如下陳述：(註二十八)很多生理學家注意到訓練所獲得的生理反應，從研究中獲知，經過訓練後，人體的改變有如下述：

- (1)肌力增強，神經與肌肉的協調能力有改進。
- (2)在一定量的工作下，其耗氧量減少，增加機體效能。

(3)可增大氧的消耗量。

(4)經過大量運動後可增大心臟輸血量，使脈搏跳動次數減少，血壓降低。

(5)可經濟肺的流量，使肺活量增大。

(6)在一定量的運動下，可使血中乳酸降低，在疲倦前有能力將乳酸迅速驅除，在缺氧時可從事更多的工作。

(7)在運動之後脈搏血壓迅速恢復。

(8)運動後可迅速散熱。

3 克里斯丹生 (Christensen) (註二十九)曾以工廠工人的工作、根據每分鐘所需的能量分為若干等級，其方法如下：

(1)過度重的工作量者：	能量消耗超過	12.5 cal/mm
(2)十分重的工作量者：	能量消耗超過	10 cal/mm
(3)重度工作量者：	能量消耗超過	7.5 cal/mm
(4)中度工作量者：	能量消耗超過	5 cal/mm
(5)輕度工作量者：	能量消耗超過	2.5 cal/mm

此法與杜爾法沒有衝突之處。杜爾法的分法在檢查能量的需要時，未能將工人的身體大小列入。事實上，如果研究工人的體重，北歐及北美的工人通常平均體重均在 70 公斤左右。

4 摩里斯 (Morris) 和拉費利 (Raffle) (註三十)以英國倫敦交通管理處屬下的單雙層電車和公共汽車司機和售票員共 25,000 名，年齡在 35 至 64 歲之間作為對象，研究他們曾患冠狀脈心臟病的情形。幾乎全部的售票員在雙層車輛中工作，他們較司機需要身體活動的機會為多。每個人因患冠狀脈心臟病死亡率，坐而不動的司機較售票員至少多兩倍。

5 泰勒 (Taylor) (註三十一)和他的助手曾經的在美國鐵道工廠工作的男子，其年齡自 40 至 64 歲者為對象，調查參加體育活動和患冠狀脈心臟病的關係。有關他們的工作分類和人/歲的情形如下：坐而不動的辦事員 85112 人/歲，輕微活動的轉轍工人 61360 人/歲，活動量大的，各段工人 44867 人/歲。每年每千人，其年齡經過調整以後之死亡者當中，辦事員佔 11.83 人，轉轍工人佔 10.29 人以及各段工人佔 7.26 人。年齡經過調整以後的死亡者，屬於心動脈硬化症者，每千人中 5.7 人為辦事員。3.9 人為轉轍工人以及 2.9 人為各段工人。

6 格羅斯 (Kraus) (註三十二)說，坐着工作的人，患背脊下端疼痛症較常活動的人為多。80 % 患有此症的人均無法通過他所設計的最高限度肌力測驗。

7 格蘭特 (Gleaned) (註三十三)從各方面來源得來的資料，作如下的敘述：坐而不動的人患冠狀脈心臟病的可能性較活動的人多兩倍，坐而不動的人患下列各症：糖尿病、十二指腸潰瘍以及其他內、外科的疾病，較活動的人為多，80 % 背下方疼痛的患者，是由於缺少體育活動所致；缺少體育活動與情緒上的困擾是有密切關係的，適當的運動

，對緩和外來的壓力有益，減少神經和肌肉的緊張和疲勞；活動的人會遲老，不易體重過重，血壓較低，更健壯和有柔軟性，以及有更大的肺活量和較低的脈搏。

(四)減少工時，休息時間多作體育活動，可改善職工健康，提高工作效率。

1. 丁幼泉在（註三十四）「勞工問題」一書中提及，自從 1935 年國際勞工組織第 19 屆大會通過「每週工作時間減至 40 小時的公約」後，工業國家的工作時間，均在逐漸減少中；美國自 1940 年起分三年實施，1963 年—44 小時，1964 年—42 小時，1965 年減為 40 小時，目前工會爭取每週工作 35 小時。

目前法國為 40 小時，英國為 42 小時，西德為 40 小時，我國仍為 48 小時，職工深感餘暇時間不足，無時間從事休閒活動。

2. 丁幼泉又說：（註三十五）若工作時間改為每日八小時，分三班制，工人工作時間減少了，產量反而可能提高。根據經驗，過長的工作時間，往往不能達到預期的生產標準或效果；因為工人潛在的體力，雖可取用於一短暫的時間以增加生產，但如超過某一限度，即非自然法則所容許。故當工人因工作時間過長而感受極大的疲勞和緊張時，倘使減少其工作時數，多能增加每小時和每週的產量。若干工業心理學家及工業工程專家作過此等試驗，其結果完全相同。

3. 丁幼泉（註三十六）在其所著的「企業內的勞工問題及其處理」一書中說：目前我國已有若干工廠自動將工人的工作時間，減為每週五天或五天半，工作效率均有顯著之提高，勞資雙方俱蒙其利，開明的僱主，何不仿而效之。

4. 丁幼泉又說：（註三十七）據新聞報導，高雄加工出口區的信和機械公司及正陽電子公司，於民國六十二年春季開始實施每週工作五日制，工人每週工作 40 小時，工作效率大為提高，產品的品質及數量，均能達到計畫生產的目標及水準。又全球及博士兩家電子公司，則實施每週五天半工作制，工人每週工作 40 小時，生產情況亦很理想。另有製造樂器的功學社，也將工作時間改為每週五天，每天作九小時，其產量亦較未改前為高（詳見民國六十二年七月聯合報及七月九日中國時報。）

又台灣增你智電子公司及維霸順電機公司，於登報徵求作業員時，公開以每週工作五天，休息兩天，工資照給作號召，東菱電子公司亦以「星期六」隔週休息，作為徵募工人條件之一。（詳見民國六十四年六月十一日及十四日，十一月十六日中國時報。）

5. 陳繼盛（註三十八）在「勞資關係」一書中曾作如下的陳述：

休息可有工作間休息與上下班間休息之分，茲分別說明如下：

(1)工作間之休息：工廠法對於工作間之休息明定工人繼續工作五小時，至少有半小時之休息

（工廠法第 14 條礦場法對於坑內溫度在 $C31^{\circ}$ 以上時之情形下工作之工人，則特別規定每日至少有二次休息時間，每次應在二十分鐘以上（礦場法第 9 條）。至於用膳時間應另為安排，不得以休息時間充之。又工人於工作四小時後，依法加班二小時，其中休息時間不滿 30 分鐘者，其仍應於工作滿 5 小時前予以滿 30 分鐘之休息。電子工廠

工人，依電子工廠工人機能保護措施準則第十條之規定，工作每一小時應有十分鐘之休息時間，使能眺望遠方目標，調整視程。又依內政部「改善鍋爐工人及接近高溫度工作工人工作時間處理要點第四點：接近高溫度工人，其工作接近華氏一百二十度以上者，每次繼續操作時間不得超過30分鐘，每次操作後，至少應有20分鐘之休息時間。（參閱新勞工法令上册517頁）

6. 丁幼泉在「勞資關係概論」（註三十九）一書曾述及三班制的優點，他說：

台糖大林糖廠工場主任俞仁氏的檢討報告中曾提出，試行三班制後的經濟價值及其優點如下：

(1) 工作效率提高，工作故障減少。

(2) 節省人工，使噸工時大為減少。

(3) 加班費用減少。

(4) 流動率及傷害率降低。

7. 英國工業心理學家安培格 (Amberg) (註四十) 曾在工作時間之內插入種種不同時間的休息分成一組，將其生產量和全無休息的一組生產量作一比較，所得之結果，為平均每工作一小時，休息五分鐘，每工作二小時休息十五分鐘者，效率甚高。

8. 美國心理學家瓦德 (Watts) (註四十一) 曾調查漂染業者，原來所安排的工作時間，為一日之間休息三次，每次45分鐘；他建議將休息時間縮短，休息次數加多，並將每節的工作時間減少，改為每工作80分鐘有20分鐘的休息，結果勞工的工作效率，提高60%。

9. 佛爾能 (註四十二) 用握力測驗器所作的實驗，休息時維持原來之姿勢不動，有休息比無休息其效能降低28%，如果休息時改變姿勢，則增加2—14%的生產量；他認為血液不流通以致未能發生休息的效果，故工作效率因之降低。

10. 台肥第五廠工友心理測驗報告（下篇）工業疲勞研究一文中，曾引用 (Farmer) 氏的研究結果，指出休息時散步，運動和洗面等動作能增進休息的效果。(註四十三)

丙英、美、日、韓各國職工體育概況

1. 英國的大企業社交俱樂部 (註四十四)

英國推展體育主要的特徵與型態，最具體的表現在於俱樂部 (社團) 上，例如擁有職工一萬五千名的 N.E.C. (General Electric Co. Ltd) 的社交俱樂部，一萬二千人為該俱樂部之會員，會員的配偶及子女亦能到俱樂部來。亦對外開放，但會費較高，設施包括運動場、按摩室、酒吧、遊戲室等。俱樂部以體育活動為主，共有29個體育組織，僅足球俱樂部便擁有30個足球隊，並加入英國足球協會，經常參加比賽。以1972年為例，該俱樂部收入多達十萬鎊，除會費外，酒吧的收益、拍賣所得、獎券所得、遊戲室電動玩具收益等，每年均有盈餘，供擴充場地及設備之用。每週參與活動者多達3—5千人。設有專任職員11人，兼任職員13人。

英國大企業的社交俱樂部或是運動俱樂部的型態，正如 G.E.C. 一樣，大同小異。至於小企業則設置一些小房間，或利用公共設施，不僅提供地區俱樂部的使用，也提供職工俱樂部使用，俾運動設施之使用，發揮到最高的功能。

2 美國的職工體育概況

(1) 活動與設備

① 美國勞工統計局（註四十五）曾於 1916—1917 年進行各工廠娛樂活動及設備之調查，包括 31 州 431 家公司，職工人數 1662000 人，其中 152 家有室內娛樂設備，137 家有俱樂部或康樂室，63 家有保齡球場，74 家有桌球室，52 家有健身房。有娛樂活動的 239 家公司中，168 家有社交集會，141 家有郊遊，103 家有音樂會，94 家有演講會，21 家有放映電影。

有戶外娛樂設備者 219 家，152 家有棒球場，89 家有網球場，28 家有其他運動場。

② 1921 年夏勃完成 110 家公司婦女職工研究，保齡球、籃球及網球最流行，排球正流行中。（註四十六）

③ 1929 年印第安納波利斯調查 159 家公司，59% 有娛樂設備或推行活動。41% 無設備亦未推行活動，其中 1/3 在城內。雇工不及 150 人，只有少數雇工超過 300 名以上而無娛樂設備等。最流行籃球、保齡球、馬蹄鐵、高爾夫球，另有圖書館、閱覽室、樂隊、交響樂團、合唱團、舞會、黑人劇團、戲劇、業餘馬戲等。

④ 1934 年伊利諾、傑克遜調查 33 州和加拿大境內 189 家公司，發現 123 家無娛樂組織及休閒活動，66 家有很好的休閒活動，籃球、保齡球及高爾夫球最流行。

⑤ 1936 年全國工業會議委員會調查 2452 家公司，職工人數 4502608 名，他們 50% 有體育活動，239 家有園藝活動，當時適值經濟不景氣時期。

⑥ 1939 年芝加哥調查 2200 家公司，75% 雇用 700 名以上職工者，均有娛樂設備。85% 屬體育活動，1/3 公司至少有一個軟式棒球或一個保齡球隊。

(2) 組織（註四十七）

① 1918 年舊金山職工體育協會成立。

② 1918 年紐海文（New Haven Conn）職工娛樂聯合會成立。

③ 1919 年加州奧克蘭城職工體育協會成立。

④ 1938 年美國職工娛樂協會一現為美國娛樂協會成立，茲將其成立目的和目標錄後：

⊙ 團結所有美國娛樂界職工於一個團體下。

⊙ 培養並保持職業資格的高度水準。

⊙ 培養並保持職業道德的高度水準。

⊙ 鼓勵並促進職工適當的娛樂的訓練計劃。

⊙ 為共同利益，與全國娛樂協會合併，並配合其他機構或組織，為相同的有關目標而努力。

- ㊸以出版公報或其他方法分發所有有關本組織的活動或利益的消息。
- ㊹當有團體代表之需要時，即擔任職工娛樂的團體代表。
- ㊺當涉及職工娛樂的職業利益的情況時，即出面保護整個職工娛樂的利益。
- ㊻鼓勵對職業利益之事項做進一步的研究與檢討。
- ㊼運用各種方式促進娛樂運動及職工的利益。
- ⑤ 1941 年全國勞工娛樂協會組成，其組成之目標如下：
 - ㊽將勞工娛樂乃是健全的勞資關係之一部份的重要性通知資方。
 - ㊾加強國家在緊急時期的勞工娛樂，並改善工作情緒、技術及生產。
 - ㊿為某一社團的利益，並為改善工廠，勞工或政府了解而發展勞工娛樂節目。
 - ㊿研究改善勞工娛樂節目的方法。
 - ㊿設置一個交換所，透過刊物或其他媒介，分發勞工娛樂節目之資料及意見。
 - ㊿協助會員謀取娛樂問題的解決。
 - ㊿鼓勵對勞工娛樂活動方面作進一步之檢討及研究。
 - ㊿在有利於勞工娛樂及運動之任何方式下，推進業務。
- ⑥ 1941 年美國共有 40 個勞工娛樂組織。

(3)經費：

- ㊽ 1953 年根據華爾街雜誌報導 (Wall Street Journal) (註四十八)1953 年工商業為勞工所花費的娛樂費用比 1952 年增加 15 %，但超過 1948 年 50 % 左右。當時有 30000 家公司推行娛樂活動，有三百四十萬職工參加活動，每年費用 8 億美元。
- ㊾ 1949 年調查美國 (註四十九)264 家公司，大部經費由公司員工共同負擔，92 % 單位係由公司捐助，11 % 單位供給全部經費。
- ㊿戴爾 (註五〇) (Deihl) 調查 638 家公司，其中 70 % 推行職工體育，並由公司提供財政支援。與工業委員會報告比較，1940 年以來，支援財務的公司增加 22 %。
- ㊿美國工業會議委員會調查，(註五一)多數公司捐助娛樂協會會員費 50 % - 200 %，多數為 100%。在 166 家小公司中，每年捐給每一職工 0.14 元。最大公司為 200 元，500 名職工以下每職工為 10 元，500 至 999 名 - 5 元，1000 - 499 名為每人 2.5 元 5000 名以上為 1.88 元。
- ㊿全國勞工會會議委員會的調查，(註五十二)73% 公司會員交會費，低於一美元，25 % 不繳，經費來源為自動售賣機收入、遊戲及入場費收入、公司捐助、網球、撞球、保齡球收費等。35 % 公司舉辦音樂會競賽、戲劇、舞會、餐會時收費。
- ㊿克拉克調查 44 家公司，(註五十三)職工 300 人以下者很少可從售賣機中獲利益，500 職工以上始有利可圖。
- ㊿一般單位職工體育 (註五十四)經費來源有：①公司捐助②協會會員費③遊戲收入④售賣機收入⑤罐頭食品盈利⑥餐廳盈餘⑦入場費⑧特殊收入⑨其他收入。

(4) 指導員

- ① 1938年普渡大學在伊斯特渥博士(註五十五)領導下,首先舉辦為勞工娛樂人才的職業準備的學位計劃,稍後其他大專院校亦開設勞工娛樂課程。
- ② 1940年戴爾和伊斯特渥(註五十六)曾調查245家公司,他們共有611028名職工。較小的公司認為祇有一個體育活動項目不夠,50%承認活動不夠,主要是缺乏領導幹部,並發現雖然祇有一個專任指導員的公司,要較祇有一個兼任的指導人有兩倍的體育活動、郊遊及社交活動,以及四倍的文化活動。
- ③ 1940—1945年韓利福(註五十七)(George W. Hamford Jr.)研究在五年中各公司推行勞工娛樂活動的公司已增加16%,男性專業指導人員增加18%,女性增加6%。
- ④ 1949年美全國工業會議委員會(註五十八)完成一項對264家工廠及辦公廳職工娛樂活動的行政及費用研究,由於大部份公司利用公司以外的設備,故其中1/4公司均設有專任娛樂指導人員。
- ⑤ 1950年小漢尼佛調查(註五十九)265家公司中的49%單位皆雇用專任或兼任的娛樂指導員,其中163名高中畢業,94名大學畢業,12名碩士,大多數係主修體育,報告中謂,指導員訓練項目為:⊖如何辦活動。⊖如何提高職工興趣。⊖籌備覽展及示範。⊖指導技術。
- ⑥ 1953年韋格(註六十)(Arthur A. Weigle)曾對186名工廠體育指導員調查,其中179名男性,平均年齡37歲,內有九人未婚,176名薪金係由資方支付,每人監督工人46人,他認為以擔任領班者兼任為最適合,其中133名發展有健全的社團,彼等所遭遇最大問題為設備和裝備,時間及興趣。66名指導員平均年薪4000—4999美元,彼等責任為推行活動,監督員工及指導活動。
- ⑦ 美國職工娛樂協會於(註六十一)1953年調查72名指導員,他們以3/4時間從事娛樂指導工作,薪金自3600—10500美元平均為6597元。該報告P. 33.中提及瓊斯(J. Fred Jones)調查100個有指導員的公司,指導員職責為:①指導。②主管及監督③領導幹部,彼等應修習勞工娛樂、體育、勞工關係、心理學、社會學、語文、演說、運動及自然。
- ⑧ 1948年全國工業會議委員會對(註六十二)264家公司的實務調查,顯示:1/4單位雇用一名專任指導員,其他的1/6單位有一個兼任指導員。264家公司中2/5都有一專任或一兼任工作人員主持娛樂活動。
- ⑨ 費滋吉雷德和伊文斯(註六十三)調查,1950—1951年間,大專娛樂系畢業生中,6%在勞工娛樂界就業,42%被安插在公共社團娛樂部工作。
- ⑩ 全國工業會議委員會曾調查264家公司中,在任用指導員者之中64%,其指導員係向公司人事主任負責,11%由服務主管監督。

3 日本的職工體育概況

(1)一篇有關「亞洲工商界的運動現況」論文中(註六十四)曾報導,越來越多的日本公司關心員工的運動,現在一般公司大約要花一般工資和薪水的0.8-1.2%提供運動設備給他們的員工。

(2)一篇以「日本的全民運動」(註六十五)為題的報導中指出,目前日本推展全民運動,在政府方面由有關單位在1977編列的預算,不僅限於文部省(即教育部)而已,由勞動省編列的有關勞工休閒活動設備費為133億元。勞工青年體力促進費1百億元。此外,由建設省編列的有公園整建事業費477億1千5百萬元,大規模自由車道57億8千4百萬元,環境廳編列的,自然公園整建費24億9千2百萬元,農林省編列的森林休閒活動設備6億7千5百萬元。亦有由政府,公司工廠,商業團體開闢的國民休暇村、自然公園、海中公園、自然健行道、自由車道、露營地等活動場所供工、商等各階層國民從事休閒活動之用。

日本工商企業的運動是由民間團體所推展的,他們重視:

⊙運動員的培養:全國各工商企業團體都有培養優秀選手的經費和計劃,並擁有自己的球隊,每年各項競賽中,工商隊的競賽也是實力最強的一環,而國家代表隊的選手,大部份都是從這裏產生的。

⊙工商企業本身職工的活動:例如日本電氣(NEC)公司,其職工的休閒活動由福利厚生系的文化體育部負責,體育組內有各種俱樂部,計有:撞球、網球、排球、籃球、桌球、橄欖球等廿餘個之多。設備包括運動場、體育館、游泳池等,若干工商企業的運動場地且開放供一般民衆使用。

根據1975年日本的運動場地普查,現在全國運動場地共有188224個,中小學佔64%,工廠佔14%,公共運動場佔11%,大專院校佔4%,民間非營利性組織佔2%,商業性組織佔6%,較1968年增加27%。

4 韓國的職工體育概況(註六十六)

(1)國民體育法的公佈

該法於1962年公佈,1969年公佈實施方案,該方案對發展健康、體能、運動、及休閒活動作為改善職工福利有了法律上的依據。

(2)國民體育法有關職工體育的規定

⊙資方應採取步驟改善勞工的運動及休閒活動設施。

⊙每一單位應成立職工體育委員會,負責推展職工運動及休閒活動。

⊙每一單位至少提倡一種以上的運動項目及聘請運動指導員。

⊙中央及地方政府應儘量興建運動場,游泳池及其他設備。

(3)推行職工休閒活動的目的

⊙增加生產,激勵職工士氣。

⊖使勞工精神愉快，身心健康，改進勞資關係，增強合作。

(4)職工休閒活動現況

⊖職工人數—職工500名以上的企業約有1000個，50職工以上者約7000個企業單位。

⊖職工500名以上的企業，36%有職工體育委員會的組織。

⊖經調查，多數業主認為職工應有休閒活動。

⊖職工每週工作雖然為六日，然職工休閒活動仍蓬勃發展中。

⊖職工俱樂部的種類：

①運動俱樂部—多數會員由國家代表隊選手組成，包括棒球、足球、籃球、排球及桌球等代表隊。

②娛樂俱樂部—提供社交、圖書等娛樂性設備，免費供職工使用。

⊖職工俱樂部的活動

①每年舉行運動會一次，職工暨家屬均可參加。

②每月舉行歌唱、繪畫、及趣味競賽活動。

③每日工餘，職工可參加歌詠、土風舞、繪畫、插花及欣賞電視、收音機及電影等活動。

以上設施，大企業、銀行等較為完善，且擁有各種標準的運動地、體育館及訓練中心等。

(5)職工休閒活動協會

該協會於1960年成立，為各企業義務服務，協助訓練學校及社區休閒活動指導人才，對職工提供的服務項目如下：

(a)宣傳職工體育的需要。

(b)舉辦職工休閒活動研習會。

(c)為各單位職工推動休閒活動。

(d)為各單位職工策劃休閒活動及有關設施。

(e)應各單位要求，提供專家指導休閒活動。

(f)應邀派員參加各單位郊遊、運動、慶典、宴會等活動。

肆、研究方法與步驟

一、研究方法

(一)舉行研究會

1 教育部為加強推展職工體育人員對全民體育之實際設計及學術理論研究，特委由省立體育專科學校承辦全民體育研究會。研究會第一期於六十七年七月十六日起至七月廿二日止。參加者多為經濟部所屬國營事業機構辦理體育或康樂活動人員共廿七名。第二期為

同年七月廿三日至廿九日，參加者為中央各部會有關人員廿八名。除請國內外有關專家學者作專題演講外，並分組舉行討論會，除聽取與會人員報告本身業務外，討論主題有：「員工體育活動的行政組織」「員工福利措施與體育活動」「員工體育活動的設計與指導」「員工體育活動評價方法的設計」及「綜合討論」等。

2 省立體專應屆畢業生寒假至公民營事業機構實習座談會，分別於六十九年元月十八日及三月廿一日舉行。由該校有關教師及實習學生十餘人參加。座談會除由實習學生報告實習內容及各單位推展體育實況外，討論主題包括實習方式，實習內容及如何擴大實習範圍等。

(二)問卷調查

1 問卷內容除有關單位基本資料，例如：單位名稱、主管姓名、主管體育或康樂活動人員，職工人數等外，計有①組織與行政 7 項。②活動與指導 5 項。③運動設備共 5 項。④體育指導人員共 10 項。⑤測量與評價共 6 項。⑥運動比賽共 15 項。⑦是否願意接納省立體專應屆畢業生於寒暑假前往實習共 2 項。⑧對推行職工體育活動有何困難及有何建議共 2 項。

2 問卷的分發一六十八年四月、六月、八月及十月分下列四梯次寄發。

(1)參加全民體育研究會人員所屬單位 41 個。【中央機關部會及國營事業機構】

(2)郵政總局各地郵局 19 單位，電力公司各地附屬機構 20 單位共 39 個。

(3)民營事業機構職工人數在一千人以上者共 100 單位。

(4)鐵路局所屬 22 單位，公路局所屬 15 單位，公賣局所屬 41 單位，合計 78 單位。

—以上合計 258 單位—

3 問卷的收回一截至同年十月底共收回問卷 77 單位，剔除問答不完整 3 單位，納入統計分析者，包括中央部會 23 單位，公營事業機構 28 單位，民營事業機構 13 單位，合計共 74 單位。（名單詳見附錄一）收回率為 30 %。

(三)訪問 除參觀辦理職工體育績優單位如經濟部，功學社中壢廠、國泰人壽淡水員工訓練中心、中國鋼鐵公司、中國造船公司、中興新村台灣省政府、高雄煉油廠、潭子加工區等單位的體育設施及與有關人員晤談外，對所收回之問卷對填寫答案有疑問者並以電話訪問有關人員，計有郵政總局、鐵路局、公路局、公賣局、電力公司、電信局、德州儀器股份有限公司、南亞塑膠公司、美商亞洲航空股份有限公司等單位。

四 文獻探討 蒐集國內外有關職工體育資料數十種加以探討（詳見附錄三）

二、研究步驟

(一)根據研討會及座談會所獲結論加以綜合分析，提出改良職工體育及休閒活動之意見供有關當局參考。

(二)根據問卷調查資料加以統計分析以瞭解當前職工體育及休閒活動的缺失。

(三)根據訪問所獲資料以深入瞭解各單位推動職工及休閒活動體育實況，並從各種文獻中，瞭解各國推行職工體育及休閒活動的理論與實際，作為提出改進意見之參考。

伍、統計分析

一、組織與行政

(一)主管職工體育人員是否專職。

單位類別	單位數	專職	百分比	兼職	百分比	無人負責	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	1	4%	19	83%	3	13%	100%
公營事業機構	38	1	3%	32	84%	5	13%	100%
民營事業機構	13	4	30%	7	54%	2	15%	100%
合計	74	6	8%	58	78%	10	14%	100%

由上表顯示，中央機關及公營事業機構 80% 以上主管職工體育人員均為兼任，專職者各為 4% 及 3%，而民營機構因不受編制影響，專職者反而高達 30% 之譜。

(二)有成立康樂或體育活動組織，負責設計推動職工體育康樂活動事宜。

單位類別	單位數	有組織	百分比	無組織	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	17	74%	6	26%	100%
公營事業機構	38	30	79%	8	21%	100%
民營事業機構	13	9	69%	4	31%	100%
合計	74	56	76%	18	24%	100%

由上表可見各單位約七成以上均設有康樂或體育組織。

(三)每年均擬訂推動職工體育活動計畫大綱，並公佈實施。

單位類別	單位數	有計畫	百分比	無計畫	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	9	39%	14	61%	100%
公營事業機構	38	24	63%	14	37%	100%
民營事業機構	13	9	69%	4	31%	100%
合計	74	42	57%	32	43%	100%

由上表可見中央及所屬機關多數未有擬訂體育及休閒活動計畫，公民營事業機構六成以上均有擬訂計畫並公佈實施。

(四)擬訂全年體育活動行事曆，並公佈實施。

單位類別	單位數	有行事曆	百分比	無行事曆	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	5	22 %	18	78 %	100 %
公營事業機構	38	17	45 %	21	55 %	100 %
民營事業機構	13	8	62 %	5	38 %	100 %
合計	74	30	41 %	44	59 %	100 %

從上表可知，各單位擬訂全年體育活動行事曆，並公佈實施者以民營機構 62% 最高，公營機構 45% 次之，中央機關最少，祇佔 22%。

(四) 康樂或體育活動組織訂有章則，每年至少開會一次，並有紀錄可查。

單位類別	單位數	有章則及會議	百分比	無章則及會議	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	9	39 %	14	41 %	100 %
公營事業機構	38	24	63 %	14	37 %	100 %
民營事業機構	13	6	46 %	7	54 %	100 %
合計	74	39	53 %	35	47 %	100 %

康樂或體育活動組織訂有章則，每年至少開會一次者，以公營事業機構最多，佔 63%，民營事業機構次之，佔 46%，中央部會及所屬機關最少，僅有 39%。

(五) 設有康樂或體育活動人員專用辦公室。

單位類別	單位數	有專用辦公室	百分比	無專用辦公室	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	2	9 %	21	91 %	100 %
公營事業機構	38	2	5 %	36	95 %	100 %
民營事業機構	13	3	23 %	10	77 %	100 %
合計	74	7	9 %	67	91 %	100 %

無論中央部會及所屬機關與公營事業機構十九未設有康樂及體育人員專用辦公室，民營事業機構亦僅 $\frac{1}{4}$ 設有專用辦公室。

(六) 體育活動經費來源及金額。

1 來源

單位類別	單位數	列定有預算	百分比	由職工定期繳納	百分比	週動時舉辦活收	百分比	無算由固定預構提供	百分比	其他	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	12	52%	1	4%	0	0%	8	35%	2	9%	100%
公營事業機構	38	28	74%	2	5%	0	0%	5	13%	3	8%	100%
民營事業機構	13	4	31%	3	23%	0	0%	5	38%	1	8%	100%
合計	74	44	60%	6	8%	0	0%	18	24%	6	8%	100%

各單位 60% 以上均列有職工體育經費預算，而以公營事業機構辦理較澈底佔 74%，中央及所屬機關次之，民營事業機構又次之，但民營機構雖無固定預算，但有必要時在機構經費中提供者則較高，達 38%，其次為中央機關，再次為公營事業機構。至於定期由職工繳納者則以民營事業機構較多，佔 23%，中央機關及公營事業機構各為 4—5%。其他來源如在福利基金項下撥支，或未說明來源者所佔比例甚低，各單位均有同一趨勢，約在 10% 以下。

2. 金額

(1) 列有預算，每一職工每年的金額如下表：

單位類別	單位數	二〇〇元以下	百分比	二〇〇—四〇〇元	百分比	四〇〇元以上	百分比	合計
中央部會及所屬機關	12	4	33%	5	42%	3	25%	100%
公營事業機構	29	16	55%	13	45%	0	0%	100%
民營事業機構	4	1	25%	2	50%	1	25%	100%
合計	45	21	47%	20	44%	4	9%	100%

各單位列有體育活動經費預算，每一職工每年在新台幣二百元以下者佔 47%，其次為二百元至四百元之間佔 44%，四百元以上者僅佔 9% 而已。其中又以民營事業機構所列最多，列二〇〇元以上者多達 75%。公營事業機構最少，列二〇〇元以下者最多，佔 55%。

(2) 由職工定期繳納，每一職工每年的金額如下表：

單位類別	單位數	二〇〇元以下	百分比	二〇〇〇元	百分比	四〇〇元以下	百分比	合計
中央部會及所屬機關	1	0	0%	1	100%	0	0%	100%
公營事業機構	2	2	100%	0	0%	0	0%	100%
民營事業機構	3	3	100%	0	0%	0	0%	100%
合計	6	5	83%	1	17%	0	0%	100%

各單位由職工定期繳納體育活動費者僅佔 8%，其中以每一職工每年繳交二百元以下者較多，佔 83%，其次為二〇〇元至四〇〇元之間，佔 17%。

二、活動與指導

(一)職工參與體育活動的項目及多寡次序。

1. 類別

根據填回之問卷資料顯示，各單位職工所參與的體育活動項目多達三十三種之多，計有籃球、排球、羽球、桌球、網球、團體操、土風舞、游泳、太極拳、撞球、保齡球、足球、棒球、壘球、手球（德式）、單槓、雙槓、方舞、交際舞、田徑、柔道、跆拳道、空手道、合氣道、國術、躲避球、巧固球、踢毬、跳繩、登山、慢跑等。

2. 多寡順序：（僅列出參與最多的前十種項目）

(1)男職工

單位類別	單位數	籃球	百分比	排球	百分比	羽球	百分比	桌球	百分比	撞球	百分比	網球	百分比	登山	百分比	土風舞	百分比	游泳	百分比	太極拳	百分比	平均百分比
中央部會及所屬機關	23	15	65%	13	57%	15	65%	23	100%	7	30%	16	70%	6	26%	5	22%	10	43%	11	48%	52.6%
順序		3		4		3		1		7		2		9		8		6		5		
公營事業機構	38	20	53%	16	42%	28	74%	32	84%	3	8%	20	53%	2	5%	9	24%	7	18%	9	24%	38.5%
順序		2		3		4		1		7		5		9		6		10		8		
民營事業機構	13	11	85%	10	77%	9	69%	13	100%	5	38%	8	61%	4	31%	7	54%	1	8%	4	31%	55.4%
順序		2		3		4		1		7		5		9		6		10		8		
合計	74	46	62%	39	53%	52	70%	68	92%	15	20%	44	59%	12	16%	21	28%	18	24%	24	32%	45.6%
順序		3		5		2		1		9		4		10		7		8		6		

各單位男職工所參與最流行的十種體育活動項目，其順序依次為桌球、羽球、籃球、網球、排球、太極拳、土風舞、游泳、撞球、團體操。

(2)女職工

單位類別	單位數	籃球	百分比	排球	百分比	羽球	百分比	桌球	百分比	登山	百分比	網球	百分比	團體操	百分比	土風舞	百分比	游泳	百分比	太極拳	百分比	平均百分比
中央部會及所屬機關	23	8	35%	8	35%	11	48%	19	83%	6	26%	9	39%	3	13%	6	26%	8	35%	11	48%	38.8%
順序		4		4		2		1		5		3		6		5		4		2		
公營事業機構	38	10	26%	4	11%	16	42%	24	63%	1	3%	7	18%	6	16%	13	34%	6	16%	6	16%	24.5%
順序		4		7		2		1		8		5		6		3		6		6		
民營事業機構	13	9	69%	10	77%	9	69%	12	92%	3	23%	7	54%	1	8%	10	77%	1	8%	4	31%	50.8%
順序		3		2		3		1		6		4		7		2		7		5		
合計	74	27	36%	22	30%	36	49%	55	74%	10	14%	23	31%	10	14%	29	39%	15	20%	21	28%	33.5%
順序		4		6		2		1		9		5		9		3		8		7		

各單位女職工所參與最流行的十種體育活動，其順序依次為：桌球、羽球、土風舞、籃球、網球、排球、太極拳、游泳、登山及團體操。

綜觀男女職工所熱衷的體育活動均以桌球、羽球為領先，除女職工較喜愛土風舞列第三外，其餘與男職工相差無幾。不過女職工參與體育活動的興趣要較男職工為差，此點可從兩者的平均百分比看出來。(男職工為 45.6% 女職工為 33.5%)

(二)每個活動項目是否均有人指導。

單位類別	單位數	有人指導	百分比	無人指導	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	5	22%	18	78%	100%
公營事業機構	38	11	29%	27	71%	100%
民營事業機構	13	7	54%	6	46%	100%
合計	74	23	31%	51	69%	100%

各單位職工參加體育活動時，31%無人指導，不過民營事業機構則有半數(54%)有人指導。

(三)職工選擇活動係自願參加的。

單位類別	單位數	自願參加	百分比	必須參加	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	22	96%	1	4%	100%
公營事業機構	38	35	92%	3	8%	100%
民營事業機構	13	13	100%	0	0%	100%
合計	74	70	95%	4	5%	100%

各單位職工選擇活動 95% 以上係出於自願，尤以私營事業機構 100% 為然，祇有少數機構指定某種活動必須全體參加。

四有無指定職工必須參加的體育活動。

單位類別	單位數	團體操	百分比	健行	百分比	趣味競賽	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	1	4%	0	0%	0	0%	4%
公營事業機構	38	5	13%	3	8%	1	3%	24%
民營事業機構	13	0	0%	1	8%	0	0%	8%
合計	74	6	8%	4	5%	1	1%	14%

僅 14% 單位指定員工必須參加某項體育活動，其中以團體操最多，佔 8%，健行次之，佔 5%，趣味競賽 1%。公營事業機構規定職工必須參加某種項目的百分比最高，計 24%，其餘均不足 10%。

四職工活動的時間大部份排在：

單位類別	單位數	週或六下週六日	百分比	上午上班前	百分比	中午休息時	百分比	下午四至六時	百分比	下午下班後	百分比	晚六至九時	百分比	合計
中央部會及所屬機關	63	13	205%	12	19%	14	22%	5	8%	13	20.5%	6	10%	100%
公營事業機構	106	6	6%	16	15%	17	16%	49	46%	8	8%	10	9%	100%
民營事業機構	22	0	0%	2	9%	2	9%	1	5%	11	50%	6	27%	100%
合計	191 ※	19	10%	30	16%	33	17%	55	29%	32	17%	22	11%	100%

註：各單位職工體育活動時間可複選，故單位數較 74 為多。

由上表可見各單位職工體育活動時間以排在下午四至六時之間為最多，其次為上班前、

中午休息時以及下午下班後各佔 17% 左右。利用週六下午、週日或平日晚上六至九時活動者較少，約各為 10% 左右。

三、運動設備

1. 室外

所調查的各單位中擁有室外運動場地者如下表：

單位類別	單位數	有場地	百分比	無場地	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	7	30 %	16	70 %	100 %
公營事業機構	38	23	61 %	15	39 %	100 %
民營事業機構	13	10	77 %	3	23 %	100 %
合計	74	40	54 %	34	46 %	100 %

因所調查的民營事業機構均為擁有千人以上職工者，規模較大，故 77% 均建有運動場地，次為公營事業機構，佔 61%，中央部會及所屬機關最少，僅 30% 有運動場地。全部 74 單位中祇有 40 單位有場地，佔 54%，似嫌簡陋。茲將擁有運動場地之單位，其面積及類別分述如下：

(1) 室外正式運動場地及可供運動使用的場地面積如下表：

單位類別	單位數	一〇〇〇平方公尺以下		一〇〇〇〇平方公尺至二〇〇〇〇平方公尺		二〇〇〇〇平方公尺至三〇〇〇〇平方公尺		三〇〇〇〇平方公尺至四〇〇〇〇平方公尺		四〇〇〇〇平方公尺至五〇〇〇〇平方公尺		五〇〇〇〇平方公尺以上		合計
		數	百分比	數	百分比	數	百分比	數	百分比	數	百分比	數	百分比	
中央部會及所屬機關	7	6	86 %	0	0 %	0	0 %	1	14 %	0	0 %	0	0 %	100 %
公營事業機構	23	19	83 %	3	13 %	0	0 %	1	4 %	0	0 %	0	0 %	100 %
民營事業機構	10	3	30 %	3	30 %	2	20 %	0	0 %	0	0 %	2	20 %	100 %
合計	40	28	70 %	6	15 %	2	5 %	2	5 %	0	0 %	2	5 %	100 %

在 40 單位擁有運動場地中，70 % 的場地面積在 1000 平方公尺以下，面積在 1000 至 2000 平方公尺者佔 15%，其餘均佔 5%，平均每單位擁有運動場地的面積約在 1650 平方公尺左右，相當於三個籃球場的面積而已。對職工眾多的單位而言，活動空間似嫌不足。

(2) 室外田徑場

擁有田徑場地者：僅兩所民營事業機構，包括 100 公尺跑道及沙坑。

(3) 室外球場

單位類別	單位數	排球場	百分比	籃球場	百分比	網球場	百分比	羽毛球場	百分比	足球場	百分比	巧固球場	百分比	綜合球場	百分比	棒球場	百分比
中央部會及所屬機關	23	6	26%	6	26%	7	31%	3	13%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
公營事業機構	38	9	24%	16	42%	16	42%	15	39%	0	0%	1	3%	1	3%	0	0%
民營事業機構	13	11	85%	9	69%	6	46%	4	31%	2	15%	0	0%	0	0%	1	8%
合計	74	26	35%	31	42%	29	39%	22	30%	2	3%	1	1%	1	1%	1	1%

由上表可見各單位擁有籃球場者最多，佔 42%，其他依次為網球場 39%，排球場 35%，羽毛球場 30%，足球場 3%，巧固球場、綜合球場、棒球場各為 1%。

(4) 室外游泳池：74 單位中，擁有 25×17 公尺游泳池者民營事業機構有 1 單位，公營事業機構有 2 單位。擁有 50×21 公尺游泳池者僅有中央部會機關 1 單位。

(5) 室外運動設施之位置與附屬設備。

項目	中央部會及所屬機關		公營事業機構		民營事業機構		平均百分比
	單位數	百分比	單位數	百分比	單位數	百分比	
場地在單位範圍內	7	100%	23	100%	10	100%	100%
場地利用柵欄圍起來	5	71%	12	52%	4	40%	54%
場地周圍有樹木	4	57%	12	52%	6	60%	56%
場地周圍有休息座椅	4	57%	6	26%	3	30%	38%
場地有夜間照明設備	6	86%	5	22%	8	80%	63%
場地有排水設備	7	100%	13	57%	7	70%	76%
場地有看台	2	29%	3	13%	0	0%	14%
場地有洗手設備	3	43%	7	30%	2	20%	31%
場地有彈回牆之設置	3	43%	6	26%	2	20%	30%

註：有室外場地的中央部會及所屬機關 7 單位，公營事業機構各為 23 及 10 單位。

2 室內

(1) 室內游泳池：74 單位中全部沒有此項設備。

(2) 體育館、健身房、風雨操場

① 專用

單位類別	單位數	體育館	百分比	健身房	百分比	風雨操場	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	2	9%	2	9%	0	0%	18%
公營事業機構	38	1	3%	1	3%	1	3%	9%
民營事業機構	13	0	0%	0	0%	0	0%	0%
合計	74	3	4%	3	4%	1	1%	9%

74 單位中擁有專用體育館及健身房者各 3 個，有專用風雨操場者 1 個。換言之，僅有 9% 的單位擁有上述設備。

②兼用

單位類別	單位數	體育館	百分比	健身房	百分比	風雨操場	百分比	羽毛球場	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0%
公營事業機構	38	2	5%	1	3%	4	11%	1	3%	21%
民營事業機構	13	0	0%	0	0%	0	0%	1	8%	1%
合計	74	2	3%	1	1%	4	5%	2	3%	12%

74 個單位中擁有兼用體育館者 2 個、有健身房者 1 個、風雨操場者 4 個、室內羽毛球場 2 個。即 12% 單位擁有上述設備。

若專用及兼用合併計算，22% 單位擁有上述設備。此等場地多數有足夠高度，光線尚可，約半數內有淋浴設備、洗手間、鏡子、更衣室及防火設備。僅有一個體育館內有運動員宿舍。

3. 運動器材

(1) 沒有一個單位擁有專供殘障職工使用之運動器材。

(2) 擁有運動器材保管室之設備者，中央部會及所屬機關有 5 單位，佔 22%，公民營事業機構各為 10 及 7 單位，佔 26% 及 54%，合計為 30%。

(3) 運動器材的種類

①體操器材

單位類別	單位數	單槓	百分比	雙槓	百分比	吊環	百分比	高低槓	百分比
中央部會及所屬機關	23	1	4%	2	9%	0	0%	1	4%
公營事業機構	38	6	16%	0	0%	1	3%	0	0%
民營事業機構	13	5	38%	4	31%	2	15%	0	0%
合計	74	12	16%	6	8%	3	4%	1	1%

體操器材以民營事業機構擁有者較多，其中以單槓最普遍，依次為雙槓、吊環及高低槓，木馬、跳箱、平衡木均闕如。

②田徑器材

單位類別	單位數	接力棒	百分比	起跑架	百分比	欄架	百分比	標槍	百分比	鐵餅	百分比	鉛球	百分比	跳高橫木	百分比	跳高架	百分比
中央部會及所屬機關	23	5	28%	0	0%	0	0%	2	9%	4	17%	5	28%	1	4%	1	4%
公營事業機構	38	7	18%	1	3%	0	0%	4	11%	7	18%	7	18%	2	5%	2	5%
民營事業機構	13	2	15%	1	8%	1	8%	1	8%	1	8%	2	15%	1	8%	1	8%
合計	74	14	19%	2	3%	1	1%	7	10%	12	16%	14	19%	4	9%	4	9%

一般單位擁有田徑器材不多，蓋限於場地故也。擁有接力棒、標槍、鉛球、鐵餅者均在19—10%左右，擁有其他器材之單位均低於10%。

③球類器材：擁有球類器材之單位較多，由於器材種類多達25種，茲僅列出最多的十種如下：

單位類別	單位數	桌球台	百分比	羽毛球拍	百分比	羽毛球網	百分比	羽毛球柱	百分比	排球	百分比	排球網	百分比	排球柱	百分比	排球	百分比	籃球架	百分比	籃球	百分比
中央部會及所屬機關	23	18	78%	19	83%	12	52%	9	39%	12	52%	9	39%	7	30%	13	57%	10	43%	12	52%
公營事業機構	38	34	89%	26	68%	26	68%	21	55%	27	71%	15	39%	12	32%	19	50%	17	45%	19	50%
民營事業機構	13	10	77%	8	62%	8	62%	8	62%	9	69%	11	85%	11	85%	12	92%	10	77%	12	92%
合計	74	62	84%	53	72%	46	62%	38	51%	48	65%	35	47%	30	41%	44	59%	37	50%	43	58%

從上表可見，各單位擁有的球類器材中，以桌球台為最多，佔84%。羽球器材次之，其次為籃球及排球的器材。

④韻律活動器材

單位類別	單位數	電唱機 (錄音機)	百分比	唱片 (錄音帶)	百分比
中央部會及所屬機關	23	8	35%	6	26%
公營事業機構	38	15	39%	14	39%
民營事業機構	13	7	54%	5	38%
合計	74	30	41%	25	34%

從上表，41%單位擁有電唱機或錄音機，34%單位有唱片或錄音帶。另有一單位擁有風琴一部。

⑤其他運動器材

單位類別	單位數	發令槍	百分比	碼錶	百分比	皮尺	百分比	劃線器	百分比	識別帶	百分比	旗子	百分比	小黑板	百分比
中央部會及所屬機關	23	3	13%	10	43%	8	35%	1	4%	1	4%	3	13%	5	22%
公營事業機構	38	11	29%	17	45%	14	37%	6	16%	3	8%	6	16%	12	32%
民營事業機構	13	2	15%	4	31%	3	23%	2	15%	1	8%	1	8%	2	15%
合計	74	16	22%	31	42%	25	34%	9	12%	5	7%	10	14%	19	26%

上述器材為田徑賽及球類比賽時所必備，且價值低廉，可是除碼錶42%、皮尺34%單位擁有外，其餘的單位均低於30%。

4. 保健衛生設備

(1)有保健室者，中央部會及所屬機關4單位(佔17%)，公民營事業機構分別為21及8單位，佔55%及62%，合計為45%。

(2)保健室之設備

單位類別	單位數	設備齊全	百分比	設備尚可	百分比	設備差	百分比	合計
中央部會及所屬機關	4	3	75%	1	25%	0	0%	100%
公營事業機構	21	12	57%	7	33%	2	10%	100%
民營事業機構	8	4	50%	4	50%	0	0%	100%
合計	33	19	58%	12	36%	2	9%	100%

在 74 單位中有保健室者計 33 單位，佔 45%，其中設備齊全者佔 58%，尚可者 36%，設備差者佔 9%。

5 其他設備

(1) 有專用淋浴設備者，中央部會及所屬機關有 6 單位，佔 26%，公民營事業機構各為 20 及 4 單位，分別佔 53% 及 31%，合計為 41%。

(2) 有體育衛生專用圖書室或資料室者，中央部會及所屬機關有 1 單位，公營機構有 3 單位，即 5% 單位擁有上述設備。

(3) 有購置體育、運動、或衛生圖書雜誌者，中央部會及所屬機關有 3 單位，公營事業機構有 4 單位，佔全部 74 單位 9%。

四、體育指導人員

(一) 74 單位中，設有專兼任體育指導人員者，中央部會及所屬機關有 6 單位（佔 26%），公民營事業機構分別有 20 及 9 單位，分別佔 53% 及 69%，合計為 47%。

(二) 各單位設有體育指導員之人數，除了二個民營事業機構分別聘有一名專任體育指導人員外，其餘均聘用兼任人員，聘任之人數如下表：

單位類別	單位數	1 人	百分比	2 人	百分比	3 人	百分比	4 人	百分比	5 人	百分比	6 人	百分比	7 人	百分比	8 人	百分比	9 人	百分比	10 人以上	百分比	合計
中央部會及所屬機關	6	1	17%	2	32%	0	0%	1	17%	1	17%	0	0%	0	0%	1	17%	0	0%	0	0%	100%
公營事業機構	20	3	15%	4	20%	3	15%	3	15%	3	15%	0	0%	2	10%	0	0%	0	0%	2	10%	100%
民營事業機構	7	1	14%	1	14%	0	0%	0	0%	0	0%	1	14%	0	0%	2	29%	0	0%	2	29%	100%
合計	33	5	15%	7	22%	3	9%	4	12%	4	12%	1	3%	2	6%	3	9%	0	0%	4	12%	100%

33 單位所聘的兼任體育指導員最少為一人，最多達十人以上，其中以聘任 2 人者佔 22% 最高，合計有 45% 單位有聘用兼任體育指導人員。

(三) 33 單位所聘任之體育指導員中，兼任代表隊教練者，中央部會及所屬機關有 2 單位（佔 6%），公民營事業機構分別有 9 及 7 單位，佔 26% 及 20%，合計為 50%，即半數體育指導員均有兼任運動代表隊教練。這些單位所聘任的 150 名指導員中祇有 7 人受過體育專業訓練，僅佔 5% 而已。

五、測量與評價

(一) 身高體重的測量

74 個單位中，每年實施一次職工身高體重測量者，公、民營事業機構各為 6 單位（佔 16%）及 4 單位（佔 31%），中央部會及所屬機關多數配合公保每年的體檢合併實施。

實施測量的單位中祇有 4 單位作成常模表，供職工比較參考，祇有一個單位作為研究之用。

(二)體能測驗：74 個單位中，沒有一個單位在最近五年內實施過職工體能測驗。

(三)體育指導員研究會議

74 個單位中，祇有一個單位每年至少舉行一次體育指導員研究會議。

(四)健康檢查

每年定期舉行職工健康檢查者，中央部會及所屬機關有 7 單位（佔 30%），公營事業機構各為 15（佔 39%）及 8（佔 62%）單位，合計為 41%。其中公營事業機構各一單位除實施普通健康檢查外，另舉行一次特殊健康檢查。

六、運動比賽

(一)單位內運動比賽有擬訂計畫者

單位類別	單位數	一年計畫	百分比	半年計畫	百分比	無計畫	百分比	合計
中央部會及所屬機關	23	10	43%	0	0%	13	57%	100%
公營事業機構	38	25	66%	1	3%	12	31%	100%
民營事業機構	13	8	62%	0	0%	5	38%	100%
合計	74	43	58%	1	1%	30	41%	100%

由上表可見，每年訂有運動比賽計畫者，中央部會及所屬機關有 10 單位（佔 43%）、公營事業機構各為 25（佔 66%）及 8（佔 62%）單位，合計為 58%，祇有一個公營事業機構是每半年訂比賽計畫一次的。

(二)每年舉辦全單位田徑運動會一次者，中央部會及所屬機關有 2 單位（佔 4%），公營事業機構各為 4（11%）及 1（8%）單位，合計佔 9%。

(三)二年舉辦全單位田徑運動會者，僅有公營事業機構 1 單位。

(四)每年舉辦全單位運動競賽的項目

各單位所舉辦的競賽項目多達廿五種之多，計有桌球、羽球、排球、籃球、網球、躲避球、拔河、越野賽、保齡球、撞球、趣味競賽、跳繩、踢毬、射擊、土風舞、柔道、田徑、游泳、棒球、足球、爬桿及健行等，茲將各單位舉辦比賽最多的前八種列表說明如下

單位類別	單位數	桌球	百分比	羽球	百分比	排球	百分比	籃球	百分比	網球	百分比	拔河	百分比	趣味競賽	百分比	田徑	百分比
中央部會及所屬機關	23	7	30%	5	22%	3	13%	5	22%	5	22%	0	0%	0	0%	2	9%
公營事業機構	38	23	61%	13	34%	11	29%	12	32%	12	32%	4	11%	5	13%	3	9%
民營事業機構	13	6	46%	1	8%	6	46%	6	46%	2	15%	1	8%	0	0%	0	0%
合計	74	36	49%	19	26%	20	27%	23	31%	19	26%	5	7%	5	7%	5	7%

從上表可見，各單位近半數每年均有舉辦全單位職工桌球賽，將近三分之一單位有舉辦籃球、排球賽，近四分之一單位有舉辦羽球、網球賽，5%單位有舉行趣味競賽、拔河比賽及田徑賽。

(四)各項比賽職員職務的安排：

單位類別	單位數	本單位體育指導員擔任	百分比	本單位職工擔任	百分比	聘請外人擔任	百分比
中央部會及所屬機關	12	1	8%	12	100%	4	33%
公營事業機構	23	5	22%	23	100%	6	26%
民營事業機構	10	2	20%	10	100%	2	20%
合計	45	8	18%	45	100%	12	27%

在 74 個單位中，每年有舉辦一項或多項運動競賽的有 45 個單位（佔 61%），比賽職員除由本單位職工擔任外，由本單位體育指導員擔任者有 8 單位（佔 18%），聘請外人擔任者 12 單位（佔 27%）。

(一)運動比賽計畫有公佈實施者

45 個有舉辦運動競賽的單位中，事先將運動比賽計畫公佈實施者，中央部會及所屬機關有 3 單位（佔 25%），公民營事業機構各有 11 個（佔 48%）及 1 個（佔 10%）單位，合計有 15 個單位，佔 33%。

(二)運動比賽係規定職工必須參加者，中央部會及所屬機關有 1 單位（佔 4%），公營事業機構有 4 單位（佔 11%）。由職工自由參加者，中央部會及所屬機關有 15 單位（佔 65%），公民營事業機構有 26（佔 68%）及 11（佔 85%）單位，合計佔 70%，其餘為經由選拔後參加比賽。

(三)對外比賽

1. 對外體育活動經費平均佔體育經費之百分比，有資料可稽的共有 21 單位，茲列表說明如下：

單位類別	單位數	佔10%	百分比	佔20%	百分比	佔30% (含以上)	百分比	合計
中央部會及所屬機關	4	1	25%	2	50%	1	25%	100%
公營事業機構	17	3	18%	6	35%	8	47%	100%
民營事業機構	缺							
合計	21	4	19%	8	38%	9	43%	100%

由上表，各單位對外活動經費佔體育經費30%以上者最多，次為20%，再次為10%。（百分比分別為47、35、18）。

2 對外體育活動經費是否充裕

單位類別	單位數	充裕	百分比	尚可	百分比	不足	百分比	合計
中央部會及所屬機關	20	2	10%	15	75%	3	15%	100%
公營事業機構	22	2	9%	11	50%	9	41%	100%
民營事業機構	11	3	27%	7	64%	1	9%	100%
合計	53	7	13%	33	62%	13	25%	100%

有表示意見者共有53單位，認為對外體育活動經費充裕者佔13%，尚可者佔62%，不足者25%。其中以公營事業機構認為經費不足者較多，佔41%。

3 對外體育活動經費之動支

單位類別	單位數	列有預算	百分比	未列預算	百分比	專案申請	百分比	合計
中央部會及所屬機關	14	6	43%	7	50%	1	7%	100%
公營事業機構	25	23	92%	2	8%	0	0%	100%
民營事業機構	12	6	50%	2	17%	4	33%	100%
合計	51	35	69%	11	21%	5	9%	100%

對外體育活動經費之動支有表示意見之單位共51個，其中列有預算者最多，佔69%，未列預算者次之，佔21%，專案申請者最少，佔9%。

(九) 有無運動傷害之醫療經費預算

列有預算的中央部會及所屬機關有4單位（佔17%），公民營事業機構各有11（佔29%）及5（佔38%）單位。

(十) 對外體育活動經費之增減情況

單位類別	單位數	逐年增加	百分比	逐年減少	百分比	不一定	百分比	合計
中央部會及所屬機關	16	4	25%	0	0%	12	75%	100%
公營事業機構	30	8	27%	0	0%	22	73%	100%
民營事業機構	11	2	18%	0	0%	9	82%	100%
合計	57	14	25%	0	0%	43	75%	100%

有表示意見的57單位中，75%對外體育活動經費之增減不一定，祇有25%表示逐年增加。

(四)對外體育活動參與之職工佔全部職工之百分比。

單位類別	單位數	1%以下	百分比	1至2%	百分比	3至4%	百分比	5至6%	百分比	7至8%	百分比	9至10%	百分比	10%以上	百分比	合計
中央部會及所屬機關	14	0	0%	2	14%	2	14%	2	14%	0	0%	4	29%	4	29%	100%
公營事業機構	20	1	5%	1	5%	0	0%	5	25%	1	5%	7	35%	5	25%	100%
民營事業機構	7	0	0%	1	14%	2	29%	2	29%	0	0%	1	14%	1	14%	100%
合計	41	1	2%	4	10%	4	10%	9	22%	1	2%	12	29%	10	25%	100%

有回答的41個單位中，表示對外體育活動參與之職工佔全部職工之百分比以9-10%為最多，10%以上次之，再次為5-6%，其他依次為3-4%、1-2%及1%以下。

(五)最近五年內參加對外比賽次數。

單位類別	單位數	一至二次	百分比	三至四次	百分比	四次以上	百分比	合計
中央部會及所屬機關	12	1	8%	1	8%	10	84%	100%
公營事業機構	20	0	0%	2	10%	18	90%	100%
民營事業機構	9	1	11%	1	11%	7	78%	100%
合計	41	2	5%	4	10%	35	85%	100%

有對外參加比賽的41單位中，最近五年內曾參加四次以上者佔85%，三至四次者10%，一至二次者5%。

(六)最近五年內曾主辦或承辦過運動錦標賽。

單位類別	單位數	有主辦1-2次	百分比	有主辦3次以上	百分比	合計
中央部會及所屬機關	8	0	0%	8	100%	100%
公營事業機構	17	15	88%	2	12%	100%
民營事業機構	3	1	33%	2	67%	100%
合計	28	16	57%	12	43%	100%

74單位中有28單位主(承)辦過運動錦標賽，佔38%。曾主(承)辦過一至二次者佔

57%，主（承）辦過3次以上者佔43%。其中以民營事業機構主（承）辦的比率較多，佔45%；次為中央部會及所屬機構，佔35%，最少為民營事業機構，佔23%。

(四)對外體育活動或競賽，均留有詳細資料與紀錄。

有保存者中央部會及所屬機關有5單位，佔22%；公營事業機構有14單位，佔37%。

民營事業無一單位有保存。

(五)有定期舉行職工郊遊活動。

單位類別	單位數	一年一次	百分比	半年一次	百分比	不定期	百分比	每年五次	百分比	每月一次	百分比	合計
中央部會及所屬機關	17	2	12%	6	35%	9	53%	0	0%	0	0%	100%
公營事業機構	38	9	24%	9	24%	15	39%	3	8%	2	5%	100%
民營事業機構	13	2	15%	5	39%	6	46%	0	0%	0	0%	100%
合計	68	13	19%	20	30%	30	44%	3	4%	2	3%	100%

74單位中，有舉行職工郊遊活動者68單位，佔92%。不定期舉行者多數，佔44%，次為每半年舉行一次，佔30%，再次為一年一次，佔19%，每年五次及每月一次者最少，分別佔4%及3%。

(六)運動代表隊情況

1. 有運動代表隊組織者計42單位，佔全部57%，中央部會及所屬機關有14單位（佔61%），公營事業機構各有21（佔55%）及7（佔54%）單位。

2. 代表隊每週練習次數。

單位類別	單位數	5-6次	百分比	3-4次	百分比	1-2次	百分比	合計
中央部會及所屬機關	12	1	8%	1	8%	10	84%	100%
公營事業機構	19	9	47%	2	11%	8	42%	100%
民營事業機構	4	1	25%	2	50%	1	25%	100%
合計	35	11	32%	5	14%	19	54%	100%

42單位有運動代表隊組織者，35個單位（佔83%）有定期練習，以每週練習1-2次者最多，佔54%；5-6次者居中，佔32%；3-4次者最少，佔14%。其中又以公營事業機構最多，每週練5-6次者，高居45%，練習次數最少者（每週1-2次）為中央部會及所屬機關，佔84%。每次練習時間以1-2小時者佔絕大多數。

3. 運動代表隊的種類。

(1)男職工運動代表隊有 17 種，包括：籃球、桌球、排球、羽球、網球、棒球、田徑、足球、躲避球、手球、壘球、拔河、划船、保齡球、太極拳、空手道、游泳等。茲以組隊最多之五種列表說明如下：

單位類別	單位數	籃球	百分比	桌球	百分比	排球	百分比	羽球	百分比	網球	百分比
中央部會及所屬機關	23	7	30%	13	57%	3	13%	10	43%	11	48%
公營事業機構	38	10	26%	20	53%	9	24%	11	29%	10	26%
民營事業機構	13	6	46%	5	38%	3	23%	2	15%	1	8%
合計	74	23	31%	38	51%	15	20%	23	31%	22	30%

由上可見，各單位達半數均有桌球代表隊的組織， $\frac{1}{3}$ 有籃球、羽球、網球隊， $\frac{1}{5}$ 有排球隊之組織。

(2)女職工運動代表隊有 15 種，除缺棒球及手球兩項外，餘與男職工同，茲以組隊最多的前五項列表說明如下：

單位類別	單位數	籃球	百分比	桌球	百分比	排球	百分比	羽球	百分比	網球	百分比
中央部會及所屬機關	23	5	22%	10	43%	2	9%	5	22%	7	30%
公營事業機構	38	2	5%	11	29%	2	5%	5	13%	3	8%
民營事業機構	13	4	31%	4	31%	2	15%	2	15%	1	8%
合計	74	11	14%	25	32%	6	8%	12	16%	11	15%

女職工組隊最多的五種運動代表隊與男職工同，約 $\frac{1}{3}$ 單位有桌球隊，14—16%單位有籃球、羽球、網球代表隊，祇有 8%單位組有排球隊，然而在數量上，顯較男隊為遜色。

(3)各單位擁有男女職工運動代表隊的隊數。

單位類別	單位數	一隊	二隊	三隊	四隊	五隊	六隊	七隊	八隊	九隊	十隊	十一隊	十二隊	十三隊	十四隊	十五隊	十六隊	合計	隊數(平均)
中央部會及所屬機關	23	1	1	1	1	1	4	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	14	95
	百分比	7%	7%	7%	7%	7%	30%	0%	7%	7%	0%	7%	7%	0%	0%	0%	7%	100%	6.8 隊
公營事業機構	38	3	3	3	4	2	3	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	21	89
	百分比	3.3%	3.3%	3.3%	19%	10%	3.3%	0%	5%	5%	5%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	100%	4.2 隊
民營事業機構	13	0	1	2	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	7	46
	百分比	0%	14%	3%	0%	14%	0%	0%	14%	0%	0%	14%	0%	0%	14%	0%	0%	100%	6.7 隊
合計	74	4	5	6	5	4	7	0	3	2	1	2	1	0	1	0	1	42	230
	百分比	10%	12%	14%	12%	10%	17%	0%	7%	5%	2%	5%	2%	0%	2%	0%	2%	100%	5.5 隊

42 單位擁有男女職工運動代表隊共 230 隊，平均每單位擁有 5.5 隊。其中中央部會及所屬機關與民營事業機構不相上下，平均有 6.8 及 6.7 隊，公營事業機構偏低，平均祇有 4.2 隊。其中以電力公司有 16 隊最多，不過是由全省各附屬單位聯合組成的。

(4)運動代表隊的組成。

單位類別	單位數	未說明組成方式者	百分比	自行指定參加	百分比	自行組隊	百分比	公開選拔	百分比	指定參加	百分比	合計
中央部會及所屬機關	14	7	50%	0	0%	0	0%	7	50%	0	0%	100%
公營事業機構	21	4	19%	4	19%	1	5%	10	48%	2	9%	100%
民營事業機構	7	3	43%	0	0%	0	0%	4	57%	0	0%	100%
合計	42	14	33%	4	10%	1	2%	21	50%	2	5%	100%

運動代表隊半數以上單位均係公開選拔組成，未說明組成方式者有 $\frac{1}{3}$ 單位，自行及指定參加者有 $\frac{1}{10}$ 單位，指定參加及自行組隊者分別佔 5% 及 2% 為最少。

(5)運動代表隊的教練

單位類別	單位數	外聘	百分比	內聘	百分比	無教練或隊員兼	百分比	合計
中央部會及所屬機關	14	3	21%	4	29%	7	50%	100%
公營事業機構	21	1	5%	15	71%	5	24%	100%
民營事業機構	7	0	0%	5	71%	2	29%	100%
合計	42	4	10%	24	57%	14	33%	100%

各單位運動代表隊的教練自單位內職工中內聘者為最多，佔 57% 以上，且多為義務職，其次係由隊員兼任，或無教練者佔 $\frac{1}{3}$ 。 $\frac{1}{10}$ 單位教練係外聘，並酌支車馬費。

(6)運動代表隊的練習場地。

單位類別	單位數	未說明地點	百分比	單位內外均有	百分比	本單位外	百分比	本單位內	百分比	合計
中央部會及所屬機關	14	5	36%	6	43%	2	14%	1	7%	100%
公營事業機構	21	8	38%	2	10%	1	5%	10	49%	100%
民營事業機構	7	3	43%	0	0%	1	14%	3	43%	100%
合計	42	16	38%	8	19%	4	10%	14	33%	100%

各單位運動代表隊練習場地38%未有說明，其次為在單位內練習者佔 $\frac{1}{3}$ 。在單位內及外兼而有之者佔19%，在單位外練習者祇有10%。中央部會及所屬機關代表隊在單位外練習者最高，達43%，蓋機關內均缺乏運動場地之故。

七、是否需要體育系科畢業生之支援

(一)表示願意接納本校(省立體專)學生於寒暑假前往實習者，計中央部會及所屬機關1單位，公民營事業機構各為11及3單位，共15單位，佔20%。

(二)各單位所需實習學生運動專長、性別及人數如下表：

項	目	男	女	百分比	項	目	男	女	百分比
桌	球	8		23%	籃	球	5	1	18%
排	球	3		9%	網	球	2		6%
羽	球	3		9%	土	風	2	7	26%
國術(太極拳)		2	1	9%	合	計	25	9	100%

(三)部分單位不願接納體育系科學生前往支援之理由為：

1. 單位內缺乏運動場地及設備。
2. 單位內未編列接待實習生之經費預算。
3. 職工每日工作繁忙，無暇參與體育活動。
4. 已聘有體育指導員。
5. 寒暑假適值生產旺季，職工晝夜加班，無暇參與體育活動。
6. 寒暑假適值各工廠擴建廠房，空地堆滿建材，無運動場地可資利用。

八、推動職工體育活動面臨的困難

有表示意見者共17單位，茲歸納為八點扼要說明如下：

內	容	提 出 單位數	百分比
(一)	單位內缺乏適當運動場及設備。	17	25%
(二)	經費困難。	14	21%
(三)	職工以生產為主，參與運動的時間及人數不易控制。	13	19%
(四)	職工平日工作忙碌，對參與運動不夠熱心。	8	12%
(五)	缺乏指導人員。	8	12%
(六)	上級對推動職工體育不夠積極。	4	6%
(七)	單位內無專設體育組織，乏人推動。	3	4%
(八)	各項活動必須呈准後辦理，推動困難。	1	1%
合	計	67	100%

九、推動職工體育活動之建議

有表示意見者共 28 單位，茲歸納為九點，茲列表說明如下：

內 容	建 議 單位數	百分比
(一)應由政府或法令規定，各單位應編列一定數額的職工體育活動經費預算。	9	32 %
(二)教育當局嚴格規定各級學校必須開放運動場地供有關單位及社會團體人士使用。	4	14 %
(三)由政府或法令規定，各單位職工人數在五百人以上者應設體育（康樂）指導人員。	4	14 %
(四)政府宜在各地工業區興建運動場地，以利職工使用。	3	11 %
(五)政府宜在各縣市興建公務員活動中心，以利職工體育之推展。	2	7 %
(六)由政府或法令規定，各單位職工每日應有一定時間參與體育康樂活動。	2	7 %
(七)政府應協調大眾傳播機構，多多宣導職工體育的益處。	2	7 %
(八)政府有關單位應建立公務員或職工運動比賽制度，對推動職工體育有績效的單位予以表揚，並列入考核項目之一。	1	4 %
(九)政府有關單位應利用機會，灌輸各單位主管重視推動職工體育康樂活動。	1	4 %
合 計	28	100 %

陸、結 論

從所蒐集的文獻中顯示，已開發各國均以減少工時，有效利用休息時間及推行職工體育休閒活動，作為改善勞工福利的要項。因為它可以增進職工的身心健康、增加工作效率、改善勞資關係、促進人際關係、減低缺勤及異動率、減少保險機構醫療經費之負擔等益處，因此政府及資方不惜花費巨額經費，增闢運動場地設備，聘請曾受專業訓練的指導人員，並透過大眾傳播工具，全力推行職工體育。

目前我國朝野對職工體育休閒活動漸趨重視，根據筆者所作74個單位的抽樣調查，含職工 8 萬餘名，職工在千人以上者 13 單位，500 - 999 人者 13 單位，499 - 100 人者 27 單位，100 人以下者 15 單位，約佔全國職工總數 5 % 左右，茲將各單位推行職工體育實況分述如下：

一、組織與行政

- (一) 所接受調查的74個單位中，祇有 14% 單位有專人主管職工體育。
- (二) 半數以上單位均有成立康樂或體育活動組織。
- (三) 42% 單位訂有推動職工康樂或體育活動計畫，並公佈實施。
- (四) 41% 單位訂有全年體育（康樂）活動行事曆。
- (五) 39% 單位的體育（康樂）活動組織訂有章則，每年至少開會一次。
- (六) 祇有 9% 的單位設有體育（康樂）活動人員辦公室。
- (七) 各單位體育活動經費來源：60% 列有固定預算；24% 無固定預算，而在單位經費中撥支；8% 單位由職工定期繳納；所餘 8% 為其他來源所提供。

列有預算的單位，47% 每年每人有 200 元以下的預算，44% 在 200 至 400 元之間；9% 在四〇〇元以上。由職工定期繳納者，83% 每人每年繳交 200 元以上；17% 在 200 - 400 元之間。

二、活動與指導

(一) 職工參與的體育活動項目有33種，最流行的十種項目依次為桌球、羽球、籃球、網球、排球、太極拳、土風舞、游泳、撞球、團體操。女職工則土風舞列為第三位，第九位為登山，而非撞球，一般對體育活動的興趣不及男性。

(二) 各項體育活動有人指導的單位佔 31%。

(三) 各項體育活動 95% 以上單位職工係自由選擇的。少數單位對團體操及健行等活動規定職工必須參加。

職工活動時間排在下午 4 - 6 時之間較多，其餘依次為上班前、中午休息時間、下午下班以後、利用週六下午或週日及晚上 6 - 9 時之間。

三、運動設備

(一) 戶外場地

1. 僅 54% 單位擁有室外運動場地。其中以中央部會機關僅 30% 有運動場地。
2. 擁有運動場地的單位，其面積平均僅有 1,650 平方公尺，其中以民營事業機構場地面積較廣，因接受調查之 13 單位，其職工人數均在 1,000 人以上，規模較大。
3. 74 單位中，僅 2 單位有田徑場，有運動場地的單位以籃球場最多，依次為網球場、排球場、羽球場等。
4. 74 單位中，3 單位擁有 25 × 17 公尺游泳池；僅 1 單位有 50 × 21 公尺游泳池一個。
5. 擁有戶外運動場地者 63% 單位裝有夜間照明設備。

(二) 室內場地

1. 74 單位中全無室內游泳池；3 個單位有專用體育館，1 個單位有專用風雨操場。另 2 單位有兼用體育館、1 個單位有兼用健身房、4 個單位有兼用風雨操場、2 單位有兼用室內羽球場。
2. 22% 單位擁有上述室內運動場地者，多數有足夠高度，光線尚可，約半數有淋浴設備

、洗手間、鏡子、更衣室及防火設備。其中一個體育館內設有可供運動員居住的宿舍。

(三)運動器材

1. 沒有一個單位擁有專供殘障職工使用之運動器材。
2. 約 30% 單位擁有運動器材保管室。
3. 一般單位擁有球類運動器材最多，特別是桌球台、羽球、籃球及排球等器材。其次為韻律活動器材，如電唱機、錄音機、唱片、錄音帶等。其他如田徑、體操等器材極感缺乏。
4. 45% 單位設有保健室。內部設備齊全者佔 58%，尚可者佔 36%，設備差者佔 9%。
5. 其他設備，41% 單位有淋浴室，5% 單位擁有體育衛生專用圖書室或資料室，9% 單位有購置體育、運動、衛生圖書雜誌。

四、體育指導人員

- (一) 47% 單位聘有專兼任體育指導員。其中僅二個民營事業機構分別聘有一名專任指導員，其餘均屬兼任。
- (二) 35 單位所聘的專兼任指導人員最少為一名，最多為十名，以聘任二名最多，佔 22%。其中半數兼任運動代表隊教練。各單位所聘任的 150 名指導人員中，僅 7 名曾受體育專業訓練，佔 5%。

五、測量與評價

- (一) 職工身高體重測量每年實施一次者，公、民營事業機構共有 10 單位，佔 20%。中央機關多數配合公保每年實施健康檢查時測量。
- (二) 沒有一個單位實施職工體能測驗。
- (三) 體育指導人員研究會議，能每年召開一次者僅有一單位。
- (四) 定期舉行職工健康檢查者有 30 單位，佔 41%。

六、運動比賽

- (一) 58% 單位訂有單位內一年的運動比賽計畫。僅有一單位訂有半年的運動比賽計畫。
- (二) 9% 單位每年舉行一次田徑運動會。另有一單位為二年舉行一次。
- (三) 各單位舉辦的全單位運動競賽的項目多達 25 種。半數單位有舉辦桌球賽，約有 $\frac{1}{3}$ 單位舉辦籃球、排球賽。約 $\frac{1}{4}$ 單位有舉辦羽球、網球賽，5% 單位有舉辦趣味競賽、拔河比賽及田徑賽。
- (四) 61% 單位每年舉行一次或多次運動競賽，裁判員全部由單位內職工擔任，另 27% 單位聘請外人擔任，有 18% 單位由體育指導員擔任。
- (五) 職工參加單位內運動競賽，70% 單位係自由報名參加，8% 單位指定參加，其餘為經選拔後參加。
- (六) 對外體育活動經費，62% 單位認為尚可應付，25% 單位表示不足，13% 單位表示充裕。

(e)對外體育活動經費，25%單位表示逐年有增加，75%單位則表示不一定。

(f)各單位參與對外體育活動的職工，佔全部職工的比例，29%單位表示以9-10%為最多，其餘依次為10%以上、5-6%、3-4%、1-2%及1%以下。

(g)有對外參加比賽的41單位中，最近五年內曾參加4次以上者佔85%，3-4次者10%、1-2次者5%。

(h)最近五年內曾主辦或承辦過運動錦標賽者有28單位，佔38%。曾主(承)辦過1-2次者佔57%，3次以上者43%。

(i)祇有26%單位保存有對外比賽之詳細資料與紀錄。

(j)92%單位有定期舉行職工郊遊活動。其中以不定期舉行者最多，佔44%；半年舉行一次者佔30%；一年舉行一次者，佔19%；每年5次及每月1次者最少，分別佔4%及5%。

(k)57%單位組有運動代表隊。其中83%有定期練習。以每週練習1-2次者最多，次為5-6次，3-4次最少。每次練習以1-2小時為最多。

(l)運動代表隊的種類，男女職工均以桌球隊最普遍，佔50%，其餘依次為籃球、羽球、網球、排球。

(m)擁有運動代表隊的單位，平均每單位有5.5隊，惟數量上男代表隊遠超過女代表隊。

(n)運動代表隊之組成，半數以上係公開選拔。其餘係指定參加或自行組隊。

(o)運動代表隊的教練，57%單位係由單位內聘任， $\frac{1}{3}$ 單位由隊員兼任， $\frac{1}{10}$ 單位係外聘。

七、20%單位表示願意在寒暑假接受體育系科畢業生支援推動職工體育活動，其不願接受之理由為：

(一)單位內缺乏運動場地及設備。

(二)單位內未列接待實習生之經費預算。

(三)職工平日工作繁忙，無暇參加體育活動。

(四)單位內業已聘有體育指導員。

(五)寒暑假適值生產旺季，職工晝夜加班，無暇參加體育活動。

(六)寒暑假適值各工廠擴建廠房，空地堆滿建材，無運動場地可資利用。

八、推動職工體育面臨的困難：

(一)單位內缺乏適當運動場地及設備。

(二)經費困難。

(三)職工以生產為主，參與運動的時間及人數不易控制。

(四)職工平日工作忙碌，對參與運動不夠熱心。

(五)缺乏指導人員。

(六)上級對推動職工體育不夠積極。

(七)單位內無專設體育組織，乏人推動。

(六)各項活動必須呈准後辦理，推動困難。

柒、建 議

從所蒐集的文獻及調查資料顯示，我國職工體育較先進國家尚有一段距離，亟應迎頭趕上。因為目前我國職工人數已超過全國人口四分之一以上，發展全民體育是國家的既定政策，對職工體育的推展自不容忽視。茲根據調查研究所發現的問題，再參考世界各國發展職工體育的趨勢，提出下列各點建議，以供有關當局參考。

一、觀念溝通方面

- (一)大眾傳播之運用——有關當局宜協調各電視台、電台、報社、雜誌社宣導職工體育的重要性。
- (二)研討會之舉行——有關當局宜多舉辦全民體育或職工體育研討會，提供有關人員進修的機會。
- (三)各訓練機構之配合——革命實踐研究院、救國團、青輔會、省訓團及有關單位員工訓練機構等在舉辦研習會、訓練班及有關活動時，多請體育專家學者作專題演講，闡揚發展職工體育之意義。
- (四)有關會議之配合——工廠會議、機關動員月會、人事會報時，可邀請體育專家學者前往演講，灌輸勞資雙方、機關首長及員工推行體育活動的正確觀念，期能改進勞資及下級職工與上級職工之關係。

二、法令修訂方面

- (一)國民體育法的修訂——發展國民體育應有法令依據，我國民三十年所公佈的「國民體育法」，已不合當前需要，宜早日修訂，對推展職工體育應有明文規定。
- (二)國民體育實施方案的擬訂——國民體育法中第五條規定，國民體育之實施方案由教育部會同有關機關擬訂，迄今尚付闕如，該方案對職工體育實施細節，應有明確的規定。
- (三)推展職工體育應訂有長、中、短程計畫——民國六十八年八月一日由行政院頒布的「推展全民體育運動計畫」第叁條第九及第十項，對推廣公務人員及工商企業機構體育活動有原則性的規定，教育部宜早日會同有關機關擬訂長、中、短程計畫，由所有單位切實執行。公務人員由人事行政局、國營事業機構由經濟部、民營事業機構由內政部、省營事業機構由省政府分別督導與考核。
- (四)工廠法之修訂——職工每週工作時數以不超過四十四小時為宜，每日不超過八小時為度，對「如因地方情形或工作性質有必須延長工作時間者，得定至十小時」一節應予刪除，以免產生流弊。對休息時間宜修改為每工作二小時應有半小時之休息，以維護職工的健康及工作效率，必要時可逐年減少每週工作時數至四〇小時，俾職工有較多餘暇從事有益身心之活動。

且設廠標準中應列有運動場地一項，面積大小視職工人數多寡訂定標準。

(四)職工福利金條例之修訂——將職工福利金提撥之百分比宜酌予增加，以利興建職工俱樂部及運動場地。有關機關並應查明各單位是否按時提撥。

(五)工廠法施行細則之修訂——規定各單位滿 500 名職工者應設體育康樂指導員一名。1000 名以上者二名，餘類推。500 名職工以下者得聘請兼任指導員。

三、行政組織方面

(一)工會功能應加強——有關當局應輔導各地工會組織之健全，以發揮其功能，為會員爭取更多的福利，並經常舉辦體育休閒活動。

(二)體育休閒活動組織應有專人負責——各單位所成立的體育康樂組織應聘請受過專業訓練人員主持業務。

(三)全國職工體育休閒活動協會應組成——協會應由各單位負責職工體育成員組織之，其宗旨應以為各會員提供體育休閒活動資料，研究職工體育及休閒活動之推展及主辦全國性職工運動比賽等事宜，成為中華體協一會員。

四、經費及場地方面

(一)經費由各機關分別編列預算——目前職工體育推展的最大障礙在場地設備不足，可由教育部、經濟部、人事行政局、內政部、省市市政府各單位分別編列預算，在各地逐年興建民衆、公務員、職工體育休閒活動中心，地點以職工集中地區為宜。各縣市應擴建原有體育場、體育館及游泳池，各鄉鎮在適當地點興建簡易運動場地。此外在各觀光區可興建露營區、游泳池、運動場、騎馬場、射箭場、溜冰場、以及划船、滑水、滑冰和滑雪等設備。

(二)學校運動場開放——在運動場地不足的情況下，教育當局應嚴令各級學校運動場地開放供有關單位、團體及民衆使用。

五、人才培育方面

(一)遠程計畫——各大專院校設有體育系科者，宜開有關休閒活動及職工體育等課程，供學生選修，俾畢業後由各單位聘用時能勝任愉快。

(二)近程計畫——有關學校可利用寒暑假派學生前往各單位實習，吸取經驗，亦可開設有相關課程或舉行研習會，供各單位負責職工體育業務人員研習。

附錄一：本研究接受調查有關單位名單

壹、中央部會暨所屬機關

單 位 名 稱	職 工 人 數		總 計
	男 員 工	女 員 工	
一 中央銀行	575	216	791
二 海關總稅務司署	2,480	400	2,880
三 經濟部證券管理委員會	54	31	85
四 財政部台北市國稅局	668	249	917
五 內政部	419	102	521
六 經濟部北職訓練中心	81	16	97
七 交通部中央氣象局	510	76	586
八 財政部財稅資料中心	192	508	700
九 財政部	200	100	300
十 經濟部商品檢驗局	366	203	569
十一 經濟部國際貿易局	196	181	377
十二 郵政總局	297	161	458
十三 台灣電信管理局	660	540	1,200
十四 基隆郵局	270	78	348
十五 苗栗郵局	75	20	95
十六 鳳山郵局	136	44	180
十七 新竹郵局	176	65	241
十八 台灣電力公司台北南區營業處	456	44	500
十九 台灣電力公司嘉義區營業處	786	49	835
二十 台灣電力公司台東區營業處	200	10	210
廿一 台灣電力公司宜蘭區營業處	344	19	363
廿二 台灣電力公司總管理處	1,235	336	1,571
廿三 台中電信局	900	300	1,200
合 計	11,276	3,748	15,024

貳、公營事業機構名單

單 位 名 稱	職 工 人 數		
	男員工	女員工	總 計
一 台灣省煙酒公賣局中興啤酒廠(台中烏日)	432	111	543
二 台灣省煙酒公賣局屏東酒廠(屏東市)	218	68	286
三 台灣省煙酒公賣局嘉義菸葉廠(嘉義市)	189	31	220
四 鐵路局第七文康中心(嘉義市)	1,819	32	1,851
五 台灣省菸酒公賣局台中酒廠(台中市)	222	105	327
六 台灣省菸酒公賣局板橋酒廠(台北板橋)	325	101	426
七 台灣省菸酒公賣局隆田酒精精製工廠(台南官田)	87	11	98
八 台灣省菸酒公賣局台北酒廠(台北市)	281	118	399
九 台灣省菸酒公賣局成功啤酒廠(台南善化)	464	167	631
十 台灣省菸酒公賣局樹林酒廠(台北樹林)	309	93	402
十一 台灣省菸酒公賣局台中菸葉廠(台中大里)	232	35	267
十二 台灣省菸酒公賣局包裝材料工廠(台北市)	261	118	379
十三 台灣省菸酒公賣局花蓮菸葉廠(花蓮吉安)	86	21	107
十四 台灣省菸酒公賣局花蓮酒廠(花蓮市)	184	44	228
十五 台灣省菸酒公賣局屏東菸葉廠(屏東市)	185	27	212
十六 中國鋼鐵公司(高雄市)	5,496	175	5,671
十七 台灣機械股份有限公司	2,990	132	3,122
十八 台灣肥料股份有限公司新竹廠	1,012	89	1,101
十九 台灣肥料股份有限公司高雄廠	679	49	728
二十 台灣肥料股份有限公司南港廠	571	36	607
廿一 唐榮鐵工廠股份有限公司(高雄市)	3,156	205	3,361
廿二 台灣省菸酒公賣局彰化分局	44	15	59
廿三 台灣省菸酒公賣局嘉義分局	78	20	98
廿四 台灣省菸酒公賣局台中分局	90	14	104
廿五 台灣省菸酒公賣局高雄分局	138	25	163
廿六 台灣省菸酒公賣局基隆分局	57	28	85
廿七 台灣省菸酒公賣局澎湖分局	45	9	54
廿八 台灣省菸酒公賣局(台北市)	355	175	530
廿九 台灣省菸酒公賣局菸葉試驗所(台中大甲)	104	28	132
三十 台灣鐵路管理局員工訓練所	200	0	200
卅一 台灣省菸酒公賣局台東分局	64	9	73

單 位 名 稱	職 工 人 數		
	男 員 工	女 員 工	總 計
卅二 台灣省公路局第一區運輸處(台北縣)	3,238	1,619	4,857
卅三 台灣省公路局管理處(台北市)	599	253	852
卅四 台灣省公路局第二區工程處(台中市)	931	66	997
卅五 台灣省鐵路局管理處(台北市)	1,328	152	1,480
卅六 台灣省鐵路局第五文康中心(台中市)	1,500	100	1,600
卅七 台灣省鐵路局第十五文康中心(台北市)	141	20	161
卅八 台灣省鐵路局第九文康中心(鳳山市)	754	16	770
合 計	28,864	4,317	33,181

叁、民營事業機構名單

單 位 名 稱	職 工 人 數		
	男 員 工	女 員 工	總 計
一 德州儀器股份有限公司(台北縣中和市)	253	2,631	2,884
二 華夏海灣塑膠股份有限公司(苗栗桃園二廠)	1,340	128	1,468
三 南亞塑膠公司(台北縣泰山鄉)	2,830	1,050	3,880
四 國泰塑膠工業股份有限公司(苗栗竹南)	1,200	100	1,300
五 大興化學纖維股份有限公司(楊梅總廠)	800	640	1,440
六 台灣化學纖維股份有限公司(彰化市)	2,500	4,500	7,000
七 台南紡織股份有限公司(台南市)	725	2,009	2,734
八 味王醃酵工業股份有限公司(台北市)	1,000	700	1,700
九 美商亞洲航空股份有限公司(台南縣大林鄉)	1,924	825	2,749
十 台灣日光燈股份有限公司(新竹廠)	511	835	1,346
十一 台灣東電化股份有限公司(楊梅廠)	390	1,050	1,440
十二 台灣三洋電機公司(台北市)	1,800	1,300	3,100
十三 東元電機廠股份有限公司(台北市)	2,200	300	2,500
合 計	17,473	16,068	33,541

74 單位總人數 男職工 57,613 女職工 24,133 總 計 81,746

附錄二：本研究接受調查有關單位各項資料統計

(一)中央部會及所屬機關共二十三單位

1. 單位隸屬

(1)行政院 1 單位 (2)財政部 4 單位 (3)經濟部 9 單位 (4)交通部 8 單位
(4)內政部 1 單位。

2 職工性別人數：(1)男職工 11276 人 (2)女職工 3748 人 (3)合計 15024 人

3. 單位規模

(1)2000 人以上	(2)1000-1999 人	(3)500-999 人	(4)100-499 人	(5)100 人以下	合計
1 單位	3 單位	8 單位	8 單位	3 單位	23 單位

(二)公營事業機構共三十八單位

1. 單位隸屬

(1)國營 6 單位 (鋼鐵業 1、機械 2、化學業 3)

(2)省營 32 單位 (公賣局 23、鐵路局 6、公路局 3)

2. 職工性別人類

(1)男職工 28723 人 (2)女職工 4297 人 (3)合計 33020 人

3. 單位規模

(1)1000 人以上	(2)999-500 人	(3)499-100 人	(4)100 人以下	合 計
8 單位	9 單位	15 單位	6 單位	38 單位

(三)民營事業機構共 13 單位

1. 行業別

(1)機械業 1 單位 (4)食品業 1 單位

(2)化學業 5 單位 (5)運輸工具 1 單位

(3)紡織業 1 單位 (6)電機業 4 單位

2. 職工性別

(1)男職工 17473 人 (2)女職工 16068 人 (3)合計 33541 人

3. 單位規模

(1)4000 人以上	(2)3999-3000 人	(3)2999-2000 人	(4)2000 人以下	合 計
1 單位	2 單位	4 單位	6 單位	13 單位

(四)本研究接受調查全部單位規模

(1)1000 職工以上	(2)999-500 人	(3)499-100 人	(4)100 人以下	合計
25 單位	17 單位	23 單位	9 單位	74 單位

附錄三：註釋

- 註 一：“42% of Employed Population Are Manufacuring Hands”*The China Post*, Dec.3.1979.
- 註 二：“社會變遷中的青少年問題” 中央研究院民族研究所出版 民國 67年 10月 P.217。
- 註 三：同註二，P.243。
- 註 四：同註二，P.199。
- 註 五：“勞工生活狀況調查報告” 第一期 台灣省政府社會處 民國 68年 10月 P.P.24-25。
- 註 六：中國時報 民國 69年 3月 2日。
- 註 七：丁幼泉 “勞工問題” 台灣中華書局出版 民國 60年 8月 第四版 P.219。
- 註 八：G. Otto. Romney *Off-The-Job Living* H.S. Barnes & Co. New York 1945. pp.3-4.
- 註 九：Jackson Anderson, *Industrial Recreation* McGraw Hill Book co. Inc. New York. U. S. A. 1955. 江良規譯 “勞工康樂活動” 教育部出版 民國 48年 12月 P.P.13-24。
- 註 十：Leonard J. Diehl & Floyd. R. Eastwood. *Industrial Recreation-Its Development & Present Status.* Pubilshed Master's study, Purdue University, Lafayette, Ind. 1940. pp.59-60.
- 註 十一：“Employee Recreation Activities--Administration and Cost” *Studies in Personnel Policy*. No.102. National Industrial Conference Board. Ind. New York. 1949 p.48.
- 註 十二：Ghiselli and. Brown op. cit. p.400.
- 註 十三：Rexford B. Hersey *Emotional Factors in Accidents Personnel Journal* Vol. 15.no.2. pp.59-65.
- 註 十四：Jurie J. Erwee Reported on Anderson *“A Survey of Recent Research Findings in Industrial Recreation”* p.276-277.
- 註 十五：“Recreation Will cut Absenteeism.” *Industrial Sports & Recreation*. Vol. 14. No. 11. P.28. 1953.
- 註 十六：Corlin p. Acher. Reported in Jackson M. Anderson, *“A Survey of Recent Research Findings in Industrial Recreation”* *Research Quarterly*, Vol.22. No.3. P282. 1951.
- 註 十七：同註九。

- 註十八：蔡漢賢 “社會工作理論與實務” 台灣省社會福利研究會印行 民國61年12月初版 P.221。
- 註十九：桑慶榮 “體育學認識論” 體育學術研討會專刊 P.182 民國68年7月。
- 註二十：陳在頤 “國民學校體育測驗” 台灣省國民學校教師研習會出版 民國51年8月 P.1。
- 註二十一：樊正治 “體育理論與活動的結構” 體育學術研討會專刊 民國63年6月 P.36。
- 註二十二：同註二十一。
- 註二十三：樊正治 “體育的本質” 體育學術研討會專刊 民國63年3月 P.5。
- 註二十四：同註十九。
- 註二十五：朱文光 “疲勞與休息效果之研究” 體育學研討會專刊 民國67年7月 P.265。
- 註二十六：Moyo.E. "The Human Problem of An Industrial Civilization" Boston: Mac-millan. 1946. p.
- 註二十七：Dill. D.B., Talbott. J.H.C. Edwards. H.T. "Response of Several Individual to a Task" J. Physical. 1902. pp.267-305.
- 註二十八：Lucien Brouha "Train Science and Medicine of Exercise and Sport" p.403.
- 註二十九：Christensen, E.H. "physiological Valuable of Work in The Nykroppa, Iron Works!" In W.F. Floyd. & A.T. Welford (Eds) Soc. "Sympos. or Fatigue." London. Lewis. 1953. pp.93-108.
- 註三十：H. Harrison Clarke "Application of Measurement to Health and P.E." Fourth Edition. Prentice-Hall. Inc. Englewood. Cliffs. New Jersey. 1967. pp.47-48.
- 註三十一：同註三十。
- 註三十二：同註三十。
- 註三十三：同註三十。
- 註三十四：同註七 P.190。
- 註三十五：同註七 P.195。
- 註三十六：丁幼泉 “企業內的勞工問題及其處理” 正中書局。民國66年4月出版 P.65。
- 註三十七：同註三十六 P.94。
- 註三十八：陳繼盛 “勞資關係” 正中書局出版 民國68年5月 P.P. 58—59。
- 註三十九：丁幼泉 “勞資關係概論” 中華企業發展中心 民國61年11月修四版 P.126。

- 註四十：同註三十九 P.129。
- 註四十一：同註三十九 P.130。
- 註四十二：同註三十九 P.130。
- 註四十三：同註三十九 P.130。
- 註四十四：邱金松 “英國的體育評議會與全民體育” 國民體育季刊 第八卷 第三期 P.20 民國68年9月。
- 註四十五：“Welfare Work for Employees in Industrial Establishment in The U.S.A.” Bureau of Labor Statistics Bulletin. 250. 1919.
- 註四十六：Dorothy Schaper "Industrial Recreation for Women." American P.E. Review. Vol.27. No.3. pp.103-113. 1922.
- 註四十七：同註九 P.P. 61-66。
- 註四十八：同註九 P.205。
- 註四十九：同註十一 P.P. 37-46。
- 註五十：Leonard, G. Diehl. "A National Study of Industrial Recreation during 1939-40." Unpublished Master's. Thesis. Purdue. University. Lafayette. Ind. 1940. p.iii.
- 註五十一：同註十一 P.38。
- 註五十二：Ibid p.16-37.
- 註五十三：H.E. Clark. Reports in Anderson pp cit p.282.
- 註五十四：同註九 P.210。
- 註五十五：同註十一 P.67。
- 註五十六：同註十一 P.67。
- 註五十七：同註十一 P.69。
- 註五十八：同註十一 P.71。
- 註五十九：同註十四 P.280。
- 註六十：同註五十二 P.281。
- 註六十一：同註十六
- 註六十二：同註十一 P.24。
- 註六十三：Gerald B. Fitzgerald and Mary Ellen Evens, "Supply and Placement of College Recreation Graduates." Quarterly Bulletin of The American Recreation Society. Vol. 4. No.1 p.10. 1952.
- 註六十四：大島著 劉有德譯 “亞洲工商界的運動現況” 亞洲體育季刊 第三卷 第一期 P.65 民國69年1月1日 中華民國亞洲體育雜誌社發行。
- 註六十五：蔡特龍 “日本的全民運動概況” 同註四十四 P.P.23-26。
- 註六十六：O-Joong Kim "Leisure and Labor Welfare in Korea" Asian Journal of P.E. Vol.2. No.4. Oct. 1st. 1979.