

## 衛生福利部 函

地址：11558臺北市南港區忠孝東路6段488號  
傳 真：(02)85907080  
聯絡人及電話：廖姻如(02)85907451  
電子郵件信箱：moyinju@mohw.gov.tw

受文者：教育部

發文日期：中華民國104年6月9日

發文字號：衛部心字第1040116548號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：來函影本及心情溫度計APP簡介1份（1040116548-1.pdf，共1個電子檔案）

主旨：有關全國自殺防治中心建置心情溫度計APP，惠請轉知所屬機關及學校下載運用，請查照。

說明：

- 一、依據社團法人台灣自殺防治學會(以下稱自殺防治學會)104年6月5日台自防〔衛〕字第1040605001號函辦理。
- 二、自殺防治學會承接本部103年度「全國自殺防治中心計畫」，旨揭APP係該學會辦理上開計畫之創新工作成果之一，其具IOS及Android二版本，結合簡式健康量表，並可線上閱讀自殺防治系列電子書，更提供各縣市心理衛生資源清冊，以利及時求助與轉介。
- 三、檢附自殺防治學會來函影本及心情溫度計APP簡介1份。

正本：教育部、臺中市政府、臺南市政府、高雄市政府、新北市政府、臺北市政府、桃園市政府、花蓮縣政府、臺東縣政府、宜蘭縣政府、基隆市政府、彰化縣政府、嘉義市政府、新竹市政府、新竹縣政府、嘉義縣政府、南投縣政府、屏東縣政府、苗栗縣政府、雲林縣政府、金門縣政府、福建省連江縣政府、澎湖縣政府

副本：社團法人台灣自殺防治學會

104/06/09  
16:13:52

部長 蔣丙煌

本案依分層負責規定授權業務主管決行

## 心情溫度計 APP 簡介

由於目前雲端服務的推出以及智慧型裝置的普及，加上行動裝置 APP 程式的運用已深入大眾的日常生活，為讓心情溫度計更有利於民眾使用，由台大醫院李明濱教授設計開發心情溫度計應用程式，以智慧型裝置作為媒介，提供一機在手即可隨時自我檢測情緒及心理狀態的服務。心情溫度計不只容易使用，且簡短有效，不只可用於自我檢測，更可用於關心他人。

目前 IOS 及 Android 系統之「心情溫度計 APP」已正式上線並提供免費下載，歡迎擁有智慧型手機、平板的用戶踴躍下載，並協助轉發推廣。此 APP 中不只提供心情的檢測及分析建議，更提供了全國心理衛生資源及心理健康秘笈(系列電子書)，方便查詢。

### ✧ 心情溫度計 APP 提供服務如下：

1. 心情溫度計(BSRS-5)的檢測及分析建議。
2. 全國心理衛生資源，民眾可查詢臨近的精神醫療院所並尋求協助。
3. 心理健康秘笈，內含自殺防治系列手冊，方便民眾查詢參考。

### ✧ 如何下載『心情溫度計 APP』

1. 連至 APP store 或 Google play 商店搜尋『心情溫度計』。
2. 使用手機掃描下圖 QR code，立即下載。

### ✧ 『心情溫度計 APP』iOS 及 Android QR Code



iOS



Android