



東台精機股份有限公司

照護員工健康 # 打造健康職場



榮獲健康管理獎

負責人：嚴瑞雄董事長
員工總數：795 人
行業別：製造業
主要產品：立/臥式加工中心、立/臥式加工車床、PCB 加工機、搪銑加工機、雷射加工機、積層製造設備、專用機

健康促進推動人員(單位/職稱)：陳雅雯(安全衛生室/護理師)

職場地址：高雄市路竹區路科三路3號

企業健康精神

東台精機秉持人本觀念，強調員工是企業最重要的資產，近年大力推行工作與生活平衡措施，舉辦身心健康、體育休閒、親子家庭等各類活動，積極打造健康職場，讓員工在工作的同時，也能兼顧健康、家庭與生活的平衡。

職場健康促進推動特色

1. 健康檢查

優於法規辦理健檢活動：一般勞工健檢(年資10年以上增加腹超)，搭配國健署防癌篩檢(口腔癌、大腸癌)，及衛生所

愛滋篩檢；針對高階主管及海外派駐者，提供高階到院健檢服務。107年度健檢金額達112萬元，803人健檢率達99.8%；108年度健檢金額達111萬元，781人健檢率達100%。

2. 職醫護照護

健檢結果以『11項健康指標』進行分級管理，共分為四級(零級健康、一級、二級、三級)，優先安排高風險者進行職醫面談諮詢(二三級管理、過勞、人因、母性、傷病後復工等)，職護追蹤就醫狀況及衛教。【職醫面談106年120位、107年115位；107年二-三級中高風險比率相較106年下降1.59%】

3. 健康吃聰明動，樂活輕享瘦

針對員工健檢異常率前三名項目—BMI、血脂、肝指數，擬定『健康體位管理』政策，並積極舉辦各類健康觀念建立課程、活動，公司高層主管、基層員工乃至於工讀生皆踴躍參與活動。

(1)107年『躍動躍健康減重趣』

有氧燃脂功能性運動(12小時)，搭配講座(3小時)，共42人參與，減重成效51.8公斤，腰圍減少124公分！

(2)108年『健康享瘦班』

調整健康飲食觀念課程(9.5小時)，共45人參與，減重成效225.8公斤，減重比率5.75%，腰圍減少334公分。其中20位同仁減重5公斤以上，更有5位減重達10公斤以上，而第一名減重更高達22.9公斤、減脂15.2%！

(3)108年『運動樂活班』

有氧燃脂功能性運動(6-8月每周一堂，共12堂)，共40人參與。

(4)108年『體適能檢測』

共66人參與。

(5)108年『東台50健康存摺集點GO』

員工工會贈送全體員工小米運動手環，結合公司健促活動(健康講座、健康享瘦班、運動樂活班、體適能、四癌篩檢、戒菸轉介)、健康步行6,000步及運動30分鐘，更加入運動積點送好禮的誘因，鼓勵員工養成規律運動的習慣。共計150人參與，總獎勵高達6萬元。

(6)108年『50周年東台盃壘球邀請賽』

七隊報名參賽，共計120人參與，活

動花費約4萬元。

4. 資源整合，健促推動更有力

(1) 衛生所防疫資源

支援登革熱防疫、流感防治宣導會及公費流感注射。106-107年公費流感共施打126人次。

(2) 衛生局二代戒菸服務到廠計畫

對公司147位吸菸者進行問卷調查(問卷回收率84.8%)，其中9人已成功戒菸，11人轉介戒菸專線、9人轉介戒菸門診。

(3) 東台季報

於公司定期刊物撰寫『小護士專欄』，宣導健促與防疫資訊。

(4) 勞動部工作與生活平衡計畫

105-108年補助27萬元，東台自籌27.7萬元，辦理健促、舒壓、家庭日等活動；108年列名『優質企業觀摩交流模範公司』。

未來目標或展望

1. 預防職業疾病發生，減少高風險人數，並打造遠離菸害的工作環境。
2. 建置更加舒適工作環境及員工休閒設施。
3. 持續辦理健康促進活動，協助員工建立全面性的健康觀念，並培養規律的運動習慣來促進體能。

