



## 美律實業股份有限公司

員工總數：761 人

健康促進推動人員：職業安全衛生課 / 林美吟

行業別：電子製造業

主要產品：耳機、揚聲器、麥克風、輔聽器及電池產品等

### 壹、企業健康精神

美律實業極為重視員工的身心健康，不僅在政策上積極推動美律四個 DNA「愛閱讀、懂音樂、好運動、做志工」等多元化的養成活動，也落實健康環境及舉辦各式各樣的運動、音樂社團和多元教育訓練。透過這些努力，鼓勵中高齡工作者維持工作與生活的平衡與不斷學習，共同創造健康快樂的無齡人生。

### 貳、職場健康促進推動特色

#### 一、健康安全舒適的工作環境

1. 職務再設計，工作 so easy：因工作特性美律以筆記型電腦為主要作業工具，為降低視覺壓力，員工可依需求申請電腦螢幕，美律中高齡族群已配置大尺寸電腦螢幕約 37.6%，遠高於其他年齡層的 28%。
2. 藝術連廊與行動辦公室：行動辦公室的高腳會議桌及移動式螢幕，預防久坐可能的肌肉痠痛，同時提升會議效率；大片落地窗、咖啡點心和畫展的連廊，更是同仁最喜歡的心靈角落，有助於身心充電，激發更多的創意思維。

#### 二、健康一把罩

1. 健康不打烊：鼓勵健康生活，辦理多元健康促進活動，並在公共空間設置血壓計與體脂計，讓同仁時時關注健康數據。2022 年到 2023 年，中高齡族群健檢 BMI 異常率自 56.12% 降至 54.11%；血壓異常率自 37.41% 降至 34.93%；代謝症候群個案則自 23.79% 降至 23.29%。中高齡族群健康促進參與率自 52.7% 到提升至 63.0%，活動滿意度達 4.8 分 (5 分制)。
2. 疫苗接種與癌症篩檢：鼓勵中高齡族群提升防疫力，免去排隊與舟車勞頓，辦理流感疫苗接種與癌症篩檢。美律優於法規每年舉辦健康檢查，2022

年另補助腸癌篩檢，提倡疾病預防觀念，守護員工健康。

#### 三、運動保健

1. 美律運動 APP：鼓勵運動習慣養成，除了美律自行研發運動 APP 供員工無償使用，每年更舉辦運動賽事，鼓勵員工揪團動起來。
2. 分級運動課程：為提升中高齡族群健康體能，透過揪團參賽，提升各年齡層員工交流，運動課程與競賽不分齡，可自行選擇合適的活動，如彈力帶伸展、拳擊有氧、肌力訓練及不分齡氣功等，運動課程深獲同仁喜愛，活動滿意度達 4.6 分 (5 分制)。

### 參、未來目標或展望

美律用心照顧每一位員工，深信擁有強健體魄與健康的身心，才能讓員工與企業達到雙贏。未來，美律將持續提供多元的身心靈健康促進活動，營造友善中高齡職場，打造無齡美好人生。

