

健康職場優良推動人員獎



全面細心照護，員工健康穩固

李品臻 女士

儒鴻企業股份有限公司大園廠

職場地址：桃園市大園區大工路 134 號

員工總數：310 人

所屬單位 | 總務 - 勞工健康管理室

於任職職場辦理健康促進工作之年資：3.4 年

行業別：染整業

主要產品：彈性針織布

● 職場健康促進推動貢獻

一、用心健康管理，規劃健康促進

1. 用心健康管理 規劃健康促進：管理後登錄「健康諮詢 - 溝通及服務紀錄」迄今已完成 3,978 次。
 - (1) 體格 / 健康檢查報告：體格檢查繳交率 100%、健康檢查參與率 100%。
 - (2) 報告有效利用，協助轉介就醫：迄今健康管理 707 人且完成率 100%，另臨場服務時段視員工個別性提供健康指導或轉介，服務人次 246 人且出席率 100%。
 - (3) 異常疾病管理與監測：員工多元國籍，聘請翻譯使衛教無國界、製作「健康指導手冊」以圖片為主，外籍衛教文件部分如：衛教指導

單、疾病衛教單等皆為三國語言，依據各疾病分期有不同因應方式。

2. 主動發現問題 著手健康促進

- (1) 發現問題：透過健檢數據分析、問卷調查、現場訪視等方式，發現體位異常盛行率 49% 且高血脂盛行率 66%、高血壓 22%，問卷調查 48% 對運動及減重有興趣，健康指導及現場訪查無健康餐盤概念達 97% 以上。
- (2) 整合內外部資源：健康餐盤暨減鹽、含糖飲料衛教；進行全廠授課且設計考卷（依國籍翻譯）進行前、後測成效評估。餐廳改善；減少油炸加工品、增加蔬菜量，烹調以清炒、滷為主，調味則減鹽及味精，打餐區增加健康餐盤概念、

菜色擺放順續調整、增加漏勺等。自製海報張貼；餐廳公佈欄製作「菜單紅綠燈」，自製海報張貼鼓勵飲水、販賣機健康紅綠燈（依國籍翻譯）。尋找外部資源：參與衛生所辦理「我的健康餐盤暨減鹽」課程，將營養師授課重點帶回並設計衛教課程，另與衛生局辦理「健康體位競賽」營養及健身課，課程內容多元豐富。



降至 3%，改善效果顯著。李護理師對於不同國籍員工照顧一視同仁，使照護達無國界之分，除主動觀察發現外籍身心症員工並協助就醫及回國外，經持續努力後員工主動回饋給職護：「自身從態度消極被動、不願面對疾病，經建立良好信任關係後轉由主動找職護商談健康近況並針對疾病疑慮請職護給予解答，真的很高興公司能聘請職護，讓自己可以免於重症。」



3. 成效評估

- (1) 「健康餐盤暨減鹽」衛教：耳熟度由 4% 提升 100%，後測成績為 90-100 分。
- (2) 辦理健康體位比賽：共減 62 公斤、體脂減 15%、腰圍減 93.5 公分、內臟脂肪減 10；課程參與率高達 85-90%；課程滿意度達 92%。
- (3) 同仁書寫心得回饋：反應踴躍且正向表示感謝。



二、付出真用心 員工會感心

綜合上述多項內容之努力，發現 2018 年至 2020 年健檢數據分析發現疾病盛行率高逐年下降，如高血脂由 66% 下降至 56%、BMI 體位分級 - 健康體位者由 48% 上升至 55%；體重過重由 21% 下降至 17%；輕度肥胖由 14% 下降 11%；中度肥胖由 10% 下降至 8%；重度肥胖由 4% 下

● 未來目標或期望

感謝副總及主管支持並率領同仁共同參與課程與活動，未來將依據多面向評估不同類別員工之需求，進而設計多元且符合員工需求之身、心、靈健康促進活動，促使每位員工都能往健康人生邁進，並攜手創造優質健康職場環境。