



108年全國績優

&優良推動人員專刊

# 義隆電子股份有限公司 陳怡靜 女士

# 員工健康我來把關 # 營造健康工作環境



榮獲健康職場優良推動人員獎

所屬單位：公共資源部  
辦理健康促進工作之年資：6年

職場地址：新竹縣寶山鄉創新一路 12 號  
員工總數：982 人  
行業別：電子製造業  
主要產品：IC 設計研發

## 職場健康促進推動貢獻

### 1. 爭取健促活動經費提升

健康促進活動需要花費不少經費，例如：聘請講師、獎金、禮品發放、環境設備改善...等等，同仁對於公司辦理之健康促進活動參與踴躍，且成效顯著，因此上級長官非常支持活動辦理，每年花費所編列之預算不曾刪減過。

主動評估公司內健康環境，需要改善或增加設備之處，獲得上級長官認可，並提供預算予以支持。

- (1) 每年爭取體檢費用調整，103 年至 108 年一般員工體檢費用由 \$1,000/ 人調整至 \$2,500/ 人。按各層級主

管因年齡、性別需求不同，給予不同之檢查項目及預算。

- (2) 健康促進活動辦理經費爭取，提高減重競賽獎金、活動課程（營養課、運動課程）費用。108 年減重競賽花費共 25 萬元，今年度健康檢查 BMI 異常率下降 4%。

- (3) 爭取公司內休閒設備增設經費達 10



萬元：增設兩台跑步機及一台電動按摩椅。

- (4) 集乳室整修經費 11 萬元：公司提供更寬敞舒適之空間、提供三張集乳靠背椅、增加空調、個人置物櫃。

- (5) 聘請營養師指導團膳 42,000 元/年：公司團膳未設有營養師，與公司爭取每月聘請營養師到場，指導廚師營養餐食觀念、評估菜色熱量及均衡飲食。



### 2. 員工健康指標提升

- (1) 進入職場後，創造公司內健康氛圍，利用午休時間或下班後一小時，開辦運動相關課程，包含：有氧拳擊、核心肌群訓練、健身課程。

- (2) 提倡公司健康飲食，發現員工飲食問題：外食比例高、餐餐在公司內解決、纖維質攝取不易、醣類澱粉攝取過量，因此多鼓勵同仁訂購水果沙拉餐、有機素食便當、廠商於菜單上標示熱量、自助餐區標示飲食紅綠燈、每月聘請營養師評估，打造公司內健康飲食環境。並且開辦健康飲食課程，號召董事長及高階主管一同參與。

- (3) 慢性病同仁追蹤管理，案例分享：105 年時有一位女性同仁因傷口

受傷至醫務室換藥，協助換藥一周後發現傷口癒合不良，進一步詢問同仁健康狀況並查看同仁歷年健康檢查報告，發現同仁血糖於 104 年體檢血糖偏高情形：194，當時建議同仁追蹤檢查，但因為同仁害怕用藥後會導致後續問題，因此皆沒有配合治療及追蹤。

進一步安排臨場醫師衛教諮詢後，請同仁務必盡速就醫，並安排下一次的問診，請同仁攜帶醫師開立的證明文件及用藥，確認同仁目前規律就醫及服藥控制中，本人也繼續追蹤同仁糖尿病狀況，並隨時給予需要的協助及資訊。

- (4) 針對菸害防制，公司內全面禁菸，並且邀請藥局之合格藥師到場發放戒菸貼片，105 年至 108 年公司吸菸人數從 10% 降至 7.2%。

## 未來目標或展望

公司新進人員增加，年齡層下降，慢性病者有越來越年輕化趨勢，未來將針對年輕族群提供預防疾病之衛教，降低罹病率，針對高風險勞工提供更完善追蹤管理，減少職業病發生。期望減少員工因健康問題造成離職情況發生。

