

台灣電力股份有限公司桃園區營業處



負責人：張以諾
行業別：電力燃料業
員工人數：665 人

健康促進推動人員：崔臻禾（工安二課 / 護理員）
職場地址：桃園市桃園區復興路 352 號

企業健康精神

台電桃園區營業處秉持台灣電力公司「生命無價，主動關懷」及「安全衛生，人人有責；追求工安，永無止境」之政策，推行安全文化及健康促進活動，以保障員工生命安全並預防職業疾病發生，營造安全友善職場環境為目標。

職場健康促進推動特色

輪班人員過負荷預防

依據本處 103 年及 106 年定期健康檢查結果分析員工健康問題為腹部超音波異常（脂肪肝）、高膽固醇血症、身體質量指數 (BMI) 異常及視力異常等，另本處百分之二十的員工從事輪班作業，因高血脂、體重過重及輪班作業皆為心血管腦疾病猝發之危險因子，為同仁健康、遠離疾病威脅，在生理層面部分推廣健康飲食、健康體位（如：BMI、血脂肪比率）；在心理層面部分提供諮詢管道，結合本處同心園地資源提供轉介專業心理諮商或特約醫師；在行政控制層面上，進行人員加班時數控管、教育訓練、健康管理及適性配工等。在輪班人員健康促進部分，於輪班部門設置血壓計及體重體脂計供同仁健康管理使用、辦理主管領班級教育訓練及輪班人員健康促進講座、安排異常工作負荷人員進行個別健康指導等；107 年度為調查輪班工作與心血管危險因子的相關聯性，利用健康檢查收集持續輪班一年以上人員 103 年度及 106 年健檢資料，並以 SPSS 統計軟體進行各項數據分析，比對兩次健檢心血管風險指標之相關連性，包括身體質量指數 BMI、體重、血壓（收縮壓、舒張壓）、血糖、血液膽固醇、血液三酸甘油脂及肝功能等項目，依分析結果規劃改善措施及健康促進活動，並持續性評估輪班人員健康及慢性病管理，以期降低疾病風險、促進員工健康。

多元健促活動及友善設施

在健康飲食部分，於公司內部網站設置「飲食熱量停看聽」以動態圖片方式播放常見食物餐點熱量提供同仁選擇食物之參考、餐廳提供熱量標示範例、E化訂餐系統、每日餐廳自主稽核、公告油品醬料、食品留樣及定期配膳人員健檢等，為同仁飲食安全及健康把關；在健康體能及體重控制部份，辦理員工體適能檢測活動、減重減體脂比賽，推廣運動社團、體適能有氧班及辦理運動課程等，硬體設施增設室內及室外健走步道、規劃鄰近健走路線，提供員工多元運動資源；在營造性別友善職場部份，辦理女性健康座談會及女性癌症篩檢活動、哺集乳室提供母嬰健康雜誌、設置孕婦專屬停車位、進行懷孕之女性員工及產後一年內員工進健康保護等；另心理健康部份於體檢年度進行過勞量表、心情溫度計評估、舉辦心理健康促進講座、設置性別友善廁所，陪伴者可與年長、未成年並與其不同性別的兒童去廁所、跨性別人士或任何有需要使用者皆可使用。在健康促進成效部分，107年度辦理減重減脂比賽活動參加共計81人，員工身體質量指數BMI由原本平均值24.6下降至23.8，減重第一名下降3.4公斤，減脂第一名體脂下降2.8%，並由處長頒予獎金。



舉辦減重減脂比賽並由處長頒獎



舉辦女性員工健康關懷座談會



安排專業教練進行運動課

未來展望

持續性辦理健康體能及人員健康管理，以降低罹患慢性病風險，對於健康檢查正常之員工推廣健康生活，培養良好的生活習慣，加強人因性危害預防及健康促進措施，建置安全友善職場，保障員工生命安全、預防職業疾病發生。



關懷輪班人員健康及辦理健康促進