



矽格股份有限公司 - 北興廠

由上而下實際行動支持 # 從下而上熱情正向回饋



榮獲活力躍動獎

負責人：黃興陽
 員工總數：510人
 行業別：製造業
 主要產品：IC封裝測試技術

健康促進推動人員(單位/職稱)：謝愛玉(人事行政處/資深管理師)

職場地址：新竹縣竹東鎮北興路1段436號

企業健康精神

「健康活力矽格」是矽格健康管理的最高指導方針，我們落實渥太華憲章健康促進行動綱領，建構完善的健康政策、友善的工作環境，由專業團隊守護、關懷員工，提供員工健康、安心的工作職場，同時藉由各項健康促進活動增進員工健康識能、自我健康管理的能力，養成健康飲食、規律運動的好習慣，創造健康樂活的企業文化。

職場健康促進推動特色

1. 多元健促方案 身心全面照護

我們根據員工健康檢查結果分析健康需求，擬訂適切的健促方案，例如減重競賽

活動為期五個月的減重成績斐然，參加人數共計220人，後測人數：168人，減重前12,600.4公斤，共減重599.9公斤，總體重下降4.8%，每人平均減重3.6公斤，我們設定高額獎金、豐富獎品吸引員工參與，邀請專業營養師指導同仁聰明吃，建立正確均衡營養觀念，健身房教練帶領我們快樂運動，每週拳擊有氧及徒手肌力訓練，還有每人500元的運動補助經費可利用。

部門主管帶頭帶領員工參加、將減重融



入生活，成立line群組，互相分享彼此健康料理、相約健走。比較減重班前、後測抽血資料，身體質量指數、體脂肪率、腰圍、代謝症候群...等數據皆有明顯改善，減重同仁開心分享表示，原有高血壓需定期回診拿藥，看診醫師都覺得驚訝，同仁血壓明顯改善，連控制血壓藥物都減輕劑量，也有同仁分享因參加公司減重活動，也間接影響家人的飲食及運動習慣，父母、太太也都體重減輕了，腰圍減了好幾吋。在減重班結束兩個月後，我們追蹤學員的體重，20%的學員體重持續下降，30%的學員體重維持。公司體貼設置員工協助方案(EAPC)，提供免費諮詢專線協助員工面對多面向的疑難雜症，定期辦理紓壓、情緒管理課程，廠內也有專責護理師、廠醫貼身照顧員工健康。

2. 用心改良工作治具 事半功倍



我們致力打造友善的工作環境，由人資、醫護及工安組成人因危害預防小組，連結外部資源申請職務再設計計畫，邀請職能治療學會專業職治老師進廠輔導，由團隊設計清潔預燒板固定板治具，並委請廠商客製化製作，設計可半自動翻轉軸，清潔時只需要從台車取下後平行放入清潔台，運用翻轉軸進行雙面清潔，避免長期高舉過肩、人工翻轉動作造成的痠痛且提高工作效率。

人因危害預防小組主動發現問題，有中高齡工作者因中風導致身體右半邊手腳不便，負責擔任清潔打掃工作，因為行動及使用

搬運清潔用具皆有困難，我們以吸塵器及附輪旋轉拖把組替代傳統清潔工具，拖把水桶器具有輪子方便搬動，手壓式擰乾也減輕了手腕負擔，大大減輕同仁的工作負荷。人因危害預防小組依人因預防計畫，鑑別高風險族群，工作現場進行訪視，選用適當檢核工具計算風險等級以確認危害因子，確認問題後以消除、取代、工程改善、行政管理及輔具等措施積極改善危害風險，並追蹤評估改善後成效，以計畫(Plan)、實施(Do)、檢查(Check)和處理(Action)循環步驟將推動工作系統化，持續改善問題。

未來目標或展望

「健康快樂有活力」的員工是公司最大的資產，也是我們持續努力的目標，我們將不斷創新、營造職場健康文化，充實員工健康知能，落實運動生活化，支持與鼓勵員工促進健康，共同邁向幸福企業。

