



健康職場標竿獎 - 銀獎 續日股份有限公司

員工總數 | 171 人

職場地址 | 宜蘭縣五結鄉利工一路二段 1 號

行 業 別 | 製造業

主要產品 | 太陽能電池

健康促進推動人員 | 許婉貞 (護理師)

一起來團 GO，攜手健康向前行

壹、企業健康精神

續日股份有限公司專注於太陽能電池的研發與生產，致力推動綠色能源與環境永續。我們秉持「員工健康是企業永續的基石」理念，營造安全、健康與幸福的職場環境。

貳、職場健康促進推動特色

一、以低門檻運動打造健康行動力

面對代謝症候群風險上升與員工健康行為不足的挑戰，公司啟動「一起來團 GO 每日 7,000 步」系列活動，以「低門檻走路運動、任務導向推動」為核心策略，打造員工可簡單參與的健康行動力。活動結合行動科技導入每日 7,000 步挑戰任務，並規劃廠內健走路線，繞廠一圈 700 步，鼓勵員工於午休或下班時間以健走、超慢跑或日常步行來完成目標。

二、多元健康促進整合

同時善用「健康久久+」平台，推出 3-5 分鐘線上衛教影片與互動任務，讓員工可於短時間內吸收健康知識並回覆互動，提升健康意識。系列活動更搭配科技體適能檢測、有氧運動班、芳療 DIY 與營養講座，整合運動、紓壓與飲食三大面向，提升活動參與的多樣性與持續性。

三、成果顯著，健康文化深植職場

活動設有明確獎勵機制，員工達成任務即可獲得獎金及抽獎機會，激勵踴躍參與。推動成果顯著：活動參與率達 48%，達標率高達 80.1%；2024 年過重與肥胖員工比例下降 3.7%，健康檢查參與率達 100%，滿意度達 94%。活動後六個月追蹤顯示，持續維持每日步行 7,000 步者達 51.2%，顯示健康行為逐漸內化為生活習慣。

四、從健康職場邁向永續企業

公司將健康促進融入企業文化，讓健康成為日常的一部分。主管參與也不只是口號，而是以實際行動來展現，形成由上而下的健康風潮，讓健康成為企業文化的核心價值，展現組織在健康與永續並進的實踐力。

參、未來目標或展望

續日股份有限公司將持續以「員工健康是企業永續的基石」為核心理念，全面照顧員工身心福祉，朝向「幸福職場、健康不打烊」的目標，實踐環境與健康雙永續的企業願景。

