



長興材料工業股份有限公司屏南分公司

全方位的主動關懷 # 創新的健康促進活動



榮獲健康管理獎

負責人：劉建福 廠長
 員工總數：375 人
 行業別：化工材料製造業
 主要產品：合成樹脂

健康促進推動人員(單位/職稱)：許雅綾(護理師)

職場地址：屏東縣枋寮鄉屏南工業區屏南路 23 號

企業健康精神

長興自創辦皆以員工為本，將照顧員工健康視為公司責任。除了將疾病預防及健康促進列為重大政策，更有著管理者帶領全體同仁共同參與的文化；透過內、外部資源結合，全力支持健康促進，打造優質的工作環境。

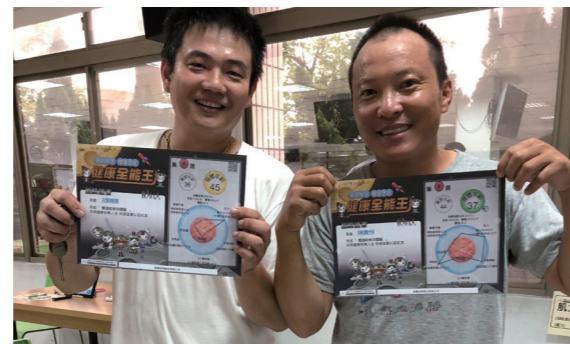
職場健康促進推動特色

1. 管理健康從不懈怠

公司每年提供優於法規的健康檢查，再依個人健檢報告分級管理。根據健檢數據、個人問卷與習慣觀察等方式，分析同仁危害健康因素，以 PDCA 精神著手進行改善。包括針對健檢結果 BMI 值過高者，公司以推動

減重比賽(加強自主控制)、體適能活動(強化體能代謝)、團膳熱量控制(減少糖/鹽/油脂攝取)等方式進行。

推動減重比賽方面，2016 年起歷年參賽數達 179 人次，總計減重 323 公斤，歷年人均減重更是由 2016 年的 1.5 KG/ 每人，逐年上升至 2018 年的 2.25 KG/ 每人。在體適能活動方面，委託專業團隊以體位量測、



肌力、反應力、心肺功能、柔軟度、靜態平衡等綜合性指標進行前、後測評分。2016 年開始體適能活動，除每年後測結果皆較前測進步外，2019 年前測分數更創歷年新高，顯示同仁體適能提升。團膳飲食控制方面，同仁日常之習慣飲食較為重油、重口味，公司辦理營養講座與營養師輔導團膳，逐步減少團膳食用油與調味品的使用量，並透過每季團膳問卷回饋一步步調整、改變同仁們的飲食習慣。

此外，為方便同仁即時掌握個人健康資訊，公司內配有多台血壓計與血糖計，同時於集團內部網站建置的 My Health 資訊專區，提供個人健檢報告趨勢分析與各類健康資訊，提供關心自身健康的同仁主動查閱。



2. 健康促進全員參與

本公司對於提供員工安全、健康的工作環境不遺餘力，由於管理階層由上而下的支持，才能有效帶動公司健康風氣。各類健康促進活動皆有最高主管的宣示與參與，如健康操、捐血活動、廠區健走、集團運動會及各類宣導(戒菸/戒檳榔/物質成癮/癌症)等，其中公司 AED+CPR 訓練更是由營運長、廠長帶頭完成實際操作、認證。

戒菸、戒檳榔方面，2013-2018 年間共辦理 5 梯次戒菸班、戒檳班，與在地主管機關枋寮鄉衛生所配合並導入課程，另由公司編列獎金鼓勵成功戒除的同仁，共 22 位同仁戒菸成功、13 位戒檳榔成功，由於推動

核心護理師許雅綾曾任職癌症個管師，瞭解檳榔不僅須戒除嚼食如此單純，爰推動口腔癌、大腸癌篩檢，口腔癌篩檢部分 2013 年起共篩檢 309 人次(含承攬商)，其中確診為口腔癌者 2 件；大腸癌共篩檢 185 人次，陽性反應 6 件。



此外，綜合同仁工時、壓力評估、工作型態、年齡及健檢結果，自 2016 年起優先以紓壓課程、肌耐力提升課程做為公司四年健康促進計畫，課程內容包羅萬象，紓壓類課程包括芳療、手作工藝、繪畫等，肌耐力提升類課程則包括講座、初階肌肉按摩、器材使用等。公司也將健康、環保與社會責任連結，經由家庭日淨灘活動的推動，回饋當地枋寮鄉居民一塊乾淨、安全的海灘。

未來目標或展望

持續構築全方位健康管理系統，推動主題式健康促進活動，使每位員工能有正確健康觀念，培養良好的生活習慣及提升個人健康識能，並精進健康自我管理，繼續邁向優質的健康管理目標前進，營造友善支持性的職場環境。