

臺北市立關渡醫院—委託臺北榮民總醫院經營 張繼仁 先生



所屬單位：職業安全衛生室
辦理健康促進工作年資：13 年

職場地址：臺北市北投區知行路 225 巷 12 號
行業別：醫療保健服務業
員工總數：410 人

企業健康精神

「提升員工健康促進」為關渡醫院的重要目標之一，對於員工健康促進是非常的重視；本院做為一個社區醫院的健康推手，要打造社區的健康，首先就是要員工都能夠健康，唯有身心健康的員工，方能做到視病猶親、融入社區。

職場健康促進推動特色

揪團員工親子健行、踩街歡樂同遊

自 102 年起，每年皆會辦理多梯次員工親子健行活動，規劃本院附近適宜的健行路線，進行半日遊的親子健行活動，增進家庭和樂，促進親子關係；並邀請院內長官來帶領員工一同走出戶外，且提供摸彩、餐點及贈送宣導品，所有參加的員工額外給予參加獎勵。此外，在 104 年起，利用本院周邊鄰近水岸步道，於院慶當晚亦增加辦理員工仲夏夜光健行活動，員工在下班後，可以和同事一起輕鬆的漫步在水岸步道、欣賞淡水河及觀音山日落黃昏的美景，舒緩工作上的壓力，增進同事間的情誼；並且，也提供餐點及贈送宣導品，以鼓勵員工參加。

鬧熱關渡節踩街活動是近年來關渡地區的一個重要的地方文化節慶，本院做為關渡地區的社區健康醫院，視病猶親、融入社區是本院的宗旨。因此，年每皆揪團號召員工及眷屬組成關渡醫院隊，並由院長帶領員工及眷屬一同參加踩街活動，除了提供所有參加者餐點及贈送宣導品外，另外給予參加的員工參加獎勵，因此每年員工及眷屬都熱烈的參與。

統計至今，合計已辦理 35 場次的健行及踩街活動，共計有 1565 人次參加，所辦理的各梯次健行、踩街活動的滿意度調查，皆獲得員工高度的肯定。

推展員工健康 Happy Go 集點活動—有新健康假

為促進員工身心健康，吸引員工參與本院各項健康促進活動及講座，以及加強我自健康管理，於 102 年訂定本院員工健康 Happy Go 集點活動計畫，經職業安全衛生委員會決議通過後實施。集點的內容包括：員工及其直系親屬接受癌症篩檢、成人及老人健檢、員工接種流感疫苗、健康檢查異常回診追蹤、參與院方舉辦之健行或體適能等健康促進活動、參加心理健康講座、正常健康狀況的維持、參加減重班之成效等。員工只要完成或參與集點內容項目，即可獲得該項目的點數，而累積健康點數，可兌換本院員工餐廳餐券、超商 50 元商品禮券或 4 小時有新健康假。

截至目前為止，已發出逾 8 仟點，共計兌換本院員工餐廳餐券 100 張、超商 50 元商品禮券 177 張，有新健康假 208 小時（38 人次）。對於參加健康促進的活動，還能累積健康點數，兌換有新健康假的方式，深獲員工好評。



院慶夜光健行活動



院長帶領員工、眷屬參加踩街活動



員工親子健行暨攝影活動



院慶盃員工乒乓球趣味競賽

未來展望

在醫院從事職場健康促進業務已逾 10 年，本身是職業安全衛生人員，從一開始的職業安全預防，慢慢轉變成較為積極的職場健康促，深深感受到增進員工身心健康是件非常重要的事情，期許未來自己能讓職場的員工都健康快樂。



家庭日員工 2 日遊