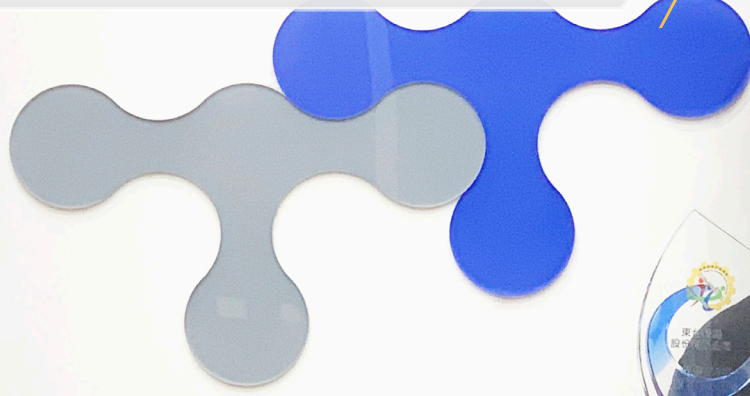


健康職場優良推動人員獎



Tonotai



熱心關心用心健康照護零距離

陳雅雯 女士

東台精機股份有限公司

職場地址：高雄市路竹區路科三路 3 號

員工總數：685 人

所屬單位 | 環安室

於任職職場辦理健康促進工作之年資：15 年

行業別：製造業

主要產品：切削加工設備、印刷電路板加工機、雷射加工機、積層製造設備

● 職場健康促進推動貢獻

一、照護員工健康

1. 健康檢查

(1) 每年度扣除當年新進員工，安排一般勞工健檢，參與國健署防癌篩檢，進行到廠巡迴健檢；高階主管及海外派駐者，升級到院高階健檢。

(2) 2018-2020 年度健檢率達 97.56%-100%。

2. 職醫護關懷

(1) 新人適任評估：到職前就進行新人適任評估，減少到職後不適任之職務調任風險。

(2) 健康分級管理：健檢結果以「11 項健康指標」區分為輕度、中度、

嚴重，優先安排高風險進行職醫諮詢，職護追蹤就醫及個別諮詢單衛教，執行分類病歷式資料管理。

(3) 母性照護：到職發放女性懷孕須知小卡，通報贈送好孕小禮，安排母性產前產後關懷，建置五星級哺集乳室，哺餵母乳好放鬆。

二、打造健康職場

1. 樂活輕享瘦

(1) 2018 年「躍動躍健康減重趣」：有氧燃脂功能性運動為主，42 人參與，減重 51.8 公斤，腰圍減少 124 公分。

(2) 2019 年「健康享瘦班」：調整以健康飲食觀念建立為主，45 人參與，減重 225.8 公斤，減重比率 5.75%，腰圍減少 334 公分。

20 位同仁減重 5 公斤以上，第一名減重更高達 22.9 公斤、減脂 15.2%。

- (3) 2019 年「體適能檢測」：結合健檢醫院進行檢測體驗，從高層至工讀生共 66 人參與。
- (4) 2019 年「東台 50 健康存摺集點 GO」：勞動節贈送小米運動手環，結合健促(健康講座、健康享瘦班、運動樂活班、體適能、四癌篩檢、戒菸轉介)、每日健康步行 6,000 步或運動 30 分鐘，規劃集點送好禮活動，鼓勵養成規律運動習慣，150 人參與，送出 192 份好禮。
- (5) 2019 年及 2021 年「運動樂活班」：有氧燃脂暨多功能訓練(拳擊/繩梯/彈力球/翹臀圈)，66 人參與。



2. 戒菸樂逍遙

- (1) 2019 年「職場戒菸服務計畫」：填問卷送好禮，了解戒菸意願，成功轉介戒菸專線 11 人、戒菸門診 9 人。
- (2) 2010 年及 2021 年『職場戒菸班』：衛生所到廠開設戒菸班，連續六週每週一次戒菸衛教課程，提供戒菸輔助品使用，22 人參與，結訓成功率 63.64%。



- (3) 2010 年『職場戒菸門診』：高雄榮總戒菸門診到廠開設，兩個月內開設三次門診，專業醫師、衛教師及藥師進駐，自付 200 元領取戒菸輔助品使用，26 人參與，成功率 46.15%。

3. 資源整合更有力

- (1) 衛生所：登革熱防治及公費流感疫苗注射，2017-2020 年公費流感共施打 323 人次。
- (2) 衛生局：連續三年致力於參與職場戒菸計畫推展，員工吸菸率從 21.17% 降至 15.43%，榮獲三年職場戒菸服務績優單位獎項肯定。
- (3) 勞動部：工作與生活平衡計畫，推展身心健康、體育休閒、親子家庭等活動，積極打造健康友善職場，2016-2021 年補助 29.7 萬元，東台自籌 28.9 萬元；2019 年列名「優質企業觀摩交流模範公司」。

● 未來目標或期望

- 一、建置 EHS 健康管理資訊系統：減少繁複人工程序，優化健康管理效率，落實全方位健康照護。
- 二、導入人因檢核輔導計畫：了解工作場所可能造成的傷害，透過工作設計不斷改善作業環境條件，打造友善環境，提升工作效能。