



推動多元措施，建構暖心環境

致茂電子股份有限公司高雄分公司

高雄市楠梓區北內環東路 1 號

負責人：黃欽明

行業別：電子零組件製造業

健康促進推動人員(單位/職稱): 黃詩雯(環安中心/專案主任)

主要產品：自動化設備 / 量測儀器

員工總數：187 人

企業健康精神

員工的健康，就是致茂的福氣。致茂電子本於「關懷分享」之核心文化以「視員工為家人」之理念，提供食、衣、住、行、育、樂全方位健康照護，以「健康快樂工作，幸福美滿生活」為目標。

職場健康促進推動特色

一、依據員工特質設計多元活動，打造健康環境

自 2016 年起，每年依據員工需求設計多元活動主題，設計階段性活動目標，從運動習慣養成、減重減脂達標，進而心肺/肌力訓練強化；在主題上規劃多元的推動，讓員工可以選擇採自主性管理、個人賽制或團體減重、鄰近健身房合作、學校運動休閒系所合作、甚至結合醫院營養師

進廠規劃等，滿足不同族群同仁減重減脂的參加活動需求。

- 1.2021 年邀請營養師進廠 - 客製化員工個人菜單、追蹤飲食紀錄、營養衛教課程，提供營養組參賽員工客製化營養減重的建議，活動 8 週期間，營養組同仁每人平均減重 4.23 公斤、平均減脂 2.1%。亦聘請運動教練 - 設計個人運動處方與團體運動訓練課程，針對不同個體個別性指導，運動組同仁每人平均減重 2.49 公斤，減脂 1%。不同組別雖成效不同但提供不同的健康需求及健康上改善。
- 2.2020 年揪團減重方式為期 8 週，並自取隊名增加活動趣味性及展現必勝決心，靠相互激勵及團隊合作精神，最佳 3 人隊伍即減重 30.6 公斤，減脂 11.1%；平均每人減重 4.67 公斤、減脂 2.2%，成效卓越。

3.2019 年至 2022 年共計辦理超過 20 場多元互動健促講座，例如，園藝治療、正念芳療、親密關係探索、祝你一夜好眠、療癒寶石皂、肌紮貼原理與操作、防蚊雙寶 DIY 等，在疫情期間也不間斷，更帶入與防疫相關且紓壓手作課程，合計 400 多人參與。

4. 為提升員工緊急救護技能，推動安心職場，連續 3 次通過認證，於 2022 年申請認證，全廠 87.6% 高完訓率，連外籍同仁亦開立專班訓練。



二、人因性危害預防強化，降低肌肉骨骼傷病風險

1. 廠內作業於製程中，建置多種省力設備，如省力升降平台推車、簡易吊掛設備、旋轉及滑軌產線，以減少員工負重搬運之肌肉骨骼傷害風險；在人因性危害之預防推動下，2018 年 NMQ 表單 -3 分以上高風險人員原有 28 位，經過預防改善，於 2021 年 NMQ-3 分以上高風險族群僅剩 7 位。

2.2018 年特聘職能治療師專案進廠改善輔導，進行全廠五大工作站點人因性風險評估，確認無顯著人因性危害，但仍提供相關防護建議。

3. 職能治療師提供 NMQ-3 分以上或有主訴不適症狀同仁，給予一對一衛教、運動指導，教導員工肌肉骨骼自我簡易照護及放鬆技巧，提供 25 位同仁獲得指導與改善；並辦理人因性危害預防講座，共計有 86 人次參與。

4.2018 年 8 月起，聘請具職醫與復健科專業之臨場服務醫師，優於法規頻率的進廠服務頻率，持續提供員工因人因性危害預防、四大計畫推動、健康高風險同仁之服務，2021 年迄今共計諮詢服務達 93 人次；每年至少安排 1 次巡廠，藉此發現廠內有無人因性危害作業風險。



未來目標或展望

為營造健康友善職場環境，持續規劃多元放鬆且結合環保意識之健促活動，員工除了具備健康認知、落實健康行為外，能擴展至家庭及生活週遭，深耕健康職場文化，更善盡企業社會責任。