



健康職場標竿獎 - 銀獎 中租控股股份有限公司

員工總數 | 4,096 人

職場地址 | 臺北市內湖區瑞光路 362 號

行 業 別 | 租賃業

主要產品 | 租賃、分期付款等金融週邊業務

健康促進推動人員 | 張美嬌 (企企人力資源部 / 護理師)

健康永續 職場共好

壹、企業健康精神

中租控股秉持「人本關懷」核心價值，致力打造身心健康、安全永續的工作環境，整合 SDG 3 健康福祉與 SDG 8 良好工作環境精神，推動健康促進行動，涵蓋預防醫學、心理健康、健康體能與家庭支持四大面向，並以數位系統串聯 e 化健康服務，強化員工健康自主管理，邁向幸福職場與永續營運。

貳、職場健康促進推動特色

公司以「全人健康」與「DEI 共融」為核心精神，從慢性病預防、心理韌性培養、體位管理到健康科技導入，建構完善且可持續的職場健康促進系統，讓員工皆能安心工作、健康成長。

一、優於法規的健康檢查與科技化健康管理

- (一) 公司提供遠優於法定要求的健康檢查，包括重要癌症篩檢、心血管與腦部檢查等多項選項，協助同仁提前掌握健康風險。
- (二) 導入健康管理系統 APP，具備個人健康存摺、風險分級、健康曲線圖、圖像化趨勢分析、諮詢預約等功能。員工可清楚掌握健康變化，醫護可透過系統進行個別化關懷、追蹤及衛教，提高健康管理效率與精準度。

二、慢性病預防與專業醫護照護

- (一) 依循職安法規聘任專任護理師與特約醫師，提供制度化的臨場健康照護，包含體檢異常追蹤、風險評估、人因危害與過負荷管理、母性健康關懷等。

- (二) 針對久坐與身體疲勞議題，規劃氣功瑜珈、辦公室運動等人因講座，協助員工改善姿勢、提升肌耐力，降低職業相關不適。

三、DEI 共融文化融入健康促進

以多元 (Diversity)、公平 (Equity)、共融 (Inclusion) 為核心，將健康資源普及化，確保不同背景、性別、年齡、身心狀態與家庭角色的員工皆能公平取得健康促進資源，讓健康政策能更貼近多元需求，打造人人都能安心參與的友善職場環境。

四、家庭友善支持

提供孕期護理諮詢、親職講座、托育補助與家庭日活動，提升員工家庭支持感；設置友善哺乳室、彈性工作制度支持員工照顧角色平衡，2024 年榮獲臺北市友善育兒事業獎及臺北市中高齡者暨高齡者友善企業認證。

參、未來目標或展望

未來中租控股將持續優化「健康 X 科技」策略，深化 AI 健康模型應用，精準對應員工族群特性，強化個別關懷與介入效益。持續精進健康行為積點制度，連結獎勵與改善，提升員工自主健康行為。此外，預計拓展心理健康量能、強化中高齡人力健康永續發展，落實企業社會責任，邁向永續幸福職場。

