



## 陳玉華 女士

任職職場名稱：台灣佳能股份有限公司嘉義廠  
所屬單位：嘉義安全衛生課  
辦理健康促進工作之年資：12年

行業別：製造業  
員工總數：1,297人

十年健促，初心如一，共生績優健康職場！

### 壹、職場健康促進推動貢獻

#### 一、推動職場健康促進之理念

自2012年加入台灣佳能股份有限公司以來，秉持「健康第一主義」的企業行動方針，始終致力於提升員工身心健康。在2012年初次進行員工健康檢查時，發現員工的BMI異常率高達63%，這一情況促使我更加堅定推動職場健康促進的決心。身為台灣佳能嘉義廠的首位職護，深感使命在肩，參考國民健康署的健康職場認證標準，從零開始推動健康職場，目標打造成績優健康職場。

在董事長及高層主管的支持及各部门協力下，逐步建立員工健康的工作環境，包括設立在地化健康檢查流程、開辦健康生活社、籃球社及高爾夫球社等社團，並申請政府的健促補助專案。過去十年中始終如一的堅持、保持初心，持續關注員工的健康需求並積極推動健康促進活動。

#### 二、特色及重要內容

在推動健康職場計劃的過程中，參照渥太華五大行動綱領，確保從多方面提升員工的身心健康。具體措施如下：

- 創建支持性環境：**優化友善的哺乳室，並於2015年榮獲嘉義縣集哺乳室特優獎且申請補助獎金提升哺乳室設備。嘉義縣第一家聘用視障按摩師服務的企業，幫助員工放鬆並支持視障人士就業。
- 強化社區行動：**組織多項團隊建設和社交活動，提升員工凝聚力，鼓勵員工參與健康社團活動；每年舉辦減重比賽、計步比賽及健康知識問答活動，提升員工健康意識。
- 發展個人技能：**提供健康生活方式教育，包括營養講座、健身課程和壓力管理活動，並提供客製化健康指導，幫助其了解健康狀況並提供改善建議。
- 重新定位健康服務：**「設立年度健康檢查和疫苗接種服務，保障員工的身體健康；爭取公司進用廠醫諮詢服務，提供員工

更醫療專業性的協助。在COVID-19疫情期間，擔任嘉義廠的防疫主負窗口，體溫管理、PCR檢測及疫苗接種等防疫工作，成功保障了員工健康，減少了疫情對企業的影響。

這些措施已取得顯著成效，員工的健康狀況和工作效率均得到明顯改善。每年開展的健促年度計劃均取得優異成果，並獲得外部認可和獎項，包括：2014年健康職場啟動標準、2014年全國績優健康職場—健康領航獎、2015年嘉義縣集哺乳室優等獎（第一名）、2016年全國績優健康職場—樂群健康獎、2024年全國績優健康職場—健康周全獎。

此外，我亦擔任勞工健康服務及職場健康管理推動實務講習座該會的講師，分享經驗並促進業界交流。也很榮幸今年推薦參加健康職場優良推動人員並且獲得此項榮譽。

### 貳、未來期望

未來期望能進一步將健康促進活動更加融入員工的日常生活，協助員工在工作與健康間達成更好的平衡。將持續推動，並擴大與外部機構的合作，共同打造更具創新和健康的職場環境。

