

矽品精密工業股份有限公司新竹三廠



榮獲活力躍動獎

負責人：葉積暉
行業別：製造業
員工人數：1,566 人

健康促進推動人員：吳婉瑜（環安衛部 / 職護）
職場地址：新竹縣寶山鄉研發二路 1-1 號

企業健康精神

總經理蔡祺文先生：『員工健康是企業最珍貴的資產，健康快樂的員工能為公司帶來更高的效率，照護員工的健康是矽品的責任』，多年持續積極推動職場健康管理，以關懷員工、多元化的健康活動加以守護員工的健康。

職場健康促進推動特色

腹愁者聯盟減重活動

2016 年依健檢結果分析，發現 BMI 異常與膽固醇異常為造成同仁肥胖之主要健康問題，據以推動「腹愁者聯盟挑戰賽」減重活動：

- (1) 舉辦健康飲食講座、海報衛教宣導、提供低油低鹽飲食、健康餐。
- (2) 活動期間舉辦健促活動，如體適能、有氧健康操，多運動來健康減重。
- (3) 設置健身房、韻律教室及成立有氧運動社團。
- (4) 辦理大型活動，如路跑、運動家庭日、旅遊活動等，提倡工作、生活、休閒娛樂、運動並重。
- (5) 設置高額獎勵金吸引員工主動參與。
- (6) 為避免復胖，連年持續舉辦「腹愁者聯盟」減重活動。
- (7) 多項活動集點抽獎活動強化參與意願。

定期監督績效，確保達成目標，每月追蹤回報體重及每月公告戰績，藉由一系列的活動設計健康知識及健康行為管理下，2018 年減重成果共減重 283Kg，67 人完賽每人平均減重 4.2Kg，高達 90% 的參賽者 BMI 下降，減重成果優異，並舉辦減重成果發表會，由高階主管頒獎、同仁分享減重經驗及心得，營造健康減重氛圍。

痠痛去去走 - 人因改善三部曲

與中國醫藥大學職業安全衛生系進行產學合作，由人因工程教授提供各種評估工具及教育訓練課程，篩選風險相對較高的站別進行評估及改善：

- (1) 鑑別危害因子：進行作業觀察，選用適當的檢核表計算風險值，確認危害因子。
- (2) 釐清相關性：安排高風險者接受廠醫諮詢，以判定痠痛與工作的相關性。
- (3) 改善措施：依消除、取代、工程改善、行政管理及提供個人防護具，擇定改善方法。
- (4) 追蹤評值：改善後另行安排醫師訪談，追蹤成效。

◆改善成果：

- (1)2016年針對辦公作業提供符合人體工學滑鼠墊防護具，預防腕隧道症候群危害，舉辦『預防痠痛』之健康講座教育同仁健康辦公。
- (2)2017年針對評估結果，調配作業時間，降低時間評級以減少危害風險，安排醫師於生產線現場教導正確搬運姿勢及衛教。
- (3)2018年針對站立作業，特別做『防護具開發』，設計舒適度高且通過無塵室靜電測試的『無塵鞋專用墊』提供同仁使用，並且改良無塵鞋底材質為好走動、舒適、防痠痛的材質以降低痠痛危害。



活力有氧，推廣運動



健康動一動，體適能檢測活動

未來展望

為打造健康的職場環境，我們提供全方位的健康管理，從潛在風險預防、提供多元化照護、推廣健康促進活動、來達到工作與生活平衡。未來也致力於不斷提升員工的身心健康，讓員工更重視自己的健康狀態。



矽守相挺 - 運動家庭日兼顧工作與家庭生活平衡



腹愁者聯盟減重活動 - 成果發表