



#落實員工健康管理

#實踐健康企業公民

基督復臨安息日會 醫療財團法人臺安醫院

臺北市松山區八德路二段424號

負責人：黃暉庭

主要產品：醫療服務

行業別：醫院

員工總數：1,187人

健康促進推動人員(單位/職稱)：康勝傑(健康發展處/助理專員)

企業健康精神

臺安醫院秉持「就醫滿意標竿、預防醫學典範」精神，整合院內健促資源，提供健康蔬食、優質運動中心，並依健檢、體適能等員工檢測結果，發展符合員工需求之多元健促活動，以鼓勵員工自我健康管理，將健康促進內化為職場組織文化。

職場健康促進推動特色

一、落實多元化健康管理

1. 每年辦理員工體適能檢測及定期定齡體檢

結果，增加員工對自我健康了解。

2. 透過健康促進委員會規劃並整合院內各單位健康促進資源，每年辦理並分析員工體適能、健檢、心理健康檢測等資料，規劃具體健康促進作法如下：

(1) 健康促進相關課程：每年定期辦理菸害防制、健康飲食、心理健康課程，列為員工必修學分。課程滿意度均達90%以上。

(2) 辦理員工減重活動：鼓勵員工自主減重，提供運動中心優惠、規劃個人、

團體減重獎勵計畫、善用外部資源，鼓勵員工參與路跑活動、爬樓梯集點數等，提供員工減重誘因。近三年員工體脂、BMI均有降低趨勢。

- (3) 提供健康飲食與運動設施：透過提供舒適、寬敞的員工餐廳及營養師特別規劃的少油、少糖、低鹽烹調方式，供應新鮮營養均衡的員工健康餐點。今年因應疫情，營養師更特別設計提升防疫力的「防疫便當」，讓員工能自己吃出健康、吃出免疫力。
 - (4) 設有員工運動中心並有專業運動教練指導，提供飛輪、重訓、有氧、瑜珈等多元課程，讓員工依據自身需求選擇所需運動課程。
4. 菸、檳習慣調查及防制：推薦有吸菸員工參加戒菸門診；並對戒菸成功員工公開表揚，提供員工戒菸誘因，營造整體戒菸環境，目前員工抽菸控制在10人左右。本院無員工嚼食檳榔，持續利用教育訓練維持成效。
 5. 癌症防治：配合政府的政策，落實四癌篩檢，且優於法規，提供女性員工免費乳房超音波檢查、主治醫師每年免費電腦斷層掃描(低幅射肺癌篩檢)檢查，藉以早期發現早期治療。

二、善盡健康企業公民責任

臺安醫院秉持取之於社會回饋於社會，致力於企業責任之擔當，於2020年榮獲【康健雜誌CHR健康企業公民】金獎，多年來持續推動健康促進照護，以樹立預防醫學典範為己任。設有健康發展處負責針對員工需求規劃健康促進活動，將員工健康納入政策；

另有職安室規劃優於法規的員工健檢及健康管理，落實執行人因肌肉骨骼、母性保護、不法侵害、異常工作負荷及呼吸防護等相關計畫。臺安醫院對整合性健康促進照護投入大量的心力，在永續發展的大道上致力於共榮、共好、共利、共識及共事等五項核心價值，以善盡健康企業公民責任。



在臺安，我們將員工的健康當作福利來經營！健康不只是一個名詞，更是一個可以實踐的動詞！守護同仁健康樂活工作，將健康促進內化為職場文化之一，透過健康促進活動，讓每位員工能在繁忙的工作中維持與生活的平衡，達到全人健康之目標。

未來目標或展望

臺安醫院為善盡健康企業公民責任，將持續以積極前瞻的態度及視野，提供全方位的企業員工健康促進服務給其他企業或職場；「有健康的員工，才有成功的企業」，期許未來能善加利用院內的豐富資源，為更多企業的員工健康把關，共同朝著提升員工健康福祉之路精進。

