



健康友善 幸福永續

智邦科技股份有限公司

員工總數：3,253 人

健康促進推動人員：柯芝僑 (健康管理處 / 處長)

行業別：電腦及其週邊設備製造業

主要產品：高速乙太網路交換器

壹、企業健康精神

智邦秉持「員工健康是公司最重要的資產」理念，設置專責健康管理處，由職護偕同職業醫學專科醫師，以預防醫學三段五級為基礎，由健康檢查、健康管理、健康促進三面向，建構健康職場。優法執行相關保護計畫，提供友善的職場環境，也依據健康風險設計相關健康促進活動並提供補助，鼓勵同仁「預防勝於治療」，建立良好生活型態。

貳、職場健康促進推動特色

每年舉辦優於法規項目的巡迴健檢，將資料匯入 Access 進行分級管理與分析，依結果舉辦相關健康管理及促進活動，如血糖檢測、肝炎追蹤、癌症篩檢、疫苗補助……等；追蹤病假人員，深入關懷同仁，並挖掘潛在個案轉介至各項保護計畫，達到密而不疏的健康管理。

一、了解需求 對症下藥

良好飲食習慣為預防慢性疾病的重要因素，藉由飲食習慣調查具體了解員工「食」的問題，設計「我的飲食新主張」系列活動，以營養為主軸創造健康飲食氛圍。

二、全方位打造健康飲食職場

1. 建立營養友善環境：

- (1) 與餐廳及咖啡廳合作推出春季輕食餐，並提供優惠，每日購買量從 20 增至 50 人次，總銷量達 1,440 份，員工對健康餐接受度提升。
- (2) 營養師訪查餐廳給予建議，改為低油、少鹽的烹調方式，增加五穀米作為主食選擇，並於打餐區設置健康標示警語 (油炸品紅燈警戒標示、五穀米建議份量、減少甜湯攝取) 及自助餐盒卡路里份量示意圖，針對員工缺乏水果攝取，於每週中午提供水果，總量達 7000 份。

2. 線上魔法營養學院：

針對不良飲食習慣設計 4 堂飲食教育互動遊戲，以線上方式辦理，破除廠區及輪班的限制，以 RPG 角色扮演並融合不同解謎型式 (線上迷宮、AR 擴增實境、VR 虛擬實境) 增加趣味性，結合知名電影故事與豐富美編吸引目光，提供生活化課程內容得加以運用，獲得同仁 90~95% 好評。

3. 健康潤餅 DIY：

配合臺灣節慶習俗舉辦健康手作潤餅，設置互動遊戲，增加員工健康擇食技巧並運用於生活，3 個廠區共 180 人參與。

三、高 TG 健康管理

建置「健康掌握降血脂 Line 群」，針對 TG>200mg/dl 同仁推廣，除營養系列講座外，由員工拍照進行飲食紀錄，營養師每月評值給予個別性回饋，共 24 人完成，比較去年健檢 TG 數值，17 人下降，TG 平均值下降 61.74mg/dl，百分比下降 22.73%。

參、未來目標或展望

健康需由生活中累積資本，智邦將持續精益求精的健康管理外，希望深入了解、分析同仁健康問題後，透過多元的健康促進活動，提升員工的健康識能，從職場開始落實改變，並擴展不同的面向，進而養成健康的生活型態並持之以恆。