

# 默克先進科技材料股份有限公司

#豐富你的健康存摺 #默克健康文化



負 責 人:謝志宏 員工總數:190 人

行 業 別:電子零組件製造業

主要產品: 液晶

健康促進推動人員(單位/職稱): 林宥熹(EHS/職護)

職場地址:桃園市觀音區經建一路 39 號



### 企業健康精神

默克是一家以好奇心驅動創新的百年企業,這個精神不僅運用在產品發展及企業營運上,好奇心也驅使著我們設計出適合員工的健康管理方案。取得健康與工作的平衡一直是默克所追求的目標,更是我們所追求的健康職場文化。



## ◆職場健康促進推動特色

#### 1. 一天一點,健康有亮點

(1) 策略:自2016年起積極辦理健康促進活動,並大力推行個人專屬的「健康存摺」,這是一項持續性的健康促進活動,凡默克所有員工(含約聘)皆能參加,藉

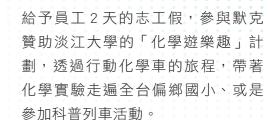
由健康行為讓員工注意自己的身體健康, 員工也可以具體看得到自己的健康財富有 多少,並透過團體組織的方式,讓喜歡運 動的員工帶動不喜歡運動或很少運動的 人,同時也推廣到「亞健康族群」,以至 續並具體的改善員工的健康狀況。為了使 員工能持續參與健康存摺活動,活動中每 二個月設計默克專屬的鐵人三項,藉由肌 力競賽、心肺競賽、平衡競賽等趣味活動, 提高員工參與率,更增添員工下午的上班 活力。

(2) 成效:活動內容包含健走一萬步、 喝水量、量血壓、參加健促講座、有氧運動、外部大型運動(例如:馬拉松路跑或 鐵人三項),甚至是歷年健檢報告有顯著 進步等,皆列入活動集點項目中,無形中 逐漸建立員工健康意識,以建立公司健康文化。此活動讓原每天運動的同仁由7%上升到27.5%,經常運動(2~3次/周)由35.9%上升到52.1%,鮮少運動(<1次/月)由14.1%下降到3.5%,在2017年的年度健檢報告分析中,我們也明顯的發現,體重下降約有3%、脂肪肝進步有16%,

其中脂肪肝進步的人數中,甚至還有一年 就進步二級數的同仁(例如:重度脂肪肝 降為輕度脂肪肝),藉由活動我們改善了 員工的運動習慣,達到健康促進的成效, 讓員工實際經歷了運動的好處。



### 2. 默克健康文化(我是默克人,我驕傲)



## ★未來目標或展望

所有幸福的企業都是透過解決一個獨特 的難題,贏得成功的條件。默克不僅解決 一個健康的難題,我們更致力提升員工工 作環境,持續改善員工生理、心理及社會 面的健康,取得工作與生活平衡,建立屬 於默克的健康職場文化。



56 57