

健康銀齡獎

Formosa 樂活盃
2019 彰化親子路跑



營造安心健康職場

台灣化學纖維股份有限公司彰化廠

彰化市中山路三段 359 號

負責人：曾文廣

行業別：第一類製造產業

健康促進推動人員 (單位 / 職稱)：賴玲玲 (安全衛生處 / 健康助理員)

主要產品：工業用絲

員工總數：142 人

企業健康精神

鑒於員工是公司最重要資產，台化公司彰化廠在既有的健康安全基礎上，持續精進各項健康管理作為、支持健康促進活動，建立優質健康職場，共同來守護員工的安全與健康。

職場健康促進推動特色

一、E 化的管理系統

1. 推動 i-Care 健康站：

- (1) 「i-Care 健康站」提供五項設備功能：血壓計 (隧道式)、體重體脂計、血糖機、額溫計、血氧機等，量測資訊並整合至「i-Care 健康促進服務雲」。
- (2) 透過「i-Care 健康站」員工量測生理數據傳輸雲端→完成記錄→同時進行分析。

- (3) 健康管理員由家族中心掌握員工各項生理量測數據分析結果，據以執行健康促進及追蹤管理。
- (4) 員工可以在家量測血壓、血糖等，由手機下載「i-Care 健康智能 APP」登錄，提供員工長期自我健康監測；並可連線「健保快易通」，與醫師諮詢時參考資料。

2. 彰化廠區於今年 9 月底建置完成 i-Care 健康站，10 月份全面推動血壓量測 14 天活動，員工 134 人，完成 133 人量測記錄 (1 人請育嬰假)，執行成效 99%。

二、推動中高齡健康促進推動

1. 推動國健署「健康操」運動：

- (1) 全廠區中高齡員工以管理階層居多，經調查員工肌肉骨骼症狀，為肩頸僵硬；分析工作特性為辦公室久坐作業，故規劃以「國健署 - 國民健康操」進行每日運動。

- (2) 由高階主管駐廠經理、廠區主管、工會理事長的支持與帶動下，每日下午 3 點至 3 點半提供「國健署 - 國民健康操」運動。
- (3) 承攬商於早上工具箱會議前由廠工安主管帶動，員工及承攬商每日於健康操的帶動下舒展筋骨、活絡思緒，達到每日運動 30 分鐘，更提振下午的工作效率。
- (4) 成效：雲端問卷滿意度調查 90%。

2. 落實員工健康指導：

- (1) 個人：給予高血脂飲食衛教、肌肉骨骼不適人員進行訪談及長期夜間工作與高齡勞工訪談。
- (2) 團體：因應中高齡職場，辦理員工、承攬商「心血管疾病預防」衛教宣導、中高齡健康講座，護眼紓壓、營養課程、中高齡肌力訓練等課程。

3. 每年辦理「健康減重增肌」活動：透過 line 群組線上提供「我的餐盤飲食衛教」，減重同仁踴躍提問自己的飲食習慣，並由營養師線上衛教指導。

2021 年、2022 年健康自主體重管理活動評比

年度	人數	減重	腰圍	減重幅度
2021	54	2.8 kg/ 人	4.6cm/ 人	3.27%
2022	52	3.03kg/ 人	5.2cm/ 人	3.62%



4. 安心健康職場營造：

- (1) 台化公司彰化廠繼 2015 年取得衛生福利部「安心場所認證」，每年均持續推動員工「心肺復甦術 (CPR) 暨自動體外心臟去顫器 (AED) 教育訓練」。
- (2) 在高階主管主動重視與支持下，公司為強化同仁實作經驗及操作熟練度，每年辦理 CPR 及 AED 急救訓練並執行抽測成效評分，2021 年受訓率提升至 92%。

未來目標或展望

台化公司彰化廠因應中高齡職場，由安全衛生處、管理處、福委會及台化工會共同持續推動員工健康促進活動，培養員工主動自我健康監測，有效達到預防疾病發生及發展員工健全身心之未來目標前進。

