

**讓您的工作場所既健康又符合全球趨勢!**

---

**衛福部委辦專業團隊來幫您!!**

---

職場健康促進已成為法規必辦事項

如果你不知道如何推動職場健康促進

**「南區健康職場推動中心」**

(衛生福利部國民健康署委託台灣事業單位護理人員學會辦理)

**提供免費臨場協助規劃健康促進、講座等資源**

量身打造最適合職場健康促進的推動模式~

更有效率評估員工需求與推動職場健康促進~

**協助您推動職場健康促進~**

**不收取任何費用，名額共50家職場**

**歡迎各事業單位踴躍報名~**

洽詢電話：0963731690 南區健康職場推動中心駐台南辦公室汪小姐

## 南區健康職場推動中心簡介



衛生福利部國民健康署委託台灣事業單位護理人員學會辦理。主要工作內容為協助衛生福利部國民健康署提供職場健康促進相關政策研擬建議，針對嘉義市、嘉義縣、臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣、澎湖縣等南部 7 縣市事業單位等辦理職場健康促進推動工作坊、推廣健康職場認證、協助已獲得認證標章之職場維持標章品質、輔導事業單位推動職場健康促進、職場健康促進等相關諮詢。

由台灣事業單位護理人員學會、成大產業永續發展中心、成大醫院、相關領域專家學者群等組成健康職場輔導專家團隊，依據職場現況，評估職場健康促進推動之優、劣勢因素，規劃符合職場之健康促進推動方式。至今已協助南部 7 縣市超過 150 家，規模大小不一的職場推行職場健康促進。

相關資訊網站：健康職場資訊網 <http://health.hpa.gov.tw/ISHAHHIT/ISHAHHIT/Pages/index.aspx>

南區健康職場推動中心 FB <http://ppt.cc/2DQbx>

### 什麼是健康職場？

根據世界衛生組織（WHO）的定義，健康職場是指由員工與雇主共同合作及採行持續改善流程，保護與促進全體員工的健康、安全與福祉，及建立職場永續經營的環境，包含：健康的工作環境、健康的社會心理環境、充足的職場個人健康資源、擴及社區及家庭參與等。

**職業安全衛生法（第 22 條）**：勞工人數五十人以上事業單位，應僱用或特約醫護人員，辦理健康管理、職業病預防及健康促進等勞工健康保護事項。

**職業安全衛生管理辦法（第 12 條第 1 項第 5 款）**：委員會應辦理審議健康管理、職業病預防及健康促進事項。

依據研究指出企業提供職場健康促進服務，可減少 28% 病假缺勤、26% 醫療費用、30% 員工傷殘賠償，等同花費 1 元即可節省 6 元支出。此外，對企業可增進員工健康、士氣、生產量、服務品質、企業形象、和諧勞資關係；減少工作意外、病假率、健康保險支出成本、抱怨、流動率。對員工可增進健康狀況、健康組織的知識與技巧、士氣、就業滿意、自尊、健康的家庭、工作年限；維持勞動力。

故營造健康職場的目的除了要營造一個健康與安全的工作環境，也是為了確保讓健康促進與健康保護成為企業管理的一個必要環節，並讓工作方法有利於健康生活方式，確保所有員工都能夠參與，進而擴大影響家庭、周邊的社區等環境。

# 106 年度健康職場輔導簡章

## 一、活動宗旨：

許多研究指出職場健康促進不僅可提升員工生產力、減少醫療花費支出、凝聚企業認同與提昇企業形象外，亦可幫助員工個人健康與身心靈成長。而國民健康署自 2003 年開始推動職場菸害防制工作，2006 年起加入職場健康促進工作，依職場需求，提供職場相關輔導諮詢及教育訓練，建置職場菸害防制及職業衛生保健服務網絡，2007 年起推動健康職場自主認證。至今，接受輔導及參與健康職場自主認證的職場已遍佈全國 22 縣市並涵蓋所有行政院主計處公布的 19 個行業別。

為協助企業符合國家政策趨勢與法令規範，本團隊將依職場需求與現況進行臨廠輔導，提供推動經驗與人物力等資源、改善職場健康促進推動成效，以增進職場推動健康促進之效益。

## 二、主辦單位：

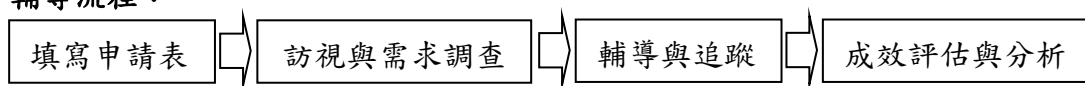
衛生福利部國民健康署、南區健康職場推動中心

## 三、參選資格：

輔導家數名額共計 50 家

1. 南區七縣市（嘉義縣、嘉義市、台南市、高雄市、屏東縣、台東縣、澎湖縣）未曾接受過輔導之職場。
2. 103 年~105 年內曾接受過輔導之職場限 10 家。
3. 103 年~105 年內曾獲得績優健康職場—健康促進標章之職場恕不列入。

## 四、輔導流程：



## 五、輔導項目：

針對以下 10 項議題，依職場需求情形，協助或提供職場健康促進規劃建議、活動或講座辦理、衛教文宣品等資源。

1. 身體活動：包括輔導職場建置有利於員工身體活動的支持性政策及環

境、推動職場健康操、提供職場附近運動地圖等。

2. 健康飲食：包括健康飲食輔導、健康採購輔導、員工餐廳餐飲熱量及六大類食物份量標示等。
3. 健康體位管理：包括員工健康體位管理、體重管理目標訂定、推動成效追蹤等。
4. 菸害暨檳榔防制：包括職場菸害防制的政策制定與執行、員工吸菸(嚼檳)率調查、提供降低吸菸(檳)率的措施等。
5. 輔導推動員工參與四癌篩檢。
6. 輔導推動成人預防保健服務。
7. 慢性疾病管理：包括三高(高血壓、高血脂、高血糖)、心血管疾病及糖尿病等慢性疾病於職場的管理介入活動等。
8. 強化婦女職場健康促進議題：如經期、妊娠、更年期保健等健康促進方案。
9. 心理輔導：包括輔導規劃勞工紓壓方案。
10. 健康職場認證申請諮詢。

#### 六、報名期間：

即日起至106年8月31日止，若名額額滿提前結束報名。

#### 七、報名方式：

有意願接受輔導職場請於即日起，填妥「106年度南區健康職場推動中心輔導申請表」，並 e-mail 至 [healthyworkplace50@gmail.com](mailto:healthyworkplace50@gmail.com) 或電洽 0963-731-690 汪小姐。