衛生福利部國民健康署
115 年職場健康促進推動方案

中華民國 115 年 1 月 23 日奉核

壹、說明

因應高齡化與少子化的世界洪流，強化健康老去與健康勞動力，是當今國際上重要的議題。有鑑於多數國人一天有超過三分之一時間處於職場，「職場」是推動國人健康重要的場域。為透由職場促進國人健康，衛生福利部國民健康署（以下簡稱國民健康署）自民國 92 年起，設立北、中、南三區健康職場推動中心，輔導職場推動菸害防制與各項健康促進工作，並於 96 年開辦「健康職場認證」制度，透過自主性認證標章帶動職場推動健康促進之風潮，並逐年精進融入世界衛生組織（WHO)「職場周全健康促進推動模式」四大範疇（生理工作環境、社會心理工作環境、個人健康資源、企業社區參與）與八大推動步驟（啟動、整合、需求評估、優先順序、計畫、執行、評價與改善)，循序漸進引導職場逐步建構推動健康促進框架。

為使更多職場加入推動職場健康促進行列，本制度自 114 年轉型，結合職場熟悉的 PDCA（Plan-Do-Check-Act）推動架構，引導職場系統性整合與推動健康促進工作，並鼓勵職場每年持續提出申請，應用本制度定期檢討健康促進工作推動的成效以持續精進，藉此建構健康勞動力，帶領企業朝向永續發展的目標。

貳、辦理單位

一、主辦單位：衛生福利部國民健康署（以下簡稱國民健康署）

二、承辦單位：社團法人中華民國工業安全衛生協會

參、對象

一、 健康促進啟動職場：勞工人數 99 人以下、組織與資源相對有限，正啟動或初步推動健康促進相關工作的職場。以**建立基礎認知、導入基本作法**為本制度推動重點。

二、 健康促進推動職場：不限定勞工人數，具備一定組織量能，已具體推動或具備持續推動能力，並能依職場特性規劃、執行多元健康促進措施，逐步深化推動成效之職場。

肆、申請資格與通過標準

一、 健康促進啟動職場

(一) 申請資格

1. 勞工人數 99 人以下之合法公、民營事業單位或機關〈構〉可提出申請。
2. 曾通過「114 年職場健康促進自主評核合格」之職場者不得申請。

(二) 通過標準

1. 申請資料「一、基本資料」、「二、推動檢核表-第一部份健康促進工作執行項目」，應至少執行與填寫標註「※」之項目，並檢附相關佐證資料。
2. 申請資料「二、推動檢核表-第二部分健康促進活動辦理情形」應至少執行 1 類別議題。

二、 健康促進推動職場

(一) 申請資格：合法設立之公、民營事業單位或機關〈構〉皆可提出申請。

(二) 通過標準

1. 勞工人數 299 人以下職場

(1) 申請資料填寫完整、已檢附相關佐證資料。

(2) 申請資料「二、推動檢核表」第一部份健康促進工作執行項目「第一類～第四類別」評核項目皆已辦理；第二部分健康促進活動辦理情形至少執行 1 類別議題。

2. 勞工人數 300 人以上職場

(1) 申請資料填寫完整、已檢附相關佐證資料。

(2) 申請資料「二、推動檢核表」第一部份健康促進工作執行項目「第一類～第五類別」評核項目皆已辦理；第二部分健康促進活動辦理情形至少執行 1 類別議題。

伍、申請方式與資料、期程

一、申請方式與資料

(一) 申請方式：請至「健康職場資訊網」（網址：https://health.hpa.gov.tw/）之「健康促進推動職場申請專區」填寫申請資料。

(二) 申請資料包括：1.基本資料、2.推動檢核表、3. 相關佐證資料等，請參考附件 1 之說明。

(三) 同一家職場當年僅能申請「健康促進啟動職場」或「健康促進推動職場」其中一類。

二、申請期程：**公告日起**至 115 年 11 月 30 日止。

三、聯絡資訊之諮詢窗口、各區推動中心，請參考附件 2。

陸、結果通知與核發證明

一、審核結果將以電子郵件方式通知申請職場之聯絡人；若申請資料不齊全，將另行通知補件事宜。

二、經審核通過者，將以電子郵件方式通知於 115 年 12 月 31 日前完成下載「115 年健康促進啟動職場、115 年健康促進推動職場」電子證書，未於上述時間完成下載者恕不補發。

三、如未通過審查，將轉介由北、中、南三區健康職場推動中心協助後續輔導與改善。

柒、注意事項

一、若申請資料有疑義，須同意國民健康署及承辦單位進行訪視以釐清疑義。

二、同一家職場至多可獲得三次「健康促進啟動職場」證書（不分年份），而後應持續精進申請「健康促進推動職場」。

捌、獎勵機制

為表彰「健康促進推動職場」（114 年為「職場健康促進自主評核合格」）每年持續以 PDCA 的精進模式推動職場健康促進，依當年規定填復相關績效且經審查通過者，國民健康署將另頒發紙本證書予以表揚，以表彰職場持續不懈打造健康勞動力的貢獻。依職場健康促進推動歷程，證書的類型與申請的資格、時機、資料等說明如下。

證書類型	健康促進推動 三年有成	健康促進推動 五年卓著	健康促進推動 十年豐收
申請資格	連續 3 年獲得 「健康促進推動職場」 電子證書	連續 5 年獲得 「健康促進推動職場」 電子證書	連續 10 年獲得 「健康促進推動職場」 電子證書
申請時機	第四年申請 「健康促進推動職場」 時同步申請	第六年申請 「健康促進推動職場」 時同步申請	第十一年申請 「健康促進推動職場」 時同步申請
申請資料	申請當年度之前 3 年 健康促進推動成效	申請當年度之前 5 年 健康促進推動成效	申請當年度之前 10 年 健康促進推動成效

玖、附件

附件 1、申請資料

附件 2、諮詢窗口、各區推動中心聯絡資訊

附件 1、申請資料

一、 基本資料（請填寫近一年資訊）

【說明】1.健康促進啟動職場：標註「※」為必填項目。
2.健康促進推動職場：所有項目皆需填寫。

※(一)職場名稱：	中文名稱：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿（★請填全銜） 英文名稱：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿（無需英文證書者免填）
※(二)聯絡人資訊：	聯絡人姓名：＿＿＿＿；部門：＿＿＿＿；職稱：＿＿＿＿＿ 聯絡電話：＿＿＿＿；傳真：＿＿＿＿； e-mail：＿＿＿＿＿＿＿＿
※(三)職場負責人：	＿＿＿＿＿
※(四)統一編號：	＿＿＿＿＿（★無則免填）
※(五)職場地址：	＿＿＿縣（市）＿＿＿鄉（鎮）（區）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿
※(六)行業別：	□ (1)農林漁牧業; □ (2)礦業及土石採取業; □ (3)製造業; □ (4)電力及燃氣供應業; □ (5)用水供應及污染整治業; □ (6)營造工程業; □ (7)批發及零售業; □ (8)運輸及倉儲業□ (9)住宿及餐飲業; □ (10) 出版影音及資通訊業; □ (11)金融及保險業; □ (12)不動產業;□ (13)專業.科學及技術服務業; □ (14)支援服務業; □ (15)公共行政及國防、強制性社會安全; □ (16)教育業; □ (17)醫療保健及社會工作服務業; □ (18)藝術、娛樂及休閒服務業; □ (19)其他服務業
※(七)員工人數：	男性員工人數：＿＿；女性員工人數：＿＿；合計：＿＿人 □大型職場（雇用勞工人數 300 人(含)以上）; □中型職場（雇用勞工人數 100-299 人）; □小型職場（雇用勞工人數 99 人(含)以下）。
※(八)員工各年齡層人數：	30 歲(含)以下的人數：＿＿＿； 31-44 歲的人數：＿＿＿； 45-64 歲的人數：＿＿＿； 65 歲(含)以上的人數：＿＿＿
(九)員工 BMI 分佈現況(若無近一年資料，請填寫近一次健康檢查調查結果）(至少應調查 7 成以上員工現況)：	BMI＜18.5 的人數：＿＿＿； 18.5≦BMI＜24 的人數：＿＿＿； 24≦BMI＜27 的人數：＿＿＿； BMI≧27 的人數：＿＿＿＿
(十)菸害防制實施情形：	男性：吸菸人數：＿＿＿＿；嘗試戒菸人數：＿＿＿＿；戒菸成功人數：＿＿＿＿ 女性：吸菸人數：＿＿＿＿；嘗試戒菸人數：＿＿＿＿；戒菸成功人數：＿＿＿＿
(十一)哺餵母乳及哺集乳室設置情形：	□無設置哺集乳室、無員工哺餵母乳 □無設置哺集乳室、有員工哺餵母乳 □有設置哺集乳室、無員工哺餵母乳 □有設置哺集乳室、有員工哺餵母乳
※(十二)是否曾接受健康職場推動中心輔導(不限今年度)：	□無 □有:年度＿＿＿＿(□電話諮詢 □現場輔導)，中心區域(□北區□中區□南區)
(十三)是否預計參加「115 年績優健康職場與優良推動人員評選活動」(需另提出申請)	□否 □是，申請獎項：□1.健康職場永續卓越獎、□2.健康議題標竿獎、 □3.群體健康護獎、□4.健康智慧創新獎、 □5.小資職場健康獎、□6.優良推動人員獎

注意事項：若申請資料有疑義，須同意國民健康署及承辦單位進行訪視釐清疑義。

二、 推動檢核表

(一)健康促進工作執行項目

【說明】1.健康促進啟動職場：標註「※」為必填項目。

2.健康促進推動職場：原則上所有項目皆需填寫，若屬 299 人以下職場「5. 多元福利與永續發展」類別可略。

類別	評核項目		是否達成	推動概述	推動資料範例 (僅供參考)
	項目	說明			
1. 組織推動與資源支持	※ 1.1 首長支持	首長支持推動職場健康促進，並公開宣達以表支持健康促進政策並實踐	□是 □否	【請概述 1.1 至 1.5 項推動做法與成果，至少 100 字以上】	●公司健康促進政策宣示文件、首長支持之公開聲明或信件。 ●健康職場推動相關小組由高階主管擔任召集人。
	1.2 非主管職員工共同參與	非主管職員工在職場健康促進議題上有表達意見和參與決策的機會	□是 □否		●健康職場推相關小組成員名單中包含非主管職員工。 ●非主管職員工參與健康促進活動討論。
	1.3 成立推動團隊	成立推動團隊，團隊成員共同辦理健康促進業務	□是 □否		●成立相關推動團隊。 ●團隊成員分工推動職場健康促進。
	※ 1.4 評估內外部資源	評估並盤點職場內外部各項資源以作為推動職場健康促進之基礎	□是 □否		●內部資源如: 公司健促設施設備、預算資源等。 ●外部資源如: 外部合作單位、政府或專案資源等。
	1.5 設置健康支持性環境	提供員工健康促進設施、營造健康工作環境	□是 □否		●工作環境光線適當，背景光線均齊度佳，沒有昏暗或眩光情形。 ●工作環境沒有吵雜聲音，也不會過於安靜。 ●設置哺集乳室、設置員工餐廳
2. 規劃與行動設計	※ 2.1 進行需求評估	收集並運用員工健康檢查資料或其他相關資料進行統計分析，作為職場健康促進需求評估之依據	□是 □否	【請概述 2.1 至 2.3 項推動做法與成果，至少 100 字以上】	●員工健康檢查結果及特殊健康檢查分析結果。 ●收集健康及安全相關問卷調查結果。
	※ 2.2 設定明確的健康促進目標	依需求評估結果及考量職場可行之優先度，設定明確的健康促進目標	□是 □否		●目標與需求評估結果之關連性佐證資料。
	2.3 擬定計畫、指標	依據目標擬定職場健康促進推動計畫，並設定過程及成果指標	□是 □否		●訂定健康促進推動計畫書、相關資料，其中包含過程及成果指標。

類別	評核項目		是否達成	推動概述	推動資料範例 (僅供參考)
	項目	說明			
3. 執行與管理	※ 3.1 應用方法宣導健康促進活動	應用管道或方法宣達健康促進活動	□是 □否	【請概述3.1至3.3項推動做法與成果，至少100字以上】	●宣導傳單、海報、簡訊、電子郵件、業務通訊、員工信函、公佈欄等方式宣傳健康促進活動。
	3.2 主管帶領全員參與	由高階主管主動帶領並支持健康促進相關活動，以促進全員參與	□是 □否		●高階主管親自推動或提案健康活動。 ●高階主管帶領全體員工參與各項活動。
	※ 3.3 留下執行紀錄及成效追蹤	健康促進活動留下執行紀錄，過程指標評估紀錄	□是 □否		●活動簽到表、照片、課程講義等過程紀錄。 ●參與率、滿意度調查結果。
4. 成效評估與持續改善	※ 4.1 進行成效評估	依據各項成果指標進行成效評估	□是 □否	【請概述4.1至4.2項推動做法與成果，至少100字以上】	●員工滿意度、參與率及其他意見之結果分析。 ●分析各活動設定之成果指標達成情形。
	※ 4.2 進行檢討與持續改善	依據成效評估結果、檢討、改善，作為下年度健康促進計畫之參考	□是 □否		●檢討各項指標之結果，提出改善建議的會議紀錄、報告。
5. 多元福利與永續發展(299人以下職場可選填)	5.1 營造友善職場	具備良好的組織管理、工作設計及多元的溝通管道，以營造友善職場	□是 □否	【請概述5.1至5.4項推動做法與成果，至少100字以上】	●提供員工申訴或諮詢管道。 ●提供相關教育訓練。
	5.2 推動工作與生活平衡	提供員工工作與生活平衡之措施	□是 □否		●提供彈性工作制度/家庭友善措施。 ●提供休閒與生活促進措施。
	5.3 推動對象擴及其他人員	健康促進計畫推動對象擴及非員工	□是 □否		●健康促進計畫擴及員工眷屬、退休員工、承攬商、外包人力。
	5.4 永續目標與國際接軌	健康促進措施呼應聯合國永續發展目標（SDGs）或企業永續發展指標（ESG）進行規劃與推動	□是 □否		●健康促進措與聯合國永續發展目標（SDGs）之聯結資料。 ●健康促進措施與企業永續發展指標（ESG）之聯結資料。 ●永續報告書

(二)健康促進活動辦理情形（可複選）

【說明】「健康促進啟動職場」、「健康促進推動職場」皆應執行至少 1 類別議題。

類別	項目	推動概述	推動項目範例 (僅供參考)
1.身體活動	☐建置有利於員工身體活動的支持性政策及環境，鼓勵每週維持累計至少 150 分鐘以上中度身體活動 ☐辦理定期健康活動或運動課程 ☐設立運動空間或成立運動性社團 ☐其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	●支持性政策及環境： ◆提供彈性上下班及午休時間等有利於員工運動之政策 ◆提供運動空間如：籃球場、羽球場、桌球室、健身房、舞蹈/韻律教室、游泳池等 ●健康活動如：健康操、健行、登山、騎自行車、路跑等 ●運動課程如：體適能、有氧運動、瑜珈等
2.健康飲食	☐規劃並推動促進員工健康飲食的具體措施 ☐員工餐飲熱量(紅燈-高熱量、綠燈-低熱量)及六大類食物份量標示 ☐提供健康外食地圖（標明可提供健康餐的餐廳位置） ☐宣導健康飲食或健康烹調等課程 ☐其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	●健康飲食具體措施： ◆提升員工全穀及蔬果攝取之方案，如員工餐廳提供糙米飯、五穀飯及足量蔬菜、水果、提供優惠、設置新鮮水果小站等方式 ◆員工餐廳以少油、少鹽、少糖且使用碘鹽之烹調方式烹調 ◆健康採購，如訂購提供全穀類米飯(糙米飯、五穀飯)，蔬菜份量多、不使用油炸食品、減少加工食品及不送含糖飲料之健康盒餐 ◆會議提供白開水、無糖茶飲或水果取代點心等
3.健康體位管理	☐設置方便員工關注個人健康自主量測的設施，及鼓勵養成自我健康管理之習慣 ☐鼓勵廠內 BMI≧24 的人員，參加健康體位管理相關活動 ☐其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	●量測的設施如：體重計、體脂計、血壓計…等 ●健康體位管理活動如：體重控制班、教練課程
4.戒菸	☐已建立支持戒菸的制度或資源 ☐推動戒菸相關活動與支持措施 ☐辦理宣導電子煙、加熱菸之類菸品「販賣」或「使用」相關罰則 ☐其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	●戒菸的制度或資源： ◆訂定禁菸制度如：禁菸區、禁菸公告 ◆設有戒菸門診或提供轉介資源 ◆宣導使用免費戒菸專線（0800-636363） ●戒菸活動與支持措施： ◆ 提供戒菸獎勵或鼓勵措施 ◆ 辦理戒菸競賽或促進活動 ◆ 辦理戒菸課程或戒菸班
5.癌症篩檢	☐推動並鼓勵員工參與癌症或重大疾病篩檢，請說明：_____ ☐應用健康存摺，協助員工進行癌症篩檢管理及追蹤 ☐其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	癌症篩檢如：口腔黏膜檢查、子宮頸抹片、大腸癌篩檢、乳癌篩檢、肺癌篩檢、糞便抗原檢測胃幽門螺旋桿菌等

類別	項目	推動概述	推動項目範例 (僅供參考)
6.慢性疾病管理	□協助員工進行慢性疾病管理及追蹤與提供健康支持措施 □辦理預防三高或更年期保健或傳染性疾病防治相關課程 □推動過勞危害預防 □其他：_____	請概述推動做法與成果，至少 100 字以上	●管理與健康支持措施： ◆辦理慢性疾病（高血壓、高血脂、高血糖、心血管疾病、糖尿病、腎臟病、癌症）管理及追蹤，並針對罹患慢性病之員工提供友善支持措施 ◆建立員工支持性環境(如:健康飲食，規律運動)，鼓勵建立健康生活型態 ◆應用國民健康署提供之成人預防保健「健康加值」方案，協助員工早期發現慢性病，以早期進行相關治療 ●過勞危害預防如：規範加班工時上限、訂定預防員工過勞計畫等

三、相關佐證資料

(一) 依據**推動檢核**表項目，提供近一年實際推動之活動內容或執行成果，作為佐證資料。

1. 推動檢核表（一）健康促進工作執行項目：若各項目推動概述中所提及之相關事項有執行計畫、執行紀錄、會議資料或其他資料等，皆可作為佐證資料提供。此項為非必要提供項目。
2. 推動檢核表（二）健康促進活動辦理情形：依據所勾選之類別，提供活動內容規劃或辦理過程之相關紀錄、成果等佐證資料並上傳。此項佐證資料為必上傳項目。

(二)各項目佐證資料請加以彙整，第一大項（健康促進工作執行項目）若有佐證資料要提供，請整併至第一個檔案。另第二大項（健康促進活動辦理情形）之佐證資料為必要提供項目，請整併至第二個檔案。申請系統僅供上傳 2 個檔案，格式為 PDF 檔，每個檔案最大上傳容量為 10MB。

附件 2 諮詢窗口、各區推動中心聯絡資訊

1.承辦單位(社團法人中華民國工業安全衛生協會**)**

陳佩湘小姐、鄭伊伶小姐

Tel：03-5751006 轉 21　E-mail：healthhpa@gmail.com

2.各區健康職場推動中心

※**北區健康職場推動中心**（臺北市、新北市、基隆市、桃園市、宜蘭縣、花蓮縣、金門縣、連江縣）

葉書瑄小姐　Tel：02-23774621　　E-mail： n23774621@gmail.com

※**中區健康職場推動中心**（新竹市、新竹縣、苗栗縣、臺中市、彰化縣、南投縣、雲林縣）

張毓雯小姐　Tel：04-7238595 轉 4131　E-mail：health91029@gmail.com

※**南區健康職場推動中心**（嘉義市、嘉義縣、臺南市、高雄市、屏東縣、臺東縣、澎湖縣）

邱筠雁小姐　Tel： 06-2212033　　E-mail：whp.southcenter@gmail.com