



幸 / 福 / 企 / 業

王敏慧 / 全科科技

創立於 1991 年 4 月，為專業通訊元件設計及通路商，股票上市代號 3209。成立自有實驗室專注於有線、無線通訊、電信設備、數據暨網路通訊、資訊軟硬體開發、數位電路設計等領域

健康也可以很歡樂

你 上班時間可以去射箭嗎？這家上市公司的中秋節活動很另類，他們決定把今年的場景拉到射箭場，不僅是只有吃月餅跟烤肉這樣的「固定行程」。

規模人數不算大的全科，在配合政府政策導入職護系統前，早就對員工健康很重視。雖然目前只有 220 個員工，但卻有 5 個社團，其中 4 個是跟運動有關。例如羽球、籃球、健康活力社等，舉辦的活動不僅多樣化也非常有意思，如：七星山登山健走、室內攀岩、象鼻岩獨木舟看日出等等，全科的副總經理王敏慧（Melody）笑說，社團活動不只鼓勵同仁積極參與，公司也給予了相當大的支持及經費的補助，身為全科人，不僅僅是有創意而已，更樂在工作，工作與生活的平衡也是我們一直以來很重視的一環且為持續努力的目標。

創意提高參與度

全科目前的職護臨場服務頻率是每個月 2 次，Melody 表示，為保護員工身心上的健康狀況，訪談中如有員工個人隱私的部份，需徵得本



幸福企業他們這樣做

- * 結合辦公室成為簡易健身房
- * 鼓勵成立並補助健康社團
- * 每週一天定為健康餐日，協助員工訂健康午餐
- * 補助高階健檢

人同意，公司才會進一步地了解他們的詳細的情況。若同仁願意卸下心防，公司其實是很願意協助員工。「在顧及個人隱私與 關心的立場，我們又不能太打擾員工的日常工作，但公司是真的很關心員工健康。」

她說，自 2017 年起導入職場護理師，初期由於大家不瞭解，預約訪談的參與度也不高。但今年開始，職場護理師透過了職安署的風險評估問卷加上公司的健康檢查數據，建構了一個完善的風險評估系統並篩選出高風險族群。更讓公司同仁加強了對自己對健康重視的概念，同時還幫助到同仁體會到：看到的不一定是事情的全貌。

例如有位員工，平常活潑又開朗的，但經由職護師的面談中，才發現他原來在工作與生活上面臨很大的壓力，有很嚴重的焦慮感，但在同事面前完全看不出來。在職護師溫柔又暖心地面談下，讓同事卸下心防侃侃而談，讓他的心理找到了另一扇窗口可抒發，這是我們覺得很開心的。另外一個員工則是因為杵狀指的關係，有主動跟職護師提起。平常我們也沒有發現異狀，因為愛漂亮的她用水晶指甲遮住了。還好經職護師鼓勵就醫檢查下，目前是健康無虞的。

全科的員工用創意讓健康活動更有層次。為了讓大家更有熱情參與健康活動，推廣了「相揪一起 line 的線上集點運動會」，其中一項任務「相揪一起來 Party(爬梯)」，剛好在梯間遇到同事時，還會互相幫忙拍照或拍影片紀錄下有趣的一刻。Melody 說，全科在工作上原本就是很強調創意，因為是通訊元件的設計公司，所以員工的腦筋動得很快。「再好的活動若是沒有心情參與，那就很可惜。」還好全科一直很關心員工，不論在福利或是健康上。例如同事有很大的比例是工程師，所以盡可能在合理範圍內，將辦公室變成隨時可以活動的簡易健身房，同時搭配每週一日的健康餐便當，除了一般員工健檢外也有專案健檢補助等等。

幸福企業的花費其實不多，但全科卻用了很多真心及將心比心地，照顧每一位員工像自己的家人一樣。

驚！杵狀指要小心 可能是肺癌訊號

指甲也藏有健康訊號。以杵狀指來說，少數是天生的，但若你的指甲原本很正常，突然有增生或凸起的現象，一定要有所警覺。其中的病因，最多跟肺病有關，尤其是肺癌，不可輕忽。

