

職場健康促進的 方案與效益

簡報人:台灣健康運動聯盟(健盟)理事長高俊雄/副理事長簡文仁

設計人:哈佛大學全球健康資深顧問

Global Health & Social Medicine, Harvard University

兼台灣健康運動聯盟(健盟)秘書長

張東洋Tony

thma.tony@gmail.com Mobile & Line ID: 0939-908168

策略方案

參加「健康達人挑戰賽」
(CBHS→Challenge to Be a
Health Smart)



數據一律上傳雲端

人人都要健康，
也知道怎麼做！
只是缺**毅力**！



群組激勵+表揚
獎勵

以每月規律天數
為規律性指標

設計重點 → 人性出發、生活化、U化

規律天數

- 付報名費，比規律性、激賭性(賺回本)、剋愾性；
- 彼此漸以「今天達標沒？」&「本月達標幾天？」關心健康促進。

POC驗證

- 人難免有惰性，群組激勵最有效益；
- 創紀錄:達均標(連三月， ≥ 12 天/月)86.43%，頂標(≥ 20 天/月)79.73%；
- 竹科/中科/南科三個科管局成績更好:均標94.57%，頂標88.04%。

表揚獎勵

- 贏取名與利是最能吸引絕大多數人的紅蘿蔔；
- CBHS讓員工自主、企業不費人力，能快速推廣並共創全贏。

引爆趨勢

- 具信效度的雲端數據是規律性黏著的最強證據。
- 企業提供獎勵打造成功案例可得CSR/ESG，更引爆趨勢/做功德；

效益宏大

投資極小

醫療成本↓

- 每投資1€ (歐元)於員工健康促進，
- 投資報酬率是3.5€

- 可降低26%(對國家社會的巨大貢獻)

生產力↑

病假減少↓

- 每減少一個健康風險，則增加9%生產力

- 大幅減少27%

BENEFITS OF AN ACTIVE WORKFORCE

1€
Invest on health
per employee

3,50€
Saving on medical cost*



Reduce medical costs
by **26%***



1 Reducing
health risk increases
productivity by **9%****



Decrease of
sickness absenteeism
by **27%*****

研究單位:

*Economic benefits of workplace health promotion, European Study. ** American Heart Association and World Health Organization, ***Effectiveness and economic benefits of workplace health promotion and prevention, iga report 13

Confidential

SROI 重大效益

執行社會影響力債券SIB(Social Impct Bond)的最佳項目

* 摘自：“Economic benefits of workplace health promotion”, European Study, ** American Heart Association and World Health Organization, ***“Effectiveness and economic benefits of workplace health promotion and prevention”, iga report 13

* 歐洲研究的數據成果 中文摘譯：

* 我們認為還有以下效益

1. 提升CSR形象、為ESG認證大幅加分
2. 凝聚員工向心力
3. 發掘有毅力的幹部
4. 避免員工家庭陷入困境，促進家庭和樂
5. 為「論人計酬制」奠基

投資
報酬

- 每投資1€ (歐元)於員工健康促進，投資報酬率是3.5€

醫療
成本

- 可降低26%(對國家社會的巨大貢獻)

生產
力↑

- 每減少一個健康風險，則增加9%生產力

病假
減少

- 大幅減少27%

CSR & ESG認證的有力佐證之一

- ESG策略已儼然成為提升競爭力的利器，同時也逐漸成為正式法規要求。

By: Bloomberg the Company & Its Products 彭博

3 大面向	環境				社會				公司治理	
10 個主題	氣候變化	自然資源	汙染及廢棄物	環境機會	人力資源	產品責任	利益相關者的否決權	社會機會	公司治理	公司行為
37 個 ESG 關鍵指標	碳排放	水資源	有毒物質 排放及 廢棄物	潔淨科技 的機會	勞工管理	產品安全 與品質	爭議性的 採購	溝通途徑	董事會	商業道德
	產品 碳足跡	生物多樣性 與土地利用	包裝材料 及廢棄物	綠能建築 的機會	健康 與安全	化學品 安全性		融資途徑	薪資	反競爭 措施
	融資對 環境的影響	原物料 採購	電子 廢棄物	再生能源 的機會	人力資源 發展	金融商品 安全性		獲得醫療 的途徑	所有權	貪汙及 不穩定性
	氣候變遷 的應對性				供應鏈 勞工規範	資訊安全與 個人隱私		健康與營養 的機會	會計 與審計	財務系統 的不穩定性
						責任投資				稅收 透明度
					健康與 人口風險					

健康相關評分
佔37項評鑑指
標中的4項

資料來源：MSCI，2020年06月30日，貝萊德整理。

只要放大CBHS在竹科等場域的成果

必可傲
視全球

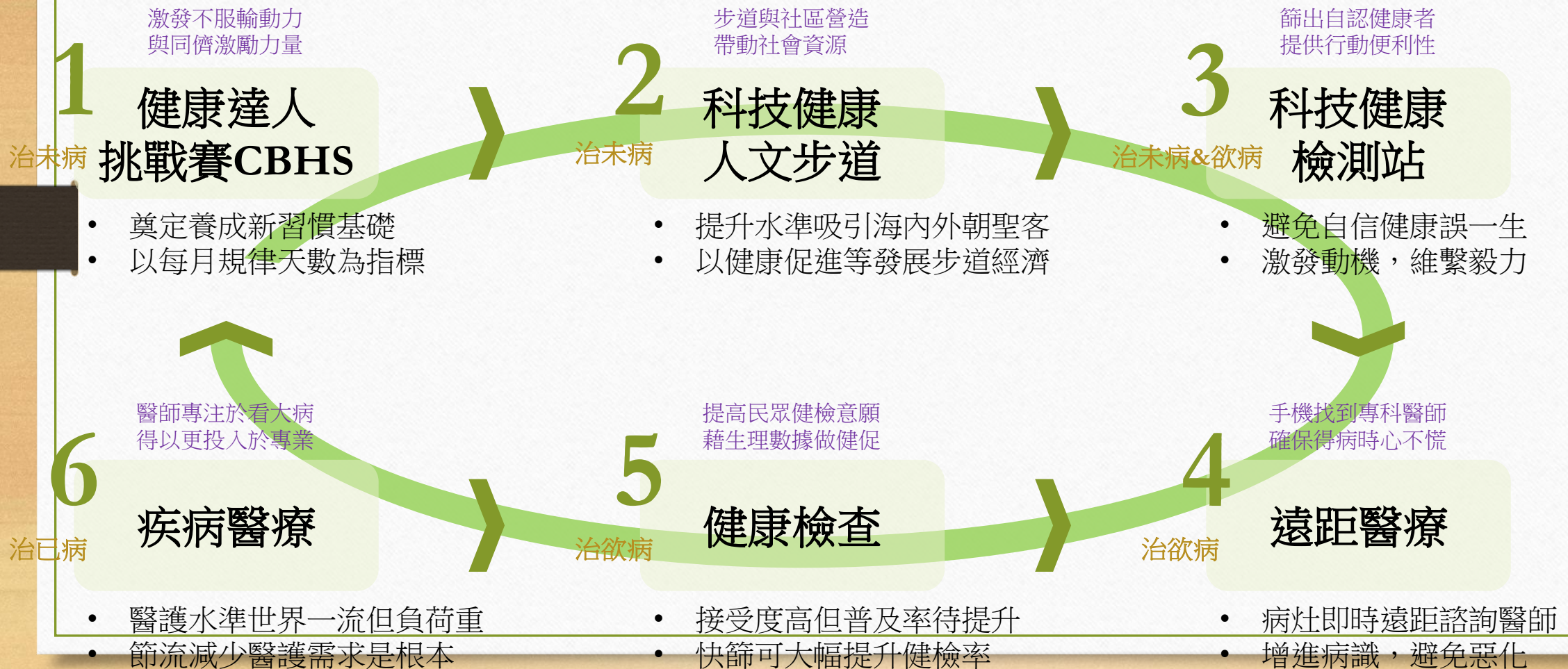
2023年Q2 CBHS-II 競賽成績
(竹科+中科+南科 vs 全體參賽人)



- 竹科/中科/南科三個科管局參賽人有94.57%達成規律習慣均標以上 (連續3個月運動+生理量測+上健康雲皆 $\geq$ 12天/月)。
- 加上十餘個企業/機關/學校/與社區等的全體參賽人計86.43%達均標 (約為全國4倍)。
- 竹科王永壯局長率領25人團隊100%達頂標 (連續3個月運動+生理量測+上健康雲皆 $\geq$ 20天/月)。
- 表揚獎勵是激發規律習慣的5大要素之一。

整合總體健康促進方案

先強化前四項，續推動1至6項
的資源結合，期能成就全民健康：



護國群山，創造全贏→期待公會的引領

- *使命：立足台灣之推進者、運籌全球之支援者
- *組織願景：協助會員永續經營，創造會員附加價值
- *組織文化：合理化、團隊化、價值化、家庭化
- *宗旨：提供會員全球多元化服務，增進共同利益，作為產業及政府的橋樑，以促進經濟發展

CBHS助企業以健康員工邁向願景！

健康台灣
國政願景

+

公會願景

=

強民富國
台灣寶島

我們一起攜手

為國人健康
營造風氣
引爆趨勢

