

## 南亞園地



### 人事異動

- ※ 南亞公司鄒明仁資深副總經理於 103 年 1 月 29 日提升為南亞公司執行副總經理。
- ※ 南亞公司塑膠三部鄭鴻國副總經理於 103 年 4 月 15 日退休。
- ※ 南亞公司化工一部黃有隆資深工程師於 103 年 4 月 3 日提升為南亞公司化工一部協理。
- ※ 南亞公司電子材料部柯有明組長於 103 年 4 月 3 日提升為南亞公司電子材料部協理。
- ※ 南亞公司工務部簡國鐘組長於 103 年 4 月 3 日提升為南亞公司工務部協理。
- ※ 南亞公司總經理室陳俊旭組長於 103 年 4 月 3 日提升為南亞公司總經理室協理。
- ※ 南亞公司塑膠一部蘇宗陽協理於 103 年 4 月 15 日調升為南亞公司塑膠三部副總經理。
- ※ 南亞公司塑膠一部盛修業協理於 103 年 4 月 15 日提升為南亞公司塑膠一部副總經理。
- ※ 南亞公司化工一部施宗岳協理於 103 年 4 月 15 日調任南亞公司化工二部協理。



### 廠區動態

## 南電公司愛心社五週年「愛心滿五歡欣鼓舞」活動

轉眼間南電公司愛心社已成立五週年了，回憶剛成立社團時僅有數十位同仁與眷屬參加，且大多成員皆為管理課同

仁，但在各級主管的鼓勵與同仁對愛心的堅持，每次活動參與人數有增無減，且由原先單調的參訪活動，在社員們集思廣益下，想出了許多互動服務，如：義剪、包水餃、院生彩妝、樂器演奏、團康等。為幫助弱勢院所增加能見度，更邀請方舟、祥育、心燈等等啟智教養院，參與公司家庭日跳蚤市場義賣與活動表演，並透過福委會活動與南電福利網站分享，激發出同仁更多的愛心與熱誠。本次活動於 102 年 10 月 5 日，假方舟教養院舉辦「愛心滿五歡欣鼓舞」活動，共有 91 位同仁及眷屬參加，可是創下五年來人數最高紀錄呢！



▲邀請教養院院生作趣味競賽

當天早晨還飄著毛毛細雨，但不減同仁參與的熱誠，愛心社熱情的伙伴們，個個攜家帶眷陸續來到，兩輛遊覽車早在大門等待著大家，因九斗村生態農場在方舟啟智教養院旁，為使活動更精彩，早上排定先至方舟教養院做志工服務，中午再邀方舟、祥育、心燈三家教養院一同在九斗村用餐，並安排趣味競賽與魔術表演，增添志工與院生們的互動。

為使首次參加的同仁可體驗志工活動，亦請教養院院長分享創辦經驗，聽完後大家充滿服務動力與熱誠，而當愛心

社周敬珉社長分配工作任務如打掃清潔、擦窗戶、包水餃後，志工們即發揮公司 5S 整理整頓功力，各自下去打掃清潔，另有美容彩妝專長的志工也帶著工具作服務，院生在老師安排下井然有序的等待著，看著每個院生歡喜的盯著彩繪指甲，那滿足的笑容與歡喜心，讓同仁越做越起勁呢！



▲ 志工與院生包水餃互動

一個早上辛勤的服務，志工們帶著滿滿的喜悅離開，走向農場的鄉間小道上，長長的人龍一個接一個，親子間相互交談著志工的感想，看見那老憨兒的天真無邪，遠遠的向我們揮別，刻劃出一副美麗圖畫，走著走著也到了農場，看著開闊的草原心情更是爽朗，志工們就趁著吃飯前帶著小朋友一起玩彈跳床、餵魚、散步等，成為家庭親子互動時間。終於到了用餐時間，農場為大家準備了自助火鍋，方舟、心燈、祥育啟智等院生陸續來到餐廳，志工們熱心的招呼著院生，才一會兒桌上就堆滿了食材，所有食材皆為農場種植的有機蔬菜與自家飼養的肉品，院生們個個吃的津津有味，也許是離開院所外出的喜悅，不時對著志工們比「讚」。用餐完畢後各院所整裝待發，準備參加趣味競賽活動，院生在志工們協助

下，個個勇猛無敵一馬當先，魔術表演更讓院生們哈哈大笑，當下我終於發現所謂『有意義』的事並沒有絕對的定義，重點是『值得嗎？』，在簡簡單單的午餐、看似平凡的趣味競賽，同仁心甘情願的付出協助，盡自己的力量使院生們得到快樂，這就值得了。這次的愛心服務，也發現每個院生都是天真可愛，不因個人天生缺陷而給予異樣眼光，應同等對待，待人也是如此，不可先貼上標籤，並深刻體會我們過得太幸福，更要懂得珍惜現在。



▲志工魔術表演

即將屆滿五歲的愛心社，秉持本企業「取之於社會，用之於社會」理念，堅決相信「社會責任」就是我們的寶貴資產，希望透過此活動能夠送出更多愛心，更期盼能號召更多充滿熱情，願意支持參與社會公益的同仁們，期許與我們一起肩並肩、手牽手，心連心，將此活動的陽光、希望、夢想普照予更多的弱勢朋友們，讓他們能多一個朋友、多一份關心，對未來能更深具信心，勇敢挑戰生命的艱難，迎向美好的人生，創造生命的價值與意義，開創一個真善美的祥和社會，期待您的參與讓我們一同喚起人間最美的愛心。

## 工三廠職場健康管理活動

天氣寒冷同仁需嚴防心血管疾病發作，冬天日夜溫差大，更是心血管疾病好發的季節，而低溫會加快血液的凝結，讓血管收縮、血壓上升，在血液循環變差的情況下，如血流不順暢容易引起心肌缺氧；而當寒意湧現時，身體不知不覺產生「抗冷」小動作，也會讓血管收縮速度更快，加重心臟的負荷。



▲職場健康促進 - 辦理衛教宣導

工三廠區保健中心從歷年員工健檢資料中，分析發現「三高」同仁佔廠區人數約 3 成，再針對其原因分析如下：

1. 年齡層老化：經統計廠區三高異常同仁平均年齡在 50 歲以上佔 95%。
2. 經訪談瞭解同仁大多因長期作息不正常及睡眠品質不佳，與睡眠不足及勞動工作壓力造成三高。

- 
3. 不健康的飲食及生活習慣 (如多油、多鹽、少纖維、喜好精緻甜食、不定時、不定量飲食、外食過多、吸菸、酗酒、作息不正常加上運動量不足) 及家族遺傳等。

三高是心臟病的幫兇，為提升員工健康知識及三高疾病的認知，以降低疾病發生率，工三廠區保健中心特規劃辦理一系列「預防認識三高與心血管疾病」的健康促進活動，並針對廠區三高嚴重異常，且經醫生篩選確認為高風險群健康追蹤列管個案之 22 位同仁，並由廠護進行三高危害預防、飲食衛教指導，及長期監控個案血壓、血糖；其中 3 位同仁因長期生活作習不規律、氣候寒冷影響再加上日夜溫差大等因素，誘發了心肌梗塞症狀發生，所幸在長期追蹤，及衛教指導下，使同仁更有警覺性，三位個案都於第一時間發作時立即就醫，也經醫院診治後確定為「心肌梗塞」，隨後醫院立即進行心導管檢查併冠狀動脈擴張手術，與血管支架植入手術，三位同仁病情陸續穩定康復。

目前同仁休養後皆已能正常工作，廠護人員持續給予同仁健康關懷及心肌梗塞相關護理指導，提供相同症狀同仁參考：

1. 衛教宣導：認識心肌梗塞及三高症狀與併發症，導致心肌梗塞原因及危險因子。
2. 同仁飲食建議採低鈉低油清淡飲食。
3. 請同仁持續自我健康管理每日量測血壓 (正常值應小於 130/85mmhg)。
4. 鼓勵同仁培養運動的習慣。
5. 隨時保持身心愉快，並遠離興奮、緊張、生氣情況，以免增加心臟負擔。
6. 需門診定期追蹤治療。

上述個案均在服用藥物並改變生活習慣，血壓獲得良好的控制，也大大降低於作業場所中病發之風險，而減少工安潛在危險發生。提醒同仁如身體出現任何異狀應早一步就醫，以免延誤治療，有三高的同仁更容易併發心血管疾病，且人體會隨著氣溫降低而導致新陳代謝會更緩慢，而身體受到冷空氣的刺激，血管突然收縮，血流就會供應中斷造成血液流通受阻，所以冬天也是心血管疾病易發生季節。

心血管疾病在台灣仍高居國內十大死因的前3名，好發族群如肥胖、抽菸、吸二手菸、缺乏運動及三高(高血壓、高血脂、高血糖)之患者，廠護人員將於臨廠服務時，加強員工對心血管疾病的認識，與預防之衛教宣導，以提升職場健康力。



▲職場三高管理 - 量測血糖