

## 2025.10.15-2025.11.25健康促進活動（減重、健康力行）



走出健康，擁抱自信！  
每日健走，輕鬆瘦身，  
打造活力新生活！

健康動起來！公司攜手  
「減重、健走」競賽計  
畫。

同仁們透過每日規律健  
走，不僅有效燃燒脂肪，  
同時提升心肺功能。

主辦方更在賽程中分享  
營養、健康、運動相關  
衛教知識，達到不受傷  
的理想達到瘦身效果。

健康力行比賽			
部門	參賽者	加總 - 步數	
品保課	許祐銘	1,533,760	
廠務部	蕭又升	1,184,948	
管理部	賴秀錦	1,056,525	
業務部	吳佳樺	886,395	
業務部	許慧潔	822,335	
個人減重	參賽者	部門	BMI
第一名	蕭又升	廠務部	3.9
第二名	翁佩筠	業務部	3
第三名	蕭再淵	總經理室	1.9



團體減重比賽				
名次	隊名	部門	參賽者	總減重kg
第一名	減就對隊	廠務部	蕭又升	-23.2
		業務部	翁佩筠	
		廠務部	邱英勃	
第二名	健康隊	品保課	許祐銘	-9.35
		總經理室	蕭再淵	
		董事長室	蕭力誠	
第三名	人生重獎隊	管理部	賴秀錦	-9.05
		廠務部	劉佩純	
		品保課	張容甄	