



# 青少年工作者 從事住宿餐飲業 職業工作安全 教育訓練好重要！



勞動部勞動及職業安全衛生研究所 職業危害評估研究組 | 謝曼麗



餐飲業的工作場所中潛藏多種的危害，如油煙、噪音、高溫、濕滑及切割傷等，可能導致如慢性呼吸器官疾病、聽力損傷、燒燙傷、跌摔傷、切割傷、肌肉骨骼傷病等職業傷病，因此有關住宿餐飲業青少年工作者的安全健康管理極為重要。

為瞭解工作者工作安全衛生狀況，行政院主計總處於2016年8月「臺灣地區人力資源調查」進行臺灣地區「勞動環境安全衛生狀況認知調查」，共蒐集22,068份有效問券，其中15~24歲青少年共1,594人（7.22%）。調查發現15~18歲青少年工作者、19~22歲工作者以從事住宿及餐飲業（32.33%、20.13%）最多，不同於全體工作者（25.26%）。

住宿餐飲業之工作者中15~18歲每週工時未滿35小時（41.2%），較19~22歲、23~24歲及25歲以上（19.2%、0.1%、6.5%）高出甚多；公司未安排安全衛生在職教育訓練比例也以15~18歲工作者（89.1%）為多，高於19~22歲、23~24歲、25歲以上工作者（73.5%、66.5%、68.7%），面對餐飲業工作場所中潛藏多種危害（如噪音、高溫、濕滑等），可能較為缺乏工作安全意識。所以，雇主若僱用青少年工作者，工作前一定要讓他們了解作業場所可能的危害，以及如何預防潛在危險。住宿餐飲業職業危害如跌倒、滑倒、摔傷、切割擦傷、燒燙傷及肌肉骨骼傷害（如長期站立、手部重複動作及搬運重物）等。上述各危害種類，其造成原因以及預防措施整理如表1：



表 1 住宿餐飲業職業危害一覽表

危害種類	造成原因	預防措施
跌倒、滑倒、摔傷	地板濕滑、爬高、匆忙等	<b>預防滑倒</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 保持地板清潔，避免溼滑造成跌倒</li> <li>2. 老闆使用防滑地磚、防滑墊或毯，降低走道溼滑</li> <li>3. 穿著防滑鞋，避免穿一般皮鞋、球鞋、拖鞋</li> </ol>
切割擦傷	清洗杯盤時被破裂碗盤割傷	<b>預防切割傷</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 養成刀具安全使用習慣，使用完歸位</li> <li>2. 避免節省時間、貪圖方便而使用錯誤方法或不依照程序進行</li> <li>3. 刀具定期保養維持良好狀態</li> <li>4. 必要時使用防切割傷安全手套處理食材</li> <li>5. 砧板下方墊濕毛巾避免滑動</li> <li>6. 破碎玻璃器具要掃起而非撿起，並用特殊包裝處理，不直接丟垃圾桶</li> </ol>
燒燙傷	烹飪或端運熱食	<b>預防燙傷</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 穿著適當防護裝備包括工作服、手套及圍裙，處理高溫食品穿戴隔熱手套</li> <li>2. 運送食物應注意四周環境有無碰撞危險</li> <li>3. 裝填湯液時不可過滿</li> <li>4. 搬運較大容器之熱湯或食材可兩人一同運送或利用推車等工具搬運</li> <li>5. 傳送蒸氣的高溫管線應加裝保溫材料，避免碰觸</li> <li>6. 瓦斯點火不可用紙，需使用點火槍</li> </ol>
肌肉骨骼傷病（肩頸部疼痛、上背與下背痛、腕隧道症候群、膝蓋及下肢不適等）	彎腰、搬重物、推／拉、清潔儲物車、高頻次之重複性動作、久站及走動頻繁等	<b>預防肌肉骨骼傷病</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 工作現場配合勞工身高，提供可調整的腳踏墊或座椅</li> <li>2. 避免長時間重複相同姿勢，例如腰前伸或側彎、頭前傾或後仰、舉臂出力、單腳站立</li> <li>3. 工作現場應設計站坐可以輪替，而且可供雙腳活動的空間</li> <li>4. 制定休息與暖身運動時間、安排久站工作族群職業傷病的預防輪調等。對於必需久站的工作，縮短每班時數，或限制加班時數，以免症狀加劇</li> <li>5. 個人防護設備：護腰固定帶可用於減緩下背肌肉傷害。選擇柔軟具有彈性的鞋墊，可預防足底筋膜炎</li> <li>6. 職場健康操的定時帶動，養成規律運動的習慣，訓練肌肉關節的支撐力與柔軟度</li> </ol>

資料來源：作者提供

為提供從事住宿餐飲業工作者提高工作潛在危害預防相關知識，勞動部勞動及職業安全衛生研究所錄製「餐飲業職業安全衛生危害預防」及「餐飲工作者肌肉骨骼傷病預防」影片，希望透過短片宣導，能提升餐飲業工作者朋友職業安全衛生有關的危害預防知識。

「餐飲業職業安全衛生危害預防」內容共分為6單元（約27分鐘），包含預防油煙危害、預防化學品危害、預防滑倒、預防切割傷、預防燒燙傷、預防噪音危害等單元。「餐飲工作者肌肉骨骼傷病預防」影片約32分鐘，包含餐飲工作者肌肉骨骼傷病介紹、餐飲工作場所值得警惕的12個動作與保健動作示範，供各界餐飲業工作者朋友觀看，期望透過事前預防，降低職場危害。

### 餐飲業職業安全衛生危害預防 宣導影片



餐飲勞工職業安全衛生危害預防



餐飲勞工肌肉骨骼傷病預防

